



Cimicifuga

Actea racemosa L. (Cimicifuga racemosa L.)

La Cimicifuga è una pianta erbacea perenne originaria del Nord America, può arrivare fino a due metri di altezza, il suo fusto è fragile, i fiori sono biancastri e riuniti in infiorescenze racemose, il periodo di raccolta è riferito alla pianta adulta. Il nome deriva dall'odore non proprio gradevole cui il popolo indigeno riferiva proprietà di allontanare gli insetti fra i quali appunto le cimici; credenza poi risultata falsa. In Europa è arrivata per le sue qualità ornamentali prima ancora di essere riconosciuta e valorizzata per le attività che possiede, è stata uno dei rimedi principali della medicina omeopatica ed, infatti, la pianta è descritta in tutte le farmacopee omeopatiche. E' rimasta invece per molto tempo del tutto sconosciuta alla medicina fitoterapica, dove il suo uso risale agli inizi del 1800.

Parti usate

La droga è rappresentata dal rizoma essiccato e dalle radici.

Componenti principali

I principali costituenti sono: glucosidi triterpenici(xiloide acteina, cimicifugoside, 27-deossiacteina), alcaloidi (citisina), acido ferulico, isoferulico, salicilico, isoflavone (formononetina), tannini.

Attività farmacologica

Molte sono le attività come quella diuretica, espettorante, astringente, emmenagoga, sedativa, ipotensiva. Di recente è anche impiegata nel mal di gola, malattie da raffreddamento, reumatismi, lombaggini ecc...; ma sicuramente l'attività più spiccata che esercita è quella ascrivibile all'azione simil-estrogenica.

Questa particolare azione è dovuta all'isoflavone che il suo estratto contiene, questo è considerato un fitoestrogeno la cui azione è simile a quella degli ormoni naturali. Sembra che l'effetto della cimicifuga si manifesti tramite meccanismi multipli inibendo l'ormone luteizzante e bloccando i recettori per gli estrogeni presenti al livello dei tessuti bersaglio; l'ormone LH

(luteizzante) lavora di concerto con l'ormone follicolostimolante (LSH), entrambi regolizzano e governano la fase mestruale e premestruale della donna. Il meccanismo specifico con cui interferisce con l'ormone LH è ancora in fase di studio e diverse sono le dinamiche ipotizzate.

Indicazioni

Sindrome premestruale (PMS: irritabilità, insonnia, lieve depressione, vampate, vertigini), menopausa e periclimaterio comprese le disfunzioni neurovegetative a queste associate; turbe legate ad insufficienza estrogenica (vampate di calore, turbe dell'umore, secchezza vaginale). Il suo uso è oggi riconosciuto anche nel riequilibrio della sintomatologia legata alle oscillazioni estrogeniche tipiche dell'età fertile (durante il ciclo) e del climaterio. E' indicata soprattutto per le manifestazioni della menopausa non molto severe e come sostituto della terapia ormonale quando vi è per questa delle controindicazioni.

Il trattamento con fitoterapici a base di Cimicifuga deve essere protratto per almeno 8 settimane.

Modo d'uso

Si usa sia come decotto sia in forma di tintura, ma anche come estratto secco e polvere in capsule.

La posologia e la durata del trattamento vanno consigliate secondo il soggetto e in ogni modo dal medico omeopata o fitoterapeuta, dal farmacista o dall'erborista; in ogni modo non si deve mai eccedere nelle dosi in quanto la pianta risulta relativamente sicura, ma ha delle controindicazioni.

Controindicazioni

In gravidanza e nell'allattamento, nei disturbi dell'apparato gastrointestinale come: reflusso esofageo, ulcera gastrica e duodenale, colite ulcerosa, colite spastica, diverticolosi e diverticolite.

L'uso continuato e per alte dosi provoca nausea, disturbi nervosi, vertigini, vomito, emicrania, diarrea; può interferire con cure ormonali già in atto ed è per questo che è controindicata nelle persone affette da cardiopatie e da forme tumorali estrogeno- dipendenti.

Non va somministrata inoltre nelle persone in cura con estrogeni (sia a scopo anticoncezionale sia non) e nelle donne in menopausa.

Articolo a cura della dr.ssa Stefania Secondini.



cimicifuga



cimicifuga