

Programma	Corso MmP	Seminari	Conferenze		Lucidi	Dispense	Strumenti
Novità		Forum		Studio	Vari	Webmaster	HOME
Scopo	Struttura		Collaboratori	Collegli	Impressum		Amministrazione, Recapiti

### Gruppo di lavoro corporeo

Il gruppo di lavoro corporeo è un gruppo formato da terapeuti praticanti. Una volta al mese, sotto la tutoria di Bianca, si istruiscono a vicenda sui vari aspetti pratici che un professionista di lavoro corporeo deve conoscere. Persona di contatto: [Sabrina](#)



Tutoria

## Iperlipidemie Ipercolesterolemia

Procedure, Ricettario

Download  .pdf

Come introduzione al tema consiglio vivamente di consultare in it.Wikipedia la voce [Colesterolo](http://it.wikipedia.org/wiki/Colesterolo) e la relativa discussione <http://it.wikipedia.org/wiki/Discussione:Colesterolo> .  
 Serve anche consultare la relazione sul trasporto di lipidi e le lipidemie [http://www.pforster.ch/yMmP/12/MmP%2012\\_2.htm](http://www.pforster.ch/yMmP/12/MmP%2012_2.htm).

#### Indice della pagina

[Procedure preventive](#)

[Ricettario](#)

#### Pagine correlate

Programma: [Apparato circolatorio](#)

[Ricettario cardiovascolare](#)

Lucidi: [Malattie vascolari](#)

Dispensa: [Malattie vascolari](#)

Lucidi: [Lipidemie](#)

Dispensa: [Patologia metabolica](#)

Lucidi: [Superstizioni popolari](#)

## Procedure preventive

Estratto da **Trasporto di lipidi e lipidemie** MmP 12.2  
[http://www.pforster.ch/yMmP/12/MmP%2012\\_2.htm](http://www.pforster.ch/yMmP/12/MmP%2012_2.htm)

Il colesterolo non è critico, se HDL raggiunge almeno 25% del colesterolo totale. Vedi prof. Marchesini  
<http://www.med.unibs.it/~marchesi/lipoprot.html>

I valori di **referenza** del colesterolo per la minima mortalità sono:  
 Per uomini tra 4 e 5, per donne tra 5 e 6 mmol.

Questo in contrasto a tante raccomandazioni mediche! Vedi  
[http://it.wikipedia.org/wiki/Colesterolo#Colesterolemia\\_e\\_mortalit.C3.A0](http://it.wikipedia.org/wiki/Colesterolo#Colesterolemia_e_mortalit.C3.A0)

Cambiamenti di **alimentazione** non servono assolutamente niente per la regolazione della colesterolemia. Questo contro le raccomandazioni di molti medici e contro una divulgata superstizione popolare! Vedi [http://it.wikipedia.org/wiki/Colesterolo#Alimentazione\\_e\\_cholesterolemia](http://it.wikipedia.org/wiki/Colesterolo#Alimentazione_e_cholesterolemia)

© P. Forster & B. Buser

T&P pp. 797 ... 830; AF 5.26; PT 5.3

## Terapie "naturopatiche" di lipidemie

Ne come medici accademici ne come medici naturalisti non sappiamo, che "malattia" combattiamo abbassando i valori lipidemici!

Con alcuni miei clienti, spaventati da dottorini che prevedono morte precoce causata da aumentato colesterolo, procedo come segue:

- \* Per primo visiono i valori di laboratorio. Se mancano dati per HDL (o LDL) li faccio ripetere, perché senza di essi i valori non sono interpretabili.
- \* spesso i valori obietti si trovano fuori dai "valori referenza" del laboratorio ma nella "minima mortalità" e sono quindi da scartare. In altri casi il HDL supera 25% del "totale" e quindi non centra il valore totale. In questo caso dico al cliente, che il medico ha valutato male la situazione e che si è spaventato per niente.

