

# ELICRISO

## *Helichrysum italicum*

Le sommità fiorite dell'elicriso sono utilizzate in fitoterapia nel trattamento delle allergie, che colpiscono le vie aeree e i tessuti cutanei. Gli studi clinici odierni hanno infatti dimostrato l'utilità dell'elicriso nelle affezioni dell'apparato respiratorio sia di tipo allergico che coadiuvante antivirale, giustificata dalla presenza di olii essenziali (neroli, acetato di nerile, alfa e beta pinene, geraniolo, sesquiterpeni, furfurolo, eugenolo), flavonoidi (narigenina, apigenina, campferolo, elicrisina, quercitrina) e triterpeni (alfa amirina, acido ursolico, acido boswellico), elipirone, sitosterolo, acido caffeico. Questi principi attivi nella loro azione sinergica conferiscono alla pianta proprietà antistaminica, antinfiammatoria, espettorante e antibatterica.

Infatti l'elicriso favorisce l'eliminazione del catarro bronchiale, attenua gli spasmi eccessivi dell'asma e le infiammazioni di origine allergica della mucosa nasale. Per uso interno la pianta è perciò utilizzata nel trattamento dell'allergia, in presenza di rinite, congiuntivite e blefariti allergiche, tosse, bronchite acuta e cronica.

Svolge una azione bechica (antitussiva) balsamica, mucolitica, espettorante, antinfiammatoria, antiallergica, antiossidante, antiedemigena, antibatterica, antimicotica, cicatrizzante, protettiva dei tessuti, eudermica, colecistocinetica, ACTH e cortisone-simile, migliora le funzioni digestive e il tono generale.

Indicata per: bronchiti subacute (con o senza tendenza all'asma o alla pertosse), bronchiti acute e croniche, sindrome asmatica (con o senza enfisema) affezioni a carico dell'apparato respiratorio, tracheo-bronchite virale dell'infanzia, pertosse, affezioni cutanee, dermatopatie (psoriasi eczemi) epatopatie, ittiosi, dermatiti, orticarie, edemi dovuti a problemi di circolazione venosa e da flebiti, forme patologiche su base allergica, riniti, intolleranze alimentari, cefalee, emicranie, malattie reumatiche, artrismo, uricemia, gotta, obesità.

Indicato anche in caso di: allergie, artriti, osteoartrosi, artrite reumatoide.

### L'ELICRISO SARDO AGISCE ANCHE COME IMPORTANTE REGOLATORE DEL SISTEMA IMMUNITARIO

Per uso locale (olio) la pianta rappresenta il rimedio specifico per lenire e sfiammare la pelle in caso di psoriasi, herpes d'ogni genere, eczemi, ustioni ed eritema solare, irritazioni della pelle sensibile, grazie alla sua azione decongestionante e protettiva.

Un'altra proprietà importante dell'uso esterno dell'elicriso è quella astringente, antiedemigena, analgesica, in quanto contrasta l'infiammazione e il dolore, tonifica le pareti venose, riduce i versamenti e la dilatazione delle vene, utile in caso di emorroidi, artrite e nelle forme reumatiche acute.

**BIBLIOGRAFIA** • Nuovo Dizionario di Merceologia e Chimica Applicata – Di Vittorio Villavecchia; Gino Eigenmann. Ulrico HOEPLI Editore • M. Rossi - Tinture Madri in fitoterapia – Studio Edizioni

- A.D. Atzei O.F.M. – Le piante nella tradizione popolare della Sardegna . Carlo Delfino Editore.
- Manuale delle preparazioni galeniche- Franco Bettiol. Tecniche Nuove
- [www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org)