

Per una buona azione disintossicante, orientatevi **con l'ortica, con l'equiseto, con la camomilla**, le prime tre piante medicinali che trovate qui di seguito.

Le altre piante medicinali sono per patologie particolari, e per eventuali approfondimenti.

L'ORTICA

(URTICA DIOICA, URTICA URENS)

In un dipinto del tedesco Albrecht Dürer, un angelo del Signore offre all'Altissimo una pianta di ortiche, quale dono della terra al cielo. Evidentemente, il committente dell'opera era a conoscenza delle virtù terapeutiche dell'ortica, ed intendeva esprimere, attraverso il dipinto, l'importanza di questa pianta medicinale nel trattamento delle malattie: tant'è vero che essa può essere considerata addirittura degna di Dio, trasvolata verso l'Onnipotente, per le mani di un angelo suo.

Pianta negletta, selvatica, considerata dai contadini erbaccia da eliminare, **l'ortica** punge chi viene a contatto con essa, quasi a volere spingere gli uomini a prenderla in considerazione, per poterne capire il grande valore. Dotata di una **notevole attività diuretica**, esercita una funzione di stimolo e di regolazione sui dispositivi fisiologici, deputati a filtrare il sangue e gli altri liquidi organici, per eliminare le scorie presenti in essi. **Attività**, quindi, **antitossiemica** di notevole importanza, ai fini del mantenimento di una buona salute, o per superare gli stati di malattia; oltre, anche, ad una **funzione antianemica**, in quanto i principi attivi dell'ortica stimolano efficacemente tutti gli organi emopoietici, quelli cioè che provvedono a produrre gli elementi figurati del sangue, i globuli rossi in modo particolare.

Una buona abitudine sarebbe quella di bere, **ogni giorno**, un quarto nella mattinata, ed uno nel pomeriggio, di una tisana di ortiche, preparata nel modo seguente: fate bollire mezzo litro d'acqua, spegnete, aggiungete due cucchiaini di ortiche, filtrate dopo 5 minuti (o dopo mezzo minuto, secondo le indicazioni di Maria Treben). Bevetene un quarto, a piccoli sorsi, possibilmente distanziati, dalle ore 10:00 alle 12:00, nella mattinata, e l'altro quarto nel pomeriggio, lontano dai pasti; potete usare indifferentemente le foglie o le radici della pianta medicinale, che è opportuno comprare in erboristeria. Tuttavia, se siete capaci di riconoscere le ortiche, e siete certi che esse non siano venute a contatto di fattori inquinanti - fabbriche vicine, pesticidi usati da contadini confinanti, scoli d'acqua carica di sostanze chimiche, ecc. - potete usarle per le vostre tisane, sia fresche sia allo stato secco. Per poterle conservare, dovete prima essicarle, raccogliendole in piccoli fascetti - che appenderete in un luogo ventilato - ma non esponendole mai al sole; dopodiché le sbriciolate, e le mettete in vasetti di vetro ben chiusi, e le potete usare nell'arco di un anno.

Secondo R. Willfort e M. Treben, l'uso delle ortiche, secondo la tradizione popolare, trova indicazione nei seguenti casi:

- **le epatopatie;**
- **le colecistopatie;**
- **le malattie della milza, anche se di natura neoplastica (cioè, tumori della milza!);**
- **la gastrite;**
- **l'ulcera gastrica e/o gastroduodenale;**
- **le ulcere intestinali;**
- **i disturbi della funzione digerente;**

- **le malattie delle vie respiratorie**; in caso di malattie polmonari, è consigliabile aggiungere alla tisana abbondante miele, suggerisce R. Willfort, quando la bevanda ha raggiunto la temperatura ambiente;
- **le malattie a carico degli organi e delle vie dell'apparato urinario**;
- **le emopatie**, cioè le malattie che colpiscono la produzione degli elementi figurati del sangue, come, ad es., **le anemie, le piastrinopenie**, ecc.;
- **le malattie reumatiche** - quali, ad es., **l'artrite reumatoide, l'artrosi**, ecc.;
- **le malattie vascolari** - come, ad es., **le vene varicose, le flebiti, le arteriti, l'arteriosclerosi**, ecc.;
- **il prurito**;
- **l'eczema**;
- **le dislipidemie** - quali, ad es., **l'ipercolesterolemia e l'ipertrigliceridemia**.

Praticamente, le ortiche possono essere utilizzate in qualsivoglia situazione patologica, perché hanno sicuramente da dire - o, meglio, da fare - qualcosa; per cui, quando avete dei problemi di salute, e non sapete quale cura fare, non perdetevi di coraggio, ma strappate di mano all'angelo del Dührer la pianta di ortica. Cioè, fuori metafora, andate nel giardino, o in erboristeria, a prendere le ortiche, e fate una cura di alcune settimane, bevendo perlomeno mezzo litro al giorno di tisana di ortiche, seguendo le indicazioni date sopra.

Questo caldo invito vale anche in caso di malattie gravi, quali i **tumori**, perché ne otterrete sicuri vantaggi, con nessuna controindicazione. Le ortiche possono essere utilizzate anche sotto forma di **semicupi**, come viene descritto a pag. XXX; nel corso della trattazione, vi saranno indicati i casi nei quali si ritiene utile il ricorso ai semicupi di ortiche. Tuttavia, in linea generale, ritengo di sicura utilità l'abitudine di fare un semicupio almeno una volta al mese, al di là della evidenziazione di precise malattie in corso.

Una «**acquavite di ortiche**», di origine popolare, si può ricavare con facilità, seguendo le indicazioni fornite da R. Willfort. Raccogliete due manciate abbondanti di ortiche fresche, lavatele adeguatamente, asciugatele, spezzettatele, e mettetele in un boccione di vetro di due litri, aggiungendovi un litro di un distillato di 38-40 vol.%, ricavato da cereali, o da vino, o da vinaccia, o da frutta; esponete tutto al sole, o ad una fonte di calore, per un periodo che va da 4 a 8 settimane; dopodiché filtrate. Quanto alla natura del distillato, per la verità Willfort cita solo un distillato di grano, e non ne specifica la gradazione alcolica; le indicazioni che ho dato io, sono sulla base della ricerca relativa alla preparazione dell'«amaro svedese». Invito, pertanto, il lettore, che volesse preparare questa acquavite di ortiche, a riguardare, con attenzione, quanto scritto sull'amaro svedese nella scheda numero X, a pag. XX, per potersi orientare meglio.

Questo preparato popolare è indicato per il trattamento delle lesioni di tipo infiammatorio, o di natura ulcerativa, della mucosa gastrica, e di quella intestinale. Se ne beve un bicchierino la mattina, a digiuno, ed uno la sera, un'ora dopo la cena, nei casi di **gastrite, acidità di stomaco, mucosa gastrica sanguinolenta, ulcera gastrica, ulcera duodenale**. Esso serve anche per **disinfettare ferite, ascessi, altre formazioni purulente, lesioni cutanee**; dopo lo shampoo, può essere usato come **lozione** per massaggiare il cuoio capelluto, nel caso che si soffra di **produzione eccessiva di forfora**.

