

PRODOTTI DISPONIBILI A LISTINO ERBA MADRE

OLEOLITI: estratti di erbe in olio. Si fa macerare l'erba in olio che ne estrae i suoi principi attivi. Si applicano localmente per 2-3 volte al giorno, hanno un assorbimento in pochi minuti.

1. **Oleolito di iperico** (fiori): per scottature, piaghe da decubito, punture di insetto e massaggi per sciogliere le giunture, in caso di contratture, reumatismi, sciatiche;
2. **Oleolito di alloro** (bacche): az. antiinfiammatoria, antidolorifica, antisettica, per frizioni in caso di dolori reumatici, distorsioni e slogature;
3. **Oleolito di calendula** (fiori): agevola la cicatrizzazione di piaghe, piccole ferite. Ottimo lenitivo e disarrossante per eczemi e irritazioni da pannolino;
4. **Oleolito di camomilla** (capolini): se di camomilla matricaria è calmante dei rossori e delle infiammazioni della pelle; se camomilla romana ha attività più antiaspodica, calma i dolori mestruali, mal di pancia;
5. **Oleolito di lavanda** (fiori): ha azione rilassante, sedativa, antiinfiammatoria (decontratturante);
6. **Oleolito di edera**: per massaggi contro la cellulite.

GEMMODERIVATI (o macerati glicerici) sono preparazioni liquide ottenute dalla macerazione di gemme o parti giovani della piante (linfa, germogli, giovani radici) in soluzioni di alcool-glicerina in parti uguali. Adatto anche ai bambini. Uso interno: la dose è di 10-15 gocce ogni 10 kg di peso corporeo per 2-3 somministrazioni. Le gocce si diluiscono in un po' d'acqua e bevute a sorsi a digiuno.

1. **Gemmoderivato di rosa canina** (frutti): ricca di vitamina C è usata per migliorare la circolazione sanguigna e per stimolare le difese dell'organismo, è tonica, vitaminica. Sconsigliata a chi soffre di stitichezza;
2. **Gemmoderivato di ribes** (foglie): ha un'azione antinfiammatoria cortisonico-simile, antiallergico, per raffreddore da fieno, per artrosi;
3. **Gemmoderivato di ulmus campestris** (olmo): se di gemme, ha una azione disintossicante, usato per l'acne giovanile, impetigine, dermatosi;
4. **Gemmoderivato di biancospino**: rilassante, ipotensivo, sedativo cardiaco, è la valeriana del cuore, calma in caso di palpitazioni;
5. **Gemmoderivato di fico** (ficus carica): utile in casi di difficoltà digestive (per es. sonnolenza post-prandiale e pesantezza), ipersecrezione gastrica, spasmi, acidità, colon irritabile, si assume dopo i pasti.

ACQUA DI MELISSA: tonico per la pelle, per pelli tese arrossate, accaldate.

TINTURE MADRI: sono preparazioni liquide ottenute mediante l'azione estrattiva dell'alcol etilico puro sulla pianta intera o su parti di questa (foglie, radici, ecc.). Hanno un'azione più profonda dei macerati, si consigliano in disturbi acuti. Uso interno. Per il loro alto contenuto d'alcol (50-60%) non sono adatte alla somministrazione ai bambini. Uso interno: in genere la dose è di 4-5 gocce ogni 10 kg di peso corporeo per 2-3 volte al dì, diluiti un mezzo bicchiere d'acqua. Si assumono a digiuno.

1. **Tintura di echinacea**: stimola il sistema immunitario, viene usata per prevenire e per il

trattamento di malattie da raffreddamento, stati influenzali, stati infettivi acuti o cronici, herpes labiale, bronchiti croniche;

2. **Tintura di tarassaco** (radici e foglie): depurativa, diuretica è molto utile nelle affezioni epatiche per esempio quali insufficienza epatica, biliare, aumento del colesterolo e dei trigliceridi, nella stipsi abituale;

3. **Tintura di ortica**: efficace attività rimineralizzante trova impiego nella ricrescita dei capelli, per la fragilità delle unghie (anche per uso esterno come impacchi), in caso di scarsa produzione latte, in affezioni reumatiche;

4. **Tintura di rosmarino**: ha attività antispasmodica (per es. in coliche epatiche) e digestiva grazie alla sua azione colagoga (aumenta la secrezione biliare), contro la stanchezza psico-fisica.

OLII ESSENZIALI: sono prodotti ottenuti per estrazione tramite distillazione o spremitura di materiale vegetale aromatico ricco di essenze. La somministrazione per bocca è sconsigliata nella prima infanzia, in gravidanza, allattamento e nei soggetti affetti da gravi epatopatie e/o insufficienze renali. Esempi del loro utilizzo sono: in diffusori (l'olio viene diffuso nell'aria e tramite la respirazione arriva ai polmoni e quindi al sangue), per inalazione (messi in acqua calda), applicati direttamente sulla pelle dove hanno un buon assorbimento e per via orale, meglio se dietro consiglio medico (solo poche gocce, 2-3, in un cucchiaino di miele, o con un po' di zucchero):

1. **Olio di limone**: migliora la circolazione venosa, per geloni, varici, fragilità capillare, contro stomatiti afose, possiede attività antireumatiche, antibatteriche in caso di diarrea, enteriti, ha attività antinfluenzale;

2. **Olio di pino-mugo**: sono conosciute le sue proprietà antisettiche e balsamiche, utile in tutti i problemi dell'apparato respiratorio (raffreddore, bronchite, tracheite, tosse, ecc);

3. **Olio di arancio dolce**: per sedare l'ansia (mettere una goccia su un fazzoletto); digestivo (insieme a una tisana al finocchio), ha proprietà rilassanti (usare nell'acqua da bagno);

4. **Olio di finocchio**: per difficoltà digestive, aerofagia, usare direttamente per massaggi sull'intestino;

5. **Olio di pompelmo**: tonificante, rinfrescante, drenante (per la cellulite);

6. **Olio di menta**: è antispastica della muscolatura liscia muscolare dell'apparato digerente (spasmolitica e digestiva), ha un'attività decongestionante e balsamica, fluidifica le secrezioni dell'apparato respiratorio. Utile, se diluito, per gargarismi per disinfettare e rinfrescare il cavo orale;

7. **Olio di lavanda**: ha azione rilassante, coadiuvante in emicranie, az. antibatterica delle vie urinarie (cistiti), e intestinali (diarree), in caso di spasmi dell'apparato digerente, colon irritabile, ha azione espettorante (tosse e pertosse), ha una spiccata attività antiinfiammatoria (applicare su punture di insetti, arrossamenti della pelle, dolori articolari), si può applicare una goccia di olio in caso di herpes insieme al tea tree.