

# Antica Erboristeria Siena

Prof. Siena Paolo 1459

Il Prof. Siena inizia la pratica Orientale nel 1970; 1974 Aspirante istruttore nel 1976 Istruttore 1977 aspirante e maestro nel 1980.

Oggi 2002 il Maestro Prof. Responsabile è coordinatore del Kempo Tekki Kato Do-in Tai Danka per l'Italia, consiglia l'impiego di queste cure erboristiche per molti problemi che nella vita di tutti i giorni possiamo incontrare, le cure che presenterò in questo documento sono state sperimentate con grandiosi successi e per questo che se ne consiglia l'uso e mi raccomando accompagnato ad una preghiera recitata con fede sono maggiormente efficaci.

---

## MELISSA

### **Impiego terapeutico:**

come antispasmodico nei disturbi gastrici, come spasmolitico nelle sindromi premestruali come sedativo e tranquillante nelle insonnie e tachicardie e cefalee.

### **Posologia:**

1 – 2 Tavolette per 3 volte al dì ai pasti.

## KAWA KAWA

### **Impiego terapeutico:**

1-2 tavolette prima di colazione e 1 prima di pranzo per affrontare più serenamente la giornata.

### **Posologia:**

1-2 tavolette prima dei pasti principali 3 volte al giorno come calmante e rilassante come ipnoiducente. 3-4 tavolette mezz'ora prima di coricarsi.

Da cicli di tre mesi seguiti da 15 giorni di interruzione...

### **Studi tossicologici:**

Si avverte che non bisogna somministrare durante la gravidanza o l'allattamento.

E' possibile un potenziamento dell'effetto dell'alcool e degli psicofarmaci, se l'assunzione viene effettuata nell'arco della giornata occorre prestare attenzione alla guida.

## MIRTILLO

### **Impiego terapeutico:**

Disturbi visivi in particolare nelle difficoltà di adattamento e di percezione visiva in condizioni di luce crepuscolare o notturna, nelle malattie della retina dovute a deficienza della microcircolazione in particolare nella retinopatia diabetica o a glaucoma, nella miopia progressiva in virtù del contenuto tannico è usato anche come antidiarrotico e nelle forme antinfiammatorie gastrointestinali ecc.

### **Posologia:**

2 tavolette per tre volte al giorno prima dei pasti principali.

## UVA URSINA

### **Impiego terapeutico:**

L'azione antisettica e antinfiammatoria svolta a livello delle vie urinarie indica l'uva ursina nel trattamento delle Cistiti, Cistopieliti, e Uretriti.

### **Posologia:**

2 Tavolette per 3 volte al giorno.

## TIGLIO

### **Impiego Terapeutico:**

Nevrosi e Insonnie (sedativo del S.N.C. di relazione) malattie da raffreddamento (Diaforetico) Tossi catarrali (fluidificante sedativo) e spasmi intestinali e biliari, arteriosclerosi.(Fluidificante del sangue).

### **Posologia:**

2 Tavolette 3 volte al giorno, generalmente dal pomeriggio alla sera.

## THE' DI GIAVA

### **Impiego terapeutico:**

Come Depurativo e Diuretico negli Edemi, Ipertensione, potente eliminatore dei Cloruri. Reumatismi, Arterite, Gotta e prevenzione della Calcolosi Renale (potente eliminatore dell'urea) infezioni urinarie, per l'azione diuretica e batteriostatica.

### **Posologia:**

2-3 tavolette al giorno lontano dai pasti principali con un bel bicchiere d'acqua oligominerale.

### **Studi tossicologici:**

Tutte le ricerche tossicologiche confermano che il The di Giava non presta alcuna tossicità e possiede una notevole sicurezza d'uso.

## TARASSACO

### **Impiego terapeutico:**

Le proprietà Drenanti, Detossicanti e Diuretiche indicano il Tarassaco nel trattamento dell'Obesità dei disturbi della Cistifellea e delle patologie Reumatiche nonché come Ipocolestrolemizzante

### **Posologia:**

2 Tavolette mezz'ora prima di pranzo e cena si possono prescrivere cicli di trattamenti da uno a due mesi.

### **Studi tossicologico:**

Non presenta nessuna tossicità a dosi terapeutiche e non sono riferiti effetti secondari.

## PYGEUM

### **Impiego terapeutico:**

Ipertrofia benigna della prostata, difficoltà e dolore a urinare, Pollacchiuria diurna e notturna, Prostatiti.

### **Posologia:**

2-3 tavolette due, tre volte al giorno possibilmente lontano dai pasti, si consiglia una cura di tre mesi.

