



Plantago Lanceolata L.

Nome comune: Piantaggine lanceolata

Famiglia: *Plantaginaceae*

Parte utilizzata: parti aeree

COSTITUENTI PRINCIPALI

- Glucosidi iridoidici: aucubina (0,3-2,5%)
- Flavonoidi, cumarina, acidi fenoli
- Mucillagine ricca in D-galattosio, L-arabinosio, acidi urici, enzimi
- Acido silicico (1,35%), Sali minerali (zinco e potassio)
- 6,5% tannino

ATTIVITA' PRINCIPALE

Bechica ed espettorante

Antinfiammatoria

Cicatrizante

IMPIEGO TERAPEUTICO

Catarri vie aeree

Flogosi mucosa orofaringea

Dermatosi, ulcerazioni

EFFETTI SECONDARI

Non segnalati in letteratura

POSOLOGIA

Plantago Lanceolata L. T.M.: 30 gocce 3 volte al dì

PROPRIETA'

La pianta, per le sue proprietà antinfiammatoria, antimicrobica e antiallergica, viene impiegata nel trattamento sintomatico delle patologie infiammatorie O.R.L. e delle patologie broncopolmonari in virtù dell'azione emolliente e sedativa svolta dalle mucillagini (effetto ricoprente e protettivo degli epiteli) e dell'azione antivirale e astringente svolta dai tannini.

Le foglie vengono utilizzate anche a livello topico come lenitive e antipruriginose in svariate affezioni cutanee e in caso di irritazione e fastidio oculare.

Si precisa infine che l'allergia ben conosciuta nei confronti della piantaggine è dovuta al polline e non alla pianta.