

VERSIONE AGGIORNATA SUL  
COVID-19

STEPHEN  
HARROD BUHNER

# ANTIVIRALI NATURALI

## GUIDA COMPLETA

Come curare  
influenza, herpes  
e molte altre  
infezioni virali  
con la fitoterapia

ESTRATTO  
GRATUITO





PREFAZIONE ALLA NUOVA EDIZIONE

**DALLE PIANTE MEDICINALI  
POSSIAMO RICEVERE  
UN GRANDE AIUTO PER IL SISTEMA  
IMMUNITARIO**

*di Marco Brancaleoni*

**H**o letto con molto interesse e curiosità questo libro di Stephen Harrod Buhner.

Infatti, da oltre 40 anni studio e utilizzo le piante medicinali nella mia professione di medico.

Già ai tempi della scuola di specializzazione in cardiologia frequentai la nota scuola igienista fondata da Luigi Costacurta, interessandomi per la prima volta di fitoterapia e iridologia. Sin da allora ho cercato di capire le erbe curative non secondo le spoglie indicazioni tradizionali, ma indagandone i meccanismi d'azione a livello di biologia molecolare. Ciò mi ha permesso di conoscere le piante nella loro complessità e mi ha aperto al loro utilizzo come fossero farmaci a tutti gli effetti.

Tali conoscenze ci spiegano oggi il corretto uso delle piante, ma anche la possibile loro associazione ai farmaci. Questo modo di trasmettere il valore dei fitoterapici ha dato dignità e credibilità alla materia, e ha aperto alla possibilità di utilizzo attento da parte di molti altri medici. Perché se è convinzione comune pensare che le piante medicinali, in quanto naturali, non facciano male è invece accertato che se questo uso non è ben studiato, può portare a deludenti risultati, oppure al rischio di aggravamenti nelle patologie. Ciò conduce al discredito della fitoterapia considerata poi inefficace quindi inutile.

È invece ormai patrimonio scientifico comune che nelle piante sono stati identificati anche numerosi principi antivirali che presentano sempre i vantaggi dei fitoterapici quali: minori effetti collaterali e sinergia d'azione.

In questo particolare momento storico, molto critico dal punto di vista patologico, avere a disposizione un testo che parli in maniera semplice, chiara e autorevole, delle infezioni virali, non è facile e risulta essere un'ottima opportunità.

L'autore prende in considerazione il comportamento dei virus nell'infectare l'uomo. Ne analizza dettagliatamente il contatto e l'ingresso nel corpo e successivamente nelle singole cellule con la replicazione e l'invasione nei vari tessuti. Considera la risposta dell'uomo e le citochine coinvolte nella risposta immunitaria e infiammatoria. È un osservatore scrupoloso dei vari stadi della malattia e, per ogni fase prende in considerazione la pianta con il giusto principio efficace nel contrastare l'azione virale in quel preciso momento e distretto.

In tutta questa dinamica, però, la persona, nella sua globalità, non viene mai persa di vista e il libro aiuta a capire come i singoli principi attivi delle piante siano utili ed efficaci (anche in forma di *cocktail* sinergico) nell'interferenza con le molecole chiamate in causa per contrastare l'azione virale. Inoltre, dosi, tempi e modi di somministrazione sono forniti in maniera precisa, ciò che è fondamentale per un buon risultato, sia per la prevenzione che per la terapia.

L'autore fornisce anche consigli pratici per approntare una piccola farmacia fitoterapica domestica di primo intervento che spesso risolve il problema sul nascere. Sempre all'insegna del detto per cui *prevenire è meglio che curare*.