### **Studi Tossicologici:**

Non presenta alcuna tossicità a dosi terapeutiche e possiede una notevole sicurezza d'uso, anche per trattamenti prolungati. Non sono note controindicazioni, né effetti collaterali.

## FUCUS

### **Impiego terapeutico:**

Obesità da squilibrio Ghiandolare, cellulite, Adenite e Linfatisimo. Coadiuvante dell'attivazione immunitaria, Stati carenziali di Oligoelementi, Gotta.

### **Posologia:**

2-3- Tavolette mattina , pomeriggio e sera, prima dei pasti principali.

### **Studi tossicologici:**

Solo in alcuni soggetti ipersensibili può verificarsi un leggero nervosismo con difficoltà ad addormentarsi, in tal caso è sufficiente ridurre o eliminare la somministrazione serale, talora il Fucus può esplicare una blanda azione lassativa che scompare diminuendo leggermente il dosaggio per almeno una settimana, ritornando al dosaggio iniziale.

## GINKGO BILOBA

### **Impiego terapeutico:**

Prevenzione e terapia dell'Asma Bronchiale, Rinite Vasomotoria allergiche. Prevenzione e terapia dell'Arteriosclerosi e le sue conseguenze, Cardiopatie ischemiche, Vasculopatie Cerebrali , Artereopatie e vasculopatie periferiche con Ademi.

### **Posologia:**

2 Tavolette per due, tre volte al giorno, ai pasti.

### **Studi tossicologici:**

Le foglie di Ginko Biloba non presentano alcuna tossicità a dosi terapeutiche e non si sono riscontrati effetti secondari.

## SALICE

### **Impiego terapeutico:**

Malattie febbrili, influenzali o da raffreddamento dolori di origine infiammatoria Reumatismi acuti e cronici, Cefalee. Per la relativa lentezza con cui si instaura l'effetto analgesico . Il Salice è poco adatto per il trattamento delle cefalee acute.

### **Posologia:**

2 Tavolette 3-5 volte al giorno possibilmente dopo i pasri principali.

### **Studi tossicologici:**

Non presenta alcuna tossicità a dosi terapeutiche. Eventuali disturbi gastrointestinali sono dovuti piuttosto ai tannini che non ai Salicilati (entrambi contenuti nella corteccia di Salice) è controindicato nei soggetti ipersensibili ai Salicilati anche se la comparsa di reazioniallergiche,(Orticaria,Episodi asmatici) è poco frequente il 2% su mille.

## ANANAS GAMBO

### **Impiego terapeutico:**

Diuretico, Antinfiammatorio, Antiedemigeano, dimagrante, Proteolitico, Disintossicante, Cellulite, ritenzione idrica, Digestivo nelle dispepsie da carenza di succhi digestivi...

### **Posologia:**

2 tavolette 3 volte al giorno  
1 ora prima dei pasti principali.

**Studi tossicologici:**

Non presenta alcuna tossicità a dosi terapeutiche.

## ARTIGLIO DEL DIAVOLO

**Impiego terapeutico:**

Antiflogistico, Analgesico, Spasmodico, Antireumatico.

**Posologia:**

2-3 tavolette al mattino pomeriggio e sera prima dei pasti.

**Studi tossicologici:**

Non presenta alcuna tossicità a dosi terapeutiche e gli effetti secondari sono assai rari, superando le dosi si può avere un effetto lassativo che scompare immediatamente riducendo il dosaggio per almeno 7 giorni.

## BARDANA

**Impiego terapeutico:**

Antisettico, cicatrizzante, Detossicante, Antibiotico, Attivo contro i batteri Gram, Funghi, Antidiabetico, Acne, Foruncolosi, nelle Dermatiti seborroiche umide e squamose, varie di eczemi.

**Posologia:**

2 tavolette 3 volte al dì lontano dai pasti.

**Studi tossicologici:**

Non presenta alcuna tossicità a dosi terapeutiche.

## GLUCOMANNANO

**Impiego terapeutico:**

Ingerito prima dei pasti, assorbe grandi quantità di acqua e forma una gelatina che produce un senso di pienezza e sazietà, Regolarizza le funzioni intestinali ecc. Grassi in genere e Colesterolo vengono eliminati senza essere assorbiti dall'organismo.

**Posologia:**

2 Tavolette un ora prima dei pasti principali, non assumere più di 6 tavolette al dì.

**Studi tossicologici:**

Non presenta nessuna tossicità a dosi terapeutiche e gli effetti secondari sono assai rari, nei soggetti ipotesi, per dosaggi superiori alla norma può talora favorire l'insorgenza di un leggero mal di testa e sensazioni di sbandamento verosimilmente dovuti al diminuito assorbimento intestinale di zuccheri, grassi e altri nutrimenti, altrettanto in concomitanza di trattamenti a base di sostanze liofile, ad esempio vitamina A-E-F-

Occorre prestare attenzione alla possibilità di un diminuito assorbimento di tali sostanze...

