



ISTITUTO SUPERIORE
DI GEMMOTERAPIA
FUNZIONALE

Master di Gemmoterapia Funzionale

PADOVA 2017

*Verifica clinica e funzionale dell'attività
della gemma di Micol GI*

Direttore Scientifico: Dottor Luigi Maiolo

Tesi sulla gemmoterapia funzionale di
Michele Marchi



Rem tene, verba sequentur

INDICE

Capitolo 1: La gemmoterapia: storia e cenni	p. 2
Capitolo 2: Le problematiche gastrointestinali e la loro lettura in chiave funzionale	p. 3
2.1 Il paziente con problematiche gastrointestinali in farmacia	p. 3
2. 2 Inquadrare la patologia gastrointestinale in chiave funzionale	p. 3
Capitolo 3: La gemma GI	p. 5
3.1 Composizione	p. 6
3.2 Uso in farmacia	p. 10
3.3 Casi clinici: analisi e riflessione	p. 12
Conclusioni	p. 15
Bibliografia	p. 16

Cap. 1: GEMMOTERAPIA: STORIA E CENNI

La gemmoterapia è un metodo terapeutico di origine fitoterapica che sfrutta i tessuti vegetali freschi allo stato embrionale, quali gemme, giovani getti, giovani radici, scorza delle radici, semi, scorze dei giovani fusti. L'uso delle gemme è noto fin dall'antichità (le prime indicazioni trovate sono di Teofrasto nel terzo secolo a.C.), ma è solo con il medico belga Paul Henry che negli anni '50 si delineò uno studio più approfondito ed analitico. Essendo tali tessuti freschi raccolti allo stato embrionale nel suo trattato parlò di fitoembriologia, descrivendola come “un sistema terapeutico basato sull'energia potenziale dei vegetali”. Henry fu anche il primo a sperimentare gli effetti dei gemmoderivati sia su animali sia sugli uomini, ad esempio analizzando le variazioni del profilo proteico tramite elettroforesi. Seguirono due importanti esponenti quali Georges Netien (che mise a punto un controllo cromatografico) e successivamente Max Tetau. Max Tetau giocò un ruolo chiave nello sviluppo della nuova scienza negli anni Settanta, ma ne limitò enormemente la potenzialità in quanto la considerò più un drenaggio da associare alla terapia omeopatica che non una terapia in sé. Inoltre va sottolineato che i gemmoderivati vennero inseriti nella farmacopea francese come preparati alla 1DH, ovvero alla prima diluizione decimale, ed in quanto tali accorpati ai rimedi omeopatici. In ciò a mio parere consiste la limitazione dello sviluppo della gemmoterapia, dato che la sua potenzialità è davvero elevata e l'introduzione dei gemmoderivati non diluiti (che già hanno un rapporto con la gemma iniziale di 1:20) ha consentito di renderli dei preparati terapeutici in sé e non solo un accompagnamento.

La preparazione dei gemmoderivati consiste in una macerazione delle gemme fresche per ventuno giorni in una soluzione di acqua, alcool e glicerolo di solito in rapporto 13:37:50. Il preparato così ottenuto ha una validità di cinque anni. In base alla posizione le gemme si dividono in apicali (all'apice del fusto), avventizie ed ascellari. In base all'aspetto troviamo invece le gemme nude, tipiche delle piante erbacee e senza alcuna protezione, e le gemme vestite, caratteristiche delle piante e protette dalle perule. La comunicazione tra le cellule meristematiche è garantita dalla presenza di ormoni vegetali in bassissime concentrazioni che regolano crescita e sviluppo della pianta. Negli anni Venti furono identificate cinque classi di ormoni: le auxine (prodotte dalle cellule apicali e responsabili dell'allungamento dei meristemi), le citochine che stimolano la divisione cellulare, le gibberelline che stimolano l'allungamento delle foglie dei frutti, l'acido abscissico che inibisce la germinazione dei semi ed altri processi vegetali, l'etilene che promuove la maturazione dei frutti e controlla i processi di invecchiamento nonché la morte programmata delle cellule. Altri componenti basilari delle gemme sono le biostimoline (fattori di crescita), amminoacidi (la cui diversa combinazione caratterizza le singole gemme), minerali, oligoelementi, enzimi e vitamine.

