

L'Iperico: l'erba "scacciadiavoli"

Noto fin dai tempi di Ippocrate, il padre della medicina, l'Iperico ha una lunga tradizione nell'uso popolare nell'impiego per la cura di numerose malattie: dalla cura delle ferite, ai disturbi renali, alle patologie dei polmoni. Attualmente è in studio l'efficacia dell'Iperico anche nella cura di malattie come l'AIDS, alcune forme di cancro, l'enuresi notturna dei bambini, la psoriasi, l'artrite reumatoide, i postumi di una sbornia.

Ma il suo impiego di elezione è per lei, la *bestia*, il *male oscuro*: la depressione. Il suo nome deriva dal greco, e vuol dire "*contro i fantasmi*": si credeva che l'odore del suo fiore fosse tale da disturbare i demoni.

Fantasmi... quei fantasmi dell'anima che facilmente assalgono in maniera maligna e devastante, compromettendo fortemente la vita di chi ne è sofferente. Oltre al senso di vuoto costante, la totale apatia nei confronti delle più comuni attività, il senso di stanchezza, la comparsa di non ben definiti dolori cronici che resistono a qualsiasi tipo di trattamento, la depressione è un problema invalidante anche sul piano sociale. Si diventa meno produttivi, meno collaborativi, si è più facili agli incidenti, all'assenteismo dovuto a malattia. Il problema principale nell'affrontare la depressione sta nella difficoltà di riconoscere ed accettare la condizione di malattia: se non si ha la consapevolezza della malattia, non si chiede aiuto. Inoltre in genere il trattamento proposto è di natura farmacologico: il farmaco di per se implica il concetto di malattia.

C'è da aggiungere che la scelta del farmaco più adeguato procede per tentativi ed errori, e gli esiti di questi si riscontrano solo dopo diverse settimane di somministrazione. La lentezza e l'assenza di risultati, genera sconforto, e facilmente anche l'abbandono. E sconforto genera sconforto: lo specialista ed i farmaci suggeriti rappresentano un costo non da poco, e se non sortiscono l'effetto sperato lo sconforto aumenta!

E così il cane comincia a mordersi la coda, girando senza sosta su se stesso. Recentemente l'Università della Pennsylvania ha pubblicato uno studio dal quale risulta che la terapia comportamentale ha sortito risultati sovrapponibili a quelli ottenuti con l'uso di farmaci antidepressivi... senza chiaramente mostrarne gli effetti collaterali! Nel corso della terapia comportamentale, il rimedio è rappresentato dalla interazione tra paziente e terapeuta, che lavora rimodellando il pensiero e le percezioni del soggetto.

La teoria più accreditata della malattia, vuole la depressione come evento biochimico: squilibrio biochimico, probabilmente anche ereditario, che determina quelle manifestazioni mentali, emotive e fisiche che caratterizzano la depressione. Natura biochimica della depressione... la vita è biochimica! Le nostre emozioni, i nostri sentimenti, tutta la nostra vita di relazione è basata su scambi e reazioni chimiche... l'emozione che si prova di fronte al primo vagito del proprio figlio, l'eccitazione del primo bacio, la paura di fronte ad un esame! E come tale, forse, è possibile anche che la parola, così come un'immagine cara, possa innescare un processo biochimico, che ne fa scattare un altro, che ne genera un altro ancora, fino a determinare una condizione di benessere. E questo di sicuro non ha effetti collaterali!

Quasi contemporaneamente allo studio sulla terapia comportamentale, il British Medical Journal ha pubblicato il risultato di uno studio svolto in Germania, presso 21 centri psichiatrici. In questo studio sono stati messi a confronto l'estratto di Iperico con la paroxetina, il farmaco di elezione per il trattamento della depressione: l'Iperico

ha dimostrato risultati sensibilmente maggiori rispetto il farmaco di sintesi, e, soprattutto più duraturi.

Non è una novità questa. Nel tempo diverse prove sono state fatte che hanno dimostrato nell'iperico risultati sovrapponibili, quando non superiori, a Diazepam e Disipramina, nella cura della depressione lieve e moderata; e pure superiore si è mostrato rispetto dosi moderate di Imipramina per la cura della depressione grave. Ma la cosa più interessante, è che l'iperico ha mostrato un'entità di effetti collaterali inferiore a quella ottenuta con il placebo!