L'ortica viene indicata, spesse volte, anche per il trattamento di **malattie neoplastiche**, utilizzata sotto forma di tisane, da sola, o in associazione con altre piante medicinali. Maria Treben descrive anche un caso di guarigione da una massa tumorale, occupante spazio all'interno del lume gastrico, da parte di una anziana signora, con il solo uso di tisane ricavate dalla infusione, in acqua bollente, di foglie di ortiche, raccolte di fresco dal giardino; il medico curante, avendo rilevato la scomparsa della massa tumorale, credette che la signora fosse stata operata, ma non vedeva intanto alcuna cicatrice. Un caso descritto con molta semplicità, e certo senza alcun approfondimento scientifico, che riferisco con altrettanta semplicità, avendo come scopo l'obiettivo di sensibilizzare me stesso, ed il lettore, sull'importanza delle terapie naturali, senza eccessive pretese, e senza facili illusioni, ma sempre con umile disponibilità ed apertura.

EQUISETO O CODA CAVALLINA (EQUISETUM ARVENSE)

L'ho consigliato, tante e tante volte, a pazienti con le malattie le più svariate, e sempre ho constatato risultati sorprendenti, o almeno, in ogni caso, soddisfacenti. L'**equiseto** adorna le rive del Clitunno, in Umbria; l'ho potuto osservare in Assisi, sulla strada che conduce a San Damiano; è facile vederlo lungo le rive di piccoli corsi d'acqua. È una pianta la cui vista è già di per sé piacevole, ma diventa di enorme interesse, se si studia di quante virtù curative è dotata.

La coda cavallina può essere utilizzata per **applicazioni locali**, seguendo le indicazioni date a pag. XX sull'**«equiseto al vapore»**. Quando? Io direi ogni volta che volete, e che potete, per tutti i mali che desiderate curare. Intanto, si tratta di impacchi locali, di applicazioni esterne, per le quali non è prevista alcuna controindicazione. La stessa cosa si dica per i **semicupi**, che possono essere utilmente praticati, in modo rutinario, al ritmo di uno per settimana, quando volete curare malattie che interessano gli organi che si trovano nel bacino, o volete attivare e migliorare la circolazione degli arti inferiori, e degli organi addominali. Sul modo di procedere, è scritto alle pagg. XX-XX.

Maria Treben caldeggia l'uso dell'equiseto, sotto forma di semicupio, in tutte le **malattie a carico delle vie urinarie**, proponendo una contemporanea assunzione della tisana di equiseto, quando si volesse fare un lodevole tentativo di eliminare eventuali **calcoli**. La particolare efficacia dell'equiseto nel trattamento di tutte le patologie degli organi dell'apparato urinario, è sottolineata tanto dalla Treben, quanto da R. Willfort; ambedue consigliano di utilizzare la coda cavallina sia sotto forma di tisane, sia per semicupi. Nomi famosi di **medici e professori di medicina ufficiale** sono citati da R. Willfort quali convinti sostenitori dell'uso dell'equiseto, per combattere svariate e gravi malattie. Eckstein, Flamm, Seel, Unna, sostengono che l'alto contenuto di **acido silicico solubile** dell'equiseto è alla base della capacità che hanno, le tisane di coda cavallina, di portare a completa guarigione le **ulcere gastriche, fistole dell'intestino crasso, lesioni cancerose, ulcere della gamba**.

Ancora Willfort sostiene che ricerche recenti hanno portato alla conclusione che l'uso prolungato dell'equiseto è capace di bloccare la crescita di **tumori maligni** (!), e di indurre anche una inversione di tendenza, nel senso di portare la neoplasia ad una totale sua atrofia (=«zum Absterben»).

Anche M. Treben è decisa, quando **afferma che «ogni tumore maligno - sia esso esterno, sia esso situato all'interno del corpo - viene ridotto al silenzio, e generalmente anche dissolto, dall'uso dell'equiseto»**, assunto con regolarità sotto forma di tisana, oppure applicato sul corpo sotto forma di «equiseto al vapore» («Apotheke Gottes», pag. 288).

R. Willfort riporta tutto un elenco delle malattie delle vie urinarie che si possono trattare con l'equiseto, sotto le forme combinate di tisane, e di semicupi; si tratta, in effetti, di tutti i disturbi che interessano le funzioni degli organi dell'apparato urinario, in primis di **reni e vescica urinaria**, anche se assumessero forme gravi, **con o senza renella e calcoli**. Ottimi risultati si ottengono, con l'uso dell'equiseto, nel trattamento dell'**idropisia**, sia di origine renale, oppure dovuta ad un indebolimento della funzione cardiaca; come pure è utile, la terapia con la coda cavallina, per la rimozione degli accumuli patologici di liquidi, che si possono verificare in determinati distretti, in seguito a **pericardite**, o a **pleurite, non secche**.

R. Willfort e Maria Treben sottolineano l'importanza dell'uso della coda cavallina in forme particolari di emorragie, quali, ad esempio, **emorragie dello stomaco, ematemesi** - cioè emissione di sangue con il vomito - **emorragie urinarie**, provocate dalla presenza di calcoli nelle vie urinarie. Naturalmente, si consiglia la tisana di equiseto alle donne che abbiano un ciclo mestruale eccessivamente abbondante. Sciacqui frequenti della bocca sono indicati in tutte le patologie del

cavo orale, quali **gengivorree** - cioè gengive sanguinanti - **gengiviti, stomatiti, piorrea alveolare; gargarismi, poi, in caso di tonsillite, faringite, laringite.**

Il principio attivo numero uno dell'equiseto è stato individuato nell'**acido silicico**, che starebbe alla base della cosiddetta «**terapia dell'acido silicico**», la quale - secondo **i medici ricercatori Flamm, Kroeber, Seel** - se portata avanti per mesi, o anche per anni, può riportare alla guarigione completa di tutti i processi patologici polmonari, provocati dalla **tubercolosi**; le stesse caverne caseose vengono riparate con esito cicatriziale, secondo **il dott. Kühn**. L'assunzione sistematica delle tisane di equiseto, porta al superamento totale della emottisi - cioè della emissione di sangue dalla bocca, di provenienza polmonare: è quanto sostengono **il prof. universitario dott. F. Eckstein, ed il dott. S. Flamm**, i quali indicano l'equiseto quale trattamento d'elezione anche della **carie ossea**.

Dal momento che è certa una profonda attività depurativa del sangue, esercitata dalla coda cavallina, si può tranquillamente concludere che lo spettro d'azione di questa straordinaria pianta medicinale è sicuramente di 360 gradi. La purificazione del sangue è alla base della guarigione di **tutte le malattie della pelle**, anche di quelle considerate gravi, o addirittura inguaribili; l'assunzione prolungata delle tisane di equiseto, perciò, non può non essere indicata nell'**eczema**, nel **lupus**, in tutte le **lesioni cutanee**, nell'**acne**, nella **psoriasi**, ecc. Ottimo attivatore del metabolismo generale, l'equiseto rimuove efficacemente anche tutti i liquidi stagnanti, li canalizza, riportando ordine nel mare magnum del liquido extracellulare (il LEC), la cui omeostasi è alla base della salute generale, ed il cui squilibrio è sinonimo di malattia.