Cap. 2: LE PROBLEMATICHE GASTROINTESTINALI E LA LORO LETTURA IN CHIAVE FUNZIONALE

2.1 IL PAZIENTE CON PROBLEMATICHE GASTROINTESTINALI IN FARMACIA

Sempre più negli ultimi anni si sta assistendo ad un aumento dei problemi gastrointestinali, per lo più gastrite e reflusso gastro-esofageo, colite, diverticolite e problemi digestivi. Oltre ad un'alterata composizione del microbiota (soprattutto per quanto concerne l'intestino), tali patologie hanno in comune una somatizzazione dell'ansia e le riscontro maggiormente in autunno e tarda primavera. Molti dei pazienti entrano in farmacia per cercare una soluzione a queste problematiche, altri hanno già seguito un iter piuttosto lungo, partendo dal medico di base fino ad esami più invasivi quali gastroscopia od altro. Purtroppo mi rendo conto che le maggiori prescrizioni sono di PPI, procinetici, antibiotici intestinali che non risolvono il problema, ma tendono a tamponarlo e cronicizzarlo. Interessante sottolineare che secondo la medicina cinese il *qi* dello stomaco viene identificato come “vita”, mentre la mancanza di *qi* come “morte”: questa similitudine non deve venire intesa alla lettera, ma indica che finché c'è *qi* dello stomaco ogni malattia può essere debellata e pertanto il *qi* dello stomaco è fattore essenziale per stabilire la prognosi in caso di malattia.

2.2 INQUADRARE LA PATOLOGIA GASTROINTESTINALE IN CHIAVE FUNZIONALE

Prima di approfondire l'aspetto funzionale merita un po' di attenzione la considerazione della matrice extracellulare (MEC), un vero e proprio organo fulcro di tutte le funzioni vitali di base perché coordina la regolazione dell'attività di ogni cellula con una risposta neurovegetativa, endocrina, immunologica, cerebrale e psico-emozionale.

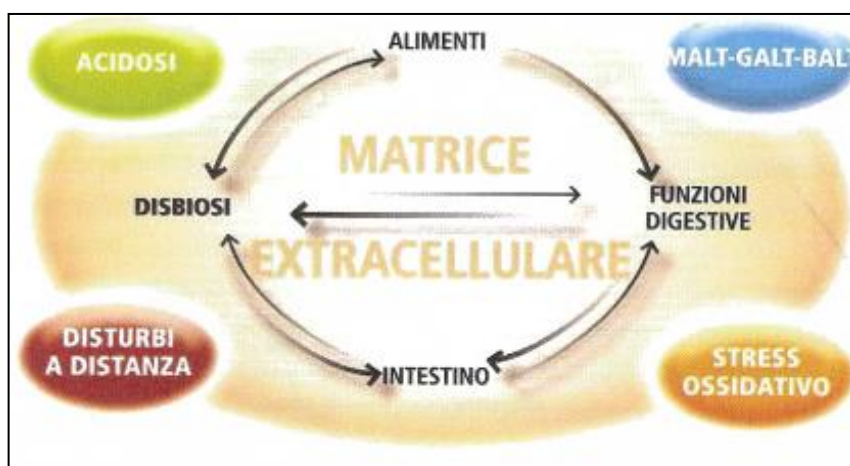


Fig.1: Il ruolo della MEC (tratto dal testo di medicina funzionale della Named)

Quando la MEC si trova in uno stato di continua infiammazione, e non riesce ad espletare le sue funzioni, si trova in uno stato di gel, non consentendo alcuna comunicazione tra le cellule. In questo caso nemmeno un farmaco allopatico è in grado di esplicare la sua azione e la più importante azione che possiamo fare è un drenaggio della stessa matrice, che la depura da scorie e tossine e permette il passaggio ad uno stato di sol: per fare ciò risulta molto utile la gemma Base.

Un'alterazione del ritmo orto/para ha imponenti ripercussioni sul sistema acido base e sulla funzionalità dell'organo; infatti un eccesso in ortosimpaticotonia comporta una carenza di quota alcalina, con un rischio di deficit riparativo a carico delle mucose. Inoltre l'abuso di PPI, aumentando il pH nel lume gastrico, comporta una cattiva digestione delle proteine nei singoli AA ed un marcato malassorbimento di alcune vitamine o sali minerali (es B12 o Ca, con un marcato aumento dell'osteoporosi): ciò fa sì che la digestione delle proteine continui nel lume intestinale con la formazione di disbiosi. Inoltre per ovviare a questi disturbi si è soliti associare un procinetico che faciliti lo svuotamento gastrico, ma non si fa altro che peggiorare il problema della disbiosi, dato che grandi quantità di cibo mal digerito si riversano nel lume intestinale. Assisteremo a due principali tipi di disbiosi:

-disbiosi putrefattiva a livello del colon, causata da un eccesso nella dieta di proteine o ad una difficoltà a digerire le proteine (per scarsa acidità gastrica, per carenza di pancreasi da parte del pancreas). Sintomi principali sono flatulenza dal tipico odore putrefattivo, feci alcaline e scure e tendenza alla stipsi. È ciò che succede con l'abuso di PPI.

-disbiosi fermentativa a livello di stomaco e tenue, causata da un eccesso di carboidrati ad alto indice glicemico nella dieta e ad una loro cattiva digestione. Ciò comporta la crescita di una flora batterica fermentativa con un interessamento epatico, poiché la non completa processazione dei carboidrati comporta una produzione di alcool che deve essere smaltita dal fegato.

