



Sambucus Nigra L.

Nome comune: Sambuco

Famiglia: *Caprifoliaceae*

Parte utilizzata: fiori, frutto, foglie, corteccia

COSTITUENTI PRINCIPALI

FIORI:

- 0,03-0,14% olio essenziale
- 1,8% flavonoidi: rutina, isoquercitrina, iperoside, astragalina, quercitrina
- Acido clorogenico, acido p-cumarico, acido caffeico
- Triterpeni
- Mucillagini e tannini

FRUTTI:

- Flavonoidi
- 3% tannini; antociani (0,2-1%): sambucina, sambucianina, crisantemina
- Tracce di olio essenziale
- Glucosidi cianogenetici (nei semi): sambunigrina, prunasina...
- Zuccheri riduttori, acidi organici, vitamina A e C, fattori del complesso B

CORTECCIA:

- Sali di potassio
- Glucosidi flavonici
- Colina, zuccheri, tracce di olio essenziale
- Sambunigrina, sambucina, tannini

ATTIVITA' PRINCIPALE

FIORI: diaforetica

FRUTTI: lassativa

CORTECCIA: diuretica

IMPIEGO TERAPEUTICO

FIORI: disturbi del raffreddamento

Cistite, nevralgie

EFFETTI SECONDARI

I frutti immaturi possono provocare fenomeni di intossicazione a causa di un maggior contenuto in glucosidi cianogenetici, caratterizzati da sensazione di bruciore in gola, scialorrea, vomito, diarrea, senso di pesantezza al capo, angoscia, difficoltà di respiro e crampi.

POSOLOGIA

Sambucus Nigra. T.M (fiori): 30 gocce 3 volte al dì

PROPRIETA'

L'azione diaforetica, tipica dei fiori, ne giustifica l'impiego nelle malattie da raffreddamento accompagnate da febbre, nelle affezioni reumatiche e in quelle infiammatorie dell'albero respiratorio. Le mucillagini contenute nei fiori esplicano azione emolliente, mentre i flavonoidi sfiammante e diuretica. I frutti vengono invece utilizzati per preparare una conserva ad azione lassativa e purgativa. Le bacche pressate sono efficaci invece nel trattamento delle nevralgie, soprattutto del trigemino (l'assunzione di 20 gr può determinare, nei casi recenti, la scomparsa del dolore in breve tempo: 10-15 min.). La corteccia interna (assunta sottoforma di decotto) ha per lo più un'azione diuretica che la rende utile nel trattamento delle cistiti con l'unico inconveniente di poter provocare un po' di diarrea.