



DRENAGGIO EMUTORIALE

I rimedi fitoterapici per aiutare il fisiologico lavoro del sistema linfatico

di **Alessandro Fornaro**, giornalista e farmacista

Sono molte, in farmacia, le richieste di rimedi “drenanti”. Alle donne, in particolare, capita spesso di sentirsi “gonfie” e di avvertire la sensazione di un eccesso di liquidi nel corpo. Ecco allora la richiesta di prodotti in grado di eliminare il sovraccarico di liquidi e il relativo senso di pesantezza e gonfiore. Ma se il termine “drenaggio” è molto utilizzato, ben poche persone conoscono il ruolo del sistema linfatico.

Assistiamo così ad una sorta di paradosso: da un lato si fa un gran parlare di sostanze drenanti come rimedio per mettersi in forma; dall'altro lato si ignora o si dimentica il ruolo del sistema linfatico. Il drenaggio emuntoriale, questo è il termine corretto, interessa proprio la linfa, liquido che raccoglie le scorie prodotte dall'organismo e le veicola, attraverso il sistema linfatico, fino alle vene toraciche. A differenza da quello venoso, il sistema linfatico non viene spinto dall'attività cardiaca, ma la linfa scorre nei vasi mos-

sa unicamente dall'azione dei muscoli. Questo spiega il perché condizioni quali l'eccessiva immobilità determinano un ristagno e l'accumulo di linfa nei tessuti. Non è quindi sbagliato parlare di drenaggio quando si avvertono gambe, piedi e caviglie gonfi. Infatti, quando il sistema linfatico non funziona correttamente, si possono accumulare notevoli quantità di liquidi negli spazi interstiziali fino ad avere una condizione edematosa. Il sistema venoso e quello linfatico differiscono tra loro non solo per l'assenza in quest'ultimo di un “motore”, ma per molti aspetti. Anzitutto, i vasi linfatici non formano un

BreviLipid

P L U S

Contribuisce al mantenimento
di livelli normali di colesterolo
nel sangue



INTEGRATORE ALIMENTARE a base di:

- ♥ 10 mg Monacolina K da Riso rosso fermentato
- ♥ Berberina
- ♥ Coenzima Q10
- ♥ Astaxantina
- ♥ Acido Folico

FITOTERAPIA

drenaggio emuntoriale



circuito chiuso, ma un sistema a senso unico che inizia a fondo cieco dagli spazi intercellulari dei tessuti di molti organi del corpo. Invero, la linfa ha una composizione simile a quella del plasma sanguigno e, cosa molto importante, in essa sono presenti i globuli bianchi. Questo liquido poco conosciuto si forma a livello dei capillari arteriosi, dalle cui pareti trasuda il plasma per effetto della pressione arteriosa e si diffonde nei piccoli spazi fra le cellule. Qui avvengono gli scambi di cessione delle sostanze nutritive e la raccolta di quelle di rifiuto. Da una fitta rete di capillari linfatici, la linfa passa poi attraverso vasi di calibro maggiore. Nella parte sinistra del corpo, i vasi linfatici confluiscono in una dilatazione chiamata cisterna del chilo (o di Pequet), dalla quale prende origine un grande vaso linfatico, il dotto toracico, che sfocia nella vena succlavia sinistra. Nella parte destra del corpo la linfa viene invece raccolta dal grande dotto linfatico che sfocia nella vena succlavia destra. Le funzioni del sistema linfatico risiedono anzitutto nel mantenimento dell'ambiente idrico interno e nel drenaggio dei liquidi eccedenti nei tessuti. Ed è proprio quest'ultima funzione quella che viene apprezzata da chi avverte un senso di gonfiore e di pesantezza. Esistono diverse sostanze di origine naturale che stimolano l'azione fisiologica del drenaggio. Tuttavia, prima di analizzarne alcune, è opportuno introdurre brevemente il principale disturbo che deriva dal mal funzionamento del sistema linfatico: il linfedema. Con questo termine, si intende un ristagno di linfa nei vari distretti dell'organismo. Il sintomo più comune è rappresentato da

gonfiore a braccia o gambe. In genere, viene interessato un solo arto. Tra gli altri sintomi, si riscontrano alterazione della cromia della pelle, difficoltà a muovere l'arto colpito, pelle suscettibile alle infezioni, prurito e tensione della pelle. Il linfedema origina sintomi caratteristici, quali edema e sensazione di pesantezza, tensione e indolenzimento dell'arto coinvolto. Il caratteristico gonfiore dell'arto può manifestarsi in modo più o meno importante, in base alla gravità della condizione. In alcune persone si osserva un lieve gonfiore dell'arto, mentre in altre il quadro clinico può degenerare. E' chiaro che, nel caso si sospetti la presenza di un linfedema, occorra indirizzare il soggetto dal medico. Nel caso, invece, si tratti di condizioni molto più blande e il ristagno di liquidi in eccesso appaia come fisiologico, può essere consigliata una terapia che stimoli il sistema stesso e che apporti benessere al cliente. I trattamenti di drenaggio consistono nella stimolazione del sistema linfatico, deputato alla mobilizzazione delle tossine accumulate a livello del tessuto connettivo. Il drenaggio ha quindi la funzione terapeutica di favorire l'eliminazione di tossine e di residui catabolici che si accumulano nell'organismo, ripristinando in questo modo l'omeostasi interna. Gli emuntori sono gli organi che consentono il mantenimento di diverse funzioni dell'organismo, come l'equilibrio acido-basico dei liquidi organici, intra ed extra cellulari. Il drenaggio in fitoterapia viene attuato soprattutto con i gemmoterapici, le tinture madri, le tisane. La posologia media dei gemmoderivati utilizzati è inferiore a quella terapeutica: 20 gocce, 2 volte al dì. La durata media del drenaggio è di 20-60 giorni. Inizialmente, venivano utilizzate nel drenaggio le tinture madri a basso dosaggio che stimolassero gli emuntori opposti, mettendo così a riposo l'emuntorio sofferente, consentendogli di autorigenerarsi. Al contrario, la gemmoterapia, ovvero l'utilizzo dei macerati glicerici, prevede una specificità di azione di determinati tessuti che consente di sviluppare un tropismo d'organo. Pertanto, nel drenaggio con gemmoterapici si utilizzano macerati glicerici di piante che possiedono precise affinità nei confronti di organi o apparati che agiscono direttamente sull'organo sofferente, sviluppando un'azione drenante organotropica. In sostanza il drenaggio con tinture madri avviene usando piante che svolgono l'azione sull'emuntorio opposto, non sofferente; mentre, il drenaggio con macerati glicerici avviene usando piante che svolgono l'azione direttamente sull'emuntorio sofferente.

