

ECHINACEA

L'Echinacea appartiene alla famiglia delle Asteracee. Esistono diversi tipi di piante del genere Echinacea, le più importanti sono: l'Echinacea purpurea, la angustifolia e la pallida. I prodotti a base di Echinacea sono spesso venduti come associazione delle tre piante. Alla angustifolia viene in genere riconosciuto un più alto valore terapeutico, ma non esistono dati clinici a sostegno della sua presunta superiorità ^(1, 2).

Nella medicina tradizionale ha avuto gli usi più svariati. Attualmente è utilizzata per cicli della durata di alcune settimane più volte l'anno, in virtù delle sue proprietà immunostimolanti, per curare sintomi da raffreddamento, mal di gola, influenza ed infezioni urinarie ⁽³⁾.

Per uso esterno è stata utilizzata per favorire la guarigione di ferite, ustioni ed ulcerazioni. Può essere assunta in capsule, compresse, tisane, tintura ed utilizzata esternamente in pomata o cataplasmi.

Gli studi sperimentali dimostrano che l'echinacea ha un'azione stimolante l'attività dei fagociti ⁽⁴⁾ e produce un aumento della secrezione di citochine ⁽⁵⁾.

Evidenze provenienti da studi clinici, condotti su una popolazione ridotta di pazienti, suggeriscono che il trattamento precoce con echinacea può essere efficace nel trattamento precoce delle infezioni acute delle alte vie respiratorie ⁽⁶⁾. Altri studi dimostrano che è efficace nel ridurre la frequenza, la durata e la severità dei sintomi del raffreddore comune ^(6, 7, 8). Tuttavia, uno studio, anch'esso condotto su pochi pazienti, mostra che l'echinacea nella stessa patologia, non ha una efficacia superiore al placebo ⁽⁹⁾.

Il dosaggio massimo giornaliero consigliato nell'adulto è 6-9 ml di succo fresco, oppure 1,5-7,5 ml di tintura, oppure da 2 a 5 g di estratto secco di radice ⁽¹⁰⁾.

È evidente quindi che sono necessari ulteriori studi per stabilire in maniera definitiva l'effettiva efficacia e quale tra le specie e tra le diverse parti della pianta (radici o altre parti), sia utile usare. Sebbene molti dei principi attivi siano stati identificati (acidi grassi, betaina, echinacina, echinoside, inulina) non sono noti né il meccanismo di azione né la biodisponibilità dei vari composti contenuti. La letteratura scientifica esistente ad ogni modo suggerisce che l'echinacea dovrebbe essere usata non profilatticamente ma per il trattamento ⁽¹¹⁾.

Alcune preparazioni contenenti Echinacea in commercio in Italia sono elencate nella tabella I.

Tabella I. Elenco prodotti erboristici in vendita in Italia contenenti Echinacea.

Prodotto	Ditta fornitrice
Echinacea opercoli	ABOCA
Echinacea cps	ARKOCAPSULE
Echinacea cps	BODY SPRING
Echinacea radice cp	DOCTEUR NATURE
Echinacea tintura madre	ERBEX
Echinasan estratto	NATURE HOLDING
Echinamar tonic estratto	NATURE HOLDING
Echinacea macerato idroalcolico	NATUR PHARMA GROUP
Echinacea NTW gocce	NATUR WAREN
Echinacea cps	PHARBENIA
Echinax cp	PHARMALIFE
Echinacea tavolette	PHOENIX
Echinacea tintura madre	PLANTA MEDICA
Echinacea opercoli	PLANTA MEDICA
Echinacea soluzione idroalcolica	SPECCHIASOL
Echinacea tintura madre	STUDIO 3 FARMA
Echinamix sciroppo	VEPRO
Echinacea complex LFA cps	LA FARMOSANITARIA

Effetti collaterali (Tabella II)

L'Echinacea è considerata una pianta non tossica ⁽¹²⁾. L'incidenza di reazioni avverse è rara. L'effetto collaterale più comune è la sensazione di sapore sgradevole dopo somministrazione orale ⁽¹³⁾. Tra le reazioni segnalate, la più grave riguarda il caso di una donna, con precedenti allergici, che ha sviluppato una reazione anafilattica in seguito ad assunzione di un estratto di echinacea ⁽¹⁴⁾. Inoltre, studi recenti condotti sull'animale da laboratorio e sull'uomo suggeriscono che alte dosi di echinacea potrebbero avere effetti tossici sull'apparato riproduttivo ^(15, 16).

Tabella II. Possibili effetti collaterali associati all'uso di Echinacea

Effetto collaterale	Referenza bibliografica
Sapore sgradevole	Parnham MJ Phytomedicine 1996; 3: 95-102.
Reazioni allergiche	Mullins RJ Med J Aust 1998; 168: 170-171.
Infertilità	Ondrizek RR, Chan PJ, Patton WC, King A Fertil Steril 1999; 71: 517-22. Ondrizek RR, Chan PJ, Patton WC, King A J Assist Reprod Genet 1999; 16: 87-91.

Interazioni

L'echinacea potrebbe causare epatotossicità e quindi non dovrebbe essere usata con farmaci epatotossici come steroidi anabolizzanti, l'amiodarone, metotressato e chetoconazolo ⁽¹⁷⁾.

