

Betulla (Betula alba)

La Betulla si trova comunemente in tutto il continente europeo. Le specie di Betulla sono la Betula pendula e la Betula pubescens denominate entrambe Betula alba. I principi attivi contenuti nelle foglie di Betulla sono: flavonoidi quali l'iperoside (il principale), ed i glicosidi luteolina e quercitrina ^(1, 2, 3). Nella pianta sono presenti anche saponine ⁽⁴⁾ e tannini ⁽⁵⁾. Le foglie fresche contengono anche oltre 0,5 % di acido ascorbico ⁽⁶⁾. Gli estratti in commercio sono titolati in flavonoidi totali (2,22 %) calcolati come iperoside. Le attività che la medicina popolare riconosce alla Betulla sono di tipo diuretico, antiinfiammatorio ed antisettico. Le foglie di Betulla sono state tradizionalmente utilizzate per il trattamento della gotta, delle malattie infiammatorie delle articolazioni e per trattare il dolore di tipo medio nell'artrite. La Betulla è anche utilizzata per ridurre i fenomeni di ritenzione idrica e nella calcolosi renale ⁽⁷⁾.

Nell'animale da laboratorio la somministrazione orale di Betulla produce un aumento della diuresi del 30-40 % e del 50-100 % dell'escrezione di sodio urinario ⁽⁸⁾. E' stato anche dimostrato che gli estratti di Betula pubescens possiedono effetti antibatterici contro lo Stafilococcus aureus ⁽⁹⁾.

Le indicazioni terapeutiche nella moderna fitoterapia sono la irrigazione del tratto urinario, in caso di infiammazione, i casi lievi di calcolosi renale e come coadiuvante nelle infezioni batteriche del tratto urinario ^(10, 11). Tuttavia, non esistono studi clinici controllati che convalidano l'efficacia della Betulla nelle suddette condizioni. Per la sua attività diuretica la Betulla viene comunemente impiegata nel trattamento della cellulite. E' stato pubblicato uno studio clinico che dimostra che la irrigazione continua della vescica dopo adenomectomia prostatica con estratto di Betulla insieme ad estratti di altre piante (Iperico, Urtica, Marticaria, Artemisia) riduce la batteriuria e l'infiammazione nel periodo post-operatorio ⁽¹²⁾.

La Betulla può essere assunta per via orale in capsule, compresse, come infuso, come tintura madre. Come infuso si può preparare versando una tazza di acqua bollente su 2-3 grammi di foglie secche di Betulla per 2-3 volte al giorno. Come tintura si utilizzano 1-2 ml (1:10) per 3 volte al giorno ^(13, 14).

AVVERTENZE

Poiché non sono disponibili dati sugli effetti dell'uso in gravidanza e durante l'allattamento la Betulla non dovrebbe essere utilizzata in queste due condizioni senza avere prima avvisato il proprio medico.

Le foglie di Betulla possono causare dermatite da contatto ⁽¹⁵⁾.

Le foglie di Betulla non dovrebbero essere utilizzate come rimedio per ridurre la ritenzione idrica da soggetti affetti da insufficienza cardiaca e/o renale.

Nel caso si utilizzi per la disinfezione del tratto urinario è bene ingerire una maggiore quantità di liquidi.

Referenze bibliografiche

1. Dallenbach-Tölke K, Nyredy S, Gross GA, Sticher O. Flavonoid glycosides from Betula pubescens and Betula pendula. J. Nat. Prod. 1986; 49: 1155-1156.
2. Dallenbach-Tölke K, Nyredy S, Meier B, Sticher O. HPLC-Analyse der Flavonoidglykoside aus Betulae folium. Planta Med 1987; 53: 189-192.
3. Carnat A, Lacouture I, Fraisse D, Lamaison JL. Standardization of the birch leaf. Ann Pharm Fr 1996; 54: 231-235.
4. Rickling B, Glombitza KW. Saponins in the leaves of birch? Hemolytic dammarane triterpenoid esters of Betula pendula. Planta Med 1993; 59: 76-79.
5. Salminen J-P, Ossipov V, Loponen J, Haukioja E, Pihlaja K. Characterisation of hydrolysable tannins from leaves of Betula pubescens by high-performance liquid chromatography-mass spectrometry. J Chromatogr A 1999; 864: 283-291.
6. Jones E, Hughes RE. A note on the ascorbic acid content of some trees and woody shrubs. Phytochemistry 1984; 23: 2366-2367.
7. Golysheikov PP. Therapeutic properties of a birch leaf infusion]. Veterinariia 1978; 3: 97-99.
8. Vollmer H. Untersuchungen über die diuretische Wirkung der Folia betulae an Kaninchen und Mäusen. Vergleich mit anderen Drogen. Naunyn-Schmiedebergs Arch Exp Path Pharmacol 1937; 186: 584-591.
9. Rauha JP, Remes S, Heinonen M, Hopia A, Kahkonen M, Kujala T, Pihlaja K, Vuorela H, Vuorela P. Antimicrobial effects of Finnish plant extracts containing flavonoids and other phenolic compounds. Int J Food Microbiol 2000; 56: 3-12.
10. Steinegger E, Hänsel R, Lehrbuch der Pharmakognosie und Phytopharmazie. 4th ed. Berlin-Heidelberg: Springer-Verlag, 1988 564-565.
11. ESCOP European Scientific Cooperative on Phytotherapy. Betula folium. 1997.
12. Davidov MI, Goriunov VG, Kubarikov PG. Phytoperfusion of the bladder after adenomectomy. Urol Nefrol (Mosk) 1995; 5: 19-20.
13. Schilcher H. Pflanzliche Diuretika. Urologe (B) 1987; 27: 215-222.

14. Schilcher H. In: Loew D, Heimsoth V, Kuntz E, Chilcher H, editors. Diuretika. Chemie, Pharmakologie und Therapie einschließlich Phytotherapie. Stuttgart: Georg Thieme Verlag, 1990: 268-269.
15. Lahti A, Hannuksela M. Immediate contact allergy to birch leaves and sap. Contact Dermatitis 1980; 6: 464-565.