

Tea tree oil



Pronto soccorso naturale



Un antico rimedio capace di risolvere moltissimi problemi di salute... e non solo!

 Dott.ssa Katia Panfli 



Con il nome di Tea Tree Oil si identifica l'olio essenziale ottenuto dalle foglie della *Melaleuca alternifolia* attraverso la distillazione in corrente di vapore. L'albero, appartenente alla famiglia delle Myrtaceae, è originario dell'Australia e cresce elettivamente in ambiente umido e paludoso. Oggi viene coltivato anche in Kenya, Zimbabwe, Vietnam, India e Cina.

È conosciuto da millenni, tanto che già gli aborigeni australiani utilizzavano empiricamente le sue foglie per creare un infuso aromatico e speziato che usavano per medicare le ferite e tener lontano gli insetti. Da qui il nome di Tea Tree o Albero del tè (perché in inglese con il termine "tè" si può intendere genericamente un qualsiasi infuso di foglie in acqua calda). La tribù aborigena Bundjalung definì la pianta "il guaritore più versatile della Natura".

Ma i primi veri studi scientifici cominciarono solo dopo il 1900 mentre nel 1930, sul *Medical Journal of Australia*, venne riportata ufficialmente l'attività antisettica di questo olio essenziale, corredata da studi ed evidenze scientifiche. Durante la Seconda guerra mondiale i soldati australiani furono dotati di un flaconcino di Tea Tree Oil da utilizzare in caso di ferite o abrasioni.

UN ANTISETTICO NATURALE

L'olio essenziale, studiato attraverso analisi di tipo qualitativo e quantitativo, ha dimostrato di essere una miscellanea di sostanze presenti naturalmente nella pianta. Sono stati riscontrati più di cento composti e, tra questi, i più significativi sono monoterpeni e alcoli. Il governo australiano ha stabilito che per essere considerato Tea Tree Oil, l'olio essenziale di *Melaleuca alternifolia* deve rispettare precisi indici di qualità e contenere, per legge, più del 30% di terpinene e meno del 15% di cineolo.

L'insieme delle sostanze presenti conferisce al prodotto un colore che varia dal giallo al marrone e un forte odore pungente e persistente, con note canforate.

Vanta per questo una potente azione antisettica, efficace contro batteri, virus e funghi. È un antibatterico ad ampio spettro, attivo sui batteri Gram+ come Stafilococchi e Streptococchi, e sui Gram-, quali *Escherichia coli*, *Klebsiella*, *Pseudomonas* e *Salmonella*. La sua efficacia è dimostrata anche contro batteri particolarmente insidiosi, divenuti resistenti agli antibiotici a causa dell'abuso e dell'uso eccessivo di questi.

Potente è la sua azione fungicida contro la *Candida albicans* e germicida contro il protozoo *Trichomonas*, causa di fastidiose infezioni genitali sia nella donna che nell'uomo. La molteplicità dei componenti presenti conferisce al Tea Tree Oil anche una spiccata azione antinfiammatoria e cicatrizzante.

COME USARLO

Non va mai ingerito ma utilizzato solo per uso locale, diluito al 3-5%, veicolato in un olio vegetale o una crema base.

Seguendo queste precise indicazioni, il Tea Tree Oil risulta un prodotto molto sicuro e ben tollerato. Rare le reazioni di sensibilizzazione cutanea poi prontamente risolte. Può essere usato anche



Animali

Il Tea Tree Oil è in grado di eliminare zecche, pulci e zanzare anche dai nostri amici a 4 zampe. Preparare un ottimo antiparassitario è semplice: basta diluire alcune gocce in acqua e frizionare il pelo con la soluzione ottenuta. In alternativa se ne può aggiungere qualche goccia al normale shampoo con cui lavare l'animale due volte alla settimana. Prima di procedere, consultare sempre il veterinario.

Disinfettante pronto all'uso

Dovremmo sempre portare con noi un flaconcino di Tea Tree Oil e in modo particolare quando, per lavoro o in vacanza, passiamo da un treno all'autobus, da un aereo a un taxi. Solo toccando le maniglie di sostegno presenti nei vagoni della metropolitana le nostre mani vengono infettate da un'enormità di batteri. Senza pensare poi a tutti quelli che si annidano sui

soldi, sulla tastiera del PC o sulla barra del carrello della spesa. Immane in campeggio, spiaggia, terme, parchi divertimento e grandi musei, per una vacanza intelligente e, naturalmente, sana.

COME FARE: Strofiniamo spesso le nostre mani con un fazzoletto inumidito con qualche goccia di Tea Tree Oil.



contemporaneamente ai tradizionali farmaci di sintesi. Ecco come usarlo per risolvere diverse problematiche.

• Cavo orale

È l'olio essenziale più potente per infezioni e affezioni di bocca e denti. Inserito in dentifrici e collutori trova impiego in caso di afte, ascessi, gengivite, piorea e mughetto, ed è utilizzato negli impianti odontoiatrici come antisettico e antirigetto. Può essere usato per sciacqui senza mai essere deglutito.

Grande rimedio per l'herpes simplex labialis, purché si intervenga ai primi sintomi attraverso tocature con Tea Tree Oil miscelandone 3 gocce in 100 ml di olio d'oliva, oppure olio di vinaccioli, di nocciole o in estratto glicerico di propoli (non esporsi al sole subito dopo!).

In caso di mal di gola, preziosa è la sua azione antinfiammatoria e antivirale, della quale si può beneficiare attraverso gargarismi con una soluzione preparata diluendo qualche goccia di olio essenziale in un bicchiere d'acqua. Ripetere un paio di volte al giorno, stando ben attenti a non ingerire la soluzione.