Controindicazioni

La sua assunzione è sconsigliata nei soggetti affetti da disturbi del sistema immunitario e sistemici progressivi come AIDS, lupus, malattia tubercolare, sclerosi multipla, leucocitosi, patologie del tessuti connettivo, collagenosi ^(18, 19).

Avvertenze

Alla luce di quanto emerso dalla letteratura scientifica, bisognerebbe consultare il proprio medico prima di utilizzare l'echinacea nei seguenti casi:

- Malattia tubercolare;
- AIDS e malattie correlate;
- Sclerosi multipla;
- Leucemia;
- Collagenosi;
- Diabete;
- Disturbi del sistema immunitario;
- Uso concomitante di farmaci che possono interagire con l'echinacea come steroidi anabolizzanti, amiodarone, metotressate, chetonazolo.
- Precedenti manifestazioni allergiche verso altre piante medicinali (specie dello stesso tipo), farmaci, alimenti, coloranti o condom.

Il proprio medico deve sempre essere messo al corrente della volontà di assumere o di far assumere echinacea,

- durante la gravidanza o quando si stanno facendo tentativi in tal senso;
- allattamento;
- in età pediatrica.

Referenze bibliografiche:

1. Pepping J. Echinacea. Am J Health Syst Pharm 1999; 56:121-2.
2. Murray, M: Echinacea: Pharmacology and Clinical Applications, The American Journal of Natural Medicine. 1995; 2:18-24.
3. Giles JT, Palat CT 3rd, Chien SH, Chang ZG, Kennedy DT Evaluation of echinacea for treatment of the common cold. Pharmacotherapy 2000; 20: 690-697.

4. See DM, Broumand N, Sahl L, Tilles JG In vitro effects of echinacea and ginseng on natural killer and antibody-dependent cell cytotoxicity in healthy subjects and chronic fatigue syndrome or acquired immunodeficiency syndrome patients. *Immunopharmacology* 1997; 35: 229-35.
5. Lersch C, Seuner M, Bauer A, Siemens M, Hart R, Drescher M. Nonspecific Immunostimulation with Low Doses of Cyclophosphamide (LDCY), Thymostimulin, and Echinacea Purpurea Extracts (Echinacin) in Patients with Far-Advanced Colorectal Cancers: Preliminary Results., *Cancer Invest.* 1992; 10: 343-348.
6. Barrett B, Vohmann M, Calabrese C Echinacea for upper respiratory infection. *J Fam Pract* 1999; 48: 628-35.
7. Melchart D, Walther E, Linde K, Brandmaier R, Lersch C Echinacea root extracts for the prevention of upper respiratory tract infections: a double-blind, placebo-controlled randomized trial. *Arch Fam Med* 1998; 7:541-545.
8. Henneicke-von Zepelin H, Hentschel C, Schnitker J, Kohnen R, Kohler G, Wustenberg P Efficacy and safety of a fixed combination phytomedicine in the treatment of the common cold (acute viral respiratory tract infection): results of a randomised, double blind, placebo controlled, multicentre study. *Curr Med Res Opin* 1999; 15: 214-227.
9. Grimm W, Muller HH A randomized controlled trial of the effect of fluid extract of Echinacea purpurea on the incidence and severity of colds and respiratory infections. *Am J Med* 1999; 106: 138-43.
10. Facino RM, Carini M, Aldini G, Marinello C, Arlandini E, Franzoi L, Colombo M, Pietta P, Mauri P Direct Characterization of Caffeoyl Esters with Antihyaluronidase Activity in Crude Extracts from Echinacea Angustifolia Roots by Fast Atom Bombardment Tandem mass Spectrometry, *Farmaco*, 1993; 48: 1447-61.
11. Percival SS Use of echinacea in medicine. *Biochem Pharmacol* 2000; 60: 155-8.
12. Mengers U, Clare CB, Poiley JA Toxicity of Echinacea purpurea. Acute, subacute and genotoxicity studies. *Arzneimittelforschung* 1991; 41: 1076-1081.
13. Parnham MJ Benefit-risk assessment of the squeezed sap of the purple cneflower (Echinacea purpurea) for long-term oral immunostimulation. *Phytomedicine* 1996; 3: 95-102.
14. Mullins RJ Echinacea-associated anaphylaxis. *Med J Aust* 1998; 168: 170-171.
15. Ondrizek RR, Chan PJ, Patton WC, King A An alternative medicine study of herbal effects on the penetration of zona-free hamster oocytes and the integrity of sperm deoxyribonucleic acid. *Fertil Steril* 1999; 71: 517-22.
16. Ondrizek RR, Chan PJ, Patton WC, King A Inhibition of human sperm motility by specific herbs used in alternative medicine. *J Assist Reprod Genet* 1999; 16: 87-91.
17. Miller LG Herbal medicinals: selected clinical considerations focusing on known or potential drug-herb interactions. *Arch Intern Med* 1998; 158: 2200-2211.
18. Mark Blumenthal et. al.,: *The Complete German Commission E Monographs, Therapeutic Guide to Herbal Medicines*, American Botanical Council, 1998.
19. US Pharmacopeia Press Release: USP Publishes Nine New Botanical Monographs. The Standard of Quality in Promoting the Public Health, November 2, 1998.