



NPT NUOVE PROSPETTIVE IN TERAPIA

Comitato Scientifico: Aulisa L, Bizzi B, Caione P, Calisti A, Chiozza ML, Cittadini A, Ferrara P, Formica MM, Ottaviano S, Pignataro L, Pitzus F, Pretolani E, Riccardi R, Salvatore S, Savi L, Sternieri E, Tortorolo G, Viceconte G
Registro del Tribunale di Roma n. 337 dell'1/6/1991 · Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in A.P. 70% - Roma
Periodicità quadrimestrale · ©2012 Mediprint S.r.l.

Associazione di fitocomplessi singoli nel trattamento dei disturbi gastrointestinali

M. Molteni¹, S. Forti²

¹*U.O. Gastroenterologia, Ospedale Manzoni, Lecco*

²*U.O. Audiologia, Fondazione IRCCS Ca'Granda Ospedale Maggiore Policlinico, Milano*

NPT NUOVE
PROSPETTIVE
IN TERAPIA

Anno XXII - n. 1/2012 - mese-mese
Reg. del Trib. di Roma n. 337 del 1/6/1991
Poste Italiane S.p.A - Spedizione in A.P. 70% - Roma
Pubblicazione quadrimestrale

©2012 **MEDI**PRINT S.r.l. a socio unico - Cod. 27/12
Direttore Editoriale: Antonio Guastella
Via Cossignano, 26-28 - 00138 Roma
tel. 06.8845351-2 - fax 06.8845354
mediprint@mediprint.it • www.mediprint.it

Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte può essere riprodotta in
alcun modo (comprese fotocopie), senza il permesso scritto dell'editore.

Condizioni di abbonamento anno 2012: € 22,00

Gli abbonamenti non disdetti entro il 31 dicembre di ogni anno si intendono tacitamente
rinnovati per l'anno successivo.

Stampa: CSC Grafica Srl
Via A. Meucci, 28 - 00012 Guidonia (RM)

Estratto finito di stampare nel mese di gennaio 2012

Associazione di fitocomplessi singoli nel trattamento dei disturbi gastrointestinali

Sommario

Meteorismo, addominalgie ed episodi di diarrea sono molto frequenti nella popolazione generale anche se si tratta di disturbi di lieve entità non riconducibili a specifiche patologie. Lo scopo di questa indagine è la valutazione di efficacia di un integratore naturale a base di estratti di piante carminative, argilla verde e FOS (Relaxcol®), nel contrastare problemi intestinali, quali meteorismo, addominalgie e diarrea; 55 soggetti con problemi, da almeno 3 mesi, di meteorismo, addominalgie o diarrea, non riconducibili a particolari patologie, sono stati sottoposti, per 30 giorni, al trattamento fitoterapico. I sintomi riferiti dai pazienti sono significativamente ridotti già dopo 15 giorni di trattamento ($p=0,03$) e continuano a ridursi nel tempo ($p=0,001$). I risultati riportati dimostrano come l'utilizzo del composto fitoterapico aiuti a diminuire il meteorismo e l'intensità di dolori addominali o diarrea.

Introduzione

Disturbi gastrointestinali quali il meteorismo, le addominalgie ed episodi di diarrea sono molto frequenti nella popolazione generale (1); nella maggior parte dei casi si tratta di disturbi di lieve entità non riconducibili a patologie e quindi spesso non medicalmente trattate, eppure, per i soggetti che ne soffrono, sono causa di malessere; per questo motivo oggi si fa sempre più ricorso a rimedi fitoterapici (1).

