

PLANTES MEDICINALES

Robin ARMA

robin.arma@free.fr

<http://www.robinarma.com>

Classification par le nom de la plante en latin

NOM de la plante en latin	Noms français	médecine
ABELMOSCHUS moschatus	Ambrette	PROPRIETES: - plante entière: tonique cardiaque; - graines, huile essentielle: adoucir la peau; rhumatismes; crampes musculaires; spasmes de l'estomac; fatigue nerveuse; - racine: fièvre; toux; varices; - fleurs: brûlures; - feuilles: peau infectée; - graines: maux de tête
ABIES ALBA Miller	Sapin blanc	PROPRIETES: Térébenthine des Vosges expectorante, balsamique, antiseptique; asthme; POSOLOGIE INTERNE: asthme; grippe; - rhumatisme arthritique: décoction de 30g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;
ABIES balsamea	Sapin baumier	PROPRIETES: - résine: maux de gorge; diminue le catarrhe, arthrite, plaies et démangeaisons; POSOLOGIE INTERNE: mâcher la gomme; POSOLOGIE EXTERNE: - sciatique: - appliquer de la gomme de sapin sur la zone douloureuse et recouvrir d'un morceau de flanelle. Garder trois jours et répéter au besoin. Au bout de trois jours, le corps aura absorbé la gomme et le cataplasme s'enlèvera alors sans difficulté. - il existe aussi des préparations commerciales à la gomme de sapin destinées aux applications topiques (lotion, huile ou onguent), mais on peut également faire une émulsion avec 50 % d'huile végétale et 50 % de gomme de sapin : appliquer cette émulsion sur la zone douloureuse
ABRUS precatorius	Arbre à chapelets	PROPRIETES: diurétique; rhumatismes; - feuilles mâchées: toux; asthme; problèmes intestinaux; maladies cardiaques; saignements; POSOLOGIE INTERNE: ulcère gastro-duodéal
ACACIA nilotica GUILL. et PERR.	Acacia nilotique	1. Utilisation populaire: Les sénégalais utilisent de façon générale l'infusion aqueuse et lactée des fruits ou des écorces, ou des racines pour traiter la dysenterie et les diarrhées rebelles. Ailleurs en Afrique, l'infusion lactée des feuilles soigne les bronchites et les pneumonies alors que le décocté aqueux des racines soulage l'indigestion et les maux gastriques. 2. Utilisation par les guérisseurs: Dans le Cayor, les guérisseurs utilisent un médicament hémostatique et cicatrisant à base de la poudre de fruits de Neb neb, des écorces du Nguiguiss et de Tamarinier. L'utilisation comme cicatrisant est retrouvée au Burkina Faso. Pour cela, les feuilles fraîches sont séchées, pilées et la poudre est appliquée sur les plaies. Même seule, la poudre de fruit appliquée sur les plaies active leur cicatrisation. Les Nubiens du Sud de l'Egypte conseillent la consommation d'une cuillerée à café de poudre de feuilles tous les matins aux diabétiques. Les propriétés anti diarrhéique, antitussive et diurétique ont été prouvées. Les fruits ont par ailleurs un pouvoir molluscicide. L'usage prolongé du décocté aqueux des fruits entraîne des risques de constipation. POSOLOGIE INTERNE: - diarrhée: 5 g de poudre de fruit égrainé dans un peu d'eau sucrée ou trois fois dans la journée.