Da questa pianta medicinale, dalle credenziali ottime, si ricava la tisana nella maniera seguente: **fate bollire un quarto d'acqua assieme ad un cucchiaino abbondante di equiseto - che va aggiunto all'acqua prima di metterla sul fuoco - per un minuto, spegnete, filtrate dopo un minuto**. Naturalmente, se si tratta di mezzo litro d'acqua, aggiungerete due cucchiaini abbondanti di equiseto, e così via. Se non avete indicazioni particolari da qualche eventuale specialista che vi stia curando, e volete trattare qualche malattia con la coda cavallina, bevete ogni giorno, anche per lunghi tempi, mezzo litro di tisana di equiseto; vi tranquillizzi il fatto che **non ci sono controindicazioni, né pericoli di effetti collaterali**. Interromperete il trattamento, solo quando avrete risolto il problema di salute in maniera adeguata. **Intanto, al di là di terapie di malattie specifiche, il mio consiglio è l'uso sistematico, di tanto in tanto, di cicli, più o meno lunghi, di assunzione quotidiana di tisane di coda cavallina, per purificare il sangue, e per prevenire le malattie. L'equiseto, a quanto pare, ha tutte le carte in regola.**

IL BIANCOSPINO (CRATAEGUS OXYACANTHA)

Il biancospino è la «**pianta del cuore**», e, secondo un'antica leggenda, sarebbe germogliato dal bastone da viandante di San Giuseppe. È un ottimo regolatore della pressione arteriosa, in quanto normalizza sia l'alta pressione, che quella bassa; esso è, cioè, un **normotensivo**. È quanto riporta R. Willfort, sulla base di ricerche ed osservazioni cliniche, condotte da studiosi quali Mattausch, Seel, ed altri. Fatto, questo, che tranquillizza chiunque ne facesse uso, non dovendosi preoccupare di eventuali contraccolpi di tipo ipertensivo, o di tipo ipotensivo.

La tisana si prepara nella maniera seguente: fate bollire l'acqua, spegnete, aggiungete un cucchiaino abbondante di biancospino, filtrate dopo 5 minuti. Chiunque ne volesse fare uso - nel caso delle patologie che indico tra poco, o, a prescindere da esse, solo per dare un equilibrio di base alla

circolazione sanguigna generale - ne beva, anche per lunghi tempi, e senza doversi preoccupare di eventuali effetti collaterali, un quarto nella mattinata, e uno nel pomeriggio, a sorsi distanziati, lontano dei pasti.

Ecco, schematicamente, le malattie per il cui trattamento è indicata la tisana di biancospino, secondo quanto è scritto da R. Willfort, nel suo libro «Gesundheit durch Heilkräuter», alla voce «Weissdorn»:

- **Disturbi funzionali del cuore, dovuti allo stress (la malattia del manager); per questi disturbi, il biancospino è più efficace della stessa digitale.**
- **Disturbi cardiaci dovuti alla vecchiaia.**
- **La miocardite.**
- **L'arteriosclerosi.**
- **Disturbi cardiaci di origine nervosa (pseudoangina pectoris).**
- **Vizi valvolari.**
- **Edema polmonare.**
- **Coronaropatie.**
- **Cardiodilatazione.**
- **Cuore adiposo.**

Per questi disturbi, il biancospino può essere preso da solo, come indicato sopra, oppure in una miscela, assieme alla cardiaca e alla melissa, secondo i seguenti rapporti ponderali: **biancospino 50 gr., cardiaca 25 gr., melissa 25 gr.** Fate bollire mezzo litro d'acqua, spegnete, aggiungete 2 cucchiaini della miscela, filtrate dopo 3 minuti. Bevetene un quarto nella mattinata, e un quarto nel pomeriggio, a sorsi. Se volete addolcire, aggiungete un cucchiaino abbondante di miele alla tisana, quando ha raggiunto la temperatura ambiente.

Inoltre, tenete presenti le seguenti note:

- Il cardiopatico, anche se può prendere il biancospino con tutta tranquillità, non deve sentirsi autorizzato a fare a meno del cardiologo. Il biancospino può solo aiutare, ma non sostituisce il cardiologo.
- **Il biancospino è disponibile anche sotto forma di compresse, capsule, perle**, che si possono prendere tranquillamente, nella quantità di due-tre al dì. Per altri eventuali preparati, attenetevi alle indicazioni date nelle confezioni; **nel caso di soluzioni idroalcoliche di biancospino**, un dosaggio medio consiste in 40-45 gocce, diluite in un po' d'acqua, da prendere tre volte al dì, mattino, pomeriggio e sera tardi.
- Il settimanale «Tu» dell'11 sett. 2000, a pag. 28, riferisce che il biancospino è una di quelle piante medicinali che «sono state sperimentate ottenendo un riconoscimento medico scientifico»: e che esso «diventa tossico» solo se è assunto mentre è in corso una terapia farmacologica con «farmaci contro le aritmie (digitalici)».

LA CALENDULA (CALENDULA OFFICINALIS)

Imparate a conoscere la calendula, che avrete forse visto tante volte, ma non ne conoscete il nome, né tantomeno lo straordinario potere curativo. Molte famiglie la coltivano, e la usano quale pianta ornamentale, senza sapere che hanno a portata di mano un fiore, che può curare persino delle lesioni tumorali, anche maligne. **Essa è, difatti, indicata per il trattamento di tutte le manifestazioni neoplastiche - cioè per la terapia dei tumori - da parte di illustri medici, quali il dott. W. Bohn, il dott. Halenser, il dott. Stäger, il docente universitario dott. H. Seel di Berlino, il dott. Flamm di Bad Wörishofen, il professore universitario F. Eckstein di Freiburg, ed altri.**

È R. Willfort che propone questo elenco di studiosi ed operatori del mondo della medicina ufficiale, per mettere in giusto risalto l'importanza dell'uso della calendula anche nella terapia dei tumori. Intanto, già al tempo suo, Pfarrer Kneipp utilizzava la pianta a questi scopi terapeutici antineoplastici, sulla base, anche, di quanto veniva indicato, in antichi manoscritti, sull'uso delle erbe medicinali. **Le virtù antitumorali della calendula sono state documentate anche in America, dal medico ricercatore dott. Drwey.**

Sulle lesioni tumorali la calendula agisce direttamente, se viene applicata localmente sotto forma di «Ringelblumensalbe», «Ringelrosenbutter», «Ringelblumentinktur». Willfort e Treben riportano le ricette per la preparazione di queste tre forme, nelle quali la calendula può essere utilizzata per combattere i tumori.

- ❑ **Ringelblumensalbe:** si tratta né più né meno che della «pomata di calendula», per preparare la quale il lettore può riguardare quanto scritto estensivamente a pag. XX.
- ❑ **Ringelblumentinktur:** la tintura di calendula si prepara mettendo assieme una mano piena di fiori di calendula e mezzo litro di un brandy di 38-40 gradi, in una bottiglia di vetro, e filtrando dopo 5-6 settimane. Quando volete usare la tintura per applicazioni locali, dovete diluirla in un po' d'acqua, fatta bollire.
- ❑ **Ringelrosenbutter:** questa pomata si prepara molto facilmente, semplicemente mischiando bene assieme burro, ricavato dal latte di capra, e fiori, foglie e steli di calendula, finemente tagliuzzati.

Questi tre preparati naturali, dal momento che vengono indicati quali ottimi rimedi nel trattamento di lesioni tumorali, anche si trattasse di tumori maligni, possono essere usati efficacemente in tutte le altre lesioni e malattie, sempre per applicazioni locali, sulle regioni corporee, interessate dal male che si vuole curare.

