

*Bupleurum chinense*

# CHAI HU



Mencionado por vez primera en textos del siglo I a. de C., el Chai Hu es una de las hierbas chinas de la “armonía”, que equilibra diferentes órganos y energías en el organismo. Se usa como tónico para fortalecer la acción del tracto digestivo, mejorar hepática y ayuda a irrigar sangre a la periferia del cuerpo.

Investigaciones recientes en Japón han confirmado su uso tradicional, demostrando que protege el hígado.

## HÁBITAT Y CULTIVO

Crece en China y se cultiva en las regiones del Centro y Este del país. Se encuentra también en otras partes de Asia y en Europa.

El chai hu se propaga por semilla en primavera o por división de matas en otoño, requiriendo suelos de buen drenaje y pleno sol. La raíz se extrae en primavera y otoño.

## COMPONENTES

- \* Bupleurumol
- \* Saponinos triterpenoides saicósidos (saicosaponinos)

## PARTES USADAS

La raíz se cosecha en primavera y otoño, cuando contiene más nutrientes. Se usa para hacer un valioso tónico hepático.



Raíz seca en rebanadas



- \* Flavonoides (rutina)

### EFFECTOS CLAVE

- \* Protege el hígado
- \* Antiinflamatorio
- \* Tónico
- \* Antiviral

### INVESTIGACIÓN

\* **Saicósidos:** las investigaciones realizadas en Japón desde los años 60 sobre el género *Bupleurum*, revelan que los saicósidos son remedios potentes que protegerían al hígado contra la toxicidad y reforzarían las funciones hepáticas, aún en personas con desórdenes del sistema inmunológico.

Tras este descubrimiento, en los años 80 se realizaron ensayos clínicos en este país, que demostraron la efectividad de la raíz en el tratamiento de la hepatitis y otros problemas crónicos del hígado.

\* **Antiinflamatorio:** los saicósidos estimulan la producción de corticoesteroides orgánicos y aumentan su efecto antiinflamatorio.

### USOS TRADICIONALES Y ACTUALES

\* **Antiguo remedio chino:** el chai hu se toma

en China desde hace más de 2000 años como tónico para el hígado, el bazo y el estómago. En la medicina china, el chai hu se usa para tratar la “desarmonía” entre el hígado y el bazo, una afección que manifiesta problemas en el aparato digestivo, como dolores abdominales, distensión, náusea e indigestión.

\* **Problemas hepáticos:** al igual que el cardo mariano (*Carduus marianus*) y algunos miembros del género *Glycyrrhiza*, como el regaliz (*C. glabro*) y el gan cao (*C. uralensis*), el chai hu es un excelente remedio para un hígado comprometido o con funciones empobrecidas. Su acción antiinflamatoria podría contribuir a su utilización global en el tratamiento de la enfermedad hepática.

\* **Fiebre:** en China, el chai hu se toma para reducir la fiebre, especialmente en casos en los que viene acompañada de un sabor amargo en la boca, irritabilidad, vómitos, dolores abdominales o vahídos y vértigo.

\* **Remedio japonés moderno:** los usos tradicionales del chai hu y la investigación científica coinciden en sus efectos benéficos hasta tal punto, que muchos médicos japoneses convencionales usan ahora extractos de la raíz para tratar pacientes con problemas hepáticos.

\* **Otros usos:** suele ser útil en el tratamiento de las hemorroides y en la caída de tejidos, como en el prolapso genital.

### CURIOSIDADES

\* *Bupleurum* es un ingrediente principal de una antigua fórmula de medicamentos de China conocido como Xiao Chai Hu Tang, por primera vez fue incluida en el Tratado de la enfermedad febril inducida por frío (Shang Han Lun) alrededor del año 280 a. C.

Los datos de la presente ficha han sido extraídos de varias fuentes.

