

Arnica (arnica montana)

Famiglia: Composite

Descrizione: Pianta con rosetta basale di foglie aderenti al terreno e da 1 a 3 paia di foglie del fusto opposte. Capolini terminali da 1 a 3 (raramente fino a 5), larghi da 5 a 8 cm, fiori ligulati da 15 a 25. Arbusto sempreverde. Protetta.

Altezza: 0,2-0,6 m. - Fioritura: da maggio ad agosto.

Dove si trova: Prati radi, boschi soleggiati fino nell'arco alpino in vaste parti d'Europa.

Parti utilizzate: I fiori, le infiorescenze essiccate, le parti sotterranee essiccate

Proprietà:

Sostanze contenute: olio essenziale, flavonoidi, un complesso di sostanze amare. Le sostanze attive non sono ancora del tutto note.

Impiegata spesso come rimedio casalingo per uso esterno grazie alle sue proprietà stimolanti sulla cute, antiinfiammatorie e curative sulle ferite.

Utilizzata per un più veloce assorbimento emorragico in caso di malattie reumatiche e contenuta in gargarismi e pennellature in caso di malattie della bocca e delle gengive.

Internamente agisce come stimolante cardiaco e sulla circolazione sanguigna, viene usata spesso anche in caso di malattie venose.

A causa del pericolo di avvelenamenti in caso di iperdosaggio i preparati medicinali che la contengono sono segnalati.

Per quanto riguarda l'uso esterno, in caso di concentrazioni troppo alte, possono apparire irritazioni cutanee.

Preparazione e uso:

Decotto astringente :

Indicazione: per curare ecchimosi e contusioni.

Posologia: fare impacchi con tamponi imbevuti di decotto.

Preparazione: in 1 l d'acqua fredda mettere 15 g di foglie e di fiori secchi, fare bollire per 15 minuti, poi filtrare. Il decotto va utilizzato molto freddo.

La tintura:

Si prepara mettendo al macero, per almeno 10 giorni, 20 gr. di radici e di fiori in 100 gr. di alcool a 60°, diluendo poi in mezzo litro d'acqua.

La tintura è rimedio contro le punture d'insetti e come applicazione sugli ematomi, sulle distorsioni, sulle ecchimosi e sulle slogature.

AVVERTENZA

Risulta velenosa a forti dosi o per uso interno (se non in diluizioni omeopatiche). La tintura non va mai impiegata pura ma solo diluita in acqua. Non utilizzare su ferite sanguinanti, nè vicina a bocca, occhi o organi genitali. Limitandosi alla raccolta dei soli fiori non si metterà a rischio la moltiplicazione della specie e si otterranno preparati che, seppure di effetto più leggero, non hanno lo stesso potere irritante di quelli a base di radici.