Le piante carminative svolgono una naturale azione sul tono della muscolatura liscia dell'intestino, dando sollievo nei disturbi della digestione, caratterizzati da eruttazione e senso di gonfiore post-prandiale, mentre l'argilla verde è un composto presente in natura che non viene assorbito dall'organismo e ha la peculiarità di assorbire elevate quantità di gas, in maniera più efficace rispetto al

Abstract

Bloating, abdominal pain and diarrhea are very common in the general population even if they are minor disorders not related to specific pathologies. The purpose of this study is to evaluate the efficacy of a natural supplement with extracts of carminative plants, green clay and FOS (Relaxcol®) in the treatment of intestinal problems. 55 subjects suffering from bloating, abdominal pain or diarrhea since three months at least and not related to particular diseases, were submitted for 30 days to the herbal treatment. The symptoms scores given by subjects were significantly reduced after 15 days of treatment ($p=0,03$) and continued to decline over time ($p=0,001$). The results demonstrated that the use of herbal compound helps to decrease flatulence and episodes of abdominal pain or diarrhea.

carbone vegetale; l'argilla verde possiede inoltre riconosciute proprietà antisettiche e batteriostatiche che possono contrastare efficacemente la fermentazione intestinale. Infine i Frutto-OligoSaccharidi (FOS) sono strutturalmente considerati oligo- e polisaccaridi del fruttosio uniti mediante legami -glicosidici alla cui estremità è presente un'unità di -D-glucosio. Sono presenti con diverse concentrazioni in molti alimenti naturali, come gli asparagi, le banane, l'aglio e il grano (2). Poiché non sono, se non in piccola parte, digeribili dagli enzimi dello stomaco e dell'intestino tenue, i FOS possono raggiungere il colon in forma non-modificata e ridurre il pH fecale, aumentando la concentrazione di acqua nelle feci e il loro peso e riducendo i tempi di transito gastrointestinale (3). Inoltre, diversi studi documentano la tollerabilità degli integratori alimentari con FOS in età pediatrica (2), adolescenziale (4) e adulta (3): tutti gli autori concor-

dano sul fatto che l'assunzione di FOS, in quantità non superiori a 3 g al giorno, non possa causare flatulenza, coliche e/o crampi addominali.

Lo scopo di questa indagine è stato la valutazione di efficacia di un integratore naturale a base di estratti di piante carminative, argilla verde e FOS per contrastare problemi intestinali, quali meteorismo, addominalgie e diarrea.

Materiali e metodi

Sono stati reclutati 55 soggetti con persistenza, da almeno tre mesi, di meteorismo, addominalgie o diarrea non riconducibili a particolari patologie.

Tutti i soggetti sono stati sottoposti, secondo regolare pratica clinica, per 30 giorni al trattamento fitoterapico e hanno risposto a un questionario somministrato dal medico curante per la valutazione dell'efficacia e della tollerabilità alla terapia, prima, dopo 15 giorni e dopo 30 giorni. Il questionario consisteva in una scala misurante l'intensità dei sintomi con punteggio 0-5, dove lo 0 indicava l'assenza di disturbi e il 5 la presenza di disturbi di massimo grado; inoltre è stato chiesto ai pazienti di riportare ogni possibile effetto indesiderato.

Il composto fitoterapico (Relaxcol®) conteneva per capsula: 220 mg di argilla verde; 90 mg di finocchio; 60 mg di carvi (estratto secco) e 5 mg di carvi (oli essenziali); 40 mg di anice stellato (estratto secco); 5 mg di cannella (oli essenziali); 40 mg di apporto di FOS. I pazienti dovevano assumere una capsula due volte al giorno dopo i pasti principali.

La media \pm deviazione standard (DS) è stata riportata per tutti i dati su scala continua. Per valutare se vi fossero effetti diversi per ciascun sintomo è stata calcolata l'ANOVA multivariata. Un valore di p inferiore a 0,05 è stato considerato significativo. Tutte le statistiche sono state calcolate con il software SPSS 17,0 per Windows (SPSS Inc, Chicago, IL).

Risultati

Dei 55 soggetti reclutati - 24 uomini e 31 donne di età compresa tra 21 e 81 anni (età media $52 \pm 15,4$ anni) -, 44 pazienti (80,0%) lamentavano meteorismo, 8 (14,5%) soffrivano di diarrea e 3 (5,5%) segnalavano addominalgie.

