



Il rimedio naturale, che occupa un posto centrale nel trattamento di disturbi da stress, Ã l'Eleuterococco

di Fabio Reposi, direttore Farmacia Comunale Aranova

Le scoperte della neuro chimica e della neuroendocrinologia hanno messo in evidenza la stretta correlazione fra il sistema nervoso centrale e le grandi regolazioni endocrine, regolate dal sistema nervoso periferico, **sottolineando la grande connessione di quest'ultimo a livello diencefalico e corticale.**

L'individuazione di recettori destinati a ormoni cerebrali (neuropeptidi ed endorfine) su alcune cellule immunitarie e di recettori per gli steroidi su alcuni neuroni, cosÃ come la scoperta della produzione di steroidi da parte di cellule cerebrali hanno dimostrato le interazioni fra sistema ormonale, nervoso e immunitario **con le conseguenti ripercussioni sul nostro umore, sul metabolismo e sul comportamento.** Lo stress causerebbe uno sfasamento dei meccanismi di equilibrio fra questi tre sistemi.

Dati questi presupposti Ã chiaro che la prevenzione dei danni da stress deve essere globale per rispondere alla realtÃ multiforme del problema. **Le sole metodiche psicofisiologiche, utilizzate fino ad alcuni anni orsono, non sono quindi piÃ sufficienti**

. Si ritiene invece che un ruolo importante spetti all'alimentazione; un deficit di: vitamine (specialmente del gruppo B ed in particolare la B1 e la vitamina E), aminoacidi essenziali (Valina, Leucina, Isoleucina) e minerali Calcio, Magnesio, Selenio e Rame " infatti presente in tutti i soggetti stressati quale conseguenza del disordine dei tre sistemi ormonale, nervoso, immunitario.

La scoperta poi in alcune piante di una funzione adattogena, cio" la capacit" di riequilibrare i meccanismi regolatori dell'omeostasi mediante la stimolazione della sintesi di mediatori biochimici che presiedono al funzionamento di tessuti, organi e sistemi, **ha messo in risalto le potenzialit" della fitoterapia nel trattamento di disturbi da stress.**

**La fitoterapia e la gemmoterapia hanno un ruolo di grande importanza** nel contesto dell'approccio multimodale dello stress. Questo sia nel senso di stimolare gli organi e gli apparati squilibrati a causa dello stress, sia nel senso di favorire l'eliminazione di tutte le tossine prodotte dall'aumentato catabolismo.

**Per quest'ultimo scopo viene sfruttata l'azione drenante dei macerati glicerinati.** Con la parola "drenaggio" si indica, secondo quanto sostiene il medico svizzero Nebel, un'azione centrifuga stimolante realizzata da alcune sostanze che porterebbero le tossine agli organi emuntori (fegato, rene, cute) da dove sarebbero poi espulse. Questa propriet" " stata riconosciuta al gemmoderivato di *Betula pubescens* sulla base di verifiche sia cliniche che sperimentali evidenziando la sua capacit" di aumentare la velocit" di depurazione del 37%.

**Ma il rimedio naturale che pi" di ogni altro occupa un posto centrale nel trattamento di disturbi da stress " certamente l'Eleuterococco.** Conosciuto anche con il nome di Ginseng siberiano, modifica il processo patologico della reazione allo stress riducendo l'ipertrofia delle surrenali, evitando l'elevarsi del colesterolo e impedendo la riduzione della concentrazione di vitamina C. Inoltre come per *Betula pubescens* anche in questo caso si pu" osservare un'azione drenante dell'Eleuterococco dovuta all'aumentata fagocitosi da parte del sistema reticolo-endoteliale. **La somministrazione di questo rimedio, ottimo in forma di tintura madre, permette un incremento delle capacit" di adattamento a quelle condizioni stressanti** che comportano affaticamento, ansia, riduzione delle difese immunitarie e alterazioni del metabolismo.