La tisana di calendula si prepara facendo bollire l'acqua, si spegne, si aggiunge un cucchiaino di calendula per ogni quarto d'acqua, si filtra dopo 5 minuti. La calendula in forma di tisana, da sola o in associazione con altre piante medicinali, è indicata in tutti i trattamenti naturali dei **tumori**, per le malattie a carico dell'apparato digerente - quali ad es. **ulcere gastriche e gastroduodenali, crampi allo stomaco, diarrea, colite, ecc. ...** - in caso di **idropisia**, e per il trattamento di **ematurie** - quando, cioè, sia presente sangue nelle urine. Quanto, poi, al trattamento specifico dell'**ulcera gastrica**, R. Willfort propone una miscela di erbe, composta da: calendula 10 gr.; ortiche 10 gr.; veronica 10 gr.; corteccia di quercia 10 gr.; chelidonio 10 gr.

Consiglia di bere mezzo litro al giorno - senza zucchero, a piccoli sorsi distanziati, lontano dai pasti - di una tisana ricavata da questa miscela, facendo bollire l'acqua, spegnendo, aggiungendo 2 cucchiaini abbondanti della miscela, filtrando il tutto dopo 5 minuti.

Consegno le poche notizie, date frettolosamente in queste pagine, specialmente quelle (straordinarie, certo!) relative all'attività antitumorale della calendula, a tutti gli studiosi che operano nel campo della ricerca con animo libero da preconcetti, con la speranza che l'argomento sia approfondito, per amore della scienza, e per il conforto dei sofferenti.

NOTA BENE:

- Chi volesse addolcire la tisana di calendula da bere, veda quanto scritto alle pagg. XX-XX.
- Altro sulla calendula il lettore lo può trovare consultando l'indice analitico alle voci «calendula» e «pomata di calendula».

LA CAMOMILLA (MATRICARIA CHAMOMILLA)

Un olio essenziale, ricco di azulene, è il segreto della camomilla, che rende questa pianta medicinale l'erba più conosciuta dal popolo, la più usata; R. Willfort fa notare che essa è anche la pianta medicinale più studiata e sperimentata dalla scienza ufficiale. E ben merita tanta fama, essendo dotata di una incomparabile capacità di lenire tutte le sofferenze dovute a processi infiammatori.

Per preparare la tisana di camomilla, fate bollire l'acqua, spegnete, aggiungete un cucchiaino abbondante di fiori di camomilla per ogni quarto d'acqua, filtrate dopo 5 minuti. Della tisana così preparata potete farne un triplice uso, così come indico schematicamente qui di seguito, sulla base di quanto scrive R. Willfort, a proposito della camomilla.

- **Impacchi locali:** applicazioni locali con stoffa, oppure ovatta, imbevute con tisana di camomilla calda, fanno guarire tutte le **lesioni cutanee**, sia quelle con cui si associa un processo infiammatorio, sia quelle che assumono una espressione patologica particolare, del tipo delle **lesioni tumorali, foruncoli, ascessi, ulcere a carico degli arti inferiori, processi suppurativi del letto ungueale**. Sono stati segnalati ottimi risultati nel trattamento locale di forme anche gravi di **eczema** e di **scabbia**. **Le forme catarrali della congiuntivite, le otiti, le cistiti, la minzione dolorosa, lesioni anali, le emorroidi**, trovano negli impacchi locali con camomilla un rimedio di primissimo ordine. Osservazioni cliniche, eseguite a Friburgo dal **professore universitario dott. Franz Eckstein**, hanno evidenziato **l'alto potere germicida** della camomilla; tanto è vero che, applicazioni locali su **formazioni purulente, associate a lesioni neoplastiche** - carcinomi - hanno posto termine alla fuoriuscita di pus, ed al caratteristico maleodore, associato a questo stato patologico.
- **Sciacqui e gargarismi:** il medico primario dott. H. Brenner garantisce una totale guarigione dall'**afta epizootica**, se il paziente fa degli sciacqui continui della bocca con la tisana di camomilla, per tutta la giornata, ogni quarto d'ora; confermando, così, la grande capacità della camomilla di uccidere i germi patogeni. Trattenere in bocca, per qualche momento, un po' di tisana calda di camomilla, è il primo soccorso contro il fastidiosissimo **mal di denti**. **L'infiammazione della mucosa orale, la tonsillite, la faringite**, possono essere trattate con sciacqui e gargarismi con la tisana calda di camomilla; naturalmente in associazione con altre opportune misure terapeutiche. **In caso di stitichezza**, per ammorbidire il contenuto intestinale dell'ultimo tratto dell'intestino, è utilissimo usare la tisana di camomilla, sotto forma di clistere.
- **Le tisane di camomilla:** intanto, va detto che è sempre opportuno associare all'uso locale della camomilla, sotto forma di impacchi e di sciacqui, l'assunzione di tisane, preparate nella maniera indicata sopra. Inoltre, l'uso della camomilla per via interna, bevuta a sorsi distanziati, lontano dai pasti, è vivamente consigliato nei seguenti stati patologici:
 - **Esaurimenti nervosi, ipersensibilità, iperreattività, facile irritabilità, nevralgie, nevralgia del trigemino, colpo della strega, stati di agitazione, insonnia, tensioni psichiche, stati di affaticamento**, ecc.
 - **Tutte le malattie a carico dell'apparato digerente**. A tal proposito va ricordato che, secondo le osservazioni cliniche fatte dal docente universitario dott. Hans Seel di Berlino, la camomilla è capace di guarire anche **le ulcere gastriche e quelle gastroduodenali**. Tra le altre patologie, vanno citate **la colite, la diarrea, le enteriti, la gastrite, le flatulenze, il meteorismo, l'iperacidità, le epatopatie, la colecistite**.
 - **Le sofferenze renali, la cistite, le altre malattie a carico dell'apparato urinario**.
 - **Le malattie dell'apparato genitale femminile**.
 - **Tutte le malattie dei bambini**, Nel qual caso, è opportuno aggiungere un po' di miele alla tisana, quando questa non sia più bollente, ma solo tiepida.

IN APPENDICE:

- ❑ **Può essere utile sapere che** la camomilla è un ottimo rimedio per rimuovere, in cucina, odori sgradevoli da piatti, da stoviglie e da altri utensili, lavando questi, alla fine dei normali lavaggi, con camomilla fredda: è quanto suggerisce alle casalinghe R. Willfort, con convinzione personale.
- ❑ **La «camomilla romana»** - *anthemis nobilis* - è indicata per il trattamento delle stesse patologie per le quali si consiglia l'uso della «camomilla matricaria». In più, rispetto a questa, contiene un olio specifico, l'«**oleum chamomillae romanae**», e, nella tradizione popolare, è molto usata dalle donne nel trattamento dei **dolori mestruali** e nelle alterazioni, in eccesso o in difetto, del flusso mestruale.
- ❑ Per completezza di informazione, ricordo che R. Breuss sconsiglia agli ipertesi l'assunzione della camomilla, ma senza dare una motivazione precisa di questo divieto.
- ❑ R. Willfort tratta della camomilla alle pagg. 242-249 dell'opera «Gesundheit durch Heilkräuter» (vedi bibliografia).
- ❑ Se volete addolcire la tisana di camomilla da bere, orientatevi con quanto scritto alle pagg. XX-XX

L'EPILOBIO

(EPILOBIUM ROSEUM, EPILOBIUM MONTANUM)

Mille e mille sono le piante medicinali indicate per il trattamento delle malattie delle vie urinarie, ma una sola promette di fare miracoli, quando si tratta di **tumori della vescica e della prostata**, ed è l'**epilobio**. Con queste proprietà straordinarie è presentato, l'epilobio, sia da Maria Treben, che da R. Breuss. Ma è soprattutto la prima ad esprimere meraviglia, sorpresa, fiducia, per le sorprendenti azioni curative esplicate da questa pianta medicinale (kleinblütiges Weidenröschen, in tedesco), anche quando si tratti di **neoplasie maligne**, per le quali si siano ormai perse tutte le speranze; confortata, in questo, dal fatto di essere stata testimone oculare di **casi di cancro, tanto della prostata, quanto della vescica**, risolti positivamente, a suo dire, dall'assunzione dell'epilobio sotto forma di tisana.