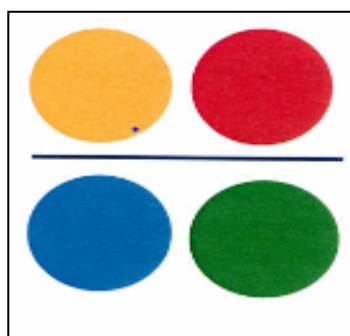


Fig. 2: il quadrato funzionale

Lo stress esercita un effetto determinante a livello dell'apparato digerente, ma incide molto anche sul ritmo sonno/veglia e determina un eccesso di ortosimpaticotonia (zona rossa del quadrato). Dato

che l'apparato digerente è di derivazione ectodermica e va incontro a riparazione in fase di parasimpaticotonia (zona blu), maggiore sarà lo stress e la sua durata, maggiore il danno a livello organico per mancanza di riparazione.

Con l'uso della gemma GI riusciamo ad abbassare la soglia degli stressori mantenendo però il sistema performante. Ciò è basilare considerando il quadrato funzionale, perché se dovessimo antagonizzare l'ipersimpaticotonia (fig. 3) dovremmo mandare il soggetto in parasimpaticotonia e ciò non è fattibile nel mondo attuale, che ci richiede sempre pronti e performanti.

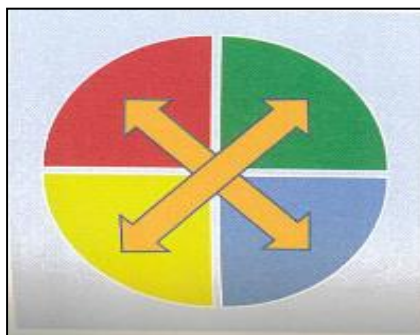


Fig. 3: antagonismo

Cercheremo pertanto di supportare la funzionalità d'organo fornendo delle gemme che fungano da precursori e sostengano l'attività.

Cap. 3: LA GEMMA GI

Tra le gemme di maggior rilevanza nel lavoro quotidiano la gemma GI è quella che mi ha dato più soddisfazioni e stimolato nella ricerca e nel consiglio dei gemmoderivati. A dire il vero ho iniziato consigliando le singole gemme alla 1DH, con enorme soddisfazione, ma la gemma GI presenta una combinazione molto ben calibrata e potenziata nel lavoro sul gastrointestinale. Inoltre essendo non diluita alla 1DH consente una posologia molto più agevole e migliora molto la compliance del paziente. Altra caratteristica che mi sembra degna di nota è che, mentre con i singoli gemmoterapici alla 1DH mi sembrava ci volesse quasi una settimana ad avere i primi benefici, con la gemma GI questo intervallo si è ristretto e ciò incrementa sicuramente l'adesione alla terapia.

3.1 Composizione

– FICUS CARICA

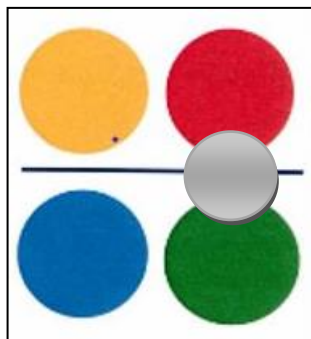


Fig. 4: posizionamento del Ficus carica sul quadrato funzionale

È una pianta originaria dell'Oriente da sempre diffusa a scopo alimentare e presente in due varietà: una selvatica (*Caprificus* o fico selvatico) con infiorescenze maschili e femminili ed infruttescenze piccole e non commestibili, ed il Fico edule coltivato a scopi alimentari. Quest'ultimo presenta solo fiori femminili e l'impollinazione è garantita dall'azione della *Blastophaga* che li feconda dopo essere passata dai fiori della varietà selvatica. L'albero cresce fino a 10-12 metri e presenta delle radici che scendono in profondità nel terreno, dei rami fragili ed irregolari che formano una chioma espansa, un tronco breve e tortuoso. Il legno è bianco giallastro ed è molle quando è giovane, mentre si indurisce invecchiando. Le foglie sono caduche, alterne, semplici, picciolate ed ampie, palmate con 3-5 lobi dilatati, dentellati ai margini ed arrotondati all'apice. La pagina superiore è verde e ruvida, quella inferiore pelosa e chiara, con grandi nervature. I fiori sono unisessuali, si sviluppano da giugno ad agosto riuniti in un'infiorescenza che si trasforma in un ricettacolo a forma di pera: il fico infatti è un'infiorescenza ed i veri frutti sono i numerosissimi granellini affondati nella polpa. Le gemme terminali sono verdi ed acuminate, rivestite da due squame brunastre. Le gemme vengono raccolte in primavera, verso aprile, e contengono biostimoline, composti fenolici, polisaccaridi, bario, magnesio, manganese e zinco.