ACANTHUS MOLLIS L.	Acanthe	<p>PROPRIETES: émollient, stimule l'appétit, dégorge le foie, digestif, diurétique, anti dysentérique, jadis utilisé en Italie contre les piquûres de tarentules.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: infusion de 100g de feuilles par litre d'eau bouillante; - bronchorrhée: infusion de 60 g de feuilles et fleurs pendant 25mn; 4 tasses par jour; - colite: infusion de 40 g de feuilles et fleurs pendant 25 mn; 3 tasses par jour; - entérite: infusion de 60g de feuilles et de fleurs pendant 25mn; 4 tasses par jour; - gastro-colite: décoction de 40g de racine; bouillir 5mn; 2 tasses par jour; - laryngo-trachéite: infusion de 60g de feuilles et fleurs pendant 25mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - fistule de l'anus: utiliser le jus des feuilles pour des applications locales; - luxation: infusion de 100g de feuilles et fleurs pendant 40mn; en applications locales; - odontalgie: infusion de 100g de feuilles et fleurs pendant 25mn; en bains de bouche et applications sur la muqueuse buccale; - posthite: décoction de 40g de racine; bouillir 5mn; applications locales; - sinusite: infusion de 100g de feuilles et fleurs pendant 40mn; pour fumigations;</p>
ACER PLATANOIDES L.	Platane	<p>POSOLOGIE EXTERNE: - plaie torpide: décoction de 100g de feuilles; bouillir 10mn; en applications locales;</p>
ACHILLEA AGERATUM L.	achillée agératum	<p>PROPRIETES: vulnéraire, astringent, stimulant, antihémorragique.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - colite muco-membraneuse: infusion de 30 g de sommités fleuries pendant 15 mn; 3 tasses par jour; - hyperacidité gastrique: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 10mn; 2 tasses par jour, 2 heures après les principaux repas; - oxyures: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - oxyures: décoction de 50g de sommités fleuries; bouillir 10mn; en lavements;</p>
ACHILLEA atrata L.	Achillée noire	<p>PROPRIETES: - plante: stomachique, antiépileptique</p>
ACHILLEA clavennae	Achillée de Chiavenna	<p>PROPRIETES: - extraits de la plante: pour faciliter la respiration en montagne</p>
ACHILLEA HERBA-ROTTA ALL.	Achillée herba rota	<p>PROPRIETES: - plante: aromatique, antiépileptique</p>
ACHILLEA MACROPHYLLA L.	Achillée à grandes feuilles	<p>PROPRIETES: - plante: vulnéraire</p>
ACHILLEA MILLEFOLIUM L. *SUBSP. MILLEFOLIUM	Achillée millefeuille, Millefeuille	<p>PROPRIETES: tonique amer; rafraichissant; vulnéraire; stimulant; résolutif; fièvres; catarrhe; séchant; antispasmodique; astringent; hémostatique; emménagogue; cholagogue; diurétique; vermifuge; tonique des voies digestives; gastrite; fermentations; actions sur cœur et système nerveux; neurasthénie; maux d'estomac; dépuratif; sudatif; anti-inflammatoire; antiseptique; tonique; carminatif; dyspepsie; régule les changements d'humeur, et complète souvent les traitements liés à la ménopause;</p> <p>- sommités florales: tonique; digestif; dépuratif; diurétique; contre hypertension; - feuilles fraîches: cataplasme sur plaies ou petites coupures, diminuant les saignements; - fleurs: eczémas et catarrhes allergiques; - essence de fleurs: rhumes; grippe; inflammations articulaires; - racines en décoction: fortifier les muscles; - extrait: antihémorragique (bien que les feuilles insérées dans les narines provoquent des saignements de nez);</p> <p>USAGE INTERNE: fatigue générale; lymphatisme; spasmes des voies digestives et utérines; asthme; dysménorrhées; aménorrhée (par froid et grande frayeur); troubles de la ménopause; névroses, convulsions; lithiase biliaire et urinaire; sédentarisme; goutte, rhumatisme; troubles de la circulation et de la cinquantaine; varices, phlébites, hémorroïdes; fièvres intermittentes; incontinence d'urines des enfants; aux premiers stades d'une fièvre; catarrhe; sinusite; rhume des foins; allergies à la poussière; varices et hématomes spontanés; thromboses (pour prévenir les caillots); diarrhées; crise de foie; colique; digestion difficile;</p> <p>USAGE EXTERNE: vulnéraire; pertes blanches; blennorragie; hémorroïdes;</p>

douleurs rhumatismales; inflammation de la peau et des muqueuses, dermatoses; ulcère de jambe, crevasses du mamelon, fistules; plaies diverses; varices et hématomes spontanés

POSOLOGIE INTERNE:

les fleurs séchées sont utilisées dans de nombreuses préparations sous forme d'infusion.

