



Infermieristica e Cure complementari

La floriterapia: una risorsa preziosa per l'infermiere/ostetrica

24

*A cura di Valentina Iacchia**

La floriterapia rientra nelle medicine vibrazionali, cioè una medicina che si basa sui concetti della fisica subatomica: si sostiene che esiste una stretta relazione tra il nostro corpo e la frequenza vibrazionale degli atomi che lo compongono. L'utilizzo dei fiori di Bach, dei fiori Himalayani e di altre categorie di essenze, può essere di grande aiuto nella gestione di disequilibri che sono alla base dell'insorgenza di malattie.

Questi rimedi, messi a disposizione dal dottor Bach (medico chirurgo, psicologo, omeopata Gallese) vanno ad agire sulle problematiche ad ogni possibile livello, fisico, emozionale, mentale e spirituale.

Non hanno alcuna controindicazione, non esistono effetti collaterali e sono compatibili con qualunque altro tipo di cura, rivelandosi così adatti alla donna in gravidanza e, successivamente, al neonato; ai bambini più grandicelli e agli adolescenti; a coloro che fanno già uso di farmaci allopatici, a chi soffre di problematiche emotive ecc.

Risultano efficaci anche in quei casi in cui ci si trovi davanti ad una forma di sterilità priva di motivazioni fisiologiche. In genere sono utili in tante problematiche che di seguito approfondirò.

Personalmente sono particolarmente legata emotivamente a questo argomento perché è stato parte fondamentale del mio iniziale approccio alle medicine complementari. Ho iniziato ad utilizzare i fiori di Bach ad uso personale e all'interno della mia famiglia, con risultati sorprendenti ma, da sanitaria "classica" che ha bisogno di evidenze scientifiche, non riuscivo a giustificarmi il loro meccanismo d'azione, a quel punto ho sentito l'esigenza di approfondire, sia alla scuola di naturopatia che con un Master specifico, i contenuti teorici che stanno alla base della floriterapia. Quello che ho trovato, come per tutte le medicine complementari, è che

riportano sempre ad una visione della persona nella sua globalità fatta di disarmonie fisiche, psichiche e sociali. Anche questo metodo di risoluzione dei problemi ha un ampio corpo di studio che ho cercato di fare sempre più mio. Sono riuscita ad applicare la floriterapia prima in ambito sanitario classico (ospedale) dove con l'avvallo dell'equipe medica abbiamo applicato questi rimedi in alcuni disturbi dell'ambito materno infantile con grande soddisfazione. Infatti la terapia con fiori di Bach è un ideale intervento durante diversi momenti della vita, uno dei quali può essere la gravidanza, perché riequilibra dolcemente senza rischi né danni per il bambino e la mamma, come invece può accadere con farmaci chimici. I Fiori possono aiutare ad armonizzare corpo e psiche al nuovo stato, favorendone l'accettazione e sciogliendo tensioni e turbamenti. Pur essendo un evento naturale, la gravidanza e il parto, portano mutamenti biologici e fisici al corpo della gestante, e vi è un fiore in particolare che facilita l'adattamento anche a livello umorale a questo felice evento. Inoltre non tutte le gravidanze vengono vissute psicologicamente nella stessa modo, e ben si sa quanto sia importante l'umore e il senso di accoglienza che la mamma trasmette al bimbo. Il fisico cambia e ci si può sentire meno belle e desiderabili, per non parlare poi di chi purtroppo lamenta insonnia, stanchezza fisica, nausea. Per ogni stato d'animo vi è un fiore che in modo del tutto naturale, aiuta a vivere meglio questa particolare condizione. Tutto ciò che è emozione risulta amplificato. In questa situazione delicata e insieme assolutamente naturale, intervengono con grandi risultati i fiori di Bach.

Attualmente continuo l'utilizzo delle essenze floreali in ambito di attività privata anche in altri periodi della vita della persona, ad esempio anziani, adulti di entrambe i sessi, adolescenti, bambini in età scolare, ecc. Ritegno di poter affermare con convin-



zione che questo strumento possa essere veramente un ottimo supporto all'assistenza infermieristica/ostetrica nel soddisfacimento dei bisogni degli utenti. Per questo mi appresto a presentare brevemente (non pretendo assolutamente in questo mio scritto di essere esaustiva) le caratteristiche di ogni fiore partendo dai dodici rimedi principali, detti dodici guaritori, che ha identificato inizialmente il Dott. Bach:

Agrimony: Potenziale armonico: ARMONIA. In disequilibrio: dipende molto dal giudizio altrui, ricerca compagnia, partecipa a feste, volto sempre sorridente (a volte allegria forzata), tendenza a minimizzare i problemi, orrore per litigi e discussioni, grandi doti di diplomazia, dice spesso di sì anche quando interiormente non è d'accordo, neppure con se stesso ammette di stare male. Sintomi fisici: cefalee, digrignare i denti, epigastralgie, problemi cutanei, cistiti ricorrenti, ipertensione, pruriti, tendenza all'utilizzo del fumo, alcool, stimolati o psicofarmaci. SINTESI: MASCHERA

Centauray: Potenziale armonico: DISPONIBILITÀ. In disequilibrio: debolezza, desiderio di legarsi a persone dal carattere forte, incapacità a dire di no, tendenza a dare in continuazione, incapacità di creare le condizioni per ricevere, ipersensibilità ai bisogni degli altri, negazione delle proprie esigenze, bisogno di approvazione, tendenza a sentirsi facilmente ferito e non apprezzato per quello che fa. Sintomi fisici: si sente spesso stanco, problemi a carico delle vie biliari, anemia, digestione difficoltosa, dolori lombosacrali. SINTESI: personalità "Zerbino" per ECCESSIVA DISPONIBILITÀ

Cerato: Potenziale armonico: INTUIZIONE, SAGGEZZA. In disequilibrio: tendenza a chiedere consigli, tendenza a sbagliare, incapacità di sfruttare le proprie conoscenze, tendenza a imitare i comportamenti altrui, facilmente ingannabile, amore per le convenzioni, curiosità bisogno di sapere. Sintomi fisici: difficoltà di concentrazione, problemi di milza pancreas e colon, emicrania (soprattutto a sinistra), disturbi alle orecchie. SINTESI: INCERTEZZA

Chicory: Potenziale armonico: amore materno. In disequilibrio: egoista, esigente, impiccione e soffocante, tendenza al ricatto emotivo, manipolazione delle persone care con atteggiamento da martire, paura di perdere l'affetto, amore legato a condizioni: "ti amo se..." "lo faccio per il tuo bene". Sintomi fisici: dolori alle mani, insonnia, senso di oppressio-

ne, tendenza alle rigidità articolari, problemi cardiologici, tendenza alla stitichezza, problemi al fegato. Fuga nella malattia. SINTESI: POSSESSIVITÀ
Clematis: Potenziale armonico: CREATIVITÀ. In disequilibrio: testa fra le nuvole, confusione, distrazione, tendenza a non notare cose o situazioni, tendenza a smarrire gli oggetti, mancanza di lucidità, indifferenza, sguardo sognante. Sintomi fisici: debolezza fisica, facilità agli svenimenti, mancanza di prontezza di riflessi, sterilità, anemia, pallore, mani e piedi freddi, difficoltà di apprendimento. SINTESI: ASSENZA

Gentian: Potenziale armonico: FEDE. In disequilibrio: mette tutto in discussione, tende a scoraggiarsi, resistenza al cambiamento, tende a non misurarsi con le proprie emozioni, non può vivere senza problemi, sensazione di costante abbattimento. Sintomi fisici: tendenza all'ipocondria, disturbi gastrici, nausea, malattie che tendono a recidivare. SINTESI: TRISTEZZA da causa sconosciuta

Impatiens: Potenziale armonico: PAZIENZA, capacità superiori alla media. In disequilibrio: fatica ad adattarsi ai ritmi altrui, non tollera ritardi e disguidi, odia lo spreco di tempo, tende a parlare a "raffica", facilmente irritabile, incapacità di stare fermo, impaziente impulsivo, precipitoso, toglie le parole di bocca agli altri, lavora meglio da solo. Sintomi fisici: tensioni muscolari, nuca contratta, psoriasi, tachicardia, insonnia, balbuzie, eiaculazione precoce. SINTESI: FRETTA, tensione interiore

Mimulus: Potenziale armonico: ACCETTAZIONE DELLE ESPERIENZE. In disequilibrio: soggetto timido, silenzioso e solitario, rifugge le discussioni, paure specifiche (claustrofobia, agorafobia ecc.), estrema vulnerabilità, ansia da anticipazione. Sintomi fisici: tendenza ad arrossire, tende ad ammalarsi se messo sotto pressione, balbuzie, enuresi notturna, eccessiva sudorazione, disturbi a reni e vescica. È il tipico fiore dell'infanzia SINTESI: FUGA dalle situazioni per PAURA