La figura 1 mostra l'intensità media della somma dei sintomi prima del trattamento, dopo 15 giorni e a fine trattamento. I punteggi erano significativamente ridotti già dopo soli 15 giorni di trattamento ($p=0,03$) e continuavano a ridursi nel tempo ($p=0,001$). La figura 2 mette in evidenza le riduzioni medie su singolo sintomo monitorato.

Dei 55 soggetti, 10 (18,2%) hanno poi proseguito il trattamento per ulteriori 60 giorni per potenziare l'effetto riscontrato. La figura 3 riporta i punteggi di questi soggetti, che hanno avuto mediamente risultati migliori e continui nel tempo rispetto al gruppo ge-

Figura 1. Intensità media discomfort intestinali.

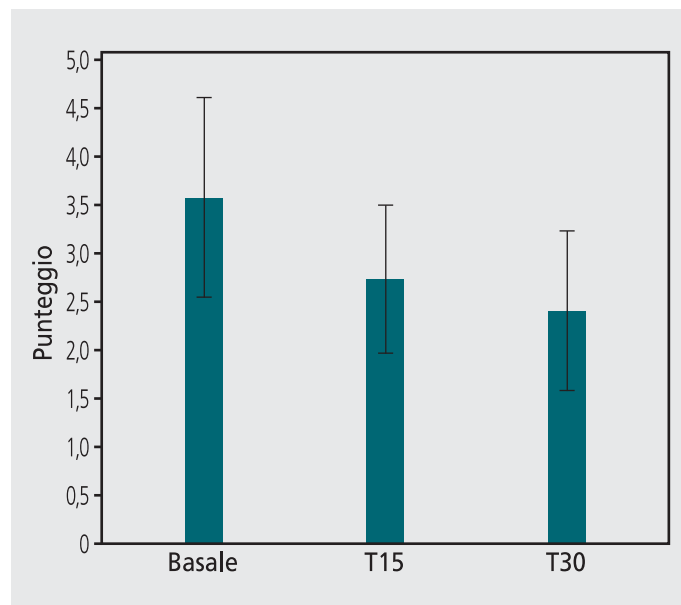
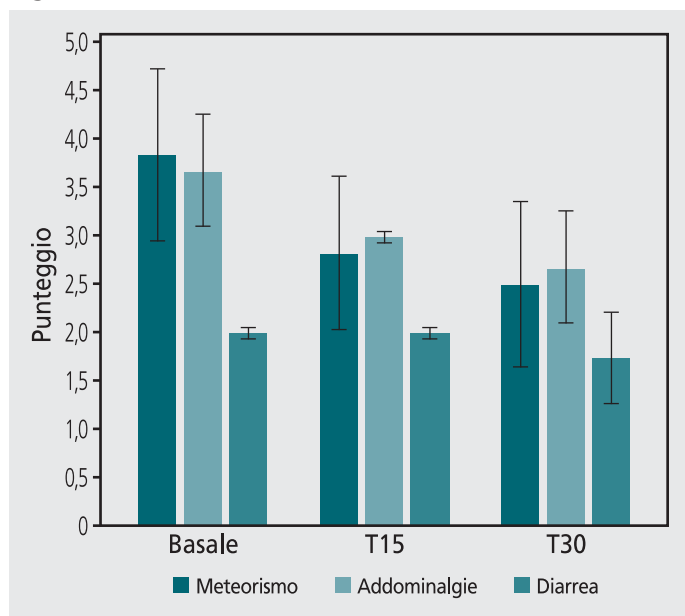
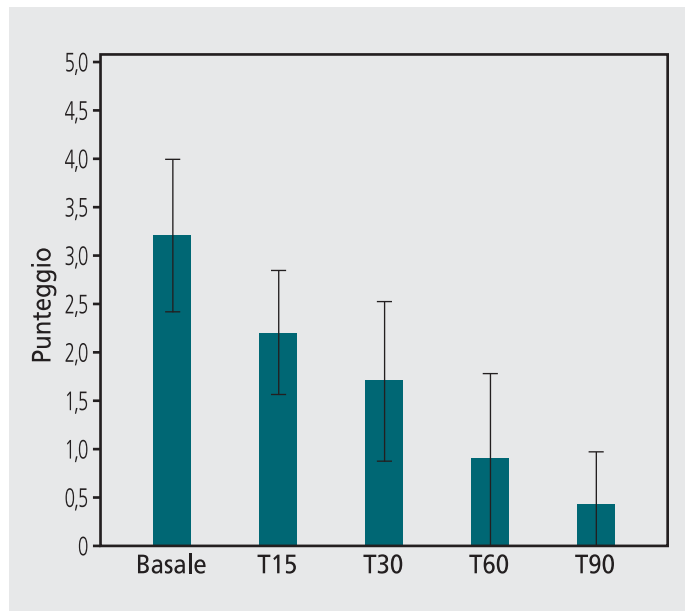