- infusion: verser une tasse d'eau bouillante sur une cuillerée de sommités fleuries broyées et laisser reposer pendant un quart d'heure. Filtrer et prendre 7 ou 8 verres à liqueur par jour.
 - teinture: Laisser macérer 30 g de fleurs desséchées et broyées dans 120 g d'alcool à 70° pendant 10 jours. Prendre 20-25 gouttes, trois fois par jour, dans une tisane ou un peu d'eau.
 - vin: laisser macérer pendant 15 jours 50 g de sommités fleuries dans un litre de vin blanc sec. Verser et prendre deux ou trois verres par jour. Avant les repas c'est un apéritif; après, un excellent digestif.
 - teinture composée: Mélanger en parties égales de la teinture de mille-feuille à de la teinture de camomille (préféablement, la romaine). Prendre 10 ou 12 gouttes sur un morceau de sucre après les repas pour faciliter la digestion.
 - sirop: Verser 600 g d'eau bouillante sur 100 g de sommités fleuries broyées finement et laisser reposer toute une journée. Presser, verser, filtrer et ajouter. en dissolvant à chaud, 1200 g de sucre. Prendre deux petits verres par jour.

 - accès nerveux: infusion 20-30g de sommités fleuries par litre d'eau, 3 tasses par jour entre repas;
 - antispasmodique: infusion 20-30g de sommités fleuries par litre d'eau, 3 tasses par jour entre repas;
 - bouffées de chaleur: laisser macérer 2 cuillères à café d'herbe déshydratée dans une tasse d'eau bouillante pendant 10mn, ajouter miel pour le goût et boire chaud;
 - cardialgie: infusion de 100 g de plante fleurie pendant 25 mn; 2 tasses par jour.
- Contre-indication en cas de grossesse;
- carminatif: utiliser la poudre de feuilles et de fleurs;
 - colique vésiculaire: infusion de 60 g de plante fleurie sans la racine pendant 20 mn; 3 tasses par jour;
 - congestion cérébrale: infusion 3 fois par jour pour améliorer la circulation et tonifier les vaisseaux;
 - cystite: infusion;
 - diarrhée chronique: infusion de 40g de plante aérienne fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour;
 - douleurs dues à des hémorroïdes: infusion de 60g de partie aérienne fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour;
 - dysménorrhée: infusion de 40g de partie aérienne de la plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour, 10 jours avant les règles;
 - dyspepsie: utiliser la poudre de feuilles et de fleurs;
 - entérocologie: infusion de 60g de partie aérienne de la plante pendant 20mn; 3 tasses par jour;
 - fermentations: infusion de 10-20g de feuilles et sommités fleuries pour 1/2litre d'eau bouillante, ou 1 cuillerée à café pour 1 tasse d'eau;
 - fibrome: décoction de 50g de plante fleurie; bouillir 5mn; 3-4 tasses par jour;
 - flatulence: infusion de 60g de plante fleurie et inflorescences pendant 20mn; 3 tasses par jour;
 - gastrite: infusion de 10-20g de feuilles et sommités fleuries pour 1/2litre d'eau bouillante, ou 1 cuillerée à café pour 1 tasse d'eau;
 - hémorroïdes, hémorroïdes saignantes: infusion de 60g de partie aérienne de la plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour;
 - hypochondrie: infusion de 60g de plante fleurie sans la racine pendant 20mn; 3 tasses par jour;
 - infusion de 60g de partie aérienne de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour;
 - ménopause: infusion de 60g de partie aérienne de la plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour;
 - œdème: infusion 3 fois par jour;
 - pyorrhée alvéo-dentaire: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour. Infusion de 60g de feuilles et sommités fleuries pendant 25mn; en bains de bouche;
 - pyrosis: 50g de feuilles et fleurs pour 1 litre d'eau; infuser 20mn; 2-3 tasses par jour;
 - règles douloureuses: laisser macérer 2 cuillères à café d'herbe déshydratée dans une tasse d'eau bouillante pendant 10mn, ajouter miel pour le goût et boire chaud;
 - rhume des foins: tisane plusieurs semaines avant le début de la période de

