



Urtica Dioica L.

Nome comune: Ortica

Famiglia: *Urticaceae*

Parte utilizzata: pianta intera

COSTITUENTI PRINCIPALI

- FRUTTI: proteine, mucillagine, olio grasso
- PARTI AEREE: flavonoidi, vitamine (A, B2, C, K, acido pantotenico e acido folico), clorofilla, xantofilla e beta-carotene, Sali minerali (di potassio e di calcio), secretina
- PELI URTICANTI: acetilcolina, istamina, colina, acido formico (responsabile dell'irritazione cutanea), acido acetico e leucotrieni
- RADICE: polisaccaridi, steroli, tannino

ATTIVITA' PRINCIPALE

Diuretiche e depurative; uricolitico

Antinfiammatorie

Stimolanti

IMPIEGO TERAPEUTICO

Stati infiammatori delle vie urinarie

Malattie reumatiche, gotta

Prevenzione e trattamento della litiasi renale

Iperproliferazione prostatica

Ricostituente e rimineralizzante

EFFETTI SECONDARI

Non sono segnalati effetti secondari e tossicità ai normali dosaggi terapeutici. Tuttavia l'ingestione di alte dosi può provocare irritazione gastrica nonché una sensazione generalizzata di bruciore.

POSOLOGIA

Urtica dioica T.M.: 40 gocce 3 volte al dì

PROPRIETA'

L'ortica fa parte di un ampio gruppo di piante che, sebbene abbiano innumerevoli proprietà terapeutiche, sono cadute col tempo nel dimenticatoio. Gli studi clinico-farmacologici condotti sull'ortica sono scarsi e solo recentemente se ne sta valutando l'efficacia sull'iperplasia prostatica del cane (riduzione del 70% del volume della ghiandola). Sembra che alla base dell'azione terapeutica si verifichi un'interazione tra i principi contenuti nell'ortica e le proteine sieriche deputate a legare gli androgeni con conseguente variazione della concentrazione di androgeni liberi. Uno studio clinico condotto su un piccolo gruppo di pazienti ha altresì dimostrato, in seguito a somministrazione per due mesi dell'estratto idroalcolico di Ortica, una riduzione del residuo urinario post-minzionale, una netta diminuzione della nicturia e una modica diminuzione del volume prostatico.

Le foglie per la ricchezza in minerali e clorofilla sono reputate un ottimo rimineralizzante, ricostituente ed antianemico. A livello intestinale, oltre all'azione astringente l'ortica sembra avere, grazie alla presenza della secretina simile a quella umana, un'azione normalizzatrice della flora batterica intestinale. L'ortica trova impiego anche nel trattamento delle forme reumatiche, degli stati iperuricemici e della gotta in virtù del fatto che, oltre all'azione diuretica, determina una marcata eliminazione di Sali, soprattutto urati. A livello locale la soluzione alcoolica trova impiego nelle algie reumatiche e nelle nevralgie.