Gli studi di Pol Henry hanno evidenziato che la gemma di *Ficus carica* modifica alcuni parametri biologici: per quanto concerne la coagulazione allunga le costanti longitudinali e riduce le costanti trasversali del tromboelastogramma, stimola i polimorfonucleati, gli eosinofili e l'ematocrito. Riduce i livelli di β -lipoproteine ed il colesterolo totale, aumenta le albumine e le IgG. Stimola la granulopoiesi ed in misura inferiore l'eosinofilia, rimette in equilibrio i test di labilità plasmatica. Ha inoltre un organotropismo per l'asse cortico-diencefalico, per il sistema neurovegetativo, per

stomaco, duodeno e colon. La principale indicazione per cui lo uso in farmacia riguarda la sua capacità di regolarizzare le turbe neurovegetative gastriche e duodeno-coliche. Il suo particolare meccanismo d'azione prevede un'azione di regolazione dei ritmi viscerali diretti dall'asse corticodiencefalico, per cui è un rimedio d'elezione sia nei disturbi distonici, ma soprattutto nelle forme ansiose in cui la somatizzazione a livello gastrico rappresenta una delle prime problematiche a comparire. La gemma del Ficus carica normalizza le funzioni del sistema neurovegetativo viscerale nell'interazione con il sistema nervoso centrale e quello limbico e quelle del sistema endocrino. Trova indicazioni per le gastriti, le ulcere gastroduodenali, il reflusso gastroesofageo, gonfiore gastrico post-prandiale, disfagia, dispepsia; interessante sottolineare come la sua azione sia positiva sia in caso di ipercloridria, sia in caso di ipocloridria. Prima di introdurre in farmacia la gemma di Micol GI lo consigliavo sempre in associazione con il Vaccinium vitis idaea per le problematiche del colon, data la sua importante azione di regolazione sull'asse cervello-stomaco-intestino.

– TILIA TOMENTOSA

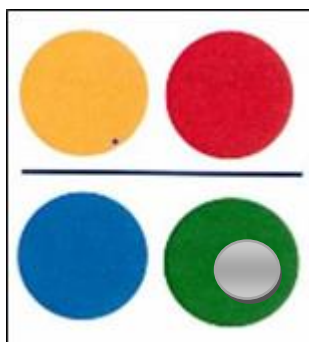


Fig. 5: posizionamento della Tilia tomentosa nel quadrato funzionale

La Tilia Tomentosa, o tiglio argentato, è originaria dell'Asia Minore e del sud-est europeo, ma è stata introdotta in Italia nel 1700 ed oggi è molto impiegata per le alberature delle strade e dei viali o nei parchi. Predilige terreni profondi, freschi e ricchi di calcio, ma si adatta bene anche a suoli umidi. Sono alberi a lenta crescita, arrivano fino a 30 metri e presentano una chioma compatta. Possono vivere un migliaio di anni, ma il massimo sviluppo del diametro del fusto si raggiunge a duecento anni. La Tilia tomentosa possiede una radice robusta quasi a fittone, da cui si dipartono numerose e lunghe radici laterali. Il tronco è diritto, con corteccia liscia e grigiastra, che tende col tempo a screpolarsi. Le foglie sono cuoriformi, con la pagina superiore verde scuro, mentre una

leggera peluria ricopre la pagina inferiore delle foglie e ciò conferisce l'aspetto argentato accentuato in caso di vento. Fiorisce tra giugno e luglio producendo fiori ermafroditi bianco-giallastri, delicatamente profumati e riuniti in corimbi. Le gemme contengono molti più principi attivi delle varie parti della pianta e sono ricche di derivati terpenici dall'azione sedativa ed antispasmodica, oltre che flavonoidi e farnesolo. Sono ricche in amminoacidi, biostimoline e contengono numerosi oligoelementi, tra cui ferro, cromo, germanio, magnesio, manganese, nichel, selenio, silicio e zinco. Uno studio di Ieri *et al.* del 2015 ha evidenziato una buona concentrazione di flavonoli, tra cui quercetina, kaempferolo e derivati dell'apigenina.

Gli studi sperimentali condotti da Pol Henry hanno evidenziato che la gemma di *Tilia Tomentosa* è in grado di modificare i seguenti parametri: per quanto riguarda l'azione sulla coagulazione riduce maggiormente le costanti trasversali ed allunga leggermente le costanti longitudinali del tromboelastogramma (sebbene tale azione sia minore rispetto ad altri gemmoterapici, secondo Piterà rappresenta una peculiare caratterizzazione per la prescrizione di tale rimedio). Stimola i granulociti e la granulopoiesi, diminuisce le β -lipoproteine e riduce il colesterolo. Per quanto concerne il metabolismo protidico aumenta le albumine e le γ -globuline, mentre riduce le β -globuline in caso di β -globulinemia.

