

ORTICA

(*Urtica dioica*)

FAMIGLIA: Urticaceae



HABITAT: comune in tutta Europa, nei luoghi incolti e soleggiati.

PARTE USATA: le radici.

PREPARAZIONI FARMACEUTICHE: La forma migliore è l'estratto secco, la cui dose giornaliera va da 8 a 12 mg. per kg di peso corporeo, suddivisi in due somministrazioni preferibilmente lontano dai pasti.

COMPOSIZIONE CHIMICA: la pianta è ricca di polisaccaridi a catena lunga, identificati sinora in numero di cinque. Contiene una lectina ricca in acetilglucosamina. I composti più abbondanti sono dei composti fenolici. Piuttosto abbondanti sono anche gli steroli e i flavonoidi.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE: **Azione sulla prostata:** questa pianta contiene svariati lignani, che hanno dimostrato la capacità di legarsi alle cellule della prostata, riducendo in esse l'azione del testosterone e quindi la loro proliferazione. Inoltre l'estratto secco di Ortica favorisce il rilasciamento del muscolo detrusore della vescica, che è quello che rilasciandosi permette all'urina di uscire dalla vescica, migliorando in tal modo la fuoriuscita dell'urina. Studi su tessuto prostatico di ratto in degenerazione adenomatosa hanno dimostrato che l'estratto di questa pianta è in grado di ridurre di circa il 50% la crescita di questo tipo di tessuto.

Sono stati fatti alcuni studi clinici per valutare l'effetto dell'estratto secco di ortica e del sitosterolo in esso contenuto sull'ipertrofia prostatica benigna. Sono stati arruolati pazienti con diagnosi sicura di ipertrofia prostatica, che sono stati trattati per bocca per un periodo di 6 mesi con l'estratto secco di ortica o con il sitosterolo o con un placebo. Come parametri di valutazione si utilizzavano dei test specifici per misurare i sintomi di questi pazienti, il flusso urinario massimo e il volume residuo postminzionale, ossia la quantità di urina rimasta nella vescica alla fine della minzione. Al termine

della sperimentazione vi è stato un miglioramento statisticamente significativo in tutti i parametri esaminati nei pazienti del gruppo ortica/sitosterolo rispetto a quelli del gruppo placebo. Non sono stati osservati evidenti effetti collaterali.

Azione immunostimolante: si è notato che la lectina di questa pianta è un attivatore specifico dei linfociti T, in particolare di quelli del timo e della milza, con effetto simile a quello di altre sostanze dotate di azione immunostimolante. Infatti il legame recettore-lectina di ortica provoca l'attivazione e la proliferazione dei linfociti T, che hanno un ruolo molto importante nelle difese immunitarie del nostro organismo.

Azione anti-infiammatoria: questa pianta viene anche tradizionalmente utilizzata come anti-infiammatorio, in particolare nelle malattie artroreumatiche. Un recente studio in laboratorio ha dimostrato che l'estratto di questa pianta inibisce la produzione cellulare di citochine e di leucotrieni, sostanze che favoriscono l'infiammazione nei tessuti. Un estratto secco di ortica ha dimostrato, nel ratto, di ridurre il gonfiore, il rossore e il dolore causato nella zampa dell'animale dall'iniezione di sostanze infiammatorie come i carragenani.

EFFETTI COLLATERALI: può verificarsi una reazione allergica al contatto con le parti aeree della pianta, che può prolungarsi fino a 12-14 ore dopo il contatto stesso. E' probabile che l'effetto urticante immediato che si verifica quando si tocca la pianta sia dovuto all'azione dell'istamina contenuta nelle foglie.

CONTROINDICAZIONI: nessuna degna di nota. Per prudenza non somministrare in gravidanza e durante l'allattamento.

INTERAZIONI CON FARMACI: non note.

DATI TOSSICOLOGICI: la dose letale per bocca nel ratto è superiore a 3 g per kg di peso.

BIBLIOGRAFIA.

1. Klippel K.F. et al. A multicentric, placebo-controlled, double-blind clinical trial of beta-sitosterol (phytosterol) for the treatment of benign prostatic hyperplasia. German BPH-Phyto Study group. Br. J. Urol. 80, 427-432, 1997.
2. Berges R.R. et al. Randomised, placebo-controlled, double-blind clinical trial of beta-sitosterol in patients with benign prostatic hyperplasia. Beta-sitosterol Study Group. Lancet 345, 1529-1532, 1995.
3. Krzeski T. et al. Combined effects of *Urtica dioica* and *Pygeum africanum* in the treatment of benign prostatic hyperplasia: double blind comparison of two doses. Clin. Ther. 15, 1011-1020, 1993.
4. Le Moal M.A. et al. Mouse T-lymphocyte activation by *Urtica dioica* agglutinin. II.-- Original pattern of cell activation and cytokine production induced by UDA. Res. Immunol. 143, 701-709, 1992.
5. Oliver F. et al. Contact urticaria due to the common stinging nettle (*Urtica dioica*)-- histological, ultrastructural and pharmacological studies. Clin. Exp. Dermatol. 16, 1-7, 1991.
6. Teucher T. et al. Cytokine secretion in whole blood of healthy subjects following oral administration of *Urtica dioica* L. plant extract. Arzneimittelforschung 46, 906-910, 1996.
7. Wagner H. et al. Search for the antiprostatic principle of stinging nettle (*Urtica dioica*) roots. Phytomedicine 1, 213-214, 1994.

8. Lichius J.J. et al. Antiproliferative effect of a polysaccharide fraction of a 20% methanolic extract of stinging nettle roots upon epithelial cells of human prostate. *Pharmazie* 54, 768-771, 1999.
9. Akhbay P. Et al. In vitro immunomodulatory activity of flavonoid glycosides from *Urtica dioica* L. *Phytother Res* 17(1):34-7, 2003.

(fonte: http://www.fitoterapia.in/piante_officinali/ortica.html)