# OMEOPATIA PER LA CISTITE (e alcuni rimedi naturali)

**Uno dei problemi più frequenti, soprattutto tra le donne, è la cistite. Spesso si può intervenire anche con l'omeopatia evitando gli antibiotici: vediamo come.**

Stefania Piloni

L'omeopatia subentra anche contro uno dei più comuni disturbi femminili: la cistite. Punto di forza di questa terapia è il potenziamento della capacità di autoguarigione dell'organismo: «È il corpo che deve reagire – ci spiega la ginecologa Stefania Pilloni – e questo non lo otteniamo usando antimicotici o antibiotici. È invece una potenzialità dell'omeopatia: per esempio, aiuta a stare meglio in corso di chemio o radioterapia, oppure accelera la guarigione da un'influenza o ancora, in caso di depressione, si può ridurre la dose di antidepressivo».

## Diversi tipi di disturbo

Tornando alla cistite, questa può svilupparsi per diversi motivi. Esiste una cistite "da freddo", una dovuta al colon irritabile che determina uno spasmo alla vescica. «Oppure – continua Piloni – esistono cistiti post-coitali, che si manifestano anche due giorni dopo il coito e che possono essere ricorrenti. Poi, naturalmente, abbiamo la cistite "classica", originata da batteri che colonizzano l'intestino. Ma, a volte, troviamo solo infiammazione in assenza di batteri, cioè facciamo l'esame delle urine (antibioticogramma) ma non troviamo nessun germe patogeno».

## Primo: conoscere noi stessi

In molti casi si può intervenire in profondità con i rimedi omeopatici allo scopo di curare la predisposizione individuale alla malattia (si veda nella pagina seguente). Molto importante, al riguardo, è conoscere se stessi o, come si dice in omeopatia, il proprio "terreno".
«Ciascuno di noi somatizza in modo diverso, ha le proprie vulnerabilità: una stessa causa si esprime in molti modi. Ma si può iniziare fin da piccoli a prendersi cura del proprio corpo, a sostenerlo con l'omeopatia o altri rimedi naturali, è solo una questione educativa», ci tiene a spiegare Stefania Piloni.

## Sintomi molto disturbanti

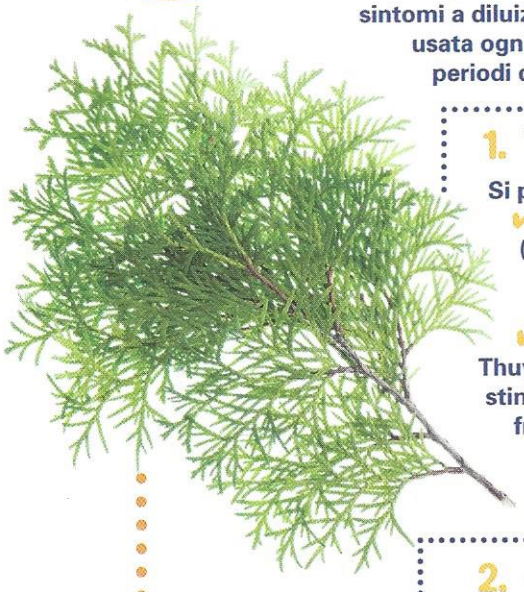
Nella donna la cistite si manifesta solitamente attraverso due sintomi: bruciore durante la minzione e aumento della frequenza (cioè si ha spesso bisogno di andare in bagno). In alcuni casi subentra una fase emorragica, che comprensibilmente spaventa la paziente. A fronte di tali sintomi, come abbiamo detto, il ricorso all'antibiotico può non essere la scelta migliore. Ma in alcuni casi il problema arriva a sabotare la qualità di vita delle pazienti: l'omeopatia può venire in aiuto.

## *Chi è Stefania Piloni*

**Medico specialista in Ginecologia e Ostetricia, è docente di Fitoterapia presso l'Università degli studi di Milano. Ha acquisito nel tempo la conoscenza dell'impiego dei rimedi omeopatici, che prescrive ai suoi pazienti, anche insieme a soluzioni fitoterapiche. È inoltre esperta in Medicina della Riproduzione, Procreazione medico-assistita e in Endocrinologia ginecologica. Lavora anche presso lo studio medico Ginecea di Milano, dove si può contattare facilmente.**
**www.ginecea.it**

# 4 rimedi per trattare la cistite

Questi quattro rimedi omeopatici possono essere utilizzati all'insorgenza dei sintomi a diluizione 9 CH, 5 granuli ogni 5-6 ore. Thuya, però, può essere usata ogni mattina prima di colazione, 5 granuli, anche per lunghi periodi di tempo, allo scopo di sconfiggere le recidive.



## 1. THUYA

Si può usare per:

- ✔ disturbo urinario frequente con test diagnostico negativo (urinocoltura negative, cioè priva di batteri);
- ✔ infezioni che cronicizzano specie dopo i trattamenti farmacologici (antibiotici, cortisonici, estroprogestinici);
- ✔ tendenza a sviluppare vaginiti e cistiti.