## La mia esperienza clinica

Difatti, nella mia esperienza clinica ho da anni buoni risultati prevenendo l'epidemia influenzale nei miei pazienti con trattamenti fitoterapici che migliorano la loro risposta immunitaria. Questa passa attraverso un corretto stile di vita e un'alimentazione che prevede la quasi totale eliminazione degli zuccheri a rapida assimilazione e periodi di dieta vegetariana chetogenica della durata di nove giorni ogni tre mesi. Inoltre, consiglio cicli con oleolito di alloro, in particolare nei bambini, succo di sambuco (una pianta antivirale prediletta anche dall'autore di questo libro) da consumarsi rego-

larmente, e lievito plasmolisato. A tutto ciò associo spesso funghi medicinali come *Cordyceps*, *reishi*, *Hericium* ecc. insieme a vitamina C e cicli con oli essenziali quali mirra, origano, tea tree, lavanda, alloro, gaulteria ecc. combinandoli a seconda delle problematiche.

Durante l'epidemia da Covid-19 ho verificato che la prevenzione con l'utilizzo sistematico della fitoterapia ha dato esiti positivi in quanto i pazienti trattati non sono stati infettati dal virus o se lo sono stati non hanno avuto sintomi importanti. Tale prevenzione gioca un ruolo fondamentale sempre, anche in caso di future pandemie virali, dato che non esistono farmaci in grado di attuarla realmente. La fitoterapia insomma, come dimostra questo testo, ha la capacità di stimolare e allertare il sistema immunitario, e di contrastare a vari livelli l'azione sia batterica che virale.



## CHI È MARCO BRANCALEONI

Medico specialista in cardiologia, è socio fondatore e vicepresidente dell'Associazione italiana di fitoterapia e fitofarmacologia (AIFF) con sede a Napoli, associazione attiva nell'ambito dello studio, promozione e diffusione di metodiche terapeutiche per prevenire e ristabilire la salute dell'uomo attraverso l'uso e la conoscenza delle piante officinali.

È anche fondatore e direttore della scuola di fitoterapia di Montegrimano riconosciuta dalla Regione Marche, socio fondatore e membro della Società italiana funghi medicinali (SIFIM) e responsabile per la Regione Emilia-Romagna della Società italiana di nutraceutica (SINUT). Ha svolto docenze nel corso di fitoterapia dell'Università di Chieti e tiene lezioni di fitoterapia nella Scuola di specialità per medici di famiglia.

Esperto in scienze dell'alimentazione e in nutrizione clinica svolge ambulatorio a Savignano sul Rubicone (FC). Per ulteriori informazioni: cell. 320-5751453.



## PERCHÉ ESISTE UN LIBRO COME QUESTO

*«Serve davvero a poco lasciarci spaventare dai virus.*

*Molto utile è invece imparare a conoscerli».*

– **Frank Ryan, M.D.**, *Virus X. Tracking the New Killer Plagues*

*«Se non siete scettici sul vostro scetticismo, non siete veri scettici».*

Sono già alcuni decenni che mi interesso in modo particolare della resistenza agli antibiotici, dell'intelligenza dei batteri e dell'utilizzo di trattamenti che, a ben guardare, sono più raffinati dell'approccio farmacologico. A differenza dei medicinali, i rimedi fitoterapici non procurano problemi di resistenza ai principi attivi, sono decisamente più innocui e infine anche ecologici, vale a dire biodegradabili e rinnovabili, cosa che non si può dire della maggioranza dei prodotti farmaceutici.

Il protrarsi del mio interesse per gli antibatterici fitoterapici ha finito per sfociare, dopo un primo contatto con l'argomento e dopo un considerevole lasso di tempo, in un'appassionata esplorazione degli antibatterici sistemici a base di piante utilizzabili in caso di infezioni resistenti ai farmaci (*Herbal Antibiotics*, seconda edizione, Storey Publishing, 2012; traduzione italiana *Antibiotici naturali*, Il Punto d'Incontro, Vicenza 2003). Nel corso di questa indagine hanno cominciato a emergere molti aspetti della medicina erboristica finora poco studiati nel mondo occidentale, come ad esempio l'importanza del sinergismo tra piante medicinali.

