Uva ursina, rimedio naturale contro la cistite

Data: Invalid Date | Autore: Elisa Signoretti



CATANZARO, 20 FEBBRAIO 2015 -Sensazione di bruciore durante la minzione, frequente stimolo ad urinare, dolore spesso anche molto forte, sono tra i primi sintomi di un' infezione alle basse vie urinarie, meglio conosciuta come cistite. Prevenire l'infiammazione e curare le forme più lievi è possibile attraverso diversi rimedi naturali. Tra i più efficaci vi è l'uva ursina che contrasta alcuni ceppi batterici ritenuti responsabili di infezioni del tratto urogenitale. La sua azione antimicrobica, antinfiammatoria e calmante lo stimolo continuo della minzione, può essere utile anche nelle forme recidivanti di cistite in associazione con una adeguata cura terapeutica.

La sua buona efficacia è dovuta alla presenza di diversi elementi che in sinergia rendono l'uva ursina uno dei rimedi naturali più utilizzati. L'attività antibatterica è dovuta principalmente alla presenza, nel fitocomplesso, dell'arbutina. Tale sostanza è capace di scindersi, una volta a contatto con le urine, in glucosio ed idrochinone conferendo la propria attività antibatterica. Mentre i tannini presenti svolgono un' azione astringente utile nei casi di diarrea associata alla cistite e proteggono le mucose delle vie urogenitali, ostacolando l'aderenza dei microbi all'epitelio. L'azione diuretica ed antinfiammatoria, utilissima nelle infezioni in cui è presente forte dolore, è dovuta anche alla presenza dei triterpeni (acido ursolico) e i flavonoidi (iperina, isoquercitina).

[MORE]

Pur essendo un rimedio naturale, anche l'uva ursina può presentare controindicazioni ed effetti collaterali.
È, infatti, controindicata in gravidanza, specialmente nel primo trimestre, in quanto potrebbe causare contrazioni uterine e favorire il distacco della placenta ed è fortemente sconsigliato l'uso durante l'allattamento, oltre che, la somministrazione ai bambini. L'uva ursina è controindicata anche in caso di insufficienza epatica o renale. Il suo utilizzo non dovrebbe, inoltre, superare i 10 giorni consecutivi ed andrebbe evitata la sua associazione con alimenti o farmaci acidificanti, che ne ridurrebbero l'effetto disinfettante.

Durante l'assunzione si consiglia di aumentare il consumo di acqua giornaliero ad almeno 2 litri. Si segnala, inoltre, una sensibile riduzione dell'attività disinfettante dell'uva ursina se abbinata ad alimenti o piante ricchi di vitamina C (ad esempio rosa canina, agrumi, acerola, ecc..).

Elisa Signoretti

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/uva-ursina-rimedio-naturale-contro-la-cistite/76912