

Eleutherococcus senticosus

Eleutherococcus senticosus



Classificazione scientifica

Dominio	Eukaryota
Regno	Plantae
Divisione	Magnoliophyta
Classe	Magnoliopsida
Ordine	Apiales
Famiglia	Araliaceae
Genere	<i>Eleutherococcus</i>
Specie	<i>E. senticosus</i>

Nomenclatura binomiale

Eleutherococcus senticosus
(Rupr. & Maxim.) Maxim.

Sinonimi

Acanthopanax senticosus

Nomi comuni

Ginseng siberiano

L'**eleuterococco** (*Eleutherococcus senticosus*), noto anche come **ginseng siberiano**, è un arbusto della famiglia delle Araliaceae, originario della Siberia e della Mongolia.

Usi

La radice di eleuterococco viene usata in erboristeria in forma di gocce o compresse in quanto le vengono riconosciute proprietà toniche ed adattogene, in grado di ottimizzare la secrezione degli ormoni.


L'utilizzo della pianta è indicata negli stati di stress e sovraffaticamento, rinforza il sistema immunitario aumentando il numero dei linfociti T e stimolando l'attività dei globuli bianchi,^[1] utile nella astenia, convalescenza, nell'esaurimento psicofisico, nella stanchezza, nell'ipotensione, nella attività sportiva, previene l'insorgenza delle malattie, indicato nei periodi di ridotta capacità di rendimento, di concentrazione e di attenzione, stimola il metabolismo e aiuta nelle spasmofilie. Un recente studio giapponese ha evidenziato che aiuta a migliorare la resistenza al freddo e allo sforzo.^[2]

A dosi eccessive, potrebbe determinare cefalea, tensione e insonnia.

Note

- [1] "Farmacia al naturale", di Roberta Pasero, pubbl. su "Sapere & Salute", anno 4, genn.2000, num.24 pag.25
- [2] "Più sprint con le piante", di Maria Grazia Sacis, pubbl. su Sapere&Salute, anno 3, marzo 1999, num.19, pag.26

Altri progetti

-  **Commons** (http://commons.wikimedia.org/wiki/Pagina_principale?uselang=it) contiene immagini o altri file su **Eleutherococcus senticosus** (http://commons.wikimedia.org/wiki/Eleutherococcus_senticosus?uselang=it)

Collegamenti esterni

- Scheda su Caigua.it (<http://www.caigua.it/eleuterococco.htm>)
- Scheda tassonomica su ITIS (http://www.itis.gov/servlet/SingleRpt/SingleRpt?search_topic=TSN&search_value=505934)



Portale Botanica: accedi alle voci di Wikipedia che trattano di botanica

Fonti e autori delle voci

Eleutherococcus senticosus *Fonte:* <http://it.wikipedia.org/w/index.php?oldid=57070099> *Autori:* :anaconda, Ary29, Emanzamp, Esculapio, Eumolpo, Joe123, Luisa, Marco Daniele, Nipisiquit, PersOnLine, Phantomas, Rex Infernus, Vjncenzo, 3 Modifiche anonime

Fonti, licenze e autori delle immagini

File:Information-silk.svg *Fonte:* <http://it.wikipedia.org/w/index.php?title=File:Information-silk.svg> *Licenza:* Creative Commons Attribution 2.5 *Autori:* Information-silk.png: Mark James derivative work: KSIOM(Talk)

Immagine:Eleutherococcus senticosus.jpg *Fonte:* http://it.wikipedia.org/w/index.php?title=File:Eleutherococcus_senticosus.jpg *Licenza:* Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported *Autori:* Stanislav Doronenko

Immagine:Commons-logo.svg *Fonte:* <http://it.wikipedia.org/w/index.php?title=File:Commons-logo.svg> *Licenza:* logo *Autori:* SVG version was created by User:Grunt and cleaned up by 3247, based on the earlier PNG version, created by Reidab.

File:Nuvola apps khangman.svg *Fonte:* http://it.wikipedia.org/w/index.php?title=File:Nuvola_apps_khangman.svg *Licenza:* GNU Lesser General Public License *Autori:* MesserWoland, oryginally David Vignoni

Licenza

Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported
[//creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/](http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/)