

“INTEGRATORI ALIMENTARI A BASE ERBORISTICA, BENEFICI E RISCHI”

Informazioni di carattere generale, sui prodotti a base di piante officinali

L'Unione europea definisce:

- *Farmaci* quei prodotti che sono in grado di modificare, correggere e ripristinare funzioni perse;
- *Salutistici* quei prodotti di libera vendita (la cui legislazione coincide con quella introdotta a carico degli alimenti) che agiscono con un meccanismo fisiologico.

In Italia, i prodotti a base di piante officinali possono essere classificati come:

- medicinali
- integratori alimentari
- cosmetici
- dispositivi medici
- alimenti

Definizione degli integratori alimentari

Gli integratori alimentari sono prodotti diretti a favorire lo stato di benessere e/o a colmare carenze alimentari, attraverso l'assunzione di quei principi nutritivi di cui la dieta è eventualmente carente.

Pertanto, trattasi di preparati che contengono ingredienti con effetti di tipo nutritivo e/o fisiologico, immessi in commercio con la procedura di notifica dell'etichetta, al Ministero della Salute.

Integratori alimentari e normativa di riferimento

Decreto Legislativo n.169 del 21/5/2004

Circolare n.3 del 18/7/2002

Decreto Legislativo n.111 del 27/1/1992

In particolare, con il Decreto L.vo 169/2004 l'Italia ha recepito la direttiva 2002/46/CE che ha armonizzato la materia all'interno dell'Unione europea. Sono stati definiti *integratore alimentare* o *complemento alimentare* o *supplemento alimentare* quei prodotti a base di Vitamine – Minerali – Aminoacidi – Acidi Grassi Essenziali – Fibre - Estratti Vegetali, presentati in forma preconfezionata e predosata.

Il medesimo Decreto ha, inoltre, previsto le fonti degli ingredienti da utilizzare, i criteri di purezza delle fonti di vitamine e minerali, i livelli massimi ammessi per alcuni ingredienti, norme sull'etichettatura, la pubblicità del prodotto finito, il piano di vigilanza (con relative sanzioni amministrative pecuniarie, in caso di violazione).

La Circolare 3/2002 ha esteso l'applicazione della procedura di notifica dell'etichetta ai prodotti a base di soli ingredienti vegetali.

Il Decreto Legislativo 111/1992, all'articolo 7, stabilisce le modalità con cui va effettuata la notifica.

Criteri di composizione e di etichettatura, degli integratori alimentari

Gli integratori devono presentare composizione compatibile con un'azione di tipo fisiologico-salutistico, mai di tipo terapeutico.

Essi svolgono i loro effetti su soggetti sani e gli studi volti alla verifica degli effetti fisiologici, spesso, non sono facilmente valutabili, perché i risultati possono essere alterati da fattori confondenti (es. il fumo, la dieta).

Gli integratori alimentari possono essere a base di vitamine, minerali, aminoacidi, acidi grassi, probiotici, fibra, estratti vegetali (piante o derivati) ed altre sostanze di interesse nutrizionale e fisiologico.

In Italia, oggi, molti integratori contengono ingredienti vegetali, da soli o associati a nutrienti.

Le erbe impiegate devono essere idonee all'uso alimentare e non sono ammesse quelle che, per la loro natura, possono essere commercializzate solo attraverso il canale delle farmacie.

Le erbe devono essere facilmente identificabili, attraverso la denominazione comune e il nome botanico.

L'autorizzazione alla produzione e/o al confezionamento è rilasciata dal Ministero della Salute, previa verifica della sussistenza delle condizioni igienico-sanitarie, dei requisiti tecnici e della disponibilità di un idoneo laboratorio per il controllo dei prodotti.

I prodotti, prima di essere immessi sul mercato, devono essere notificati al Ministero della Salute, secondo quanto prevede l'articolo 10 del decreto legislativo 169/2004.

L'etichetta deve essere conforme a quanto prevede l'articolo 6 del citato decreto e deve riportare il tenore per dose giornaliera degli ingredienti caratterizzanti, l'eventuale titolo dei principi attivi, nonché l'obiettivo del prodotto.

In presenza di soli ingredienti vegetali non è obbligatorio riportare sull'etichetta le informazioni nutrizionali, è, invece, vietato attribuire al prodotto attività di tipo terapeutico o di prevenzione o di diminuzione di rischio di malattia.

