

"Il medico o il terapeuta è come una guida di montagna. Ci guida e ci mostra la strada ma non ci porta in spalle. Siamo noi i responsabili del nostro cammino" - Alfred Vogel



A. Vogel Italia - Newsletter



In questo numero:

[Il cervello è collegato al sistema immunitario?](#)

[Asse cervello-intestino: perché è importante il collegamento?](#)

[Negli scorsi numeri della Newsletter...](#)

[Lo sapevi che...?](#)

Buon giorno,

Lo scorso maggio si è tenuto a Londra, alla **Royal Society of Medicine**, una conferenza sull'Echinacea. Il Prof. **Sebastian Johnston** del centro *Respiratory Medicine & Allergy*, al *National Heart e Lung Institute – Imperial College – Londra*, ha presentato i risultati di un suo recente studio ([Echinacea reduces the risk of recurrent respiratory tract infections and complications: a meta-analysis of randomized controlled trials](#)): l'efficacia dell'Echinacea per il trattamento delle infezioni delle vie respiratorie non solo viene confermata ma indicata come l'unica terapia naturale.

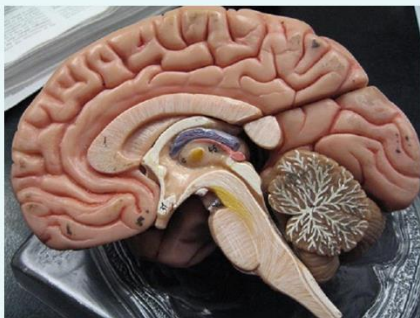
In questo numero vi vogliamo parlare di una recente scoperta che collega il cervello al sistema immunitario e delle possibili implicazioni di questa scoperta. Riprendiamo poi il discorso dell'asse cervello-sistema gastrointestinale (l'ipotesi dei due cervelli!) e quindi l'importanza di prendersi cura del nostro intestino.

Infine siamo giunti all'estate e con questo numero ci risentiamo a settembre.

Buone vacanze estive,

Il team di A. Vogel Italia

Il cervello è collegato al sistema immunitario?



E' molto probabile che presto i libri di testo di anatomia debbano essere riscritti! Infatti, fino a qualche tempo fa, si era convinti che l'unico organo che non avesse un collegamento diretto con il sistema linfatico fosse il cervello ([2009 – CNS immune privilege](#)). E' di pochi giorni fa la notizia che alcuni ricercatori dell'[Università della Virginia](#), studiando le meningi dei topi, hanno dimostrato al microscopio che esistono dei canali linfatici. Questa scoperta, che va ancora confermata da altri centri di ricerca, avrebbe delle implicazioni importanti per capire le cause e quindi le relative terapie per alcune malattie autoimmuni come la **Sclerosi Multipla** o come l'**Alzheimer**.

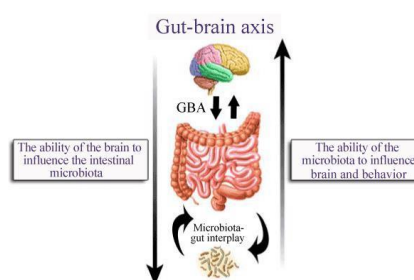
Per saperne di più >

Condividi su  

L'asse cervello-intestino: perché è importante il collegamento?

E' noto che esiste un asse tra il nostro cervello ed il sistema gastrointestinale: più propriamente un collegamento tra il **sistema nervoso centrale** ed il **sistema nervoso enterico** (una divisione anatomica che si trova nell'intestino).

Di recente però molti ricercatori si sono impegnati a capire come questi due organi comunichino tra loro e come si influenzino: ossia quali batteri viventi nell'intestino possano influenzare il canale di comunicazione ma soprattutto lo stato del nostro cervello.



Si parla quindi di avere due cervelli: quello vero e proprio e quello del nostro intestino. E sempre più cresce l'importanza dei **probiotici** e dei **prebiotici** (**Newsletter Febbraio 2015**).

E sentirete parlare sempre più del **Microbioma** e della sua influenza sul nostro benessere (vedi "[Lo Sapevi Che](#)").

