

IPPOCASTANO (Aesculus Hippocastanum)



L'*Aesculus* [L.](#), noto con il nome comune di **IPPOCASTANO**, è un albero di grandi dimensioni appartenente alla famiglia [Sapindaceae](#) (già [Hippocastanaceae](#)), la specie più conosciuta in Italia è l'*Aesculus hippocastanum*.

Descrizione

Tre specie del genere *Aesculus* sono originarie dell'Asia (*A. turbinata*, *A. chinensis*, *A. indica*), una, la più diffusa in Europa (*A. hippocastanum*), proviene dalla penisola balcanica e gli altri dal nord America. Importato in Italia e in Europa, l'ippocastano viene usato in special modo a scopo ornamentale e lo si può trovare nei parchi e in molti giardini, ha un aspetto maestoso, la sua chioma di notevole altezza (oltre i 30 m) è molto ampia e tondeggiante, i vistosissimi fiori ermafroditi e profumati, riuniti come grandi pannocchie, sono di colore bianco e si aprono tra aprile e maggio; la liscia corteccia è di colore grigiastro.

I frutti o semi sono delle grosse e lucide castagne non commestibili, racchiuse in un riccio aculeato e vengono comunemente chiamati **castagne d'India**. Le foglie decidue, di colore verde brillante, sono di forma palmata e dotate di un lungo picciolo, unite al ramo in posizione opposta.

Pianta officinale

Aesculus Hippocastanum è il rimedio delle vene, delle stasi venose generali.

Le *funzioni* degli organi e dei visceri *rallentano* per rallentato drenaggio venoso, con conseguente senso di pienezza, del cuore, fegato e sistema portale (ossia il sistema venoso che convoglia al fegato il sangue proveniente dall'intestino), digestione, arti.

Sono queste le principali affezioni del paziente *Aesculus Hippocastanum* che si sente portato a essere depresso e *irritabile*, con facile perdita del controllo per difficoltà a dominarsi.

Le *mucose* sono secche, gonfie e brucianti come escoriate; le venuzze visibili sono ingrossate e tortuose, così gli occhi, la gola; il *naso* è sensibile al passaggio dell'aria fredda che brucia. La *bocca* è come ustionata con gusto metallico, il faringe è congesto.

Disordini rettali con senso di pienezza, bruciore e secchezza. Sembra di avere il *retto pieno di spilli o di schegge di legno*. Dolore intenso dopo la defecazione con *prolasso dell'ano*. *Emorroidi* con dolori lancinanti e brividi su e giù per il dorso.

Violenti *dolori al dorso*, sordi, penosi, *specie in regione lombosacrale, articolazione sacroiliaca con sensazione di impotenza e assenza di forza* aggravata camminando e chinandosi.

Nelle *donne Aesculus la lombalgia può accompagnarsi a leucorrea bruciante e secchezza dei genitali*.

Aesculus Hippocastanum per costrizione al *torace* per disordini epatici. Dolori e pienezza in regione epatica.

Aggravamento della mattina, camminando e chinandosi. Meglio all'*aria aperta*.

Composizione chimica

Quando vengono ingerite allo stato fresco, le castagne d'India sono molto amare e pericolose per i loro saponosidi dall'effetto emolitico. Se dal punto di vista nutrizionale i semi di ippocastano rappresentano un prodotto di scarso interesse (si utilizzavano in passato come fonte di amido e materie grasse), sono invece ampiamente noti in ambito fitoterapico. Le castagne d'India sono infatti ricche di sostanze chimiche dotate di azione antinfiammatoria, antiedemigena e vasocostrittiva. Tra queste, ricordiamo l'escina, i tannini, i flavonoidi e le curarine. L'[escina](#), in particolare, rappresenta il principio attivo più importante dell'ippocastano, tanto da rappresentare lo standard di riferimento per valutare la qualità della droga; anche i flavonoidi, che rappresentano un insieme di sostanze universalmente note per le loro proprietà antiossidanti, antinfiammatorie e vasoprotettive, contribuiscono alle proprietà terapeutiche dell'ippocastano.

L'escina, inoltre, è in grado di ridurre l'attività dell'elastasi e della ialuronidasi, due enzimi che attaccano l'endotelio dei vasi e la matrice extracellulare, indebolendone la struttura. Riducendo l'attività di questi enzimi, i vasi riacquistano la normale resistenza e permeabilità (effetto antiedemigeno).

Indicazioni terapeutiche

Gli estratti di ippocastano, dunque, sono preziosi alleati dei nostri vasi e vengono per questo ampiamente utilizzati in ambito proctologico. Le indicazioni terapeutiche non si limitano tuttavia al trattamento delle malattie ano-rettali (emorroidi esterne, ragadi e prurito anale), ma si estendono al trattamento di disturbi circolatori di varia natura.