Figura 2. Intensità dei sintomi.**Figura 3.** Intensità media dei discomfort intestinali in 10 soggetti.

nerale (T90, $p < 0,001$).

Durante l'utilizzo del fitoterapico nessun paziente ha riportato eventi avversi correlati al prodotto.

Discussione

I risultati riportati dimostrano come l'utilizzo del composto fitoterapico aiuti a diminuire il meteorismo e l'intensità di dolori addominali o diarrea.

I significativi effetti positivi riscontrati sono frutto della sinergia degli effetti delle proprietà carminative, dell'argilla verde e dei FOS.

Il tono della muscolatura liscia dell'intestino migliora grazie alle proprietà delle piante carminative e l'argilla verde riesce ad assorbire il gas intestinale e a contrastare la fermentazione intestinale. I FOS sono sostanze in grado di "influenzare" positivamente la flora microbica intestinale (5) e partecipare attivamente a regolarizzare peristalsi e frequenza evacuativa (6) alla stregua delle fibre alimentari. Inoltre i FOS hanno poche calorie, una bassa cancerogenicità, un effetto prebiotico, migliorano l'assorbimento dei minerali e abbassano i livelli di colesterolo, trigliceridi e fosfolipidi (7). Collecchia et al. hanno peraltro dimostrato l'utilità di un composto di *Bifidobacterium longum* W11 e FOS anche in pazienti affetti da IBS (8).

Da segnalare, infine, che il Relaxcol® non ha determinato alcun effetto, ritenuto significativo, su soggetti già in cura con altre terapie farmacologiche.

Conflitto di interessi

La presente ricerca è stata finanziata da Cristalfarma.

Bibliografia

1. Shiratori M, Shoji T, Kanazawa M et al. Effect of rikkunshito on gastric sensorimotor function under distention. *Neurogastroenterol Motil* 2011;23:323-9, e155-156.
2. Moore N, Chao C, Yang LP et al. Effects of fructo-oligosaccharide-supplemented infant cereal: a double-blind, randomized trial. *Br J Nutr* 2003;90:581-587.
3. Mitsuoka T, Hidaka H, Eida T. Effect of fructo-oligosaccharides on intestinal microflora. *Nahrung* 1987;31:427-436.
4. van den Heuvel EG, Muys T, van Dokkum W et al. Oligofructose stimulates calcium absorption in adolescents. *Am J Clin Nutr* 1999;69:544-548.
5. Swanson KS, Grieshop CM, Flickinger EA et al. Fructooligosaccharides and *Lactobacillus acidophilus* modify bowel function and protein catabolites excreted by healthy humans. *J Nutr* 2002;132:3042-3050.
6. Moro G, Minoli I, Mosca M et al. Dosage-related bifidogenic effects of galacto- and fructooligosaccharides in formula-fed term infants. *J Pediatr Gastroenterol Nutr* 2002;34:291-295.
7. Sabater-Molina M, Larque E, Torrella F et al. Dietary fructooligosaccharides and potential benefits on health. *J Physiol Biochem* 2009;65:315-328.
8. Colecchia A, Vestito A, La Rocca A et al. Effect of a symbiotic preparation on the clinical manifestations of irritable bowel syndrome, constipation-variant. Results of an open, uncontrolled multicenter study. *Minerva Gastroenterol Dietol* 2006;52:349-358.