Eppure solo di recente l'Iperico è stato reintrodotta nella nostra farmacopea. Perché? La tossicità accertata dell'Iperico è pressochè nulla. Esclusi lievi problemi gastrointestinali, vertigini e nausea, che si annullano con la sospensione del trattamento (cosa che non avviene per gli effetti collaterali dei farmaci di sintesi, che perdurano anche dopo la sospensione della cura), l'Iperico può essere assunto anche in gravidanza e durante l'allattamento, sempre chiaramente sotto il controllo del medico.

Nessuna evidenza di danno o malformazione al feto, neanche nell'animale da laboratorio. Escluso il rischio di sovradosaggio, cui si può incorrere in caso di depressione grave (se ne aumenta a dismisura la dose alla ricerca del benessere), l'unico effetto collaterale severo è la fotosensibilizzazione, con conseguenze anche gravi, che è stata però riscontrata esclusivamente nelle prove in vivo su animali da laboratorio. Nell'uomo si può verificare fotoensibilizzazione solo in caso di sovradosaggio.

E allora? qual'è il grave "peccato" dell'iperico, che lo ha per tanto tempo obbligato nell'angolo dei cattivi? La possibilità di interazione con specifici farmaci. Interazione che non si manifesta con gravi effetti qualora si assuma, ad esempio, iperico con la normale aspirina, condizione facile e probabile. L'Iperico però annulla l'attività di farmaci molto particolari, quali gli immunosoppressivi, la digossina (qualora l'Iperico venga assunto in forti dosaggi), alcuni farmaci per l'HIV o per il cancro, e il warfarin, farmaco anticoagulante. In caso si seguano cure con queste classi farmacologiche, l'iperico è assolutamente da evitare, mentre è il caso di avere cautela nel caso in cui si assumano farmaci di minore importanza, quali la pillola anticoncezionale, l'Amitriptalina (antidepressivo triciclico), la Fexofenadina (antistaminico), la Teofillina (broncodilatatore), la Simvastatina e gli agenti fotosensibilizzanti (acido delta-aminolevulinico).

Altra perplessità il mondo scientifico l'ha espressa - riguardo l'iperico - in particolare rispetto alle sue proprietà antidepressive, a causa del fatto che gli esperimenti svolti sui singoli principi attivi della pianta non davano risultati soddisfacenti: l'incapacità di trovare lo specifico principio responsabile del benefico effetto sull'organismo, ha fatto sì che l'Erba di san Giovanni, la *scacciadiavoli*, l'erba contro i fantasmi, venisse a lungo scartata per "*attività antidepressiva non accertata*". Per il principio di cautela, nell'incertezza, meglio non usarla! ... Ah, la miopia del mondo scientifico!

Come se il dato clinico delle numerose risoluzioni positive ottenute nei millenni a livello di medicina popolare potesse venir cancellato semplicemente dall'incapacità di osservare. Poveri accademici, se credono sul serio di poter ricreare ciò che ha fatto di incredibilmente perfetto la natura: da sempre è noto, almeno per chi con le piante risolve alcuni suoi malanni, che non è il singolo principio attivo a "fare il rimedio", ma il complesso intero delle tante, innumerevoli componenti chimiche presenti nella pianta, che, modulando l'un l'altra le specifiche proprietà, fanno della pianta tutta la vera "cura".

Di: Maria Genovese

Fonte: *Il verde mondo di Gaia* (www.ilverdemonodigaia.net)

Nota del Comitato:

Questo articolo non è conforme al nostro Consensus e non rispecchia quindi la posizione della Campagna "Giù le Mani dai Bambini". Attualmente non è disponibile documentazione scientifica e sperimentale a sostegno delle tesi sostenute nell'articolo, oppure essa non risulta validata dal nostro Comitato scientifico permanente. Nel caso pervenisse in redazione ulteriore documentazione a supporto dell'articolo, essa verrà evidenziata in futuro a beneficio dei lettori.

*Tratto dalla rassegna stampa di www.giulemanidaibambini.org
Campagna sociale nazionale
contro gli abusi nella prescrizione
di psicofarmaci a bambini ed adolescenti*