Nella pratica la gemma di *Tilia tomentosa* presenta azione ansiolitica, antispasmodica, sedativa, antinfiammatoria, leggermente diuretica ed è considerata un ipocoagulante minore. Funzionalmente è posizionata nel quadrante verde, per cui ha un'azione simpaticolitica: infatti lo si sfrutta come sedativo dolce da usare anche nei bambini o in gravidanza, ma l'uso prevalente che ne faccio io è in associazione con estratti fluidi o tinture madri ad azione sedativa (esempio valeriana, passiflora, escolzia e biancospino) per garantire l'associazione di precursore e componente attiva in modo da mantenere il recupero di funzione e non bloccare il feed-back (la si può associare anche alle benzodiazepine, ma ciò mi risulta più difficoltoso nel consiglio al banco). Uno studio di Allio *et al.* del 2015 ha riscontrato che l'estratto delle gemme di *Tilia tomentosa* (TTBE) a livello dei neuroni dell'ippocampo dei topi attiva una corrente di ioni cloro paragonabile a quella misurata in presenza di GABA alla concentrazione di 100 μ M. Il 90% di questa corrente è stato bloccato dalla bicucullina e dalla picrotossina alla concentrazione 100 μ M, mentre il restante 10% è stato bloccato aggiungendo il flumazenil (30 μ M), un'antagonista del recettore delle benzodiazepine. Il flumazenil da solo ha bloccato quasi il 60% della corrente attivata dai TTBE, suggerendo che i TTBE si legano ai siti dei recettori GABA A e BDZ.

Il gemmoderivato di *Tilia tomentosa* riduce la tensione mentale, ma lavora soprattutto sull'iperideazione (*Gelsemium* in omeopatia) e sulla zona frontale, deputata a ricevere le informazioni da tutto il corpo e prevedere, per cui è particolarmente efficace nell'ansia di anticipazione (tra i fiori di Bach la corrispondenza è con Cherry plum o *Mimulus*). A livello del

lobo frontale abbiamo anche il controllo della tiroide (per cui la Tilia è utile in associazione con Tapazole), della laringe (lo si vede bene nel caso della paura per cui uno non riesce a parlare) e degli archi faringei (utile nel caso di laringiti e faringiti recidivanti, o nelle tossi stizzose di origine nervosa), del glucagone (che si attiva sempre in fase di stress e resistenza favorendo la gluconeogenesi e comportando un rialzo glicemico ed insulemico). La Tilia è consigliabile anche in caso di bruxismo in quanto abbassa la tensione nervosa, sebbene non risolva il problema. Altre indicazioni della Tilia tomentosa nel testo di Piterà sono per le cefalee muscolo tensive (ad esempio nei casi di stress la associo durante la settimana per evitare che con l'eccesso di caffè nel fine settimana vado in eccesso di vagotonia), nell'eccesso di acido urico o gotta, nell'ipercolesterolemia.

– VACCINUM VITIS IDAEA

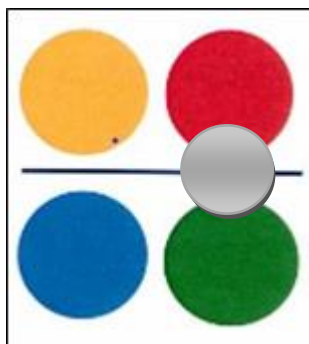


Fig. 6: posizionamento del Vaccinium vitis idaea nel quadrato funzionale

Il *Vaccinium vitis idaea* L. è un arbusto perenne della famiglia delle Ericaceae con fusti legnosi ma di modeste dimensioni (l'altezza varia tra i 10 e 30cm). Originario delle foreste circum-boreali dell'Eurasia settentrionale e del Nord America, la sua presenza si estende da un clima temperato ad uno subartico: in Italia la troviamo soprattutto nell'arco alpino. I suoi cespugli sono diffusi nelle lande, nei pascoli ombrosi e nelle brughiere sub-alpine, partendo da 800-1000 metri fino ad arrivare ai 2200 metri, ovvero oltre il limite della vegetazione arborea (raramente cresce sino a 3000 metri). Le radici formano sul terreno un groviglio di steli striscianti e ramificati che ostacola la germinazione di altre piante. Ha rami legnosi, cilindrici, prostrati alla base e poi eretti, vellutati o coperti da leggera peluria da giovani. Le foglie sono persistenti, alterne, ovali e coriacee, la pagina superiore è lucida e verde scuro, mentre quella inferiore è verde chiaro con ghiandole puntiformi. Il lembo fogliare è subovale, con il margine revoluto ed apice arrotondato. I fiori compaiono tra aprile e luglio, sono piccoli, ermafroditi, penduli o raccolti in racemi di 2-6 elementi, hanno corolla