Ci sono
7 miliardi
di persone
nel mondo.
E per noi
ciascuna
è speciale.

“In Mylan crediamo che
i farmaci a disposizione delle
persone debbano essere
sempre di alta qualità.”

Heather Bresch


Heather Bresch, AD, Mylan

Una salute migliore
per un **mondo migliore**
7MLD:1

La nostra visione “Una salute migliore per un mondo migliore” consiste nel fornire l'accesso a cure di qualità a 7 miliardi di persone nel mondo, una persona alla volta. Chiamiamo questa nostra aspirazione 7MLD:1. Ambiziosa? Senza dubbio. Possibile? Certamente.

Per noi l'alta qualità è fondamentale, ci impegniamo costantemente per raggiungere e mantenere standard elevati. Mylan si impegna nel monitoraggio del profilo di sicurezza dei propri farmaci, grazie a misure che prevengano o minimizzino i rischi connessi all'uso dei medicinali e alla valutazione dei benefici effettivi della terapia.

Per saperne di più: Mylanperunasalutemigliore.it

 **Mylan**

Seeing
is believing

Alcune opzioni fitoterapiche

Introdotti questi concetti generali, utili per comprendere l'utilizzo di sostanze ad azione drenante, affrontiamo brevemente i modelli di drenaggio in gemmoterapia, analizzando i drenanti e tonici generali.

• **Betulla (*Betula pubescens* gemme).**

La gemma di betulla agisce come drenante generale, sviluppando un'azione specifica verso il Sistema Reticolo Endoteliale (SRE). Aumenta le difese dell'organismo e produce un'azione tonificante generale, che la rende utile per l'astenia fisica e psichica.

• **Quercia (*Quercus pedunculata*).**

L'azione di questo gemmoderivato è simile e complementare a quella della betulla, con un tropismo rivolto anche alle ghiandole surrenali. La quercia MG è indicata come antiastenico, rivitalizzante e tonificante.

Vale inoltre la pena analizzare l'azione di alcuni drenanti specifici per i disturbi circolatori nella forma di macerati glicerici. Questa forma farmaceutica viene poco utilizzata, ma presenta una notevole utilità nel drenaggio.

• **Sorbus domestica.**

Il gemmoderivato che si ottiene dalla macerazione di gemme fresche di sorbus domestica favorisce la circolazione venosa degli arti inferiori, specie quando il rallentamento della circolazione è dovuto a iperviscosità ematica.

Trova indicazione nei seguenti disturbi:

- sindromi da insufficienza venoso-linfatica (senso di pesantezza, edema, varici);
- tromboflebite;
- turbe circolatorie della menopausa (vampate di calore, cefalea, ipertensione arteriosa, parestesie);
- edemi degli arti inferiori;
- acufeni;
- sordità da spasmo vascolare o da timpanosclerosi.

Il MG 1 DH di sorbus domestica va assunto in 50 gocce, una volta al giorno.

L'associazione con castanea vesca realizza un sinergismo d'azione ottimale nel trattamento delle sindromi da insufficienza venoso-linfatica degli arti inferiori.

• **Castanea vesca.**

Le gemme di Castagno agiscono sui vasi linfatici esplicando un'azione di drenaggio sulla circolazione degli arti inferiori. Sono pertanto molto spesso utilizzati in caso di cellulite, in quanto contrastano la stasi che genera la tipica infiammazione cellulitica.



Particolarmente interessanti sono le associazioni, che variano a seconda del disturbo. Specifica per la cellulite è invece l'associazione con Castanea vesca foglie 1DH (è la diluizione alla prima decimale della TM estratta dalle foglie) che si è dimostrata efficace contro la angiocapillare sottocutanea. La Castanea vesca MG 1DH va assunta in 50 gocce due volte al giorno.

Le armi in mano al farmacista per rispondere alle frequenti richieste di prodotti utili al drenaggio sono quindi molte. Abbiamo posto l'attenzione sui gemmoderivati in quanto spesso poco utilizzati sebbene abbiano dimostrato un'ottima capacità di contrasto al ristagno linfatico. Ogni farmacista avrà i propri prodotti di riferimento. La cosa importante è informare il pubblico nel migliore modo possibile rispetto ad una pratica sulla quale, spesso, c'è poco chiarezza come quella del "drenaggio".