In particolare, l'etichetta deve precisare:

- che trattasi di integratore/complemento/supplemento alimentare;
- il nome comune, il nome botanico e la parte della pianta utilizzata;
- il tenore dei nutrienti e/o delle sostanze caratterizzanti, con l'eventuale titolo dei principi attivi, per dose giornaliera;
- la modalità d'uso del prodotto, compresa un'avvertenza a non eccedere il quantitativo consigliato;
- l'effetto nutritivo e/o fisiologico del prodotto, derivante dall'insieme dei suoi ingredienti, in modo chiaro e informativo per orientare le scelte dei consumatori;
- che gli integratori non vanno intesi come sostituto di una dieta variata. A tal proposito, in relazione alle informazioni da fornire con l'etichettatura per favorire un uso corretto di tali prodotti, il 23 dicembre 2008, la Commissione unica per la dietetica e la nutrizione ha approvato un documento relativo alle Linee Guida sugli integratori proposti come coadiuvanti di diete ipocaloriche. Le Linee Guida ricordano che le condizioni per proseguire correttamente il calo ponderale sono due: la riduzione delle entrate energetiche (con una dieta ipocalorica adeguata) e l'aumento delle uscite (con la rimozione di abitudini sedentarie). Il documento ribadisce che "claim" (diciture) utilizzabili per tale categoria di prodotti non devono far riferimento alla percentuale o all'entità della perdita di peso. Sono, invece, ammessi claim riferiti alla riduzione dello stimolo della fame o alla riduzione dell'energia apportata dal regime alimentare, ma solo se basati su prove scientifiche e formulati in modo comprensibile dal consumatore.
- l'avvertenza di tenere il prodotto fuori dalla portata dei bambini al di sotto dei 3 anni.

All'uopo si precisa che gli adempimenti introdotti dalla Circolare 3/2002 non si applicano a prodotti a base di ingredienti vegetali preparati nelle farmacie, fornite di un laboratorio galenico autorizzato dall'ASL competente e periodicamente ispezionato.

Tali prodotti, ottenuti secondo le norme di buona preparazione previste dalla Farmacopea ufficiale XI edizione, sono infatti destinati direttamente ed unicamente ai clienti della farmacia; resta inteso che alla preparazione dei prodotti stessi, qualora non estemporanea, vanno applicati i limiti derivanti dalla normativa che regola l'allestimento dei preparati magistrali.

Inoltre, le disposizioni della medesima Circolare sono applicabili soltanto ai prodotti contenenti, come ingredienti, piante e derivati e comunque preconfezionati. Infatti, gli oneri di notifica di etichetta e di autorizzazione per gli stabilimenti di produzione e/o confezionamento non riguardano prodotti venduti sfusi, non preconfezionati o a carattere di preparazione estemporanea, messi a punto dagli erboristi, in conformità alle normative vigenti.

In ogni caso, la responsabilità è a carico di chi immette in commercio i prodotti.

Il Ministero della Salute, nel valutare le etichette, ne accerta l'adeguatezza della composizione, la congruità degli apporti giornalieri, nonché quella delle indicazioni.

Infine, ai prodotti che completano positivamente la procedura di notifica, il Ministero attribuisce un codice e provvede ad inserirli in un apposito Registro ministeriale.

Il summenzionato codice ne attesta la conformità alla normativa vigente e l'impresa ha facoltà di citare tale codice in etichetta.

Requisiti di purezza e di sicurezza

Le erbe e, quindi, gli integratori devono fornire garanzie di qualità e di sicurezza.

I rischi possono essere correlati con errori di identificazione della pianta, con la presenza di sostanze contaminanti, di additivi o di trattamenti non permessi ed infine con concentrazioni inappropriate.

In particolare, i rischi sono attribuibili a:

- qualità delle materie prime (possibili contaminazioni con pesticidi, microrganismi patogeni, ecc.)
- carenza delle informazioni (es. etichettatura illegale o non conforme al contenuto)
- uso improprio (doping)
- interazioni con alimenti o con medicinali
- sovradosaggio
- pubblicità ingannevole
- adulterazioni
- scarsa segnalazione degli effetti indesiderati.

