

international news

a cura di Marco Angarano

NIGELLA E HELICOBACTER

Helicobacter pylori è un batterio microaerofilo Gram-negativo, tra i più comuni che colpiscono l'uomo colonizzando il tratto gastrointestinale, specialmente lo stomaco. In tutto il mondo, *H. pylori* è stato riconosciuto come l'agente principale dell'ulcera duodenale ed è anche associato a gastrite, ulcera peptica, dispepsia, linfomi del tessuto linfoide associato alla mucosa e cancro gastrico.

Esistono diversi trattamenti per l'eradicazione di *H. pylori*. Due delle terapie più comunemente usate sono quelle tripla e quadrupla, che contengono antibiotici come amoxicillina, metronidazolo, claritromicina e un inibitore della pompa protonica. Tuttavia, l'infezione nel 20-30% dei pazienti non viene completamente eliminata.

Nigella sativa è una pianta medicinale ben nota; tradizionalmente è utilizzata per il trattamento di molte malattie acute e croniche e per la promozione della salute umana. I semi di *N. sativa*, comunemente noti come semi neri o cumino nero, sono ricchi di composti biologicamente attivi come timochinone, nigellicina, nigellidina, timolo e carvacrolo. Tutti questi composti sono sinergicamente responsabili delle sue proprietà farmacologiche benefiche tra cui quelle antiossidanti,

antinfiammatorie, antitumorali, antimicrobiche, antiparassitarie, gastroprotettive, epatoprotettive, ipoglicemizzanti, analgesiche. I semi di *N. sativa* sono usati come rimedio naturale per una serie di malattie e sintomi come febbre, tosse, vertigini, diarrea, infiammazione, diabete, ipertensione, disturbi gastrointestinali, infezioni parassitarie da più di 2000 anni. In vari studi sono stati dimostrati gli effetti antibatterici di questa pianta e dei suoi componenti. È stato segnalato che l'olio essenziale di *N. sativa* e i suoi componenti come timochinone e idrotimochinone sono dannosi per alcuni batteri Gram-negativi e Gram-positivi.

In uno studio clinico, è stato dimostrato che la polvere di semi di *N. sativa* possedeva attività anti-*H. pylori* paragonabile alla terapia tripla, evidenziando anche un miglioramento dei sintomi della dispepsia nei pazienti infetti. Un altro studio ipotizzava che la combinazione di *N. sativa* con antibiotici possa ridurre la resistenza delle colonie di *H. pylori* e migliorare l'efficacia degli antibiotici.

Alla luce delle conoscenze pregresse, nessuno studio clinico ha ancora valutato gli effetti della polvere di *N. sativa* in concomitanza con la terapia quadrupla sull'eradicazione dell'infezione da *H. pylori*. Ricercatori iraniani hanno così eseguito uno studio per valutare le proprietà anti-*H. pylori* di *N. sativa* in concomitanza con la terapia

quadrupla sull'eradicazione dei batteri, il miglioramento dei sintomi della dispepsia e della qualità della vita nei pazienti con questa infezione. Inoltre, sono stati misurati gli effetti di *N. sativa* sullo stress ossidativo e sui marker infiammatori nei pazienti infetti.

Nello studio clinico in doppio cieco controllato con placebo, 51 pazienti con infezione da *H. pylori* e dispepsia funzionale sono stati assegnati in modo casuale al gruppo di trattamento (terapia quadrupla con 2 g/die di *N. sativa*) o al gruppo placebo (terapia quadrupla con 2 g/die di placebo) per 8 settimane. Sono stati valutati i livelli sierici di interleuchina-8 (IL-8), proteina C-reattiva ad alta sensibilità (hs-CRP) e malondialdeide, qualità della vita, dispepsia, assunzione di cibo, peso corporeo e indice di massa corporea (BMI) alla base e alla fine dello studio. L'eradicazione di *H. pylori* è stata valutata alla fine dell'intervento.

Alla fine dello studio, l'eradicazione di *H. pylori* è risultata maggiore nel gruppo trattato con *N. sativa* rispetto al placebo ($p = .01$). Peso, BMI e assunzione dietetica ($p < .05$) sono aumentati significativamente rispetto al placebo. Un miglioramento significativo è stato anche osservato nella qualità della vita dei pazienti nel gruppo di trattamento rispetto al placebo ($p < .05$). Le differenze tra marcatori biochimici e dispepie tra i due gruppi non erano significative.



In conclusione, gli antibiotici e gli inibitori della pompa protonica sono le principali strategie per il trattamento dell'infezione da *H. pylori* e della dispepsia, ma i risultati del presente studio suggeriscono che l'integrazione con 2 g/die di polvere di *N. sativa* può aumentare l'eradicazione di *H. pylori*, migliorare la qualità della vita e anche aumentare il peso corporeo e il BMI nei pazienti infetti. Inoltre, sebbene l'eradicazione dell'infezione da *H. pylori* possa essere clinicamente correlata al miglioramento dei sintomi della dispepsia, della qualità della vita e dell'assunzione di cibo, nel presente studio non è stata osservata alcuna relazione statisticamente significativa tra di loro. Quindi, gli effetti benefici che sono stati osservati nel gruppo di trattamento rispetto al placebo erano principalmente correlati all'assunzione di *N. sativa*. Pertanto, i ricercatori affermano che l'integrazione con *N. sativa* può essere un supporto appropriato per i pazienti con infezione da *H. pylori*.

Alizadeh-Naini M, Yousefnejad H, Hejazi N. The beneficial health effects of *Nigella sativa* on *Helicobacter pylori* eradication, dyspepsia symptoms, and quality of life in infected patients: A pilot study. *Phytother Res.* 2020 Jan 9. doi: 10.1002/ptr.6610.

Riservato al corpo professionale.

ERBA VITA
NATURE IN SCIENCE

LINEA ENERGY

Dai tono alla tua energia!

Piante officinali e micro-nutrienti per contrastare la stanchezza*, per il sostegno quotidiano della memoria e delle funzioni cognitive**

* Ashwagandha, Ginseng, Guarana e Maca.
** Ginkgo biloba e Bacopa.