L'azione capillaro-protettiva e decongestionante viene utilizzata per dare sollievo a gambe pesanti, nelle condizioni di insufficienza venosa periferica e nelle sindromi flebiche (questo perché l'aumento del tono delle vene si ripercuote positivamente sul ritorno venoso al cuore). Un minore ristagno di sangue in periferia significa gambe meno gonfie e pesanti e costituisce un'ottima azione preventiva contro la cellulite. Tra una calza elastica ed un impacco di acqua fredda, gli estratti di ippocastano sono utilissimi anche in presenza di vene varicose. L'ippocastano, che come abbiamo visto rende "impermeabili" le vene, viene spesso utilizzato insieme ad altri estratti naturali che vantano proprietà fitoterapiche sinergiche. È il caso, ad esempio, dell'amamelide, del grano saraceno, del cardo mariano e della consolida. Da segnalare che molti di questi prodotti sono registrati come specialità medicinali e che l'ippocastano rientra nella composizione di molti cosmetici utilizzati per combattere gli inestetismi della cellulite. Dal momento che gli edemi alle gambe possono anche essere in stretta relazione con problemi cardiaci o renali, è buona regola consultare il medico prima di ricorrere a rimedi fai da te (anche se potenzialmente efficaci come nel caso dell'ippocastano). I sintomi dell'insufficienza venosa cronica includono la comparsa di un senso di pesantezza, gonfiore e prurito alle gambe, spesso accompagnato a crampi notturni.

I principi attivi con azione decongestionante presenti nell'ippocastano possono essere impiegati anche in campo cosmetico, ad esempio nella preparazione di creme viso.

Posologia

Quando l'ippocastano viene assunto a scopo curativo è indispensabile ricorrere a forme farmaceutiche definite e standardizzate in principi attivi (in questo caso in escina), le uniche che consentono di sapere quante molecole attive si stanno somministrando al paziente. Preparazioni erboristiche tradizionali come infusi, succhi e decotti, non permettono di stabilire con esattezza la

quantità di principi attivi somministrata al paziente, il che aumenta il rischio di insuccesso terapeutico.

Posologia indicativa nell'adulto e nell'anziano per la cura dell'insufficienza venosa.

- Assumere per via orale 240-290 mg di estratto secco (o altra dose contenente *50 mg di glicosidi triterpenici calcolati come escina*), sottoforma di compresse a rilascio prolungato, due volte al giorno. In genere prima di osservare benefici terapeutici sono necessarie almeno quattro settimane di trattamento. In caso di utilizzo prolungato consultare il medico.

Controindicazioni ed Effetti collaterali

Gli estratti di ippocastano sono controindicati in soggetti con disturbi gastrointestinali. Sono proprio i disordini dell'attività digerente (costipazione, diarrea, vomito e nausea) a rappresentare gli effetti indesiderati più comuni, anche se rari, dell'ippocastano assunto per via orale.

Escina

L'escina è la miscela delle saponine estraibili dai semi (13%), dalla cortecchia (1%) e dalle foglie (0,2%) di Ippocastano, a cui conferisce le note proprietà medicinali. Non a caso, i vari estratti di Ippocastano sono standardizzati proprio in escina, ed indicano in etichetta il suo contenuto percentuale per facilitarne il dosaggio; in commercio, è possibile reperire anche questa frazione isolata di glicosidi triterpenici, definita appunto escina, ma a parità di dose garantisce un effetto terapeutico inferiore all'estratto totale.

Nel [fitocomplesso](#), infatti, si riconoscono altre molecole attive di provata azione antinfiammatoria, come l'elucoside (glicoside cumarinico), ed antiossidante, come i flavonoidi (quercetina e kampferolo) e procianidine.

L'escina è contenuta anche in alcune specialità medicamentose, come la pomata Essaven gel[®], che la contiene (1%), insieme ad eparina sodica (10.000 U.I./100g) e fosfatidilcolina (0,8%). La formulazione ha lo scopo di evitare fenomeni irritativi locali, spesso riscontrati quando l'escina viene utilizzata esternamente in concentrazioni superiori all'1% e in assenza di antinfiammatori o derivati del colesterolo. Per uso interno, invece, alte dosi di escina possono provocare danni sul glomerulo e sul tubulo renale; di conseguenza il suo utilizzo, al pari degli estratti di ippocastano, è controindicato in presenza di nefropatie o insufficienza renale.

In fitoterapia, per uso interno, si utilizzano estratti standardizzati, in modo da garantire un dosaggio giornaliero di circa 100 mg di escina; normalmente tale dose corrisponde a 500-730 mg di estratto, da suddividersi in due singole assunzioni da 250-365 mg, in formule a rilascio controllato per evitare disturbi gastrointestinali.