• Vie respiratorie

Quando si viene colpiti da rinite, raffreddore, sinusite o sindrome influenzale, anziché fare incetta di spray nasali e compresse effervescenti dai poco noti ma pericolosi effetti collaterali, si può trarre sollievo da suffumigi preparati versando qualche goccia di Tea Tree Oil in acqua bollente. Mucose nasali decongestionate garantiranno presto un respiro libero e profondo.

• Infezioni ginecologiche

Potente rimedio in caso di cistiti, vaginiti, candidosi, herpes genitale. Presente in detergenti, lavande e ovuli vaginali, meglio se associato a calendula, propoli e probiotici.

• Onicomicosi

Chi soffre di micosi alle unghie sa bene quanto sia difficile debellare



Pulizia della casa

Perché acquistare decine di prodotti costosi e ingombranti, quando per far brillare la nostra casa ne basta uno solo che possiamo facilmente preparare da soli?

DETERGENTE

Aggiungendo all'acqua Tea Tree Oil e limone otteniamo un ottimo detergente, disinfettante e profumato, con cui pulire specchi, vetri, pavimenti, sanitari e fornelli.

BUCATO

Aggiungendone qualche goccia al detersivo possiamo disinfettare il bucato, anche in lavatrice.

PIATTI

Nella vaschetta della lavastoviglie serve per ottenere piatti e bicchieri lucenti e per garantire lunga vita al nostro elettrodomestico.

ELIMINA MUFFA

Qualche spruzzo con acqua, aceto e Tea Tree Oil e anche la muffa più ostinata sarà solo un ricordo!



Vanta una potente azione antisettica, efficace contro batteri, virus e funghi

questo problema, nonostante i numerosissimi e costosi rimedi presenti in commercio. Forse non sa, invece, che il rimedio più efficace è il Tea Tree Oil che, eccezionalmente, può essere impiegato senza diluizione puro al 100%. Si applica sull'unghia con una garza, mattina e sera, per 15 giorni consecutivi. Si sospende il trattamento per 15 giorni e, se necessario, si ripete a cicli per 2-3 mesi.

• Piede d'atleta

Micosi contagiosa, assai comune in chi frequenta palestre e piscine. Qualche goccia di olio essenziale su garza umida risana tagli, spaccature e desquamazioni che si insidiano tra le dita del piede. Efficace anche su calli, duroni e verruche.

• Pelle

In caso di tagli, eritemi (solari o da pannolino), irritazioni da rasatura, scottature dovute a fiamme, lampade UV o radioterapia, si consiglia di massaggiare la zona interessata con qualche goccia di Tea Tree Oil diluita in olio di mandorle dolci o in olio d'oliva.

• Acne e dermatite seborroica

La sua attività antisettica, dermopurificante e sebo equilibrante è perfetta in queste affezioni dermatologiche. Massaggiate il viso quotidianamente, evitando gli occhi, con un dischetto di cotone inumidito con acqua e qualche goccia di olio essenziale (evitate gli occhi).

• Herpes zoster o "fuoco di Sant'Antonio"

Chi ne ha sofferto almeno una volta nella vita sa quanto doloroso può



essere tale virus (lo stesso della varicella) che, restando silente anche anni nel nostro organismo, torna attivo in condizioni di grave stress psicofisico e indebolimento delle difese immunitarie. Le vescicole che si manifestano, generalmente a grappolo e in una sola metà del corpo, danno origine a prurito e bruciore fortissimi, accompagnati da un intenso dolore neuropatico. L'applicazione topica di una crema alla calendula,



**È Folio essenziale
più potente per
infezioni e affezioni
di bocca e denti**

contenente qualche goccia di Tea Tree Oil, olio essenziale di melissa e olio essenziale di menta, garantisce un prezioso sollievo.

• **Pidocchi**

È un ottimo rimedio contro questi parassiti che frequentemente infestano il cuoio capelluto dei nostri bambini. Creando un ambiente sfavorevole all'attecchimento e alla loro proliferazione, può essere utilizzato sia a scopo preventivo che curativo. In commercio esistono numerosi prodotti che, senza utilizzare composti chimici aggressivi, riescono a debellare questo fastidioso problema. In alternativa, e con notevole risparmio economico, potremmo dotarci di un flaconcino di Tea Tree Oil e versarne qualche goccia nello shampoo o nel balsamo che usiamo abitualmente. Per un trattamento più efficace, si consiglia di aggiungerne 20 gocce in un cucchiaino di olio d'oliva, con il quale massaggiare delicatamente cute e capelli. Lasciate agire per un'ora, poi detergete con shampoo delicato. In fase preventiva si può cospargere con qualche goccia un pettine a denti stretti, da passare ripetutamente tra i capelli.

• **Forfora**

Per evitare la formazione delle antiestetiche scaglie biancastre, residui di cellule morte, spesso associate a prurito, si consiglia di frizionare il cuoio capelluto con qualche goccia di questo olio o di aggiungerle al comune shampoo. L'effetto lenitivo e seboequilibrante darà presto i suoi frutti.

• **Punture d'insetto**

Lenitivo e rinfrescante, sarà il nostro miglior alleato nelle calde serate estive da trascorrere all'aperto, senza più il prurito irrefrenabile che le zanzare ci lasciano quando decidono di farci visita. Una goccia di Tea Tree Oil direttamente sul ponfo (la zona del morso) e il prurito passerà rapidamente. Efficace anche in caso di punture di api, vespe, pulci o meduse.