



# Arctium Lappa L.

Nome comune: Bardana

**Famiglia:** *Asteraceae*

**Parte utilizzata:** radice, foglie

## **COSTITUENTI PRINCIPALI**

- 50% e più di inulina (attività diuretica)
- Tracce di olio essenziale
- Lattoni sesquiterpenici
- Composti polinsaturi, polieni e polienine
- Polifenoli (acido caffeico, acido clorogenico)
- Acido  $\gamma$ -guanidino-n-butirrico (azione ipoglicemizzante)
- mucillagini

## **ATTIVITA' PRINCIPALE**

Depurativa, Antisettica

Ipoglicemizzante, Coleretica, Antireumatica

## **IMPIEGO TERAPEUTICO**

Dermatosi (acne, crosta latte, eczema..), Esantemi

Iperglicemia

Forme reumatiche

## **EFFETTI SECONDARI**

La letteratura medica non segnala effetti secondari tossici.

## **POSOLOGIA**

*Arctium L.* T.M.: 50 gocce 3 volte al dì

## **PROPRIETA'**

La Bardana possiede proprietà diuretiche, diaforetiche e colagoghe tali da giustificare in pieno la sua azione drenante sugli organi emuntori naturali quali fegato, reni, intestino e pelle. Il risultato di un buon drenaggio consiste in un blando potenziamento dell'attività epatica, della secrezione biliare, della diuresi, del transito intestinale e in un'accresciuta attività nella secrezione delle ghiandole sudoripare e nella regolazione della secrezione sebacea. La stimolazione dell'attività biliare ed epatica conferiscono alla Bardana anche un'azione ipoglicemizzante, ipocolesterolemizzante ed antibiotica.