Questo libro rappresenta, per me, l'inizio di un'analogia esplorazione nel mondo dei virus, delle patologie virali emergenti che presentano una resistenza ai farmaci e della ricerca di forme di cura più ecologiche (e non

di rado più efficaci). Qui troverete informazioni su alcune delle migliori piante con proprietà antivirali sistemiche e ad ampio spettro presenti sulla Terra. Proprio come gli antibiotici naturali, sono anche facili da usare, da coltivare e da trasformare in rimedi medicinali. Qualcosa che dunque potrete fare per voi stessi, per i vostri familiari e per i vostri pazienti. Inoltre, si tratta di rimedi fitoterapici davvero molto efficaci contro le nuove infezioni virali e contro quelle resistenti ai farmaci. Perché, per sopravvivere, le piante hanno dovuto imparare moltissimo tempo fa a difendersi, oltre che dai batteri, anche dai virus. Se quindi è vero che le piante non hanno la capacità di fuggire, sappiamo però che di chimica si intendono benissimo.

L'idea di impiegare gli antibiotici naturali come prima linea di intervento si è molto diffusa, negli ultimi decenni, in culture diverse da quelle dell'Occidente industrializzato. In Africa, in Asia, in America meridionale e centrale, la medicina sta limitando sempre di più l'uso dei farmaci come prima scelta per la cura delle infezioni batteriche. Un po' per i problemi legati allo sviluppo di antibioticoresistenza ma, soprattutto, perché gran parte dei profitti delle multinazionali del farmaco sono frutto della sofferenza di queste popolazioni. Culture diverse dalla nostra hanno deciso di non poter supportare più l'avidità delle grandi industrie farmaceutiche e di non accettare che siano i loro cittadini più poveri a farne le spese.

Ricercatori provenienti da zone assai distanti del globo hanno scoperto che gli antibatterici estratti dalle piante sono spesso ben più efficaci dei prodotti di sintesi. Per questo stanno cercando di identificare i più validi, e contemporaneamente anche il tipo di preparazione in grado di garantirne l'efficacia. Ma anche di scoprire quale sia il miglior modo possibile di coltivare le piante medicinali. Questi studiosi vanno percorrendo diverse regioni e, soprattutto in Africa, distribuiscono nei villaggi i semi delle piante officinali. Allo stesso tempo, insegnano alle popolazioni locali tutto ciò che hanno imparato, in modo che ognuno possa cominciare a prendersi cura da sé della sua salute. In questo processo non ci sono intermediari che intascano profitti. Un nuovo modello di cura sta finalmente cominciando a manifestarsi, ed era ora che succedesse!



# SOMMARIO

<b>Prefazione alla nuova edizione.....</b>	<b>3</b>
<b>Perché esiste un libro come questo .....</b>	<b>6</b>
<b>1. NUOVI VIRUS: CHE COSA CI TROVIAMO AD AFFRONTARE .....</b>	<b>9</b>
Però abbiamo vinto... non è vero?.....	12
I virus .....	18
Virus patogeni emergenti .....	24
<b>2. INFEZIONI RESPIRATORIE VIRALI: COME CURARLE .....</b>	<b>29</b>
Il virus dell'influenza .....	33
Dinamica di diffusione dell'infezione e cascate di citochine .....	36
Tempeste di citochine .....	44
Patologie polmonari e danni tissutali associati a gravi infezioni influenzali.....	47
Terapia farmacologica.....	48
Protocolli naturali per la cura dell'influenza.....	50
La SARS e i coronavirus.....	64
Altre infezioni virali respiratorie .....	69
<b>3. ENCEFALITI VIRALI: COME CURARLE.....</b>	<b>73</b>
Le encefaliti virali .....	75
Sintomi .....	77
Terapia farmacologica.....	78
Meccanismi di diffusione dell'infezione virale .....	79
Protocollo naturale per la cura delle encefaliti .....	96
Altre piante officinali con affinità per il sistema nervoso, indicate per la cura delle encefaliti .....	102