		<p>pollinisation; - rougeole: infusion de 60g de partie aérienne de la plante fleurie pendant 20mn; par cuillerées; - rubéole: infusion plusieurs fois par jour; - tonique: utiliser la poudre de feuilles et de fleurs;</p> <p>CONTE-INDICATION en cas de GROSSESSE; - L'huile essentielle renferme des traces de thuyone, donc doit être utilisée, par voie interne avec modération - La présence de lactone sesquiterpénique, le contre indique chez les sujets allergiques aux Asteraceae.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - décoction: Faire une décoction un peu concentrée en faisant bouillir une bonne poignée de sommités fleuries dans un litre d'eau pendant 10-15 minutes. Cette décoction peut être utilisée pour des lavages, des compresses, des injections ainsi que pour frictionner le cuir chevelu; - pommade antirhumatismale (essence d'achillée, lanoline, pommade camphrée) en frictions à l'endroit de la douleur (rhumatismes, névralgies, douleur des cellulites) - cicatrisant, Hémostatique, Anti hémorroïdaire (voie locale): Infusé (10 g/l, infusion 15 min) - douleur pelvienne de la femme: bains de siège</p> <p>- calmant, régulateur de la circulation (capillaires): décoction dans un grand bain; - coupure: mâcher une feuille fraîche et l'appliquer sur la blessure; - crevasses: suc de la plante fraîche; - dent, mal de dents: mâcher une racine; - dermatose, eczémas: infusion, 1 poignée pour 1 litre d'eau, en lavages; - fistule de l'anus: décoction de 100g de plante fleurie; bouillir 10mn; en applications locales; - hémorragie veineuse: décoction de 100g de feuilles, bouillir 10mn; en applications locales; - hémorroïdes: suc de la plante fraîche; - plaie: appliquer feuilles fraîches et sommités fleuries dans coupures ou égratignures afin de les nettoyer, puis bander; - psoriasis: mélangée à l'eau du bain, 2 fois par semaine; - pyorrhée alvéo-dentaire: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour. Infusion de 60g de feuilles et sommités fleuries pendant 25mn; en bains de bouche; - saignements: pour stopper les saignements: mâcher une feuille fraîche et l'appliquer sur la blessure; - ulcères de jambe: suc de la plante fraîche;</p> <p>ATTENTION: à prendre à petite dose; l'abus peut rendre la peau sensible au soleil; déconseillé durant la grossesse; - L'huile essentielle renferme des traces de thuyone, donc doit être utilisée, par voie interne avec modération - La présence de lactone sesquiterpénique, le contre indique chez les sujets allergiques aux Asteraceae</p> <p>ASSOCIATION: angélique, cannelle, réglisse, clous de girofle, lavande, myrte, citron, myrrhe, safran, salsepareille, millepertuis</p> <p>PERIODE de RECOLTE: du printemps à l'automne.</p> <p>CONSERVATION: Faire sécher à l'ombre et conserver en cageots rigides et fermés, à l'abri de l'humidité et de la poussière.</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: - contre hématurie: mille-feuille, ortie blanche, persil sauvage, sel, infusé dans du lait - non-délivrance de la vache, gale des moutons: décoctions concentrées, par voie externe - eupeptique pour les bovins</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: hémostatique</p>
<p>ACHILLEA MILLEFOLIUM L. *SUBSP. TANACETIFOLIA</p>	<p>Achillée à feuilles de tanaïsie</p>	<p>PROPRIETES: - plante: vulnérable, stimulant, astringent, résolutif</p>

