

Indicazioni fitoterapeutiche

(9° Parte)

Tratto da "WIKIPEDIA"

AROMATICI

Gli aromatici sono sostanze con dei forti gusti e odori perché contengono oli eterici. Essi vengono usati anche per migliorare i gusti e gli odori di altre sostanze.

- Tutte le spezie culinarie

fanno parte di questo gruppo. Hanno spesso delle proprietà antisettiche e promuovono le secrezioni e la motilità gastrointestinale (tonificanti digestivi).

Interessando inoltre l'olfatto, direttamente connesso con il sistema limbico, influiscono in modo potente (e inconscio) sulle emozioni, gli umori e gli stati d'animo, ciò che viene largamente sfruttato nell'aromaterapia con gli:

- oli essenziali

Assolutamente da rispettare sono i sottilissimi dosaggi e le simpatie e avversità individuali, proprio perché si tratta di meccanismi non volontariamente controllabili. Esempio: usare l'aglio per una persona che lo detesta o nelle dosi individualmente esagerate è molto malsano (perché organicamente stressante), malgrado le sue proprietà "antisclerotiche".

BATTERICIDI

I battericidi inibiscono la proliferazione dei batteri, in parte direttamente perché sono citotossici, in parte tramite la stimolazione della difesa immunitaria come p.es.

- lavanda
- melaleuca
- eucalipto,
- chiodo di garofano
- indago
- aglio
- mirra
- echinacea
- assenzio.

Praticamente tutti gli oli essenziali e tutte le sostanze astringenti sono battericidi o antisettici dermici e mucotici.

CARDIOTONICI

I cardiotonici aumentano la forza cardiaca e sono spesso diuretici:

- digitalis
- strofanto
- crataegus
- convallaria
- scilla marittima
- leonurus
- ginestro
- ...



Athesis - www.athesis-herbs.com

Visto che possono avere degli effetti notevoli, è meglio lasciare all'esperto l'applicazione e il dosaggio.