Al fine di aumentare il livello di tutela della salute pubblica, sono state previste delle disposizioni particolari per i componenti vegetali di seguito riportati:

Bioflavonoidi (da non assumere in gravidanza);

Citrus Aurantium (da non assumere in gravidanza, durante l'allattamento e al di sotto dei 12 anni, consultare il medico in presenza di cardiovasculopatie e/o ipertensione);

Ginkgo Biloba (da non assumere in gravidanza, durante l'allattamento, consultare il medico in caso di concomitante assunzione di farmaci anticoagulanti o antiaggreganti piastrinici);

Hypericum Perforatum (utilizzo subordinato alla titolazione di ipericina);

Isoflavoni (tenore massimo ammesso pari a 80 mg).

Chiunque osservi una reazione indesiderata da tali prodotti potrà segnalarla, tramite apposita scheda da inviare via fax al Laboratorio di Epidemiologia e Biostatistica dell'Istituto Superiore di Sanità.

La scheda si può scaricare dal portale aziendale, seguendo il percorso di seguito illustrato:

<http://www.epicentro.iss.it/focus/erbe/scheda-fitosorv.pdf>

La pubblicità degli integratori alimentari

Essa è soggetta a due divieti fondamentali:

1. di ingannevolezza
2. di attribuzione al prodotto di proprietà atte a prevenire curare o guarire malattie

Con particolare riguardo agli integratori proposti per il controllo/riduzione del peso, l'enfasi eccessiva sul valore della magrezza e sul ricorso generalizzato a prodotti e pratiche dimagranti è da considerare un fattore di rischio per lo sviluppo di disturbi del comportamento alimentare, passibili di evolvere in condizioni patologiche. Quindi c'è l'esigenza di tutelare la salute imponendo la salvaguardia di una corretta informazione. Infatti, nel caso degli integratori volti alla riduzione del peso, non è consentito alcun riferimento ai tempi o alla quantità di perdita di peso conseguenti al loro impiego. I messaggi pubblicitari devono richiamare la necessità di seguire comunque una dieta ipocalorica adeguata e di rimuovere stili di vita troppo sedentari. Nel caso siano previste delle avvertenze, il messaggio pubblicitario deve contenere un invito esplicito a leggerle con attenzione.

La pubblicità dei prodotti a base erboristica, o altre sostanze comunque naturali, non deve indurre a far credere che solo per effetto di tale derivazione non vi sia il rischio di incorrere in effetti indesiderati.

Fonti appropriate delle informazioni

Per chiarire la linea di demarcazione, tra i vari prodotti a base di erbe commercialmente disponibili, il Ministero dovrà fornire specifiche disposizioni entro il 20/5/2010.

Allo scopo di favorire una corretta informazione al consumatore e un valido strumento ispettivo agli organi di vigilanza, il Ministero della Salute – Dipartimento Sanità Pubblica Veterinaria – Nutrizione e Sicurezza degli alimenti, pubblica periodicamente il Registro degli integratori alimentari (previsto dall'art. 10, comma 8, del Decreto Legislativo 169/2004) aggiornato con i prodotti che hanno concluso positivamente la procedura di notifica.

Il Registro aggiornato è disponibile sul sito:

<http://www.ministerosalute.it/alimenti/dietetica/dieApprofondimento.jsp?lang=italiano&label=int&id=60>

Sul sito sono disponibili anche informazioni sulla procedura di notifica, l'elenco degli stabilimenti autorizzati alla produzione, la lista delle erbe ammesse e quella delle erbe non ammesse. Ogni lista è stata allestita per nome comune e per nome botanico della pianta.

CAMPAGNA ISS PER LA SICUREZZA DELLE MEDICINE NON CONVENZIONALI

“INFORMARE PER ESSERE CONSAPEVOLI”

Al via la campagna di informazione al cittadino sulla sicurezza dei prodotti della medicina naturale promossa dal Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute dell'Istituto Superiore di Sanità, in collaborazione con la Società Italiana di Farmacologia e il Centro di Medicina Naturale. Circa 140.000 locandine sono state inviate ad altrettanti medici di Medicina Generale, Pediatri e Farmacisti italiani, per essere esposte in ospedali, ambulatori, studi medici e farmacie. Le locandine sono accompagnate da un articolo di presentazione della campagna. (http://www.sifweb.org/news/campagna_iss_med_alternative.pdf).