ALL.		
ACHILLEA MOSCHATA WULFEN	Achillée musquée	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: stomachique, aromatique, antiépileptique. <p>POSOLOGIE INTERNE: acholie;</p> <ul style="list-style-type: none"> - hypotonie entérique: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;
ACHILLEA NANA L.	Achillée naine	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: stomachique, aromatique
ACHILLEA NOBILIS L. *SUBSP. NOBILIS	Achillée noble	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: vulnéraire, stomachique, astringent, résolutif
ACHILLEA ODORATA L.	Achillée odorante	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: vulnéraire, astringent, stimulant, résolutif
ACHILLEA PTARMICA L. *SUBSP. PTARMICA	Achillée ptarmique	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rhizome: réduit fatigue, désordres urinaires, flatulences, rhumatismes, maux de dents; - fleurs et feuilles desséchées et pulvérisées: poudre sternutatoire; - plante: épilepsie, hématurie, catarrhe; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - gastrectasie: infusion de 30g de fleurs pendant 10mn; 2 tasses par jour; - irritation génito-urinaire: infusion de 30g de fleurs pendant 10mn; 3-4 tasses par jour; - oligurie: infusion de 30g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ecchymose: décoction de 40g de fleurs; bouillir 5mn; en applications locales;
ACHILLEA TOMENTOSA L.	Achillée tomenteuse	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: vulnéraire, astringent
ACINOS arvensis (Lam.) Dandy *subsp. arvensis, CALAMINTHA ACINOS (L.) CLAIRV.	Calament acinos	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: astringent, résolutif; infusion bue comme le thé
ACONITUM NAPELLUS L. *subsp.napellus	Casque de Vénus	<p>PROPRIETES: analgésique; sédatif; décongestionnant et vasoconstricteur ou vasoconstricteur (augmente les sécrétions: salive, sueurs, sécrétions bronchiques, bile, intestinales et rénales; excite le vague, freine le sympathique); L'aconitine est hyper toxique mais anti-inflammatoire à doses infinitésimales Les dilutions sont: Analgésiques; Antinévralgiques; Sédatives; Stimulantes respiratoires</p> <p>USAGE INTERNE: douleurs et inflammations dues au froid (zona ophtalmique); sciatique, goutte, rhumatisme; toux spasmodiques (coqueluche); asthme digestif des hépato biliaires; laryngites, angine, coryza; inflammations congestives aiguës, fébriles au début; séquelles d'hémiplégie;</p> <p>USAGE EXTERNE: en application locale de la teinture: en dosage de 0,1mg dans gingivite et gargarisme dans les enrouements; teinture d'aconit comme antalgique: névralgie faciale; névralgie du trijumeau; anti congestif; sédatif de la toux; rhumatismes; névralgies; sciatique;</p> <p>INCOMPATIBILITES: iode, arsenic, tanin;</p> <p>ANTAGONISTES: belladone, digitale, opium, térébenthine, alcool, ammoniaque, éther;</p> <p>ATTENTION: le simple fait de cueillir la plante peut occasionner des dermites, voire des intoxications si son suc pénètre l'organisme par des écorchures aux doigts. On ne connaît, jusqu'à présent, aucun antidote, aucun spécifique sûr à employer contre l'empoisonnement par l'aconit. On devra avoir recours aux vomitifs</p> <p>Vétérinaire: antitussif et expectorant anesthésique du nerf trijumeau</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne: toux et expectorant</p> <ul style="list-style-type: none"> - en teinture 10g de poudre pour 90 g d'alcool, 5 à 10 gouttes par jour chez le chien - Sirop de racine: 10g de teinture dans 90 g de sucre (extemporanée). - anesthésie du nerf trijumeau