gamopetala di 5-8 mm, campanulata o arceolata bianca o talvolta screziata di rosso. I frutti sono bacche dapprima biancastre, poi color rosso vivo e formano piccoli grappoli laterali. Le gemme contengono flavonoidi, terpeni, dosi non trascurabili di estradiolo, biostimoline, vitamine e diversi microelementi (arsenico, cromo, ferro, magnesio, manganese, nichel, rame, silicio, sodio e zinco). Negli studi di Pol Henry si è evidenziato che stimola la formazione degli istociti, ha una lieve azione sulla glicemia, a livello di metabolismo protidico corregge una lieve iper- α_2 -globulinemia e l'ipo- o iper- γ -globulinemia, riduce l'iper- α_2 - β - γ -euglobinemia. Ha un organotropismo per l'intestino e le vie urinarie, vasi arteriosi e arteriolari, apparato genitale femminile e osteoarticolare. Nella mia esperienza in farmacia lo sfrutto soprattutto per trattare disturbi intestinali e delle vie urinarie, ma sempre correlabili ad un'alterata flora intestinale (cistiti e candidosi ricorrenti sono sempre dovute ad un'alterata composizione del microbiota intestinale). Piterà afferma che tale gemmoderivato “contribuisce a normalizzare l'enteroflora eubiotica e probiotica dell'intestino e del colon”, regolarizzando la funzionalità e la motricità secondo un'azione trifasica: consente il ripristino dell'enteroflora, corregge gli squilibri della mobilità enterocolica e protegge l'ecosistema dei microsimbionti intestinali. Pertanto è utile sia nei casi di dissenteria che di stipsi, in caso di inerzia intestinale funge da tonico e stimolatore mentre nell'ipertonica spastica funge da sedativo ed antispasmodico; inoltre regolarizzando la flora ristabilisce (secondo Piterà) “le comunicazioni fra intestino e sistema endocrino, agendo anche da riattivatore ipotalamo-ipofisario”.

3.2 Uso in farmacia

In questi ultimi due anni ho intrapreso un bellissimo percorso con l'uso dei gemmoderivati, e devo dire molto ricco di soddisfazioni. Anche con l'uso dei gemmoterapici alla 1DH (che ora ho parzialmente sostituito con le gemme di Micol) ho ottenuto ottimi risultati e dalle statistiche di vendita ho visto che in anno circa sono state vendute quattrocento confezioni di *Vaccinium vitis* e quasi trecento di *Ficus carica*, con una notevole compliance da parte dei pazienti. La gemma GI la consiglio soprattutto per:

- GASTRITI E REFLUSSO GASTROESOFAGEO

Di fondamentale importanza nei cambi di stagione (soprattutto autunno e meno in primavera), molti dei pazienti hanno smesso la precedente terapia con gastroprotettori che magari stavano assumendo da anni pur mantenendo diversi disturbi. Ci sono state diverse persone con ernia iatale che hanno smesso la terapia con PPI (di propria iniziativa) e una due volte l'anno utilizzano un flaconcino di gemma GI e mi rassicurano che stanno molto meglio di prima. Di solito consiglio sempre un

flaconcino e poi si valuta caso per caso, nel senso che la maggioranza afferma di aver risolto il problema, ma se permane qualche disturbo continuano con una seconda (e non è mai servito andare oltre). Ora noto che anche alcuni medici di base mi inviano i pazienti per tentare prima un approccio gemmoterapico e solo successivamente introdurre farmaci come PPI o antiacidi (e quasi sempre il risultato è positivo). Devo anche sottolineare che con l'uso della gemma GI si riscontrano benefici nell'immediato, mentre con i preparati 1 DH c'era almeno una settimana di latenza prima che i miglioramenti fossero rilevabili.

- DIFFICOLTÀ DIGESTIVE E DISPEPSIA

Anche in questo caso la gemma GI si è rivelata molto utile e migliorando la motilità di tutto l'apparato gastroenterico ha sostituito e risolto problemi che i medici prima trattavano con procinetici a vita.

- COLITI E DIVERTICOLITI

Questa rappresenta forse la patologia per eccellenza che più mi ha incentivato, nel senso che i pazienti denotano un netto miglioramento da subito, possono mangiare qualsiasi cibo (anche con i semi!) e vedo che tantissimi hanno sospeso l'antibiotico (solitamente rifaximina) che prima assumevano mensilmente senza risolvere la problematica. Qui il peggioramento in autunno è statisticamente elevatissimo.

- DISBIOSI E GONFIORE INTESTINALE

In questo caso consiglio un trattamento di almeno due mesi, tempo necessario alla flora per normalizzarsi ed ottimizzarsi (ceppi corretti e nelle giuste proporzioni). A livello sintomatico i benefici si hanno quasi da subito, ma ho notato che se sospendono prima la terapia il problema ricompare in massimo un mese; pertanto sperimentando ho visto che due mesi è un periodo sufficiente.

- CISTITI E CANDIDOSI

Ottimo riscontro anche nel caso di cistiti e candidosi ricorrenti, dato che nella maggior parte dei casi in analisi la patologia è correlata ad una disbiosi intestinale, e basta pochissimo (come un piccolo rialzo del pH vaginale) a far avvenire una nuova infezione e recidivare. Anche in questo caso la terapia va protratta per almeno due mesi e nel caso della candidosi è utile associare dei consigli alimentari per non eccedere nel consumo di zuccheri semplici (anche se dagli ultimi studi sembra sia proprio la Candida a dirci quali alimenti preferire).