## LAMINARIA

**Impiego terapeutico:**

Obesità da squilibrio Ghiandolare, Cellulite, ipotiroidismo e Linfatismo, Demineralizzante.

**Posologia:**

2 tavolette prima di colazione e pranzo eventualmente altre 2 prima di cena.

**Studi tossicologici:**

Non presenta nessuna tossicità per la presenza di iodio la laminaria è controindicata nelle persone affette da ipertiroidismo, in soggetti ipersensibili, può inoltre verificarsi un leggero nervosismo con difficoltà ad addormentarsi in tal caso è sufficiente eliminare la somministrazione serale.

La Laminaria può manifestare una certa azione lassativa, è per tanto è sconsigliabile nei soggetti affetti da colite.

## **SPIRULINA**

### **Impiego terapeutico e posologia:**

Controllo del peso 3-6 tavolette al mattino prima di colazione. 3-6 tavolette prima di pranzo, che deve iniziare con verdure miste 3-6 tavolette alle ore 18:00 Integratore nell'alimentazione nello sport e in gravidanza 3-6 tavolette 2-3 volte al giorno durante i pasti; Nello studio 6 tavolette con una colazione abbondante.

### **Studi tossicologici e avvertenze:**

La Spirulina non presenta alcuna tossicità né alcun effetto collaterale e possiede una notevole sicurezza d'uso.

N.B.

La Spirulina non contiene vitamina C che dovrebbe quindi essere integrata.

**O** Dio, Onnipotente ed eterno, che concedi al tuo servo Paolo la grazia di professare la vera fede, poiché riconosco la tua eterna e gloriosa Trinità adorando la tua unità nella onnipotenza della tua maestà; noi ti imploriamo di fortificare quella fede che è in noi e di difenderci da tutti i nostri nemici.

Per Gesù Cristo nostro Signore Amen

Dal Vangelo.....

E quando egli raggiunse la folla venne a lui un uomo che cadde in ginocchio davanti a lui dicendo: “ Signore abbi pietà di mio figlio poiché è pazzo e soffre molto: poiché cade spesso nel fuoco, e spesso nell'acqua. E l'ho portato dai tuoi discepoli, ed essi non potevano curarlo.”

Allora Gesù rispose: “ O generazione incredula e perversa, per quanto tempo starò con voi? Per quanto tempo vi sopporterò? Portatelo qui da me. Gesù lo rimproverò, e il diavolo uscì da lui e il bambino fu guarito da quel momento. Allora vennero i discepoli da Gesù in segreto, e dissero: “ Perché noi non abbiamo potuto scacciarlo ? “ Gesù disse loro: “ A causa della vostra incredulità. Poiché, così sia, io vi dico, se avete fede come un granello di senape, e direte a questa montagna muoviti da qui a li, ed essa si muoverà: e nulla sarà impossibile a voi. Ma questa specie non è scacciata se non con la preghiera e il digiuno”.

Il nostro aiuto è nel nome del Signore , che ha creato il cielo e la terra.

O Signore ascolta la mia preghiera, e fa che il mio grido ascenda fino a te!

O Dio le montagne si sciolgono come la cera, la terra rabbrivisce e trama, gli abissi si aprono e l'inferno è terrorizzato: io rivolgo a te questa umile preghiera. Con l'invocazione del tuo nome possa la mia anima essere liberata da ogni contrarietà, ritornando all'unico autore della sua salvezza, e fa che tutto il fetore sia dissipato e sostituito dai dolci aromi dello Spirito Santo che sta dentro di me, cosicché quest'anima sia in grado di seguire il liberatore, Nostro Signore Gesù Cristo, che vive e regna per sempre.

Benedetto sia il Padre , il Figlio e lo Spirito Santo.

## BIANCOSPINO

### **Impiego terapeutico:**

Ridotta funzionalità cardiaca, cardiopatie senili che non necessitano ancora di trattamento con digitatici, Aritmie Bradicardiche lievi.

### **Posologia:**

1-2 tavolette 2-3- volte al dì prima dei pasti principali.

### **Studi tossicologici e avvertenze:**

Non presenta alcuna tossicità né alcun effetto collaterale.

## CARCIOFO

### **Impiego terapeutico:**

Disfunzioni epatobiliari, Ipercoleterolemie e Arteriosclerosi, Sindromi dispeptiche, Orticaria, eczemi, Psoriasi ecc.

### **Posologia:**

2 tavolette per 3-4 volte al giorno prima dei pasti.