Thuya può rivelarsi una buona soluzione soprattutto in presenza di stimolo irritativo, cronicizzazione o episodi che compaiono frequentemente specie in corso di un altro malessere per cui la persona ha già dovuto assumere antibiotici. Il bruciore coinvolge spesso tutta la parte genitale.

## 2. CANTHARIS

Utile in caso di dolore e bruciore violento prima, durante e dopo la minzione. Lo stimolo è insopportabile con aumento della frequenza minzionale. Compare lombalgia e dolore in sede di proiezione renale, le urine sono emesse goccia a goccia con bruciore. Cantaride è il rimedio classico di ogni cistite acuta, anche per gli episodi isolati e poco frequenti (Thuya invece è più adatta alle recidive).

## 3. ACONITUM

Indicato nelle prime fasi del disturbo, blocca l'insorgenza dei sintomi urinari. È ottimo nella cistite da freddo, cioè il colpo d'aria che raffredda il corpo e in poche ore comporta fastidio urinario, talvolta emorragico.

## 4. SEPIA

Infezioni urinarie croniche in donne spesso depresse, con senso di peso al basso ventre (prolasso vescicale). Soprattutto nella terza età, davanti a problemi di prolasso e di incontinenza, l'urina rischia di ristagnare in vescica, comportando una sensazione gravitativa di peso e dolore.

### Desiderio di protezione

«In quanto omeopati – spiega la ginecologa – noi consideriamo anche l'aspetto psicosomatico. Ci si chiede: perché gli animali marcano il territorio con l'urina? Si tratta di circoscrivere il proprio spazio, di proteggere la "bolla" in cui si vive. Il concetto di fondo è di mantenere la protezione.
Forme di incontinenza urinaria possono essere dunque inquadrate anche in questo modo. Si pensi al bambino che fa la pipì a letto quando i genitori discutono un po' troppo animatamente.
Ma questo disturbo psicosomatico vale anche per i due genitori: se c'è un conflitto tra partners, si può manifestare perdita di urina che il nostro organismo considera una forma di protezione della "bolla" affettiva».

### Il "carattere" delle piante

Nella tradizione omeopatica, che origina da Samuel Hahnemann, si riscontrano anche parallelismi di "carattere" tra gli esseri umani e le piante da cui si ricavano i rimedi. Pensiamo, per esempio, alla Thuja, uno dei rimedi più utilizzati per trattare la cistite ricorrente (si veda nella pagina a sinistra). La Thuja è un albero sempreverde ed è dotata di una corteccia particolarmente resistente. Come fa notare Stefania Piloni, è un altro segno di protezione e l'involucro esterno dell'albero detiene questa caratteristica.

### Ampliare le possibilità di scelta

Come dicevamo, la cistite è un disturbo molto frequente nella popolazione femminile in età adulta. Si calcola che circa il 20-30% delle donne sviluppi uno o più episodi di cistite ogni anno.
E le cose tendono a peggiorare con il trascorrere degli anni. Spesso, prima di venirne a capo, passa molto tempo compromettendo pesantemente la qualità di vita della donna o ricorrendo a terapie antibiotiche non appropriate. È proprio il caso di ampliare le possibilità di scelta.

## *Il consiglio della specialista*

## Un rimedio naturale in forma di tisana

**In presenza di cistite possiamo ricorrere anche a una tisana a base di Uva ursina, ortica e gramigna (in parti uguali). Da assumere alla sera e da tenere in vescica per tutta la notte. Vediamo le proprietà dei tre ingredienti:**

### UVA URSINA (FOGLIE)

**Contiene arbutina che viene idrolizzata liberando idrochinone. Questo è secreto per via renale, e dunque ha un potere disinfettante sui reni e sulle vie urinarie. È attiva contro i germi che più comunemente sono responsabili di infezioni acute e croniche delle vie urinarie. Si può usare anche la tintura madre ripetendo il trattamento più volte durante la giornata: 30 gocce ogni 8 ore circa di tintura madre.**

### URTICA URENS (FOGLIE)

**Contiene flavonoidi, clorofilla, acido silicico, oligoelementi e vitamine.
Le foglie hanno attività diuretiche e antinfiammatorie; sono indicate nella ritenzione idrica e nella renella.
Ottima in forma di tisana.
L'estratto di radice di Ortica ha invece dimostrato una buona attività verso le malattie prostatiche.**

### GRAMIGNA (RADICE)

**Contiene saponine, polifenoli e olio essenziale.
La Gramigna è sempre stata utilizzata nella medicina popolare come rimedio contro gli stati infiammatori delle vie urinarie, soprattutto contro le cistiti.
Provatela in tisana anche solo insieme all'Ortica.**

### *E non dimenticare... il succo di mirtillo*

**Grande alleato contro la cistite il mirtillo è in grado di conferire protezione alla membrana dei vasi arteriosi e dei capillari, proteggendoli dai danni del diabete, del fumo e del colesterolo. Protegge anche la mucosa vescicale e gastrica da stimoli infiammatori o irritativi. Bevanda efficace per allontanare i bruciori urinari.**