

BARDANA

Nome:

Bardana

Nome botanico:

Arctium lappa L.

Il nome Arctium deriva da una parola greca che significa "orso"; lappa deriva invece dal celtico "lapp", e significa "mano", in allusione ai frutti uncinati che si attaccano al vello degli animali, e alle vesti. Cresce in Europa centromeridionale, America settentrionale, Asia Minore e Africa settentrionale.

Componenti attivi principali:

La parte di Bardana utilizzata è la radice, che è raccolta nell'autunno del primo anno o nella primavera del secondo anno di vegetazione. La radice contiene: inulina, fino al 45 %, polieni, arctina, arctiopicina.

Attività e impiego:

La Bardana è sempre stata considerata, sin dai tempi antichi, un buon depurativo, così come ne sono sempre state apprezzate le attività diuretica, coleretica e ipoglicemizzante. Alibert la raccomandava ai soggetti affetti da psoriasi forforacea e squamosa, il dottor Leconte la utilizzava nel trattamento della foruncolosi; anche Leclerc conferma questi buoni risultati, ottenuti anche in casi di acne. La Bardana è senz'altro utile nel trattamento di: acne, seborrea, foruncolosi ed altre dermatopatie, che trovano giovamento da un'attività depurativa che stimoli la secrezione epatobiliare e la diuresi.

Posologia:

Si consiglia l'assunzione di 2 opercoli al mattino, 2 nel primo pomeriggio e, secondo necessità, 2 la sera.

Qualità prodotto:

Un buon preparato a base di Bardana deve contenere un quantitativo di Acidi caffeilchinici (espressi come Acido clorogenico) pari al 2%.

Note:

In letteratura non sono segnalati effetti tossici o secondari della Bardana.

DAL SITO: <http://www.plantamedica.it>