



eteric; vitamine din grupul B; substanțe minerale cu calciu, sodiu, fosfor, fier, mangan, zinc, cupru, molibden.

Prin conținutul lor chimic, flavonidele au acțiune diuretică și antispasmodică; substanțele triterpenice fluidifică secrețiile traheo-bronșice și faringiene; acidul glicerol și glabric influențează echilibrul ionic (Na<sup>+</sup>, K<sup>+</sup>, Cl<sup>-</sup>) și au acțiune antiinflamatoare și antiulceroasă; complexul de principii active influențează motilitatea gastrointestinală, conferindu-i acțiune laxativă.

Rizomul și rădăcinile plantei au utilizări în medicina umană.

Produsul este recomandat ca adjuvant și potențator al efectului tratamentului pentru următoarele afecțiuni: alergii, colite, bronșite, gastralgii, aerofagie, dar și ca edulcorant.

#### Fructele de cătină

(*Hippophae fructus*) datorită conținutului complex în principii active reprezintă o întreagă farmacie.

Produsul conține acizi organici, pectină, substanțe tanante, celuloză, proteine, ulei, calciu, fosfor, magneziu, potasiu, sodiu, fer, vitamina C, vitamina B<sub>1</sub>, vitamina B<sub>2</sub>, vitamina B<sub>9</sub>, vitamina F, vitamina E, vitaminele P, K, și a.

Extractul uscat are un conținut ridicat în bioflavonoizi, ceea ce are ca efect prevenirea, atenuarea sau inhibarea efectelor nedorite ale îmbătrânirii (cauzate de excesul de radicali liberi), împiedicarea formării de proteine nocive pentru organism.

De asemenea, are proprietatea de a lega colagenul în țesuturi, oprind dezvoltarea enzimelor care distrug legăturile intracelulare.

**Ardeul**, *Capsicum annuum*, familia *Solanaceae*, este o plantă cultivată din timpuri străvechi în Mexic, Guatemala, Peru, Brazilia.

A fost semnalat pentru prima dată de medicul Chanca, care l-a însoțit pe Columb în cea de-a doua expediție (1493 – 1496). Indigenii din Hispaniola îl numeau „agi” și îl foloseau în alimentație. În Europa a fost adus în secolul XVI, mai întâi în Spania și apoi

în alte țări, fiind descris în amănunțime de Clusius în 1548. În România a fost cultivat din secolul XIX, mai întâi în părțile sudice și apoi în restul țării.

În formula propusă s-a utilizat pulberea obținută din fructul plantei, *Capsicii fructus*, recoltată la maturitate.

Fructele conțin glucoză, fructoză, zaharoză, amidon, hemiceluloză, substanțe pectice, celuloză, lipide, carotenoide, mici cantități de ulei eteric, vitamina C, vitamina B<sub>1</sub>, vitamina B<sub>2</sub>, vitamina PP, vitamina E, vitamina A, vitamina P (citrină), enzime (peroxidază, lipoxidază, celulază, etc.), capsicină – substanță iritantă, revulsivă, macroelemente ca potasiu, sulf, fosfor, magneziu, sodiu și microelemente ca fer, mangan, cupru, cobalt.

Principiile active au rol eupeptic, rubefiant, revulsiv, insecticid.

În doze mici ajută la stabilirea unei digestii normale; în doze mari are acțiune purgativă.

Dintre alcaloizi, capsicina imprimă gustul iute, arzător, iar alcaloidul capsicină are acțiune puternic rubefiantă.

Culoarea roșie este dată de carotenoidele capsantina și capsorubina.

Intern, intensifică activitatea cortexului suprarenal și secreția de hormoni corticosteroidi.

Ardeul este apreciat și ca element natural care îmbunătățește circulația sângelui.

Mulți fitoterapeuți susțin că ardeul contribuie la „curățarea” arterelor și la contracararea efectelor aterosclerozei. El este cunoscut și ca o sursă importantă de antioxidanți, cum sunt vitaminele A și C și substanțe fitochimice care protejează celulele împotriva degradării.

De asemenea, ardeul este folosit de mulți fitoterapeuți și naturaliști în formule mai complexe pentru faringite, infecții ale căilor respiratorii și sinuzite. El contribuie la scăderea congestiei și inflamației în aceste zone.

Pulberea de **trei frați pătați** a fost obținută din părțile aeriene ale plantei *Viola tricolor*, familia *Violaceae*. Din punct de vedere chimic, planta conține mucilagii, saponozide triterpenice, derivați și esterii ai acidului metilsalicilic, săruri minerale, delfinidină, acizi p – cumarici, ulei volatil, tanin, β – caroten, gume, vitamina C.

Florile conțin violacvercetina (pigment flavonic galben), violaxantine (carotenoide); violanina, hidrolizând, se desface în glucoză și ramnoză.

Principiile active au acțiune diuretică, expectorantă, fluidificatoare a secrețiilor bronșice, colagoge, depurative, antialergice, protectoare a mucoasei gastrointestinale inflamate.

Farmacodinamic, acționează asupra epiteliului renal mărind cantitatea de urină eliminată.

Favorizează expectorația cu expulzarea din căile respiratorii a mucusului și a secrețiilor bronșice (spută).

Favorizează secreția de bilă; retrage din masa umorilor toxinele și favorizează eliminarea lor rapidă din corp pe cale gastrointestinală, renală sau prin glandele sudoripare; provoacă ușurarea tranzitului intestinal prin lubrefiere și emulsio-

nare. Planta este recomandată în tuse, bronșite, dar și unele afecțiuni renale, constipații, precum și în dermatoze, urticarii, eczeme, furunculoze.

Extractul uscat din **fructe de zmeur** a fost obținut din fructele arbustului zmeur, *Rubus idaeus*, familia *Rosaceae*.

Fructele au acțiune tonică generală asupra organismului, favorizează digestia, normalizează tranzitul intestinal și împiedică manifestarea diareei, retrag din umorile corpului toxinele și favorizează eliminarea

lor, acționează asupra epiteliului renal mărind cantitatea de urină eliminată, favorizează sudorația, elimină spasmele gastro – intestinale, elimină senzația de încălzire excesivă.

Sub aspect energetic fructul uscat are o valoare de

3 – 5 ori mai mare decât cel crud, raportat la greutate. Prin deshidratare nu se pierd principalele componente din fructe și nici oligoelementele.

Fructele sunt recomandate în astenie, afecțiuni cardiace, digestive, pulmonare, renale, urinare, colici renale, colită cronică, congestie pulmonară, dureri cardiace și gastrice, enterită, enterocolită, angiocolită, gastrită hiperacidă, hiperazotemie, hemoragie, inflamații ale căilor urinare, pielonefrită, cistită, prostatită, constipație, dismenoree, răceală, stări febrile infecțioase.

Extractul uscat de **mentă** a fost obținut din părțile aeriene, *Menthae piperitae herba*, provenite de la planta *Mentha piperita* – Izmă bună (Mentă), familia *Lamiaceae*.

continuare în pagina 12

