

# GIUGGIOLO

*ziziphus jujuba*



In fitoterapia il **giuggiolo** è interessante per la risposta a livello del sistema nervoso su cui esercita un' azione calmante e sedativa, utile per i più comuni problemi di ansia e insonnia o in forme più specifiche associate a irritabilità, angoscia o disturbi bipolari.

Funge inoltre da protettore epatico e cardiovascolare.

Visto anche il sostegno a memoria e concentrazione è molto utile anche per gli anziani , ma non solo.

Interessante anche il suo utilizzo nelle sindromi di tipo allergico non ben definite.

Il gemmoderivato di **giuggiolo** ottenuto dai semi possiede analoghe proprietà con in più un buon potere emostatico, coagulante e di protezione capillare.

## PRINCIPALI EFFETTI FITOTERAPICI

Utile nel ristabilire il tono dell'umore.

Utile nell' alleviare i disturbi del sonno.

Utile nell'alleviare panico, ansia, irritabilità.

Utile nel migliorare la memoria.

## UTILIZZO PER I BAMBINI

Anemia, inappetenza, sudorazione notturna, allergie, incubi notturni, insonnia , risveglio frequenti, difficoltà di concentrazione.

## UTILIZZO PER GLI ADULTI

Astenia, anemia, sudorazione eccessiva, incubi notturni, depurativo epatico, aritmie, ansia, insonnia, nevralgia.

## NOTA PSICOSOMATICA

Affrontare a livello onirico la paura inconscia della morte, dell' abbandono o di traumi che lentamente ci consumano.

**AVVERTENZE.** *Non sono riferiti in letteratura particolari controindicazioni se non in caso di sensibilità individuali e soggettive al fitocomposto nel suo insieme.*