Le indicazioni medicinali dell'escina sono le stesse riportate nella tabella a lato; trova infatti impiego, per uso esterno (importante il massaggio) o interno, nel trattamento di vari tipi di edemi, varici, emorroidi, cellulite, ematomi e contusioni, grazie alla sua capacità di aumentare la resistenza capillare e diminuirne la permeabilità. L'escina è indicata anche in presenza di insufficienza venosa cronica, grazie ai suoi effetti antinfiammatori e venotonici (aumenta la contrattilità venosa, riducendo il ristagno di sangue negli arti inferiori e favorendo il suo ritorno al cuore). Pertanto, gli estratti totali di ippocastano standardizzati, e la stessa escina, possono essere d'aiuto in presenza di gonfiore e senso di pesantezza, stanchezza o prurito alle gambe.

MELILOTO (*Melilotus officinalis*)



FAMIGLIA: Leguminosae

HABITAT: diffuso in tutta l'Europa a clima temperato, nei luoghi incolti e semiassolati.

PARTE USATA: le foglie e le sommità fiorite.

PREPARAZIONI FARMACEUTICHE CONSIGLIATE: estratto secco nebulizzato e titolato in cumarine totali min. 20% (Farmacopea Francese X). La sua dose giornaliera va da 5 a 7 mg. per kg di peso corporeo, suddivisi in due somministrazioni preferibilmente lontano dai pasti.

COMPOSIZIONE CHIMICA: questa pianta contiene soprattutto cumarine, flavonoidi e tannini. Tra le cumarine quella maggiormente rappresentata è il melilotoside il quale si trasforma poi in cumarina.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE: Azione fleboprotettiva: l'effetto principale della cumarina è quello sul drenaggio linfatico, che è essenziale per assicurare il ritorno dei liquidi presenti negli spazi extracellulari verso il cuore.

Un deficit della circolazione linfatica provoca accumulo di questi liquidi nei tessuti e quindi gonfiore, particolarmente frequente nella zona delle caviglie. Inoltre la cumarina riduce significativamente la demolizione delle catecolamine, in particolare dell'adrenalina, a livello vasale, con conseguente miglioramento della capacità contrattile dei vasi sanguigni. Le catecolamine infatti sono tra i principali vasocostrittori presenti nell'organismo umano.

Alcuni studi clinici hanno valutato l'effetto della cumarina sul linfedema conseguente a mastectomia o su quello degli arti inferiori in confronto col placebo. I soggetti partecipanti ricevevano per bocca 400 mg, al giorno di estratto secco titolato di meliloto o un placebo per un periodo di 6 mesi, con valutazione dell'entità dell'edema prima e dopo la terapia. Al termine della sperimentazione la riduzione dell'edema è stata in media del 40%, accompagnata da un significativo calo della sintomatologia soggettiva accusata da questi pazienti.

Indicazioni principali: insufficienza veno-linfatica, linfedema.

Azione prevalente: linfodrenante.

EFFETTI COLLATERALI: in alcuni casi può provocare nausea, talvolta accompagnata da diarrea, che compaiono in genere solo all'inizio del trattamento per poi scomparire successivamente. Sono stati descritti casi di intossicazione epatica. Peraltro l'epatotossicità causata dalla cumarina è in genere modesta e reversibile con la sospensione della terapia, e non è mai stata osservata in caso di somministrazione per via topica.

CONTROINDICAZIONI: Non va usato in gravidanza, durante l'allattamento e nel bambino al di sotto dei 10 anni di età.

INTERAZIONI CON FARMACI: Può potenziare l'azione dei farmaci anticoagulanti, in particolare di quelli a componente dicumarolica.

DATI TOSSICOLOGICI: non disponibili.

BIBLIOGRAFIA.

1. Cox D. et al. The rarity of liver toxicity in patients treated with coumarins. *Human Tox.* 8, 501-506, 1989.
2. Casley-Smith J.R. et al. Frequency of coumarin hepatotoxicity. *Med. J. Austr.* 162, 391, 1995.
3. Casley-Smith J.R. et al. Treatment of lymphoedema by complex physical therapy with and without oral and topical benzopyrones. *Lymphology* 29, 76-82, 1996.
4. Casley-Smith J.R. et al. Treatment of lymphoedema of the arms and legs with 5,6 benzo-alpha-pyrone. *New Engl. J. Med.* 329, 1158-1163, 1993.
5. Vettorello G. et al. Contribution of a combination of alpha and beta benzopyrones, flavonoids and natural terpenes in the treatment of lymphedema of lower limbs at the 2d stage of the surgical classification. *Minerva Cardioangiol.* 44, 447-455, 1996.
6. Pastura G. et al. Lymphedema of the upper extremity in patients operated for carcinoma of the breast: clinical experience with coumarinic extract from *Melilotus officinalis*. *Clin. Ter.* 150, 403-408, 1999.