### **Studi tossicologici:**

Non presenta alcuna tossicità a dosi terapeutiche e gli effetti secondari sono rari.

## CENTELLA

### **Impiego terapeutico:**

Rende possibile l'impiego nell'insufficienza venosa cronica (Varici, Emorroidi ) L'effetto benefico sulla microcircolazione e nel trofismo vascolare . Connettivale da buoni risultati nel 75% dei casi di cellulite grazie alle due azioni combinate è usata come cicatrizzante nelle ulcere varicose, Piaghe da decubito ecc.

## ELEUTEROCOCCO

### **Impiego terapeutico:**

Come tonico negli stati di debolezza, convalescenza, stanchezza e nello sport, in presenza di ridotta capacità di rendimento e concentrazione....

### **Posologia:**

2-3 tavolette al giorno dopo i pasti principali evitando la somministrazione serale.

### **Studi tossicologici:**

Pianta non tossica, si consigliano cicli di non oltre tre mesi, interrompendo per 30 giorni. Sebbene non siano note interazioni, controindicazioni è bene evitare l'uso durante trattamenti con psicofarmaci, ormoni, in gravidanza e nei bambini.

## ECHINACEA

### **Indicazione terapeutica:**

Malattie da raffreddamento, Sindrome influenzale e altre malattie infettive, infezioni recidivanti delle vie respiratorie e delle basse vie urinarie leggermente afrodisiaca.

### **Posologia:**

2 tavolette per due volte al giorno ai pasti principali si consiglia un trattamento di 15 giorni e mai superare i due mesi.

### **Studi tossicologici:**

Non presenta alcuna tossicità a dosi terapeutiche e non sono riferiti effetti secondari, in alcuni soggetti può indurre un transitorio aumento della temperatura considerata dagli studiosi come la dimostrazione dell'aumentata attività dell'organismo alle infezioni.

## **EQUISETO**

### **Impiego terapeutico:**

Ritardi nel consolidamento delle fratture ,Rachitismo, Osteoporosi, Distrofie ungueali, Emorragie, Arteriosclerosi, Collegenopatia ritardi nelle cicatrizzazioni.

### **Posologia:**

2 tavolette per tre volte al dì indifferente prima o dopo i pasti principali, preferibilmente seguite dall'assunzione del succo di un quarto e mezzo di limone, per facilitare la solubilizzazione della silice e renderla così più facilmente assorbibile.

### **Studi tossicologici:**

Non presente nessuna tossicità a dosi terapeutiche ed è sempre ben tollerato.

## **FIENO GRECO**

### **Impiego terapeutico:**

Magrezze, Anoressie, Gracilità infantile, Convalescenza, Astenia, Rachitismo e osteomalaccia, (meglio se associato con Equiseto) Diabete con Ipercolesterolemia (in associazione con Ginnema) Ipogalattia (rende un cattivo sapore all'alito).

### **Studi tossicologici e avvertenze:**

Non presenta alcuna tossicità a dosi terapeutiche e possiede una buona sicurezza d'uso. Non sono note controindicazioni né effetti collaterali; dato che l'odore e il sapore sgradevole può essere utile ingerire le tavolette con del miele o con marmellata...

## **GIN SENG**

### **Impiego terapeutico:**

Stati di stress ed esaurimenti psichici, fisici, Astenia e debolezza, senescenza endocrina ....Psichica..

### **Posologia:**

1-2 tavolette 1-2- volte al dì prima somministrazione al mattino, l'eventuale seconda somministrazione a pranzo.

### **Studi tossicologici:**

Pianta non tossica da usare per periodi continuativi possibilmente non superiore a un mese .. Evitare l'uso contemporaneo a terapie con psicofarmaci e con ormoni, nell'ipertensione grave, in gravidanza, nei bambini...

## **GUARANA'**

### **Impiego terapeutico:**

Per l'alto contenuto di basi Xantiniche, caffeina e teofilina in particolare è indicato come stimolante delle funzioni cerebrali e dell'attività intellettuale, tonico affaticamento fisico, ottimo nelle nevralgie e in alcuni tipi di emicranie.

### **Posologia:**

2 tavolette per 2-3 volte al dì preferibilmente a digiuno o comunque poco prima dei pasti, evitando la somministrazione serale nei soggetti particolarmente eccitabili.

### **Studi tossicologici:**

Non presenta alcuna tossicità a dosi terapeutiche e nonostante sia la specie vegetale più ricca di caffeina non provoca insonnia neppure in un uso prolungato . Gli effetti secondari sono piuttosto rari.

**Avvertenze:**

Soltanto in soggetti particolarmente sensibili è possibile assistere ad un transitorio aumento dell'eccitabilità che per altro scompare rapidamente diminuendo il dosaggio per una settimana.