La pianta le fu suggerita, per la prima volta, da un vicino di casa, con l'indicazione precisa del trattamento di **tutte le forme di malattia della prostata e della vescica**, e, come ultimo tentativo, in caso di malattie tumorali. La mamma, prima di morire, le raccomandò di non dimenticare l'epilobio, e di tenerne sempre una scorta in casa, per poter aiutare tutti i sofferenti di **ipertrofia prostatica**, o di **malattie gravi della vescica**; la pianta cresce solamente nelle stagioni calde, e bisogna conservarla essiccata, in vasetti di vetro, per la stagione fredda. In quel 1961, anno della morte della mamma, la Treben aveva dimenticato di raccogliere, in estate, l'epilobio per l'inverno; e solo per caso, e per volontà di Dio, riuscì a trovare, in ottobre, quelle due sole pianticelle ingiallite, con le quali, tuttavia, poté aiutare un ammalato, affetto da **cancro della vescica**, a superare la fase più critica, e ad uscire fuori pericolo di morte. Da allora, Maria Treben ha avuto modo di aiutare **diverse centinaia di sofferenti di prostata, o di vescica**. Mi sono preso la briga di contare il numero delle testimonianze relative a guarigioni da malattie della prostata mediante l'uso dell'epilobio, riportate nella brochure «Maria Treben's Heilerfolge»; il risultato è stato davvero confortante, e più che lusinghiero, fermo restando che si tratta di testimonianze non controllate da un'équipe medica, per i necessari riscontri scientifici. In quattro casi, si parla di guarigioni complete da tumori maligni, diciassette testimonianze sono relative a patologie della prostata di differente gravità, e due casi riguardano stati di ipertrofia prostatica.

Un problema si pone, ed è relativo alla non facile reperibilità della pianta presso le erboristerie. Tuttavia, a tanto si può ovviare, pregando i gestori delle erboristerie di procurare l'epilobio, seguendo i loro canali preferenziali; intanto, scrivo, qui di seguito, l'erboristeria austriaca, indicata dalla stessa Maria Treben, la quale si è imbattuta nel problema, quando, avendo scoperto la miracolosità dell'epilobio, ha dovuto constatare quanto questa pianta medicinale sia poco nota agli erboristi, ed alle erboristerie. L'indirizzo è il seguente: Antonius Drogerie Seiser, Hochstrasse 1, A-4522 Sierning, Austria.

L'epilobio si prepara nella maniera seguente: fate bollire l'acqua, spegnete, aggiungete un cucchiaino abbondante d'epilobio per ogni quarto d'acqua, filtrate dopo 5 minuti. È opportuno berne un quarto la mattina presto, a digiuno, a piccoli sorsi distanziati, e un quarto la sera, entro un'ora prima della cena - cioè, da quando avete finito di bere l'epilobio, all'inizio della cena, deve passare un'ora circa. Un'altra maniera di bere l'epilobio può essere questa: un quarto lo bevete a sorsi distanziati dalle 10:00 alle 12:00, e l'altro quarto nel pomeriggio, lontano dai pasti.

LA MALVA

(MALVA SILVESTRIS, MALVA ROTUNDIFOLIA)

Se vi trovate in un luogo solitario, lontano dai centri abitati, e vi imbattete in una pianta di malva, state tranquilli che, nelle immediate vicinanze, c'è qualche casolare; questa pianta medicinale è così importante che, anche se è negletta, non apprezzata, non riconosciuta per quello che vale, è sempre là, a due passi dall'uomo, per poterlo aiutare al momento opportuno. Imparate a saperla riconoscere, e vi accorgete presto quant'è diffusa un po' dovunque, ed anche in abbondanza; e, quando è in fiore, è piacevole a guardarsi.

La malva trova indicazione - in primis - in tutte le **malattie dell'apparato respiratorio**, persino nel trattamento dell'**enfisema polmonare**, e del **carcinoma della laringe**. Ma, prima di procedere all'elencazione delle varie malattie che si possono trattare con la malva (elencazione che si ricava dalle indicazioni date da R. Willfort, e da Maria Treben), è necessario descrivere la maniera corretta di preparare le tisane di malva.

Procedete nel modo seguente: mettete in un quarto d'acqua fredda 1 o 2 cucchiaini abbondanti di foglie, o fiori, o foglie e fiori assieme di malva, lasciate in infusione a freddo per 8 ore circa, filtrate, riscaldate un poco la tisana, conservatela in un termos, per poterla consumare tiepida, a sorsi distanziati, durante la giornata, lontano dai pasti. Potete utilizzare tanto foglie e fiori della pianta fresca - se la sapete riconoscere, e raccogliere nella maniera più corretta - oppure la malva comprata presso le erboristerie. Se volete addolcire la tisana, aggiungete del miele.

Ecco l'elenco, necessariamente generico, delle malattie che potete curare con la malva:

- **Tutte le affezioni a carico delle vie respiratorie** - quali, ad es. **la tosse, il catarro bronchiale, la raucedine, la laringite, l'enfisema polmonare, la bronchite**. Sono opportuni dei gargarismi, associati alle tisane, in caso di **raucedine** o di **faringite**. Tutti i particolari relativi al trattamento più specifico della **laringite**, il lettore potrà trovarli alle pagg. XXX-XXX. **Anche lo spasmo della laringe** può essere trattato in questo modo, con successo.
 - **Le infiammazioni del cavo orale** vanno trattate, utilmente, con colluttori di tisana di malva.
 - Le tisane di malva risolvono rapidamente **le coliche addominali**, dovute a stati di sofferenza dello stomaco, o dell'intestino, e trovano una specifica indicazione nella **dissenteria**.
 - **Anomalie nella minzione, ritenzioni urinarie, emissione delle urine con dolore**.
 - La quantità media giornaliera di tisana di malva sia di mezzo litro, o di tre quarti, in mancanza di altre specifiche indicazioni.
- **La malva nella storia** (da R. Willfort). Già più di 500 anni fa, i Cinesi usavano la malva, per le terapie nei disturbi a carico della funzione digerente, e per la sua attività mucolitica. Mosè la diede a degli ammalati, per combattere il loro stato febbrile. I Pitagorici la consideravano pianta curativa. Dioscoride e Plinio ne sottolineano l'efficacia nel lenire i dolori, le sue virtù quale emolliente, la funzione mucolitica. In tutti i manoscritti di erboristeria del Medioevo, la malva occupa un posto di primo piano.

LA PIANTAGGINE

(PLANTAGO LANCEOLATUM MAIOR E MINOR)

Nell'anno 1977, una anziana signora austriaca vedeva scomparire un **linfoma**, localizzato sul lato destro del collo, un poco al di sotto dell'orecchio, di notevole grandezza. Il miracolo lo aveva compiuto - nel giro di soli 10 giorni - **la piantaggine**, maciullata, ridotta ad una poltiglia, ed applicata sulla massa tumorale, rinnovando l'impacco ogni dodici ore, secondo le indicazioni date da Maria Treben, che riporta questo evento nella sua brochüre «Apotheke Gottes», alla pag. 79. E perché non ci siano dubbi sulle **spiccate virtù antitumorali** di questa comunissima, e tanto negletta pianta medicinale, alla pag. 88 dello stesso volume la Treben scrive: **«I tumori maligni, che si trovano localizzati sulla superficie corporea, nel tessuto cutaneo, vengono eliminati dalla piantaggine. La maggior parte di essi scompare nel breve spazio di tempo di dieci giorni»**.

