

Malva silvestre (Malva sylvestris)



FAMIGLIA: Malvaceae

NOMI COMUNI: Arma, riondella, miloghia, nardebba, parmuzza.

LA DROGA: Le foglie e i fiori.

QUANDO SI RACCOGLIE: Le foglie si raccolgono da giugno a settembre, recidendole senza il picciolo; i fiori nello stesso periodo, recidendoli in bocciolo o appena aperti.

PROPRIETÀ: Emollienti, lenitive, antiinfiammatorie, leggermente lassative, espettoranti.

PRINCIPI ATTIVI: Mucillagini antociani (malvina), acido clorogenico e caffeico, potassio.

COME SI USA LA DROGA

Questa è la Malva maggiormente impiegata per preparazioni farmaceutiche. Le foglie e i fiori hanno all'incirca le stesse proprietà e possono, nei trattamenti domestici, venire impiegati separatamente o in miscela a seconda della disponibilità.

Per uso interno i preparati di Malva silvestre sono emollienti della bocca, della gola, espettoranti nel caso di bronchiti e catarri ostinati, antiinfiammatori, regolatori e antispasmodici dell'intestino; per la loro azione sicura e dolce, sono particolarmente adatti al delicato organismo dei bambini e degli anziani.

Per uso esterno l'applicazione più comune è quella in gargarismi e sciacqui, utili nelle stomatiti, afte, ascessi dentari, e in clisteri, usati per costipazioni e infiammazioni intestinali. Le radici della Malva silvestre sono reputate leggermente analgesiche e risolventi di foruncoli e paterrecchi; inoltre si strofinano tradizionalmente sulle gengive per pulire i denti.

USO INTERNO

I fiori e le foglie: Per le tossi, i raffreddori, le costipazioni e le infiammazioni intestinali.

Infuso: 3 grammi in 100 ml di acqua. Una tazzina a piccoli sorsi due - tre volte al giorno.

USO ESTERNO

I fiori e le foglie: Per le infiammazioni delle mucose della bocca e della gola, gengive fragili, nevralgie dentarie, peli arrossate, foruncoli, pruriti.

Infuso: 5 grammi in 100 ml di acqua. Fare sciacqui, gargarismi, lavaggi, applicare compresse imbevute di Infuso più volte al giorno.

USO COSMETICO

Bagni emollienti e idratanti si ottengono aggiungendo all'acqua decotti di fiori e foglie.