Rock rose: Potenziale armonico: CORAGGIO. In disequilibrio: non osa ribellarsi a persone ritenute più forti o più potenti di lui, spesso a vissuto situazioni di sottomissione e umiliazione, sensazione di continuo allarme interiore, paura inconscia di essere braccato o di venire punito, disperazione. Sintomi fisici: tachicardia, sudorazione profusa, attacchi di panico, fragilità del SNC, tremori, dolore e pesantezza epigastrica, svenimenti, disturbi della



termoregolazione, tossicodipendenza. SINTESI: ACCESSI DI TERRORE CHE PARALIZZANO

Water violet: Potenziale armonico: CONTATTO. In disequilibrio: stile di vita ritirato, tendenza a mostrarsi superiore, un po' snob, atteggiamento distaccato che può essere scambiato per arroganza, incapacità a dimostrare affetto e calore, presunzione, chiusura, si preoccupa molto della sua compostezza Sintomi fisici: irrigidimenti alla colonna, problemi alla gola, alla tiroide, difficoltà nel sonno, problemi sessuali, infezioni recidivanti. SINTESI: DISTACCO, ISOLAMENTO

Vervain: Potenziale armonico: ENTUSIASMO, CARISMA. In disequilibrio: all'inizio affascina poi stanca perché troppo invadente, è privo di senso della misura, idee ben precise che cambiano con difficoltà, facilmente irritabile, stressato; sforzo, impegno, zelo esagerati, vuole convincere il mondo, iperattività mentale, un po' fanatici. Sintomi fisici: mimica eccessiva, si muove e parla rapidamente, ipertensione, crampi, allergie, passo pesante, facilmente irascibile. SINTESI: ESAGERAZIONI, TENSIONE,

Sclerantus: Potenziale armonico: EQUILIBRIO, CENTRATURA. In disequilibrio: instabilità caratteriale, indecisione (si sente al bivio), conflitti interiori, insoddisfazione, viene considerato un po' inaffidabile, conflitto tra razionalità e cuore, inquietudine Sintomi fisici: metereopatia, nausea, vomito, capogiri, si alternano febbre e ipotermia, fame e inap-

petenza, problemi legati al ciclo mestruale. SINTESI: INSTABILITÀ.

Naturalmente ad una prima lettura sembra che ci servano tutte queste essenze e probabilmente in alcuni momenti della nostra vita ci siamo potuti trovare nelle situazioni sopra descritte anche solo per brevi periodi. L'utilizzo di un rimedio floreale può essere indicato anche se un solo aspetto del fiore è riconosciuto come rappresentativo della situazione che si sta vivendo. La decisione su quale rimedio assumere può essere definita dal floriterapeuta o tramite colloquio o mediante test kinesiologico (test Muscolare) oppure direttamente dalla persona (ricordiamo il concetto di auto cura di D.Orem?!) leggendo le descrizioni delle caratteristiche dei rimedi. Importante è sapere che in tutto i rimedi identificati sono 38...quindi ci si può sbizzarrire nella scelta della sfumatura più adeguata a noi. La preparazione dei rimedi, la posologia e le associazioni devono essere sviluppate in altra sede. Parlare di floriterapia solo in senso teorico non è possibile, infatti penso che alcuni trattamenti vadano provati in prima persona per capirne a fondo la potenza e la capacità di intervento. Forza quindi, cerchiamo poi di condividere le esperienze vissute.

N.B. se alcuni di voi dovessero avere dei quesiti particolari da porre rispetto all'utilizzo dei fiori, potete inviarmi una mail: valentina.iacchia@libero.it.

* IP / Ostetrica - Libera Professionista

BIBLIOGRAFIA

1. RANKIN-BOX D. Terapie complementari: il manuale dell'infermiere Milano, Edizioni McGraw-Hill, 2002
2. GERBER Richard Medicina Vibrazionale Edizioni LAMPIS 1988
3. BACH Edward, Guarire con i fiori, a cura di Claudio Mazza, Palermo, Nuova Ipsa Editore, 2001
4. HOWARD Judy, I rimedi floreali per la salute della donna Macro Edizioni 1996
5. CAMPANINI M.Elisa I rimedi floreali australiani Riza Scienze Giugno 2005
6. ZANARDI M. I fiori Himalayani Riza Scienze Luglio 2002
7. NOCENTINI F. PERUZZI M.L. Il grande libro dei fiori di Bach Demetra edizioni 2004
8. BACH Edward Tutte le sue opere Macro edizioni 2000
9. NARCISI Manuela I fiori Himalayani e fiori di bach Edizioni il punto d'incontro
10. SIMEONI M., PIROVANO D., Le carte dei fiori di bach Red edizioni 2003
11. SCHEFFER Mechthild, Terapia con i fiori di Bach, Quaderni del viveremeglio, Palermo, Nuova Ipsa Editore
12. PIGOZZI Paolo Il grande libro delle terapie naturali Demetra Edizioni 2003
13. DR.C.Tal SCHALLER La salute di madre e bambino Edizioni BIS
14. BARNES Jo et al., Complementary therapies in pregnancy, The Pharmaceutical Journal

