

international news

a cura di Marco Angarano

PROPOLI POST-OPERATORIA

La tonsillectomia è una delle comuni procedure chirurgiche eseguite in otorinolaringoiatria. Le indicazioni per ricorrere a questa procedura sono: tonsillite ricorrente, apnea ostruttiva del sonno, respirazione della bocca, otite media ricorrente, difficoltà di deglutizione o respiratoria a causa di ipertrofia tonsillare e ascesso peritonsillare. Tra le più importanti complicanze post-tonsillectomia si evidenziano il dolore e l'emorragia. La propoli è una miscela resinosa che le api mellifere raccolgono dalle gemme degli alberi, dalla linfa o da altre fonti botaniche. La composizione della propoli (resine, cere, acidi grassi, oli essenziali, composti organici e minerali) varia da alveare ad alveare, dai vari territori dove bottinano le api e da stagione a stagione. I componenti a cui sono riconosciute le maggiori attività biologiche della propoli sono i flavonoidi, considerati responsabili dell'effetto antiossidante e cicatrizzante (utili nella fase post-operatoria); altri composti importanti sono acidi fenolici, aldeidi, alcoli, cumarine, vitamine e minerali. Per verificare l'effetto della propoli sul processo di guarigione delle ferite, l'emorragia postoperatoria e la riduzione del dolore dopo la tonsillectomia, un gruppo di ricerca-

tori coreani ha perciò condotto uno studio clinico a gruppi paralleli, controllato con placebo. Lo studio ha coinvolto 130 pazienti, suddivisi in due gruppi di 65, che hanno ricevuto rispettivamente l'applicazione topica di un gel di propoli subito dopo l'operazione e in seguito hanno effettuato dei gargarismi con un estratto etanolic di propoli solubile in acqua per 10 giorni. In entrambi i gruppi sono stati valutati il dolore e il sanguinamento post-operatori e la guarigione della ferita. Il dolore post-tonsillectomia era significativamente inferiore nel gruppo propoli rispetto al gruppo di controllo nei giorni 3 e 7-10 postoperatori. L'emorragia post-tonsillectomia era significativamente inferiore nel gruppo propoli rispetto al gruppo di controllo ($P < 0,05$). La guarigione della ferita era significativamente migliore nel gruppo propoli rispetto al gruppo di controllo nei giorni 7-10 ($P = 0,002$).

Sulla base di questi risultati i ricercatori affermano che la somministrazione del gel e dell'estratto etanolic di propoli a pazienti che hanno subito la tonsillectomia sembra essere vantaggiosa per il controllo postoperatorio del dolore, per prevenire l'emorragia e favorire l'accelerazione della guarigione delle ferite nelle fosse tonsillari.

Moon JH, Lee MY, Chung YJ, Rhee CK, Lee SJ. Effect of Topical Propolis on Wound Healing Process After Tonsillectomy: Randomized Controlled Study. *Clin Exp Otorhinolaryngol*. 2018 Jun;11(2):146-150.

ZAFFERANO E RODIOLA PER GESTIRE LA DEPRESSIONE

La depressione è una delle condizioni psichiatriche più frequenti e debilitanti. Si stima che circa un adulto su cinque sperimenti almeno un episodio di depressione nel corso della sua vita e che le donne abbiano il doppio di probabilità di sviluppare questo disturbo.

I rimedi di origine vegetale sono continuamente oggetto di indagine da parte degli scienziati per verificarne l'efficacia come alternativa ai farmaci antidepressivi tradizionali. In particolare, gli estratti di rodiola (*Sedum roseum* o *Rhodiola rosea*) e di zafferano (*Crocus sativus*) hanno evidenziato separatamente in diversi studi di avere effetti significativi sulla depressione.

Con l'obiettivo di valutare l'azione di una combinazione di rodiola e zafferano sulla depressione lieve-moderata, un gruppo di ricerca francese ha condotto uno studio osservazionale longitudinale aperto, realizzato con medici di medicina generale (medici di base) in un contesto di pratica di routine, che ha coinvolto 45 pazienti affetti da depressione lieve o moderata in accordo con l'*International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems* (decima revisione) e con un punteggio nella scala Hamilton di valutazione della depressione di 8-18. I partecipanti allo studio hanno assunto per 6 settimane una combinazione di estratti di zafferano e rodiola.

la in compresse (154 mg di rodiola e 15 mg di zafferano per compressa; dose raccomandata 2 compresse/die).

Dopo 6 settimane (giorno 42) di assunzione dell'integratore di zafferano e rodiola il punteggio della scala Hamilton per la valutazione della depressione (outcome primario) è diminuito significativamente del 58% \pm 28,5% (da 13,6 \pm 2,3 al giorno 0 a 5,6 \pm 3,8 al giorno 42; $P < 0,0001$).

Il miglioramento del punteggio è stato riportato nell'85,4% dei pazienti.

Alla fine dello studio, sia i medici sia i pazienti hanno ritenuto che vi fosse un miglioramento significativo nella depressione secondo altri due parametri di valutazione dei sintomi clinici nei pazienti con disturbi mentali (*Clinical Global Impression* e *Patient Global Impression of Change*).

Complessivamente, i risultati di questo studio preliminare condotto in medicina generale suggeriscono che l'uso dell'integratore testato contenente gli estratti di rodiola e zafferano potrebbe essere interessante per la gestione della depressione lieve-moderata. C'è stato un rapido miglioramento sia dei sintomi depressivi sia dell'ansia, come è stato rilevato con le diverse scale di valutazione, e la maggior parte dei pazienti si è sentita meglio dopo aver assunto l'integratore.

Inoltre, la combinazione di rodiola e zafferano è stata ben tollerata. I benefici di questa combinazione, concludono i ricercatori, dovranno comunque essere confermati in uno studio in doppio cieco controllato con placebo.

Bangratz M, Ait Abdellah S, Berlin A, Blondeau C, Guilbot A, Dubourdeaux M, Lemoine P. A preliminary assessment of a combination of rhodiola and saffron in the management of mild-moderate depression. *Neuropsychiatr Dis Treat.* 2018 Jul 13;14:1821-1829.

CARTIDOL

VEGAN

Torna a muoverti naturalmente

INTEGRA I PRINCIPALI COMPONENTI DELLA CARTILAGINE

- **Vitamina C** da Rosa canina, per la formazione del Collagene.
- **Manganese**, per la formazione dei tessuti connettivi.
- **Artiglio**, per la funzionalità articolare.

