

IL CONSIGLIO DEL FARMACISTA

a cura del dottor **Renato Raimo**
farmacista titolare a Pisa, perfezionato in fitoterapia,
esperto in piante medicinali e fitopreparatore
www.fitoterapiadottorraimo.wordpress.com



GINKGO BILOBA VINCE SUL TEMPO

La storia di questa pianta è affascinante quanto la sua longevità e la sua eleganza. Una storia che incute fascino e rispetto come si ha nei confronti di un anziano saggio che molto ha da raccontare. La **Ginkgo biloba L.**, unica specie ancora sopravvissuta delle Ginkgoaceae, è un albero antichissimo le cui origini risalgono a 250 milioni di anni fa; sembra incredibile, ma fossili del Miocene mostrano la forma della sua foglia come è oggi. Non ci è dato di conoscere il segreto della forza di sopravvivere alle ere glaciali di questo "fossile vivente"; oggi, però, ben conosciamo i benefici che i principi attivi del suo fitocomplesso apportano al nostro organismo e sappiamo che il suo potere è nascosto nelle sue foglie, diverse da tutte, uniche per forma e contenuto. Gli studi sulle attività terapeutiche di questo rimedio fitoterapico sono molti e concreti, tanto da non aver più alcun dubbio sulla sua efficacia e, all'opposto, sulle sue controindi-

cazioni e interazioni. Un rimedio senza dubbio nobile, anche perché nulla ci nasconde di sé in termini di **sicurezza terapeutica**, il che lo eleva a dignità di farmaco.

Il suo campo d'azione sono i disturbi delle patologie legate alla **senescenza**, all'invecchiamento dei **tessuti** dei nostri organi, in particolare del **sistema cardiocircolatorio**. È il medicamento migliore per la terza ma anche per la "seconda" età, inteso come rimedio per la prevenzione dei disturbi della microcircolazione e ottimo antiossidante.

Con il passare del tempo i tessuti dei nostri organi tendono a irrigidirsi e a perdere l'elasticità tipica dell'età giovanile. Quando nello specifico questo "indurimento" riguarda le pareti dei **vasi sanguigni** e in particolare quelli più periferici, i **capillari**, responsabili degli scambi gassosi a livello degli organi più periferici, orecchio, cervello o arti inferiori, che di ossigeno hanno un gran bisogno, le manifestazioni funzionali sono fa-

cilmente riconducibili all'età avanzata e riconoscibili: stanchezza agli **arti inferiori**, **affaticamento** generale, vuoti di **memoria**, disturbi dell'**udito**, affaticamento della **vista**.

Non è la memoria intesa come funzione attiva del cervello che viene a mancare, così come non è l'orecchio in sé che perde colpi: è l'indurimento dei capillari che, comportando una riduzione dell'**apporto di ossigeno** per un ridotto scambio gassoso a livello cellulare, porta a una limitazione funzionale dell'organo stesso. Ci stanchiamo di più quando camminiamo, ricordiamo con difficoltà dove abbiamo messo le chiavi di casa o il nome dell'attore famoso e dobbiamo alzare di più il volume della nostra televisione. In sostanza, escludendo casi di patologie conclamate dell'organo, i disturbi della senescenza legati agli organi periferici sono sicuramente da attribuire a una riduzione progressiva di apporto di ossigeno agli stessi.

È qui che dal punto di vista fitoterapico trova la sua "ragione di vita" la foglia dell'albero Ginkgo Biloba e il suo fitocomplesso. Cerchiamo allora di avvicinarci a questo rimedio con chiarezza e serietà per godere al massimo della sua "ricchezza" terapeutica. Le sue preparazioni sono utilizzate con successo nel trattamento dei sintomi di **insufficienza circolatoria cerebrale**, nelle conseguenze da ictus, negli acufeni, nelle sindromi vertiginose, nella cefalea, nel calo della memoria.

L'estratto secco standardizzato e titolato in flavonoidi 24% e ginkgoidi 6% è utilizzato nelle **arteriopatie obliteranti** degli arti inferiori e nel-

UN FOSSILE VIVENTE CHE PUÒ PORTARE LONTANO

Fascia di età: dai 50 anni in su. È utile nella prevenzione delle patologie circolatorie dovute al passare degli anni, ma anche per la sua azione antiossidante intesa come rallentamento dell'invecchiamento cellulare.

Campo d'azione: disturbi legati a un ridotto apporto di ossigeno ai tessuti, problemi della senescenza.

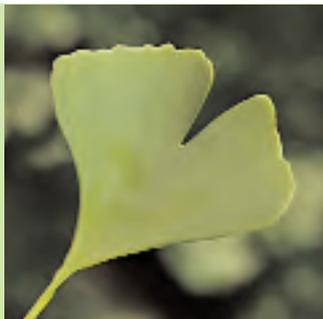
Indicato per: cali di memoria, riduzioni della funzione uditiva e visiva, stanchezza e dolori agli arti inferiori legati a una circolazione periferica non ottimale.

Coadiuvante nelle terapie per contrastare il morbo di Alzheimer e la malattia di Raynaud.

Forme farmaceutiche da utilizzare: estratto secco titolato e standardizzato per un dosaggio sicuro. Consigliato anche l'uso della tintura madre.

Associazioni consigliate: eleuterococco e ginseng per l'azione adattogena.

Avvertenze: attenzione alle interazioni farmacologiche, in particolare con gli anti-coagulanti e antiaggreganti piastrinici per il potenziamento dell'azione.



la **malattia di Raynaud** dove si ottiene una riduzione notevole della sintomatologia dolorosa.

Occorre sottolineare che molti studi confrontati con placebo hanno



messo in risalto un innalzamento della vigilanza e quindi un miglioramento della qualità della vita in soggetti anziani. Anche nella ricerca di terapie utili ai soggetti affetti da **Alzheimer** ha trovato riscontro l'uso di estratto titolato di Ginkgo biloba, evidenziando negli stessi un significativo miglioramento delle funzioni cognitive. Sicuramente, con il proseguo degli studi avremo altre conferme in tal senso.

Gli **effetti collaterali** sono rari: al limite turbe digestive o cefalee. Molta attenzione richiede invece la possibilità di **interazioni** con altre sostanze farmacologicamente attive; e ciò vale particolarmente per i soggetti anziani.

Da evitare assolutamente la combinazione di Ginkgo con farmaci anti-coagulanti o che inibiscono l'aggregazione piastrinica poiché ne viene potenziata l'attività con rischio di emorragie. Da non sottovalutare la contemporanea assunzione con paracetamolo, caffeina, ergotamina. Nel caso di benzodiazepine si potrebbe avere una riduzione della loro efficacia.

Per un corretto uso della Ginkgo Biloba rivolgersi sempre al farmacista e al medico.