

La disbiosi intestinale

La flora batterica intestinale svolge funzioni importantissime sull'equilibrio dell'organismo. Le più note sono la protezione delle placche del Peyer (la maggiore risorsa del sistema immunitario) e la produzione di vitamine del complesso B, necessarie per il funzionamento di molti apparati.

L'intestino ha una superficie interna di circa 200/300 metri quadrati e vi si trovano oltre mille specie batteriche: nel 90% specie della famiglia Biphidus, saprofiti, nel 9% coliformi, enterococchi, nel 1% proteus, clostridi, stafilococchi ecc., potenzialmente patogeni. L'equilibrio di queste percentuali mantiene la salute dell'organismo. Le cause di squilibrio, che chiameremo disbiosi, sono varie.

Alimentari: diete carenti di fibre, vitamine e oligoelementi, per scarso consumo di frutta e vegetali.

È purtroppo radicata nelle abitudini alimentari degli ultimi cinquanta anni la pratica di nutrirsi con poca frutta e verdura e di abbondare in farinacei raffinati, derivati esclusivamente dalla farina "bianca", povera di fibre, per mancanza di crusca per assenza della cuticola (il rivestimento del chicco dei cereali) e di vitamine ed oligoelementi apportate dal germe di grano.

Inquinanti: conservanti, pesticidi, antibiotici, coloranti e ormoni steroidi alimentari. I cibi di cui ci nutriamo sono confezionati con queste sostanze che apparentemente ne migliorano la conservazione e l'aspetto, ma ne peggiorano la qualità.

Iatrogene: abuso di antibiotici, sulfamidici, corticosteroidi, lassativi, pillola anticoncezionale. Gli antibiotici in special modo sono usati, in quantità industriali e senza alcun criterio, dalla maggior parte dei medici, nonostante la loro ormai comprovata tossicità. I lassativi che dovrebbero migliorare l'evacuazione intestinale, alla lunga impigriscono maggiormente l'intestino.

Patologiche: infezioni intestinali, parassitosi.

Le conseguenze della **disbiosi** sono sia locali che generali. L'aumento d'alcalosi intestinale con conseguente riassorbimento di tossine e la mancata produzione **di biotina che normalmente inibisce la trasformazione della candida dalla forma "spora", (non tossica) a quella "fungo" (patogena), porteranno dispepsia, nausea, gastrite, colite cronica, alvo alternante tra stitichezza e diarrea, tumori del colon, cistite, cistopielite, vulvo-vaginite, lesioni al pene.**

Il **sovraccarico epatico** sarà responsabile di una diminuita funzionalità del fegato, di cirrosi e ipertensione portale. L'alterazione della funzione immunitaria intestinale causerà **asma, bronchite, rinite allergica, otite media e dolori auricolari, dermatosi, orticaria cronica, prurito generalizzato, acne, lesioni cutanee attorno alle labbra e ai lati del naso.** L'alterato metabolismo delle vitamine del gruppo B, darà disfunzioni neurologiche quali **perdita di concentrazione e di memoria, depressione, ottundimento del sensorio, cefalee, sindrome da stanchezza cronica.** Avremo anche patologie circolatorie quali **insufficienze venose degli arti inferiori, emorroidi, aterosclerosi, ipertensione, alterazioni metaboliche, come il diabete e ritenzione di liquidi con edemi e cellulite.**

Per restituire la salute al paziente che si presenta nel nostro studio con le patologie summenzionate dovremo agire in particolar modo sulla disbiosi intestinale e sul fegato, prima eliminando le sostanze tossiche degli alimenti o dei farmaci, poi correggendo le carenze nutrizionali e le intolleranze alimentari. Ci sarà infine da ripristinare la simbiosi intestinale con opportuni medicamenti omeopatici, fitoterapici, prebiotici (sostanze che stimolano la crescita dei batteri saprofiti), probiotici (sostanze alimentari apportatrici di ceppi di batteri saprofiti). Noteremo che già dopo qualche giorno le condizioni miglioreranno visibilmente.