3.3 Casi clinici: analisi e riflessione

CASO CLINICO 1

Donna sui quarant'anni si presenta in farmacia in autunno disperata per chiedere aiuto, dato che da mesi ha numerose scariche di dissenteria al giorno che le rendono difficoltosa anche la vita quotidiana. Ha già eseguito numerosi accertamenti dai quali non è uscito nulla di anomalo. Le consiglio la gemma GI come possibile rimedio alla posologia di 10 gocce tre volte al giorno un primo periodo, per poi passare a 10x2 qualora la situazione migliorasse. L'ho rivista dopo Natale in farmacia e mi ha ringraziato perché ora sta bene, ha una vita normale e le sembra di essere rinata. Mi ha detto che con due flaconcini la situazione si è completamente normalizzata.

CASO CLINICO 2

A metà novembre in farmacia una nostra cliente viene a prendere l'ennesima confezione di gastroprotettore e procinetico per contrastare il reflusso e la difficoltà digestiva. È una ragazza sui quarant'anni molto attiva, che però ultimamente ha smesso persino di gareggiare (corsa in montagna) per questo continuo malessere. Le ho consigliato la gemma GI più un preparato a base di enzimi per contrastare la difficoltà digestiva. Già dalla prima settimana di trattamento è riuscita ad eliminare il procinetico e dopo una decina di giorni anche il gastroprotettore (Esomeprazolo 40 mg). Con un solo flaconcino (tre settimane circa) lei è tornata completamente in forma, ha risolto il problema ed ha ripreso gli allenamenti.

CASO CLINICO 3

Manager sui cinquant'anni si presenta in farmacia per una forte gastrite che gli procura un grande disagio. È in palese simpaticotonia e di fatto mi riferisce di soffrire pure di stipsi. Gli consiglio una gemma GI con la posologia di almeno dieci gocce tre o quattro volte al giorno, in modo da ridurre l'eccesso di simpaticotono e consentire un lieve recupero senza spedirlo in eccesso di vagotonia (impensabile per una persona del genere). Dopo un mese di trattamento mi ha riferito di non soffrire più di gastrite e nemmeno di stipsi.

CASO CLINICO 4

Ragazza sui vent'anni iscritta da poco all'università si presenta in autunno lamentando un forte disturbo intestinale, con alternanza dell'alvo e talvolta un nodo alla gola che non le consente di mangiare. La prescrizione del medico di base consisteva in una benzodiazepina e lei arriva in farmacia su consiglio della madre per evitare di intraprendere tale terapia. Le ho consigliato una

gemma GI con la posologia di almeno dieci gocce tre volte al giorno, ma anche di più qualora lei ne sentisse il bisogno. Ero indeciso se associare una gemma di Micol 8 per supportare questa sua iperideazione che le rende difficile adattarsi alla nuova situazione, ma la risposta è stata comunque ottimale. A dire il vero si è ripresentata ad inizio mese per acquistare un'altra confezione in previsione degli esami, avendo paura che le si ripresentasse il problema.

CASO CLINICO 5

Signora sui settant'anni che da una vite soffre di diverticolite viene in farmacia in autunno per acquistare la solita rifaximina preventiva che fa tutti i mesi. Lamentandosi del problema e del fatto che la sua dieta sia ormai troppo povera, rinunciando a quasi tutta la verdura e pure alla frutta, soprattutto all'uva di cui è tanto golosa, le consiglio di intraprendere una terapia con la gemma GI alla posologia di dieci gocce tre volte al giorno. La risposta è stata sin da subito ottimale, essendo sparito il dolore costante, ed a poco a poco è riuscita ad aggiungere frutta e verdura alla dieta senza che le aumentasse il fastidio. Mi ha riferito inoltre di non aver più preso la rifaximina preventiva e di stare benissimo. Le ho consigliato pertanto di ripetere il trattamento al bisogno e quasi sicuramente in autunno dato che tale patologia ha un'esacerbazione dei sintomi in tale periodo.

CASO CLINICO 6

Una ragazza sui trent'anni entra in farmacia per acquistare la solita confezione di antimicotico locale per contrastare una brutta candida che le si presenta tutti i mesi. Oltre alla crema le consiglio di aggiungere la gemma GI alla posologia di dieci gocce due volte al giorno per almeno due mesi, in modo da riequilibrare la flora intestinale e risolvere questa fastidiosa ricorrenza mensile. Mi ha spinto più sulla gemma GI anziché la E il fatto che la ragazza lamentasse un po' di reflusso gastroesofageo la notte sdraiata a letto e lo stato di ansia che la accompagnava al pensiero della candida. Oltre a ciò cerchiamo di lavorare anche sulla dieta eliminando gli zuccheri semplici, dato che mi riferisce di abbuffarsi di "schifezze". Ad oggi, dopo quasi quattro mesi, mi conferma di non avere avuto più alcuna manifestazione e di sentirsi bene.