Al di là di questo sorprendente uso antitumorale delle foglie della piantaggine, si registra la loro utilizzazione per un numero svariato di situazioni di emergenza, nelle quali si ha una lesione dei tessuti cutanei, ed anche di quelli profondi. **È sufficiente stropicciare le foglie quanto più si può, e applicarle, così schiacciate, sulle lesioni cutanee, sulle ferite, sulle piaghe, sulle punture di insetti, sui morsi di animali** (anche di vipere, come primo pronto intervento), per essere tranquilli che non si avranno spiacevoli conseguenze: è quanto scrivono sia R. Willfort, che Maria Treben, sulla base di una salda e antichissima tradizione popolare, la quale ha tenuto da sempre in alto onore questa pianta medicinale.

Essa viene anche definita **«Wundheilmittel»**, cioè un farmaco naturale d'elezione per la **rapida guarigione delle ferite**, per il suo alto potere antinfiammatorio e cicatrizzante, nello stesso tempo. La Treben riferisce di un ampio uso della pianta da parte dei contadini, i quali facilmente vanno soggetti a lesioni traumatiche di vario genere, e di varia gravità: lei ha visto contadini utilizzare la piantaggine, stropicciata e applicata direttamente sui tagli, senza neppure preventivamente lavarla, ma senza avere per questo sorprese di superinfezioni; anzi, ha osservato che le lesioni guarivano ugualmente, e con rapidità, nonostante il grave non rispetto delle necessarie misure di igiene. Il che può dare un'idea precisa dello straordinario potere disinfettante e germicida a 390 gradi della piantaggine.

Data l'importanza dell'uso della pianta fresca - sia per eventuali terapie antitumorali, sia per un primo pronto intervento in caso di ferite accidentali in luoghi isolati, lontano da ospedali o da altri centri di pronto soccorso - **è necessario che impariamo a riconoscerla**. Il che è abbastanza facile, perché la piantaggine, sia la minor, sia la maior, è nota a molti contadini e a tante persone anziane; d'altra parte, possiamo sempre far ricorso alle fotografie della pianta, così come si possono rinvenire nei comuni libri di erboristeria, o anche in tante enciclopedie, per poi imparare a riconoscerle anche in natura. Una volta che l'avrete identificata, ve la troverete sempre tra i piedi, essendo una pianta ubiquitaria, molto comune.

La **«plantago lanceolata minor»** presenta un caratteristico stelo centrale, che si innalza verso il cielo, quasi a voler captare, come una antenna, i benefici raggi dell'energia cosmica vitale; per poterli, poi, donare all'uomo, il quale, non riconoscendo la potenza della pianta, e la sua generosità nel ridare la salute, non esita a calpestarla, e a distruggerla come erbaccia da eliminare. La **«plantago lanceolata maior»**, poi, ha delle foglie larghe, che si aprono verso l'alto, quasi a formare una coppa, non gelosa di sé, ma pronta a farsi cogliere e lacerare, per lenire e curare le ferite dell'uomo.

L'antica medicina cinese ha sempre tenuto in alta stima e considerazione la piantaggine, così come gli antichi Greci e Romani; Plinio considerava il succo, strizzato dalla piantaggine fresca, un ottimo rimedio contro le spiacevoli conseguenze dei **morsi di animali selvatici**, e delle **punture dello scorpione**. Gli antichi Germani la conoscevano, e la consideravano pianta medicinale di alto valore, già prima della colonizzazione da parte dei Romani. Shakespeare loda, per bocca di Romeo, la piantaggine, quale pianta che cura le ferite («Giulietta e Romeo», atto primo). Tutti i libri di erboristeria del

Medioevo sono pieni di elogi per la piantaggine; per arrivare fino ai nostri giorni, dove aumenta sempre di più l'interesse degli studiosi per questa straordinaria pianta. **Una curiosità scientifica:** il dott. Madaus ha dimostrato che, se al sangue si aggiunge del succo fresco della piantaggine, invece di coagulare dopo 3-5 minuti - come di norma - esso coagula non prima di 24 ore! Tutte queste notizie si ritrovano in R. Willfort, op. cit., pag. 467.

La tisana di piantaggine è un ottimo rimedio contro tutte le malattie degli organi della respirazione - quali, ad es., **la tosse, la pertosse, l'asma bronchiale, il catarro bronchiale, e la stessa tubercolosi polmonare.** La piantaggine può essere usata da sola, oppure in associazione con altre piante medicinali, come nella seguente miscela, raccomandata da Willfort (op. cit., pag. 463):

- foglie di piantaggine 40 gr.;
- foglie di ortiche 20 gr.;
- pulmonaria 20 gr.;
- tussilaggine, foglie e fiori, 10 gr.;
- achillea 10 gr..

Tanto la tisana della piantaggine da sola, quanto quella della miscela, si preparano in questo modo: fate bollire l'acqua, spegnete, per ogni quarto d'acqua aggiungete un cucchiaino abbondante di piantaggine, o della miscela, filtrate dopo 5 minuti. Quando la tisana è diventata tiepida, aggiungete un cucchiaino di miele.

Dalla pianta fresca in fiore, con tutte le radici, lavata, posta gocciolante in una centrifuga, si ricava **un succo**, dotato di attività curativa, per il trattamento delle seguenti malattie: **catarro cronico** - come quello intestinale - **disturbi della funzione digerente, mal di stomaco, emorragie, elmintiasi, cioè i cosiddetti vermi.** Durante la giornata, più volte, si beva un cucchiaino di succo centrifugato, diluito con l'aggiunta di mezzo cucchiaino di acqua tiepida.

LA SALVIA (SALVIA OFFICINALIS)

«**C**ur moritur homo, cui crescit salvia in horto? Quia contra vim mortis, nulla est herba in hortis». Questo scriveva la scuola medica salernitana, nel Medioevo, a proposito della salvia, intendendo significare, in quei versi, che la salvia è capace di curare tutte le malattie, e che si ferma solo davanti alla ineluttabilità dell'evento morte. La traduzione letterale dei versi latini è: «Come mai muore anche colui che tiene la salvia nel suo orticello? Perché nessuna erba dell'orto può neutralizzare la potenza della morte».

La grande efficacia della salvia nel trattamento di malattie di ogni genere dipende dal fatto che essa rilascia fattori attivi in particolar modo sul sistema endocrino, cioè sulle ghiandole che producono e rilasciano ormoni. La sua azione influenza contemporaneamente tutte le ghiandole endocrine, dando come risultato finale una ordinata orchestrazione ormonale, dalla cui equilibrata funzione dipende, in ultima analisi, la buona salute. Quello che deve tranquillizzare il lettore è che, in ogni caso, non ci sono pericoli di effetti collaterali quando si fa uso della salvia, non presentando essa controindicazioni. D'altra parte, essendo la sua efficacia operativa di 360 gradi, quando è in corso una malattia per la quale non si sa quale cura fare, si può ricorrere alla salvia senza esitazione.