Il microbioma intestinale, ossia l'insieme dei microrganismi ed il relativo materiale genetico che risiede nel sistema gastrointestinale, prende il suo profilo alla nascita ed è fortemente influenzato dal parto e dal tipo di allattamento. Rimane abbastanza stabile negli anni ma il suo profilo dipende molto poi dall'ambiente, dagli antibiotici che assumiamo, dall'esercizio fisico e dalla dieta che seguiamo. Tutto ciò ha portato vari ricercatori a collegare l'alterazione del microbioma intestinale a *marker biologici* che ci possono far capire lo stato di comunicazione cervello-intestino ([The Microbiome and Brain Health: What's the Connection?](#)).

Che cosa ci attendiamo? Be', ci sono già studi che parlano di relazione tra la depressione e l'ansia con l'asse cervello-intestino ([Gut-brain axis: how the microbiome influences anxiety and depression](#)) ma anche del rapporto tra microbioma intestinale e diabete di tipo 2 ([Gut Microbiota in Human Adults with Type 2 Diabetes Differs from Non-Diabetics-Adults](#)).

E noi vi suggeriamo una dieta equilibrata ma anche un po' di **Molkosan®**, un fantastico prebiotico.

Negli scorsi numeri vi abbiamo parlato di...



Echinaforce®: aiuta a combattere l'influenza? (Dic 2014)

Cattiva digestione? **Molkosan®** (Feb 2015)



Herbamare® Original: la freschezza è l'anima del gusto (Feb 2015)

Pelle secca e disidratata? **Symphytum crema** (Feb 2015)



Problemi di prostata? Provate **Prostaforce®** (Mar 2015)

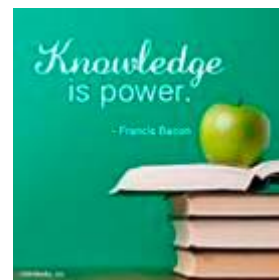
Crema di Echinacea: un rimedio naturale in caso di piccole ferite da screpolature della pelle (Mar 2015)



Yoghurt-box: yogurt commerciale o fatto in casa? (Apr 2015)



- **Microbioma:** l'insieme dei microrganismi ed il relativo materiale genetico che risiede nel corpo umano o in altri ambienti; di recente ci si è molto occupati del **microbioma intestinale** e della sua influenza sullo stato cerebrale; il termine è stato coniato nel 2001 da **Joshua Lederberg**, biologo molecolare statunitense: **micro**(be) + **biome**.
- **Sistema Immunitario:** è un sistema complesso che comprende cellule, proteine, tessuti ed organi (fegato, milza, timo, ecc.) per la difesa del nostro corpo da malattie ed infezioni. Delle varie cellule prodotte le più importanti sono i Globuli Bianchi (**Leucociti**) preposti alla difesa del nostro corpo da microrganismi patogeni; i Leucociti vengono trasportati dal sistema linfatico nei vari tessuti, negli organi e nel sangue (*vedi sotto*).
- **Sistema Linfatico:** è un sistema di drenaggio composto da una rete di canali per mantenere l'equilibrio dei fluidi corporei ma soprattutto per difenderci da infezioni e malattie; una delle funzioni principali è quella di recuperare il fluido linfatico dai vari tessuti e trasportarlo nel sangue. Questo sistema ci aiuta anche a proteggerci da virus e batteri che causano infezioni e malattie. Tipicamente questi germi sono filtrati dai **linfonodi** che fanno parte del sistema immunitario (*vedi sopra*); in questo senso il sistema linfatico fa parte del sistema immunitario.
- **Malattie autoimmuni:** il sistema immunitario è il nostro sistema di difesa contro virus, batteri patogeni e/o cellule tumorali; avviene però che il sistema immunitario inizi a considerare le cellule normali di tessuti e di organi come elementi da combattere invece che da difendere; da qui il termine **autoimmune** e di conseguenza la definizione di malattie autoimmuni, quali per esempio l'artrite o la sclerosi multipla.



Consiglia questa newsletter ai tuoi amici. Per proteggere chi ami. La conoscenza è la nostra migliore arma per difenderci. In modo naturale

Iscriviti alla Newsletter >

Pioniere della Medicina Naturale
- dal 1923