Scopo dell'iniziativa è creare consapevolezza in merito ai possibili rischi associati all'utilizzo di prodotti naturali (piante medicinali, integratori alimentari, preparati omeopatici) che, in quanto tali, sono comunemente considerati sicuri e persino assunti in regime di automedicazione. Tuttavia, anche i preparati a base di piante o loro derivati sono dotati di attività farmacologica, che non sempre si traduce in efficacia clinica e può essere responsabile della comparsa di effetti collaterali, oltre che alterare gli effetti dei farmaci convenzionali, se assunti in concomitanza. Esempi di sostanze di uso comune, con possibili effetti indesiderati, sono la Propoli (con rischio di allergia specie nei bambini) e l'Iperico (con rischio di interazioni con anticoncezionali, anticoagulanti e immunosoppressori).

È dunque importante, prima di assumere un qualsiasi prodotto di medicina naturale, consultare il medico o il farmacista. I medici stessi, inoltre, in fase di anamnesi dovrebbero sincerarsi se il paziente fa uso di prodotti naturali, dal momento che sono possibili diversi tipi di reazioni avverse e interazioni con i farmaci di sintesi.

Fotografia del consumo I dati ISTAT 2005 rivelano l'ampia diffusione delle terapie non convenzionali nel nostro Paese. Nel 2005 il 13,6% della popolazione residente ha dichiarato di aver utilizzato metodi di cura non convenzionali. La terapia più diffusa è risultata essere l'omeopatia, seguita dai trattamenti di manipolazione dell'apparato osteo-articolare (osteopatia e chiropratica) da fitoterapia e agopuntura. Dalla stessa indagine ISTAT emerge la tendenza a integrare rimedi omeopatici o fitoterapici con farmaci convenzionali. L'utilizzo dei metodi di cura non convenzionali è risultato essere più diffuso tra le persone di status sociale alto e residenti nel Nord del Paese. Un dato interessante riguarda i bambini e ragazzi fino a 14 anni: in questa fascia di età, quasi il 10% è stato sottoposto a trattamenti non convenzionali nel triennio precedente il sondaggio.

Il sistema nazionale di sorveglianza delle sospette reazioni avverse. Dall'aprile 2002, il sistema raccoglie le segnalazioni spontanee associate all'uso dei prodotti della medicina naturale. Le segnalazioni possono essere inviate all'ISS tramite un'apposita scheda. Le oltre 400 segnalazioni pervenute hanno riguardato molti eventi gravi: nel 36% dei report è stata indicata una ospedalizzazione, nel 5% l'evento aveva messo in pericolo la vita del paziente e sono stati riportati 3 decessi. Le segnalazioni riportavano principalmente patologie gastrointestinali, patologie della cute e del tessuto sottocutaneo, disturbi psichiatrici, patologie del sistema nervoso e del fegato. Il 71% dei prodotti era a base di piante medicinali. Nel 34% dei report è stato riportato l'uso concomitante di farmaci convenzionali.

Particolare Studio sulla sicurezza d'uso degli integratori a base erboristica.

Un ampio numero di pazienti assume prodotti erboristici che hanno effetti avversi sia comuni che rari. Alcuni li utilizzano per trattare condizioni cardiovascolari croniche e spesso combinano questi prodotti con le terapie cardiovascolari farmacologiche. Tuttavia, nonostante vengano spesso considerati innocui dai pazienti, tali prodotti possono causare eventi avversi cardiovascolari indotti da un ingrediente erboristico, un contaminante o un'interazione farmaco-prodotto.

Gli stimolanti erboristici, compresi arancia amara, esedra, caffeina, guaranà, maté, cola, areca, lobelia, khat e altri rappresentano la più comune categoria di trattamenti erboristici che causano effetti avversi cardiovascolari. Molti altri ingredienti erboristici sono stati collegati a eventi avversi cardiovascolari. Inoltre, gli integratori erboristici possono essere contaminati in vari passaggi durante la produzione. Pesticidi, metalli pesanti, batteri e agenti farmaceutici sono stati individuati negli integratori erboristici. Prodotti erboristici sospettati di adulterazione con anoressizzanti, antidepressivi, diuretici, inibitori di fosfodiesterasi-5 insieme con altre terapie sono stati identificati in Europa, Nord America e Asia. Tutti questi adulteranti hanno potenziali effetti cardiovascolari.

Le interazioni di erbe con una varietà di trattamenti cardiovascolari possono anch'esse indurre eventi avversi. Gli ingredienti erboristici possono causare interazioni farmacofitoterapico farmacocinetiche e farmacodinamiche.