Quanto al modo di preparare le tisane di salvia, due sono i metodi proposti: c'è quello della tradizione popolare, riportato anche da R. Willfort nella sua opera «Gesundheit durch Heilkräuter», e l'altro, caldeggiato da R. Breuss. Se seguite il primo metodo, fate bollire l'acqua, spegnete, aggiungete un cucchiaino abbondante di salvia per ogni quarto d'acqua, e filtrate dopo 5 minuti. Breuss, invece, consiglia di far bollire assieme l'acqua e la salvia per tre minuti, perché - egli sostiene - è solo attraverso questa bollitura, che la salvia rilascia i principi, attivi sulle ghiandole che secernono gli ormoni. Quindi, se volete preparare le tisane di salvia secondo i consigli di Breuss, procedete in questo modo: ad ogni quarto d'acqua, aggiungete uno o due cucchiaini di salvia, accendete il fuoco, e portate l'acqua e la salvia a bollitura; fate bollire per tre minuti; quindi spegnete, e filtrate dopo 10 minuti di infusione.

Tutti e due i metodi di preparazione delle tisane sono validi ai fini dell'uso terapeutico della salvia; personalmente, amo seguire il metodo suggerito da R. Breuss, quando tratto la salvia da sola, mentre l'infusione, consigliata da Willfort, la ritengo opportuna, se la salvia è miscelata ad altre erbe medicinali. Breuss attribuisce alla salvia una importanza fondamentale nel trattamento di tutte le patologie neoplastiche, cioè nella lotta ai tumori, in concomitanza con il digiuno terapeutico.

Potremmo dire, parafrasando il detto sulle mele, che «mezzo litro di salvia al giorno, leva il medico di turno». Se il sapore della tisana non è gradevole abbastanza, per addolcire la bevanda aggiungete un cucchiaino di miele, quando la tisana è pronta per essere bevuta. Nella sezione del libro dedicata al trattamento di singole patologie, indico, volta per volta, la opportunità dell'uso della salvia; tuttavia, in linea di massima, si può dire tranquillamente che la tisana di salvia trova indicazione sempre e dovunque, come ho già scritto sopra.

R. Willfort elenca una serie di azioni specifiche, esercitate dalla salvia, che riporto qui di seguito per utilità pratica del lettore, perché possa meglio orientarsi:

- ❑ La salvia è un ottimo rimedio naturale, per regolare la sudorazione, tanto se essa è eccessiva, quanto se è insufficiente.
- ❑ La salvia purifica efficacemente il sangue, esercitando una radicale azione disintossicante.
- ❑ La salvia decongestiona la mucosa delle vie respiratorie, e la mucosa gastrica, facendo ritornare l'appetito, ove questo fosse stato perduto.
- ❑ Miscelata in parti uguali con l'achillea, è indicata nel trattamento del diabete.
- ❑ La salvia esercita una notevole azione antinfiammatoria, in modo particolare negli stati infiammatori a carico dello stomaco, dell'intestino, del fegato, della colecisti, delle vie urinarie.

- ❑ Usata per irrigazioni vaginali, può portare a guarigione **la leucorrea**, cioè le perdite bianche.
- ❑ La tisana di salvia è utile per colluttori nel trattamento di patologie a carico del cavo orale, quali **stomatiti e paradentiopatie (gingiviti soprattutto)**. Usata per gargarismi, combatte **la tonsillite, la faringite, la laringite**.
- ❑ La salvia è indicata **nel trattamento di tutte le forme di alterazione del metabolismo**, nelle **malattie di natura reumatica**, nella **gota**.
- ❑ Chi avesse la **tendenza ad abortire**, può fare utile ricorso alla salvia, per tentare di superare questa particolare predisposizione.
- ❑ Quando la donna che allatta si decide per **lo svezzamento**, quanta più salvia beve, tanto prima arriva alla totale perdita del latte, senza andare incontro alle tanto frequenti e indesiderate complicazioni che accompagnano questi momenti e queste scelte.

IL VISCHIO (VISCUM ALBA)

A IL VISCHIO, PIANTA MEDICINALE

Per quanto attiene alle virtù antitumorali del vischio, si rimanda il lettore al punto B del presente paragrafo. Al di là di questa importantissima **attività antitumorale** - peraltro accertata, e documentata, anche nel campo delle ricerche della medicina ufficiale - le funzioni del vischio sono particolarmente attive su **tutte le ghiandole endocrine**, stimolandone e regolandone la sintesi e la liberazione degli ormoni, la cui azione armonica è alla base della buona salute dell'intero organismo. Una volta accertata empiricamente la sicura attività di stimolo dell'apparato endocrino da parte del vischio, è da ipotizzare che il bersaglio numero uno dei principi attivi di questa pianta medicinale sia il sistema ipotalamoipofisario, da cui dipende la normalità dell'orchestrazione ormonale.

Ecco, quindi, perché, schematicamente, il vischio è attivo su:

- ❑ **la tiroide**, per la normalizzazione e la stimolazione dell'attività metabolica generale; il vischio è indicato in **tutte le malattie della ghiandola tiroidea**;
- ❑ **il pancreas**, per cui si consiglia il vischio per combattere **tutte le forme di diabete**;
- ❑ **le ovaie**, ed ecco quindi l'attività del vischio nel normalizzare tutte le funzioni esercitate dall'**apparato genitale femminile**; esso è indicato per aiutare la donna nel delicato **periodo premenopausale e postmenopausale**, nelle malattie o nelle semplici disfunzioni di **utero ed ovaie**, nelle alterazioni della normalità del **ciclo ovarico**, e di quello mestruale, ecc.

Il vischio esercita una notevole attività vasale, regolando finemente l'equilibrio tra vasodilatazione e vasocostrizione, funzioni fondamentali per una emodinamica normale ed efficiente. Esso è, quindi, indicato per curare:

- ❑ **tutti i disturbi dell'apparato cardiocircolatorio**; esercita una **funzione normotensiva** importantissima, ed è consigliato sia nei casi di **ipertensione**, che in quelli di **ipotensione**; è un'**ottima pianta del cuore**, il quale viene potenziato nella sua funzione, normalizzato quanto ad eventuali disturbi, sanato da eventuali malattie non strettamente di natura organica; il vischio normalizza il battito cardiaco, agendo quale regolatore sia delle **tachicardie**, che delle **bradicardie**, e delle **aritmie** in genere; naturalmente, è indicato anche per le **angine pectoris**, e per le **coronaropatie**;
- ❑ **le vertigini, le cefalee vasomotorie, le emicranie**, e tutti i disturbi a carico della regione della testa, che dipendano da alterazioni circolatorie;
- ❑ **le vene varicose**;
- ❑ **l'arteriosclerosi, l'aterosclerosi, le dislipidemie**;
- ❑ tutte le forme di **emorragie interne** - quali, ad es., quelle provenienti dai polmoni, dall'utero, dal naso, ecc.... .

L'apparato digerente è anch'esso particolarmente sensibile all'azione dei principi attivi, presenti nel vischio, i quali stimolano, in modo particolare, la funzione delle ghiandole gastriche, e di quelle intestinali, per una corretta ed adeguata secrezione dei succhi digerenti, mentre operano positivamente su fegato e colecisti, per la sintesi ed il rilascio della bile, nella quantità giusta, e di qualità buona. Gli effetti, quindi, sono di una attività curativa della **stitichezza cronica**, e di tutto il corredo di fastidi che si accompagnano ad essa, quali il senso di pienezza, la flatulenza, la svogliatezza, ecc.... .

