Terapie ormonali e danno epatico Dati statistici e trattamento Bionutrizionale

Dott.ssa Anna D'Eugenio

Roma

ABSTRACT

Scopo

Lo scopo del lavoro è dimostrare che si può tutelare l'organismo della donna che utilizza contraccettivi orali attraverso la terapia nutrizionale.

Materiali e metodi

Analisi cliniche e strumentali
Anamnesi patologica remota e prossima
Studio della forma fisica
Terapia: trattamento alimentare

Risultati

Miglioramento delle analisi cliniche, se alterate. Miglioramento soggettivo. Maggiore armonia della forma corporea.

Conclusioni

Istituendo una dieta adeguata che tenga conto della storia personale e soprattutto che tragga informazioni dalla forma corporea, si possono coprire i maggiori punti deboli dell'individuo e quindi ridurre al minimo gli effetti collaterali della terapia farmacologia.

Relazione

[...]

I danni epatici non si manifestano quasi mai contemporaneamente, poiché si tratta di donne giovani e in apparente buona salute, e soprattutto i parametri di laboratorio si modificano sempre a danno già avvenuto. Se l'ambizione è quella di una medicina preventiva, quindi anticipatoria, bisogna trovare altri indicatori che permettano di capire i meccanismi più deboli e dirigere la dieta in senso riparativo. Le indicazioni maggiori vengono dalla forma fisica dell'individuo, essa infatti è la concretizzazione degli equilibri endocrini e quindi metabolici. La forma è l'unico dato oggettivo del funzionamento del nostro corpo, con lui si modifica, assumendo o perdendo depositi adiposi. E' dallo studio accurato della forma del corpo che si può istituire una dieta in grado di prevenire, modificare o correggere, e gli ambiti che si modificano per primi sono sempre i più sani.

Esempi di quattro diete scelte sulla base delle maggiori complicanze epatiche:

- 1) ipercolesterolemia e calcolosi biliare
- 2) rischio trombo-embolico
- 3) iperglicemia
- 4) modificazioni dell'umore

Nel primo caso per raggiungere come obiettivo la riduzione del colesterolo plasmatico e una minore probabilità di calcolosi biliare, la dieta deve:

- stimolare la funzione epatica per migliorare la glicurono - coniugazione
- aumentare la contrattilità della colecisti per facilitarne lo svuotamento
- ridurre gli alimenti ad alto contenuto di colesterolo
- aumentare l'eliminazione renale

Nel secondo caso per ridurre i rischi legati all'eccessiva coagulabilità ematica, la dieta deve:

- stimolare il fegato per migliorare la glicurono - coniugazione
- ridurre l'introduzione di alimenti coagulanti
- fluidificare il sangue
- aumentare l'eliminazione renale

Nel terzo caso per bilanciare la glicemia, la dieta deve:

- stimolare il fegato per migliorare la glicurono - coniugazione
- sostenere l'escrezione insulinica mantenendo stabile il livello glicemico
- stimolare la funzione tiroidea
- aumentare l'eliminazione renale

Nel quarto caso per ridurre la depressione e mantenere elevato il tono dell'umore, la dieta deve:

- stimolare il fegato per migliorare la glicurono - coniugazione
- mantenere adeguato l'introito di vitamina B6 ed acido folico
- aumentare l'introduzione di alimenti con triptofano
- aumentare l'eliminazione renale

1° Caso

Primo giorno

Pranzo: 150 g bistecca di vitella ai ferri, 150 g di cicoria aglio, olio e peperoncino, 1/2 melone, pane

Cena: pasta pomodoro e basilico, due carciofi fritti in pastella, 1/4 di ananas, pane

Secondo giorno

Pranzo: sogliola in padella, fagiolini, due prugne

Cena: pasta all'arrabbiata, valeriana, mela cotta.

2° Caso

Primo giorno

Pranzo: 140 g di bistecca di vitella ai ferri, due pomodori, 1/2 melone, pane

Cena: pasta pomodoro e basilico, due carciofi fritti in pastella, 1 pesca, pane

Secondo giorno

Pranzo: sarde o alici al forno, fagiolini, due prugne

Cena: risotto con funghi, valeriana, mela cotta.

3° Caso

Primo giorno

Pranzo: 140 g di bistecca di vitella ai ferri, sedano-finocchio e rucola,
1/2 melone, pane

Cena: pasta pomodoro e basilico, due carciofi fritti in pastella, insalata
mista, pane

Secondo giorno

Pranzo: maiale ai ferri, fagiolini, due prugne

Cena: pasta all'amatriciana, valeriana, mela cotta.

4° Caso

Primo giorno

Pranzo: 140 g di bistecca di vitella ai ferri, due patate bollite,
1/2 melone, pane

Cena: pasta pomodoro e basilico, due carciofi fritti in pastella, 150 g di
macedonia, pane

Secondo giorno

Pranzo: salmone ai ferri, fagiolini, due prugne

Cena: riso e piselli, valeriana, mela cotta.

L'efficacia di questo tipo di conduzione è verificabile con le analisi cliniche, oltre che con la riduzione dei sintomi, se esistenti, e con una forma corporea che diventa più armoniosa.