

76 FEBBRAIO 2014
SINO XXVII N. 9
WWW.DONNAMODERNA.COM

DONNA MODERNA

IL SETTIMANALE CHE TI FACILITA LA VITA

***l'oroscopo che
ti insegna a
fare l'amore***

**GIOVANI E TECNOLOGICHE
QUESTE CONTADINE
BATTONO LA CRISI**

**è SEXY è CHIC
è NERO**

E LO INDOSSA PER NOI
VALERIA SOLARINO

GUARDALA NELLA WEBSERIE

#DONNE
VERE

SU DONNA
MODERNA
.TV

**STORIE HO FIRMATO
IL MIO TESTAMENTO
BIOLOGICO. E
TI SPIEGO PERCHÉ**

50

***i tuoi anni
migliori***
CON IL GIUSTO MIX
DI TRUCCO,
CREME, GYM
(E RITOCCHINI)

€1,50 A MONDADORI

Posta Italiana spa - Sped. in A.P. D.L. 353/03 art. 1, comma 1, DCB Verona
AUSTRIA € 4,90 - BELGIO € 3,70 - CANADA CAD 7,50
CANTON TICINO CHF € 4,70 - FRANCIA € 3,90 - GERMANIA € 4,50
GRECIA € 4,50 - LUSSEMBURGO € 4,00 - PORTOGALLO (CONT.) € 4,80
SPAGNA € 4,00 - SVIZZERA CHF 4,90 - UK GBP 3,40 - USA \$ 6,90



CONTRO LA CISTITE PROVA LE ERBE CINESI

I rimedi orientali risolvono le infezioni urinarie più difficili. Anche quelle che non se ne vanno neppure con gli antibiotici

di ROSSANA CAVAGLIERI scrivilo a dminforma@mondadori.it

Per molte la cistite è un tormento che ritorna più volte all'anno o addirittura tutti i mesi. Ora puoi sconfiggerla per sempre grazie alla piante cinesi. «Questi rimedi sono risolutivi perché agiscono sulle cause a monte del problema. Secondo l'antica medicina orientale ogni disturbo corrisponde a uno squilibrio energetico in un organo del corpo. E le cure puntano a riarmarlo» spiega Daniele Grassi, urologo esperto di medicina cinese al Centro di urologia funzionale integrata appena inaugurato all'Hesperia Hospital di Modena. «Le terapie antibiotiche, invece, dovrebbero essere usate solo per gli episodi occasionali di cistite, altrimenti finiscono per aumentare la resistenza dei batteri ai farmaci e per favorire le ricadute».

TRA BATTERI TENACI E FEGATO INFIAMMATO Di solito è l'escherichia coli il colpevole delle tue infinite sedute in bagno, a cercare di placare il bruciore della cistite. Ma questo batterio intestinale è solo uno degli elementi che tengono vive le infezioni alla vescica. «Secondo la medicina cinese spesso le cistiti ripetute dipendono dagli squilibri energetici del fegato dovuti, per esempio, a un accumulo di tossine per lo stress: determinano uno stato infiammatorio che si ripercuote anche sulle vie urinarie» spiega l'esperto. In questo caso vanno abbinate due formule. La prima, che trovi in farmacia (Depurcin di Galenica cinese), è a base di **astragalo e cardo mariano**: disintossica il fegato e contrasta stitichezza e tensione nervosa. Le dosi: 2 capsule al giorno per un mese. La seconda (Huang Lian Je Du Tang) agisce direttamente sulla cistite, grazie a erbe come il **coptis** (un antibiotico vegetale) e le **bacche di gardenia** che alleviano secchezza e prurito. Ne prendi da 1 a 3 capsule al giorno per due settimane. Devi fartelo però preparare in farmacie specializzate (sul sito www.galenicacinese.it).

IL GERME C'È, MA NON SI VEDE Tra le cistiti che non si curano facilmente ci sono quelle dette interstiziali: sono le più toste, un rompicapo per gli urologi che qui non trovano l'ombra di un batterio. «Le urinocolture risultano negative perché i germi hanno imparato a nascondersi negli spazi tra le cellule» spiega Grassi. «In questi casi il sintomo principale è un dolore sopra il pube, dovuto all'irritazione della vescica quando questa si riempie». Le cistiti interstiziali tendono a diventare croniche e ci vuole tempo anche per la cura cinese che punta a rafforzare l'immunità tonificando l'energia del rene. Il rimedio principale è la **radice di angelica cinese** (Dong quai di Solgar) da usare in cicli ripetuti (1 capsula tre volte al giorno per un mese), abbinato eventualmente a sedute di agopuntura.

SE LA PIPÌ È MISTA A SANGUE

Oltre al bruciore e allo stimolo frequente ad andare in bagno, nelle cistiti emorragiche ci sono anche perdite di sangue nelle urine, dovute a lesioni della mucosa. «Nella medicina cinese queste forme sono chiamate "da fuoco del cuore" perché a volte sono legate a forti stress emotivi» spiega l'esperto. «Oppure possono dipendere da eccessi alimentari, alcolici e cibi piccanti soprattutto». Le Dao Pills (di Qiu tian) sono la soluzione. «Contengono sei erbe antinfiammatorie, tra cui la **radice di rehmannia glutinosa**» spiega Grassi. «È un rimedio potente: prendine 3 compresse al giorno per 5 giorni al massimo».

Per seguire le cure orientali è meglio rivolgersi a un medico esperto in fitoterapia cinese e agopuntura: trovi gli indirizzi su www.scuolatao.com.

