

Ricordare bene, curare le amnesie o i deficit della memoria è possibile con l'omeopatia. I consigli dell'esperta per scegliere i rimedi più efficaci



I rimedi per non dimenticare

a cura della dottoressa ENRICA MARI
specialista in Gastroenterologia e Medicina
Interna - esperta in Medicina Naturale

Se le nostre capacità cognitive non sono mantenute in esercizio, con l'età decadono e quasi si atrofizzano come se fossero un muscolo che deve essere stimolato continua-

mente per mantenersi tonico. Quindi il nostro scopo, a livello preventivo, dovrebbe essere quello di trovare sempre attività e hobbies capaci di tenere in esercizio la mente e la memoria, così da godere di una salute mentale lunga e duratura. Generalmente i medicinali utilizzati in questi

casi riguardano le facoltà cognitive e l'intelligenza. Del resto la memoria è una facoltà onnipresente nell'attività cerebrale che condiziona l'acquisizione e lo stoccaggio delle informazioni ricevute.

I rimedi

I tre medicinali omeopatici solitamente impiegati nei deficit di

memoria, associati poi ad altri segni mentali che li differenziano, sono: *Anacardium orientale*, *Kalium phosphoricum* e *Lycopodium clavatum*.

Ovviamente, come si è soliti fare in medicina omeopatica, lo specialista prima di prescrivere un particolare rimedio farà un quadro della tipologia della persona alla quale il rimedio stesso dovrà essere somministrato. La terapia prevede l'assunzione di granuli a diverse diluizioni omeopatiche centesimali. Ma vediamo le differenti tipologie. Quella di *Anacardium orientale* è caratterizzata dal fatto che la mancanza di memoria s'instaura in una personalità che già possiede caratteristiche di esitazione e incertezza, che spesso compie azioni contraddittorie, con una perdita di memoria abituale o improvvisa, tal-

La memoria ha bisogno di essere sempre esercitata e sollecitata perchè possa venirci in aiuto in ogni azione quotidiana

volta inattesa, come può essere alla vigilia di un esame.

Il quadro è quello di una persona indecisa, irresoluta che ha dei desideri contraddittori fino ad arrivare allo sdoppiamento della personalità, che può divenire anche colletrica con necessità continua di verifica perchè sempre incerta.

Di solito, questo rimedio è particolarmente indicato per i professionisti affaticati

intellettualmente.

La somatizzazione di questa tipologia in genere si manifesta con cefalee, mal di stomaco che migliora mangiando o anche con problemi di evacuazione.

Anche *Kalium phosphoricum* è indicato agli intellettuali affaticati e nei casi di complicanze da surmenage cerebrale. La diminuzione di memoria si può accompagnare a depressione con bisogno di solitudine e comparsa di cefalea, di ansia e astenia sessuale. E' un rimedio molto simile ad *Anacardium orientale* se non per l'indecisione e la mania di verifica che ne definiscono la differenza.

La tipologia del *Lycopodium clavatum* si caratterizza con il fatto che la debolezza della memoria è compensata da capacità intellettuali importanti, l'auto-deprezzamento personale aggrava i deficit sempre più preoccupanti nelle persone anziane.

Come *Anacardium orientale* anche questo rimedio ha delle caratteristiche di contraddizione per quanto riguarda i problemi digestivi specie a digiuno, ma si differenzia per un appetito debole. Può anche essere collerico e più raramente ingiurioso, ciò porta i due rimedi ad essere complementari.

Esistono poi dei complessi omeopatici che esplicano la loro azione mediante un'attivazione della circolazione cerebrale, determinando una stimolazione delle funzioni cerebrali in generale e mnemoniche in particolare.

Tali associazioni sono principalmente composte da organo-terapici di derivazione cerebrale ed arteriosa con l'aggiunta di selenio. Sono stati formulati composti su base omeopatica a base di estratti d'organo con complessi vitaminici che, migliorando le funzioni neuro-

Esiste una sola medicina, quella che unisce la conoscenza scientifica all'ascolto e all'osservazione minuziosa del paziente nella sua specificità

endocrine, indirettamente vanno a migliorare la memoria, regolizzano il riposo notturno, l'ansia o la depressione proprie della terza età. Inoltre, le terapie antiossidanti che contrastano la formazione dei radicali liberi in eccesso, possono essere d'aiuto in un piano terapeutico anti-invecchiamento e la misurazione di radicali liberi nel sangue fornisce un metro di eventuale progressione di danno a livello della microcircolazione.

Un preparato Ayurvedico molto studiato e conosciuto a tale proposito è la *Withamnia somnifera* (o dal Sanscrito *Ashwagandha*) che, tra le varie azioni, svolge anche quella di promuovere le capacità d'apprendimento e la memoria.

Infatti è descritto come Rasayana il che significa ringiovanente.

Per info: enrica.mari@fastwebnet.it ■

Kalium phosphoricum - courtesy: www.licht-farben.ch

