21 maggio 2016 – uscita riconoscimento spontanee – IL SAMBUCO

Controindicazioni ed effetti collaterali
Il Sambuco è una droga pressoché sicura, se utilizzata alle dosi consigliate. È strettamente **vietato il consumo di foglie e semi** di Sambuco, altamente velenosi per la presenza di **sambunigrina**, un glicoside tossico. Foglie e fiori freschi, applicati sulla cute, provocano violente irritazioni ed eritemi.

Descrizione della pianta
Il Sambuco è una pianta appartenente alla famiglia botanica delle *Caprifoliaceae*. Si presenta come arbusto o piccolo albero che, però, in alcuni casi può raggiungere altezze anche superiori ai cinque metri, fino ad un massimo di dieci. Le foglie sono opposte a due a due, con picciolo dilatato alla base; i fiori piccoli ed odorosi, di colore bianco o bianco-crema; il frutto è una drupa nera.
Tra i principi attivi del fitocomplesso ritroviamo essenzialmente: sambucina, sambunigrina, rutina, isoquercitina, astragalina, campferolo, olio essenziale, acidi grassi liberi, tannino (nella corteccia); emulsina, invertina, sambunigrina, benaldeide (nelle foglie); tannino, colina, mucillagine, malato, acido valerianico, acido tartarico (nei fiori); antocianine, cera, gomma, acetato, malato, acido tartarico, acido citrico (nei frutti).

Proprietà del Sambuco
Le principali proprietà terapeutiche del Sambuco sono: diuretica, diaforetica, antinevralgica, emolliente, lassativa o purgante, antifibrillante, emetico, antireumatica, debolmente antinfiammatoria, stimolante la secrezione bronchiale, depurativo.
La droga è comunemente consigliata in caso di: raffreddore, infezioni delle vie respiratori, tosse, faringiti, bronchiti, riniti, stitichezza o stipsi, emorroidi, aritmie, infezioni o infiammazioni delle vie urogenitali, cistiti, uretriti, litiasi urinaria, edemi da ritenzione, reumatismi, gotta (aiuta ad eliminare l'acido urico), problemi della pelle, dermatosi, eruzioni cutanee, nevralgie, epilessia, necessità di depurare l'organismo.
Agisce su diversi organi e sistemi. Tra i principali ricordiamo cuore, cavo orale, intestino, stomaco, reni, apparato urinario, fegato, sistema immunitario.

Descrizione di Sambucus Nigra
Il sambuco, pianta molto comune delle nostre aree, appartiene alla famiglia delle *Caprifoliaceae*. In omeopatia viene utilizzato il rimedio Sambucus Nigra nelle affezioni dell'apparato respiratorio, stati febbrili, rinite, asma, affezioni reumatiche acute delle articolazioni, sensazione di pesantezza con intorpidimento delle articolazioni, con dolore e gonfiore agli arti inferiori e superiori. Contiene come principi attivi un olio essenziale, tannini, il glucoside sambunigroside, nei fiori; tannini, pectine, tracce di olio essenziale, acidi organici, oligoelementi minerali, nei frutti. Il primo a descrivere e a classificare la specie fu Carl von Linné, meglio noto come Linneo, il padre della moderna classificazione scientifica degli organismi viventi. **Del Sambuco si utilizzano i fiori e i frutti. Tutto il resto della pianta è velenoso poiché contiene il glicoside sambunigrina**.

Quando si usa Sambucus Nigra
Il rimedio omeopatico Sambucus Nigra agisce a livello delle vie respiratorie, dei muscoli, delle articolazioni, dei reni, delle ghiandole sudoripare. Il rimedio, inoltre, è particolarmente adatto anche in caso di malattie delle vie respiratorie di bambini. Sambucus nigra è indicato nei seguenti principali casi:

- Mal di gola, raucedine, tosse, tracheite e laringite, rinite acuta, pertosse e ostruzione nasale nei bambini, catarro e muco denso
- Artrite, dolori e affezioni reumatiche acute, dolori alle scapole, mal di schiena, collo, colonna vertebrale
- Intorpidimento degli arti inferiori e superiori

>Tisana di sambuco contro il raffreddore
I **fiori di sambuco** svolgono un'azione antinfiammatoria ed emolliente e aiutano, così, ad attenuare l'infiammazione della mucosa nasale e, quindi, a superare il **raffreddore**. Il sambuco stimola, inoltre, la sudorazione ed è molto utile anche nel caso in cui il raffreddore si accompagna a **tosse** e/o **febbre**. Aiuta, infine, a rinforzare le difese immunitarie, è quindi anche un ottimo rimedio preventivo.
Per preparare una **tisana al sambuco** occorre far bollire una tazza di acqua e versare uno o due cucchiaini di fiori secchi di sambuco. Far riposare cinque minuti, filtrare e dolcificare con miele all'eucalipto.
Il miele ha una blanda azione antinfiammatoria mentre **l'**eucalipto aiuta a decongestionare le mucose nasali**.**