CASO CLINICO 7

Signora sui quarantacinque anni entra in farmacia per acquistare la solita confezione di antibiotico (Fosfomicina buste) da tenere per scorta dato che tutti i mesi, poco prima del mestruo, accusa una forte cistite. Data la ricorrenza ho presupposto che il problema fosse più intestinale, e che al solo variare del pH vaginale con il ciclo si avessero le condizioni ideali per un'infezione batterica. Le ho consigliato la gemma GI alla posologia di dieci gocce due volte al giorno per almeno due mesi ed il

risultato è stato ottimo. Oltre a non avere avuto più alcuna recidiva mi ha anche detto di avere migliorato di molto la stipsi di cui soffriva da quando era ragazza. Forse altrettanto bene si poteva sfruttare la gemma di Micol E.

CASO CLINICO 8

la gemma GI mi è risultata fondamentale anche in più casi di persistente meteorismo, altro disturbo alquanto fastidioso dovuto ad un'alterata composizione del microbiota intestinale. Anche in questo caso il trattamento va prolungato per due mesi sempre alla posologia di dieci gocce due volte al giorno e risulta efficace e risolutivo, anziché continuare ad assumere carbone o altre sostanze a forte potere adsorbente. Il fatto che la gemma GI lavori sulla composizione del microbiota (un processo alquanto lento dato che si vanno a modificare i ceppi batterici e le loro proporzioni) l'ho capito grazie a due pazienti che stando bene hanno interrotto la terapia dopo sole tre settimane: in poco più di un mese entrambi hanno rimaniifestato la stessa sintomatologia. In questo caso avrei potuto anche utilizzare la gemma E, grazie all'azione combinata di Vaccinium vitis e Juglans regia.

CASO CLINICO 9

L'uso della gemma GI mi ha dato maggior stimolo ad approfondire la potenzialità delle gemme grazie ad una signora sui settant'anni che era entrata per cercare di dare sollievo alla stipsi molto ostinata e persistente da anni. Ho consigliato la gemma GI perché la paziente mi sembrava preoccupata e l'associazione della Tilia con il Ficus carica pensavo potessero giocare un buon ruolo in questo caso. La signora ha fatto una terapia di quasi tre mesi alla posologia di dieci gocce tre volte al giorno e mi ha riferito pochi giorni fa un certo miglioramento sia nella frequenza che nella consistenza delle feci. Ho cercato di suggerirle anche alcuni consigli dietetici e di bere molto, ma sinceramente non so quanto abbia fatto in merito.

CONCLUSIONI

In conclusione posso affermare che dalla mia esperienza personale in farmacia l'uso della gemma GI si è rivelato efficace sia nel miglioramento dei sintomi che nella risoluzione di alcune patologie. Nel consigliarla ho riscontrato l'importanza di invitare più volte il paziente ad essere costante nell'assunzione e soprattutto a mettere in atto una dieta adeguata a seconda della patologia. La sperimentazione della gemmoterapia mi ha consentito anche di instaurare un maggior rapporto coi clienti/pazienti che non si è limitato alla sola somministrazione di un prodotto, ma in particolare a chiedere e ricevere spontaneamente continui feed-back sui loro miglioramenti, consentendomi di adeguare la terapia proposta.

Un grazie di cuore va alla dottoressa Lucia Redi, che mi ha permesso e costantemente stimolato a seguire tale percorso, nonché alla mia collega Vicky, che in un clima di continua collaborazione reciproca accresce in me sempre più l'interesse nell'uso della gemmoterapia.

BIBLIOGRAFIA

- Allio A., Calorio C., Franchino C., Gavello D., Carbone E., Marcantoni A., Bud extracts from *Tilia tomentosa* Moench inhibit hippocampal neuronal firing through GABAA and benzodiazepine receptors activation, *J Ethnopharmacol.* agosto 2015, 172: 288-296.
- Autori vari, *Medicina funzionale, la medicina conforme alla vita*, Named editore.
- Autori vari, *Gemme di Micol fitogemmoterapia funzionale*, prontuario Sitar.
- Brigo Bruno, *L'uomo, la fitoterapia, la gemmoterapia*, Tecniche nuove editore (2003).
- Bottaccioli Francesco, *Psiconeuroendocrinoimmunologia*, Red edizioni (2010).
- Campanini Enrica, *Manuale pratico di gemmoterapia*, II edizione, Tecniche nuove editore (2005).
- Ieri F., Innocenzi M., Possieri L., Gallori S., Mulinacci N., Phenolic composition of “bud extracts” of *Ribes nigrum* L., *Rosa canina* L. and *Tilia tomentosa* M., *Journal of Pharmaceutical and biomedical analysis*, Novembre 2015, vol 115: pp 1-9.
- Piterà Fernando e Nicoletti Marcello, *Gemmoterapia*, Nuova Ipsa editore (2016).
- Swenson Tore, *Iniziazione alla gemmoterapia*, Edizioni mediterranee, (2017).
- Tetau Max, *Gemmoterapia nuovi studi clinici*, Nuova Ipsa editore, Palermo (2001).