Esempi di intergatori erboristici comunemente utilizzati, le condizioni in cui vengono utilizzati e i loro effetti avversi:

Prodotti	Condizioni	Maggiori effetti avversi
Aloe vera (<i>Aloe barbadensis</i>)	Ipercolesterolemia	Diarrea, carenza di potassio
Arancia amara (<i>Citrus auranticum</i>)	Obesità	Ipertensione
Efedra (<i>Ephedra sinica</i>)	Obesità	Ictus, infarto miocardico
Fieno greco (<i>Trigonella foenumgraecum</i>)	Ipercolesterolemia	Diarrea, ipoglicemia
Aglio (<i>Allium sativum</i>)	Ipercolesterolemia	Inibizione della funzione piastrinica
Ginkgo (<i>Ginkgo biloba</i>)	Claudicatio	Sanguinamento
Ginseng (<i>Panax ginseng</i>)	Diabete	Insonnia
Glucomannano (<i>Amorphophallus konjac</i>)	Obesità	Ostruzione esofagea o gastrointestinale
Tè verde (<i>Camelia sinensis</i>)	Ipercolesterolemia	Aritmia, aumento della frequenza cardiaca
Gomma guar (<i>Cyamopsis tetragonolopus</i>)	Ipercolesterolemia	Ostruzione esofagea o gastrointestinale
Gugul (<i>Commiphora mukul</i>)	Ipercolesterolemia	Cefalea, nausea
Ippocastano (<i>Aesculus hippocastanum</i>)	Insufficienza venosa	Effetti antitrombotici
Maté (<i>Ilex paraguariensis</i>)	Obesità	Aritmia, aumento della frequenza cardiaca
Policosanoli	Ipercolesterolemia	Inibizione dell'aggregazione piastrinica
Melograno (<i>Punica granatum</i>)	Ipertensione	Angioedema
Psyllium (<i>Plantago ovata</i>)	Ipercolesterolemia	Ostruzione esofagea o gastrointestinale
Riso rosso (<i>Monascus purpureas</i>)	Ipercolesterolemia	Miopatia e rabdomiolisi

Esempi di adulteranti farmacologici di integratori erboristici con effetti cardiovascolari avversi:

Indicazioni pubblicizzate	Contaminanti farmacologici	Effetti cardiovascolari avversi
Perdita di peso	Fenfluramina	Malattie delle valvole cardiache, ipertensione polmonare arteriosa

	Sibutramina, fenproporex	Tachicardia, ipertensione, palpitazioni, dolore al petto; sibutramina aumenta il rischio di infarto miocardico e ictus nei pazienti con malattie coronariche arteriose
	Bumetanida, furosemide	Ipotensione, anormalità elettrolitiche
	Tiroxina	Ipertiroidismo, tachicardia, ipertensione, palpitazioni, dolore al petto
Miglioramento delle prestazioni sessuali	Sildenafil, vardenafil, tadalafil	Rossore, capogiro, palpitazioni, dolore al petto, ipotensione; tadalafil può causare ipertensione
	Equivalenti di inibitori della fosfodiesterasi: acetildenafil, idrossiacetildenafil, idrossiomosildenafil, piperildenafil	In vivo sono sconosciuti gli effetti
Miglioramento delle prestazioni atletiche	19-norandrosterone, metandienone, stanozololo, testosterone	Possibile infarto miocardico e morte improvvisa

Esempi di interazioni potenziali tra gli integratori erboristici più comunemente utilizzati e farmaci cardiovascolari:

