L’efficacia del ginseng

Data 30 ottobre 1999
Categoria scienze_varie

Il ginseng è uno dei più popolari rimedi a base di erbe, e gli si attribuiscono una quantità di effetti benefici. Questa review sistematica fornisce una valutazione delle prove attuali pro o contro l’efficacia dell’estratto di radice di ginseng.Metodi. Sono state fatte ricerche sui database computerizzati Medline, Embase, Biosis, CISCOM e Cochrane Library per recuperare i trials in doppio cieco, randomizzati, controllati versus placebo sull’estratto di radice di ginseng per qualsiasi indicazione. Fabbricanti ed esperti sono stati contattati per fornire ulteriori informazioni. Non ci sono state limitazioni sul linguaggio di pubblicazione. I risultati e la qualità metodologica di tutti i trials sono stati accertati in modo indipendente da due critici.Risultati. Sedici trials corrispondevano ai criteri di inclusione e sono stati riesaminati. Questi trials riguardavano le prestazioni fisiche, le prestazioni psicomotorie e la funzione cognitiva, l’immunomodulazione, il diabete mellito e le infezioni da Herpes simplex tipo II. Le prove trovate per l’estratto di radice di ginseng non sono decisive per nessuna di queste indicazioni.Conclusioni. Sulla base di questi dati, si è concluso che l’efficacia dell’estratto di radice di ginseng non è stabilita oltre il ragionevole dubbio per nessuna di queste indicazioni. Sono necessari studi più accurati per accertarne efficacia e sicurezza.
(European Journal of Clinical Pharmacology, 30 settembre 1999)