- \* A chi invece è "fuori" sul serio consiglio le seguenti misure:  
 attività fisica giornaliera per 20 minuti a polso 100 (9 ... 10 battiti in 6 secondi).  
 dieta secondo la voglia, e non secondo la teoria del "sano" o le idee di un dietista ("...chi ha bisogno di un professore per nutrirsi soffre di una grave malattia mentale")  
 rifare la misurazione dopo un mese. Se c'è un miglioramento, si prosegue con le misure prese.

- \* A chi, dopo aver seguito quanto detto non riscontra miglioramenti consiglio:  
 1 ... 3x50mg di acido nicotinico al dì (spiegare flush)  
 1 cucchiaino da tè (5gr) di olio di pesce al dì (se anche i trigliceridi sono alti)  
 regolare consumo di fosfolipidi (uova, noci, ...) o di un cucchiaino di tè di lecitina al giorno (per chi ha la HDL relativamente basso).  
 rifare la misurazione dopo un mese. Se si riscontra un miglioramento proseguire così.

- \* A chi proprio non riesce ad ottenere miglioramenti nemmeno seguendo quanto detto sopra consiglio di affidarsi al farmaco del medico.

20 min; polso 100 / dì



Pro memoria:

Patologia metabolica e alimentare PT 5.3

[http://www.pforster.ch/ydisp/PT%205\\_3.htm#Iperlipidemia1](http://www.pforster.ch/ydisp/PT%205_3.htm#Iperlipidemia1)

## Ricettario Iperlipidemie

### 8.6 Iperlipidemia

#### Rp. X) Arteriosclerosi / Ipercolesterolemia

Olio di pesce	100	regolatore lipidemico
D.S. 1 c.t. con un pasto		
Niacina (vit. B3, acido nicotinico) 50 mg	100	vasodilatatore, regolatore lipidemico
D.S. 1 – 3 pastiglie con i pasti		

*!! Ricontrollare i valori lipidemici dopo ca. 1 mese e proseguire o meno secondo il risultato !!*

#### F) Leggera iperlipidemia.

Rp. Tinct. Cynarae		70
Tinct. Taraxaci		90
Tinct. Alii ursini	ad	400
Aeth. Menthae pip.	gtt.	X
D.S. 9 ml p.d. (3 p.d. 3 ml prima dei pasti).		

Sono molto utili anche:

- \* **Fosfolipidi** in sufficienza (contenuti in uova e noci di tutti tipi). Non dovesse bastare: consumo giornaliero di lecitina.
- \* **Pectine**: ballasto che lega il colesterolo nell'intestino e inibisce in parte il suo riassorbimento, il più conosciuto si trova nella mela e nello strato bianco della buccia di arancia. In contrasto alle superstizioni popolari, altre sostanze di ballasto (cellulosa) non si sono dimostrate efficaci.
- \* **Amarae** (stimolano il flusso biliare e l'escrezione di colesterolo). Il più efficace è la Tinct. Myrrhae. Funziona anche con genziana, assenzio, ... .

Vedi anche le raccomandazioni delle terapie ortomolecolari (integratori alimentari)!

Daniela Rüegg curavit

Luigina Janner curavit

<a href="#">Programma</a>	<a href="#">Corso MmP</a>	<a href="#">Seminari</a>	<a href="#">Conferenze</a>		<a href="#">Lucidi</a>	<a href="#">Dispense</a>	<a href="#">Strumenti</a>
<a href="#">Novità</a>		<a href="#">Forum</a>		<a href="#">Studio</a>	<a href="#">Vari</a>	<a href="#">Webmaster</a>	<a href="#">HOME</a>
<a href="#">Scopo</a>	<a href="#">Struttura</a>		<a href="#">Collaboratori</a>	<a href="#">Collegli</a>	<a href="#">Impressum</a>		<a href="#">Amministrazione</a> . <a href="#">Recapiti</a>

Except where otherwise noted, this site is licensed under a  Creative Commons Attribution 2.5 License.

[Peter Forster](#) & [Bianca Buser](#)