Integratori erboristici	Utilizzo	Possibile interazione/meccanismo d'azione	Probabile natura dell'effetto
Aloe vera (<i>Aloe barbadensis</i>)	Lassativo, ipercolesterolemia	Con uso cronico, potenziamento di glicosidi cardiaci e/o farmaci antiritmici (perdita di potassio)	I
Angelica (<i>Angelica sinensis</i>)	Antitumorale, antinfiammatorio, analgesico, antispastico	Effetti aumentati di anticoagulanti e bloccanti del canale del calcio	A
Arnica (<i>Arnica montana</i>)	Riparazione delle ferite	Effetti diminuiti degli antipertensivi e degli anticoagulanti	Anta
Mirtillo nero (<i>Vaccinium myrtillus</i>)	VISIONI NOTTURNE disturbate	Effetti aumentati degli anticoagulanti	A
Arancia amara (<i>Aurantii pericarpium</i>)	Stimolante del SNC, simpatomimetico	Livelli aumentati di destrometorfan, felodipina, e midazolam	-
Cimicifuga (<i>Actaea racemosa, syn. Cimicifuga racemosa</i>)	Sintomi della menopausa	Effetti aumentati degli antipertensivi e farmaci ipolipemizzanti, effetti diminuiti dei diuretici	A
Camomilla (<i>Chamomilla recutita</i>)	Spasmolitico, antinfiammatorio	Effetti aumentati degli anticoagulanti (componenti cumarinici)	A, I
Agnocasto (<i>Vitex agnus castus</i>)	Sintomi mestruali	Effetti aumentati dei betabloccanti e degli antipertensivi	A
Peperoncino (<i>Capsicum spp.</i>)	Analgesico	Può interferire con gli antipertensivi	I
Tarassaco (<i>Taraxacum officinale</i>)	Lassativo, diuretico	Effetti aumentati degli antipertensivi e diuretici	A
Artiglio del diavolo (<i>Hapargophytum procumbens</i>)	Antinfiammatorio	Effetti aumentati degli anticoagulanti e antipertensivi	A
Efedra (<i>Ephedra sinica</i>)	Stimolante del SNC, simpatomimetico	Glicosidi cardiaci, guanetidina: effetto simpatomimetico potenziato	A

Fieno greco (<i>Trigonella foenum-graecum</i>)	Ipercolesterolemia	Effetti aumentati di anticoagulanti e farmaci ipolipemizzanti	A, I
Partenio (<i>Tanacetum parthenium</i>)	Prevenzione dell'emicrania	Effetti aumentati degli inibitori piastrinici, anticoagulanti	A
Aglione (<i>Allium sativum</i>)	Ipercolesterolemia	Effetti aumentati di anticoagulanti, farmaci antiplastrinici, warfarin, antipertensivi, farmaci ipolipemizzanti	A, I
Ginger (<i>Zingiber officinalis</i>)	Antiemetico	Effetti aumentati di inibitori piastrinici, anticoagulanti e antipertensivi	A
Ginseng (<i>Panax ginseng</i>)	Vari, diabete	INR aumentato con warfarin	A
Idraste (<i>Hydrastis canadensis</i>)	Antinfiammatori, antimicrobici	Effetti aumentati di antipertensivi, bloccanti del canale del calcio e digossina, può aumentare l'effetto degli anticoagulanti	Anta, A
Tè verde (<i>Camellia sinensis</i>)	Vari	INR aumentato con warfarin	A
Biancospino (<i>Crataegus laevigata</i>)	Insufficienza cardiaca congestizia	Può aumentare gli effetti ipotensivi dei nitrati e antipertensivi dei glucosidi cardiaci, rischio di aritmia con rilassanti muscolari	A
Ippocastano (<i>Aesculus hippocastanum</i>)	Insufficienza venosa	Effetti aumentati di anticoagulanti	A, I
Liquirizia (<i>Glycyrrhiza glabra</i>)	Ulcere gastriche	Perdita di potassio con diuretici tiazidici, effetti aumentati di glucosidi cardiaci, antipertensivi	A, I
Ortica (<i>Urtica dioica</i>)	Diuretico, analgesico	Effetti aumentati di diuretici e antipertensivi	A
Menta piperita (<i>Mentha piperita</i>)	Sindrome del colon irritabile	Tossicità aumentata di glucosidi cardiaci	A
Semi di zucca (<i>Curcubita pepo</i>)	Iperplasia prostatica benigna	Effetti aumentati dei diuretici	A
Lievito rosso (<i>Monascus purpureus</i>)	Ipercolesterolemia	Effetti aumentati dei farmaci ipolipemizzanti	A
Camomilla romana (<i>Chamaemelum nobile</i>)	Antinfiammatorio; digestivo	Effetti aumentati con anticoagulanti	A
Senna (<i>Cassia senna</i>)	Lassativo	Perdita di potassio con uso cronico; potenziamento dei glicosidi cardiaci o a farmaci antiaritmici; bloccanti del canale del calcio	I
Ginseng siberiano (<i>Eleutherococcus senticosus</i>)	Stimolante, tonico	Innalzamento dei livelli di digossina	A, I
Iperico (<i>Hypericum perforatum</i>)	Antidepressivo	Effetti aumentati di digossina; induzione degli enzimi epatici e aumento dell'attività della glicoproteina P	A, I

A (effetto additivo); I (inibizione); Anta (antagonismo); SNC (sistema nervoso centrale); INR (International Normalized Ratio)