<b>4. ANCORA QUALCHE VIRUS: CITOMEGALOVIRUS, FEBBRE DENGUE, HERPES ZOSTER .....</b>	<b>111</b>
Citomegalovirus .....	112
Febbre dengue .....	113
Enterovirus 71 .....	115
Due parole sull'enterovirus D68 .....	115
Epstein Barr .....	116
Herpes simplex 1 e 2 .....	117
Virus varicella zoster .....	119
Virus gastrointestinali (rotavirus e norovirus) .....	121
I protocolli per gli interventi di fitoterapia.....	122
<b>5. I RIMEDI ANTIVIRALI FITOTERAPICI: MATERIA MEDICA.....</b>	<b>145</b>
<b>6. POTENZIARE IL SISTEMA IMMUNITARIO .....</b>	<b>311</b>
<b>EPILOGO. IL FUTURO CHE CI ASPETTA .....</b>	<b>365</b>
<b>APPENDICE A. GUIDA BREVE AI PREPARATI FITOTERAPICI..</b>	<b>369</b>
Guida breve ai preparati fitoterapici .....	369
Due parole sui solventi.....	372
Idroliti .....	374
Estratti alcolici (alcoliti) .....	382
La fitoterapia per i bambini .....	387
Nota conclusiva.....	393
<b>APPENDICE B. DOVE PROCURARSI I RIMEDI .....</b>	<b>395</b>
<b>APPENDICE C. VIRUS EMERGENTI CHIKUNGUNYA, ZIKA, EBOLA E CORONAVIRUS.....</b>	<b>398</b>
Chikungunya e Zika .....	400
Ebola .....	403
Infezioni da Coronavirus .....	406
Protocolli naturali consigliati .....	411
Protezione generale .....	412
Tintura derivata dal decotto di foglie di sambuco (Sambucus) .....	413
<b>Note.....</b>	<b>416</b>
<b>Bibliografia scientifica .....</b>	<b>420</b>
<b>Indice analitico .....</b>	<b>480</b>



# STEPHEN HARROD BUHNER ANTIVIRALI NATURALI

**La guida più completa  
per erboristi, naturopati, fitoterapeuti  
e per chi vuole imparare a utilizzare le erbe  
per curare le infezioni virali.**

Leggere questo libro è come esplorare il mondo dei virus, delle patologie virali emergenti che presentano una resistenza ai farmaci e della ricerca di forme di cura più ecologiche e spesso più efficaci.

Potrai imparare:

- quali sono i **nuovi virus** – come il **Covid-19** – e come arginarne le conseguenze;
- le **qualità antivirali** di numerose piante, le caratteristiche, i principi attivi, le modalità di utilizzo;
- dove **procurarsi le erbe** e in che modo preparare miscele, tinture, infusi, decotti, estratti;
- come rafforzare il proprio **sistema immunitario** grazie alla fitoterapia.

*“L'autore è un osservatore attento e scrupoloso  
dei vari stadi della malattia e prende in considerazione  
la pianta con il giusto principio efficace nel contrastare  
l'azione virale in quel preciso momento.  
In tutta questa fase, la persona, nella sua globalità,  
non è mai persa di vista.”*

DALLA PREFAZIONE DEL DOTT. MARCO BRANCALEONI



**STEPHEN HARROD BUHNER** vive nel New Mexico. È una delle voci più autorevoli a sostegno dei vantaggi della medicina fitoterapica. È autore di numerosi opere pubblicate in tutto il mondo. Per oltre trenta anni, ha insegnato negli Stati Uniti, in Canada e in Europa.

ISBN: 978-8828526803



9 788828 526803

€ 27,50

**GRUPPO MACRO**

**BENESSERE E CONOSCENZA DAL 1987**

[www.gruppomacro.com](http://www.gruppomacro.com)