A Natale si usa regalare il vischio fresco, quale augurio di fertilità. In effetti, tanto R. Willfort, quanto Maria Treben, riferiscono che il **succo fresco centrifugato del vischio** viene indicato nella tradizione quale rimedio molto efficace della **sterilità**, laddove sia dovuta a disfunzioni dell'utero, a metrorragie - cioè emorragie patologiche dell'utero - a lesioni dell'utero, alla leucorrea - cioè le perdite bianche - precisa il Willfort. Maria Treben indica il dosaggio per l'assunzione di succo fresco centrifugato di vischio: si tratta di prendere, sciolte in un po' d'acqua, 25 gocce di succo la

mattina, a digiuno, mezz'ora prima della colazione, e la stessa quantità la sera, prima di andare a letto.

Volendo fare una cura di vischio, si può bere **una tisana di mezzo litro** al giorno, anche per lunghi tempi - e senza paura di assuefazione, o di intolleranza - **preparandola in questo modo**: mettete 4 cucchiaini di vischio **in mezzo litro d'acqua fredda**, lasciate il tutto in infusione a freddo per 6-8 ore, filtrate, e bevete, a piccoli sorsi, nella mattinata o nel pomeriggio, lontano dai pasti, e senza aggiunta di zucchero. Se mettete assieme acqua e vischio la sera tardi, potete filtrare la mattina seguente. Willfort e Treben sottolineano l'importanza di preparare le tisane di vischio in questo modo, cioè mediante una infusione in acqua fredda, e sconsigliano qualunque altro modo di preparare gli infusi di vischio.

Per mettere in giusto risalto l'importanza terapeutica di questa pianta medicinale, R. Willfort ne traccia **un profilo storico-mitologico**, a partire dall'antico popolo germanico, e dai Druidi, fino ai nostri giorni, passando attraverso l'attenzione e l'interesse per il vischio, da parte dei padri della medicina e di studiosi del mondo romano, del Medioevo, del Rinascimento. Caduto nell'oblio, recentemente è stato Pfarrer Kneipp a riportare alla ribalta il vischio, esaltandone le particolari virtù terapeutiche; l'importanza attuale del vischio per la ricerca recente e contemporanea, la si può vedere leggendo il punto B. Una curiosità dalla mitologia antica: Enea riuscì a far aprire per sé le porte del regno dell'aldilà grazie alla potenza di un ramo di vischio.

B. IL VISCHIO, PIANTA ANTITUMORALE

I farmaci antitumorali di sintesi esercitano la loro attività citostatica bloccando la divisione cellulare, quel processo, cioè, che raddoppia la cellula, inibendo i normali processi mitotici delle cellule neoplastiche; le quali hanno, tra l'altro, un accelerato e incontrollato bioritmo moltiplicativo. Purtroppo questa funzione citostatica è accompagnata da due inconvenienti: da una parte, questi farmaci agiscono in una maniera fondamentalmente indiscriminata, non essendo capaci di non colpire, oltre alle cellule tumorali, anche le cellule «self», quelle cioè che sono «proprie» dell'organismo sano; dall'altra parte, comportano inevitabilmente una concomitante immunodepressione più o meno grave, in quanto inducono il sistema immunitario a rispondere meno e con minore efficacia. Questi effetti collaterali indesiderati riducono notevolmente i vantaggi delle terapie farmacologiche ad azione citostatica, peraltro assolutamente necessarie, laddove non siano proponibili percorsi alternativi.

I derivati del vischio, quali Iscador, Helixor, ed altri, si sono rivelati citostatici dotati di un'attività antitumorale sorprendente, senza presentare alcun effetto collaterale indesiderato; evidenziando, invece, una specificità d'azione soltanto nei confronti delle cellule neoplastiche, per quanto attiene all'azione antimitotica, ed una influenza di notevole stimolo – e non di soppressione – del sistema immunitario, inducendo essi, nel contempo, un aumento considerevole della produzione dei globuli rossi da parte degli organi emopoietici dell'ammalato di cancro.

Queste conclusioni sono state tirate sulla base di **grossi studi di ricerca**, fatti osservando ammalati di tumori maligni operati, la cui sopravvivenza si è di molto allungata in –seguito alle terapie con i derivati naturali del vischio. I pazienti trattati con Iscador, per esempio, hanno evidenziato il ritorno dell'appetito, la capacità di dormire meglio, migliori condizioni psichiche, hanno detto di sentirsi meglio, è aumentata la loro efficienza, han consumato meno antidolorifici; il sistema di difesa organica è risultato migliorato, in concomitanza con una maggiore efficienza dell'apparato endocrino ed un aumento degli eritrociti e dell'emoglobina. Tutto ciò senza che, nel contempo, siano stati registrati effetti collaterali, controindicazioni, assuefazione o intolleranza nei confronti dell'estratto del vischio.

Centinaia di medici – e, forse, migliaia – da tempo sperimentano, con soddisfazione, le virtù antitumorali conclamati di questa pianta medicinale. Studiandola nei minimi particolari e con amore, il dott. Dietrich Bole ne ha ricavato un libro dal titolo «Mistel und Krebs» («Vischio e cancro»), edito da Freies Geistesleben, Stuttgart, 1970. Nell'opera, poi, di Otto Wolf «**Die Mistel in der Krebsbehandlung**» («Il vischio nel trattamento del cancro»), edito da Vittorio Klostermann,

Frankfurt am Main, 1975, sono riportati i dati relativi a ricerche cliniche precise e documentate, come quelle condotte dal chirurgo viennese prof. Salzer, relative ad un bilancio complessivo di ben 2500 casi, osservati durante il trattamento con gli estratti di vischio. I tempi di sopravvivenza risultano di gran lunga migliorati nei pazienti che, già operati, sono stati successivamente trattati con Iscador, o con altri preparati a base di estratti di vischio; e notevolmente maggiore è anche il numero stesso dei sopravvissuti tra i pazienti sottoposti al trattamento del vischio. Anzi, il quadro è andato sempre più migliorando, nell'ordine in cui i laboratori di ricerca sono riusciti a migliorare la qualità degli estratti del vischio.

Queste poche notizie, utili certamente, hanno lo scopo di orientare il ricercatore sensibile. Sono, naturalmente, informazioni insufficienti, per cui indico, a chi fosse interessato, la fonte prima, dalla quale ho potuto ricavare queste note informative. Si tratta del libro, riportato anche nella bibliografia generale di questo volume, di Walter Zürcher, dal titolo «**Alternative Heilmethoden bei Krebs**», edizioni Bauer, Freiburg im Breisgau, 1982; il capitolo specifico, relativo all'argomento, è «**Misteltherapie**».

All'informatissimo biologo R. Willfort non poteva sfuggire la conoscenza delle spiccate virtù antitumorali del vischio; difatti ne scrive nella sua opera «Gesundheit durch Heilkräuter», quando tratta specificamente questa pianta medicinale. Tra i clinici ricercatori che hanno controllato, verificato, e documentato scrupolosamente l'efficacia del vischio nel trattamento delle neoplasie, Willfort cita il dott. Karl Anton Kass.

Se, nei riguardi del tumore, il vischio esercita un'azione citostatica, non si devono dimenticare le sue ovvie proprietà preventive nei confronti dell'insorgenza dell'evento neoplastico. Per cui, siccome prevenire è meglio che curare, è ovviamente, consigliabile l'uso del vischio, perlomeno sotto forma di tisane, secondo delle scadenze cicliche, seguendo le indicazioni date nel punto A. del presente paragrafo.