		<p>Médecine vétérinaire moderne: antitussif, expectorant</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: - action sur l'appareil respiratoire et système nerveux - caractérisé par des symptômes, survenant après exposition au froid - pour les bronchites aiguës, angines, amygdalites, coliques congestives, péritonites, congestions diverses (cérébrale, pulmonaire, rénale) - pour les encéphalites avec de la belladone</p>
<p>ACONITUM variegatum L. *subsp.paniculatum (Arcang.) Negodi, ACONITUM PANICULATUM LAM. *VAR. PANICULATUM</p>	<p>Aconit paniculé</p>	<p>PROPRIETES: voir ACONITUM napellus ATTENTION: le simple fait de cueillir la plante peut occasionner des dermatites, voire des intoxications si son suc pénètre l'organisme par des écorchures aux doigts. On ne connaît, jusqu'à présent, aucun antidote, aucun spécifique sûr à employer contre l'empoisonnement par l'aconit. On devra avoir recours aux vomitifs</p>
<p>ACORUS CALAMUS L.</p>	<p>Roseau aromatique</p>	<p>PROPRIETES: piquant, amère, astringent; tonique, stomachique, décongestionnant, expectorant; émétique, anticonvulsif, bronchodilatateur, stimule la circulation cérébrale et y fait baisser les toxines; renforce les surrénales, améliore la tonicité musculaire, favorise la circulation et lutte contre l'asthénie; effet bénéfique sur les gingivites; améliore la résistance et la vigueur; traite l'arthrite, les états de choc, la toux et les céphalées tenaces liées à la sinusite; - rhizome à petite dose: tonique; stimulant; apéritif; digestif; carminatif; antispasmodique; diurétique; diaphorétique; emménagogue, fébrifuge, certaines affection osseuses; stimulant; contre hyperacidité carminatif dans les cas de coliques et diarrhées; Historique: Le calamus a partout était utilisé dans le monde, en Inde, en Egypte, en Europe et en Amérique du Nord. Il se pourrait d'ailleurs que les Indiens du Nord-Ouest du Canada en chiquent le rhizome pour ses propriétés psychotropes. En Ayurveda (médecine indienne), on considère le calamus comme une plante régénérante pour le cerveau et le système nerveux. Les Cree l'utilisaient en tant que remède anti-fatigue. En Egypte et en Inde, le calamus est considéré comme aphrodisiaque depuis au moins 2500 ans. En Europe on la recherche surtout pour son action stimulante du système digestif (crampes d'estomac, coliques, ballonnements...) Effets: Favorise l'expulsion des gaz, soulage les contractions musculaires, antispasmodique, active la transpiration, stimulant, tonique, diurétique, favorise la sécrétion des endorphines, favorise les règles, fébrifuge; USAGE INTERNE: atonie digestive, digestions pénibles; gastrite, ulcère gastrique; entérite; ballonnements; règles insuffisantes; fièvres intermittentes; oliguries, goutte; rachitisme et scrofule (voie externe et interne); rétention d'urine; manque d'appétit; troubles biliaires POSOLOGIE INTERNE: infusion: 1 cuillerée à café de rhizome pour 1 tasse d'eau, bouillir et infuser 10mn, 3 tasses par jour; - chlorose: infusion de 40 g de rhizome pendant 10 mn; 2-3 tasses par jour; - dyspepsies hyposthéniques ou atoniques: infusion de 40g de rhizome pendant 10mn; 3 tasses par jour; - examen, période d': décoction du mélange de 1/4 de cuillère à café d'acore en poudre à 1/2 cuillère à café de miel, matin et soir. Ou macérer 25 g de rhizome en poudre pendant 6 jours dans 100g d'alcool à 65°; verser 50g de cette teinture dans 950g de vin rouge; 1 verre 10mn avant les repas; - excitation, état d': décoction du mélange de 1/4 de cuillère à café d'acore en poudre à 1/2 cuillère à café de miel, matin et soir. Ou macérer 25 g de rhizome en poudre pendant 6 jours dans 100g d'alcool à 65°; verser 50g de cette teinture dans 950g de vin rouge; 1 verre 10mn avant les repas; - haleine mauvaise: infusion de 30g de rhizome pendant 15mn; 3 tasses par jour. Aussi utilisée comme collutoire; - hydropisie hépatique: infusion de 30g de rhizome pendant 15mn; 3 tasses par jour; - hypochondrie due à une mauvaise digestion: infusion de 40g de rhizome pendant 15mn; 3 tasses par jour; - mauvaise haleine: infusion de 30g de rhizome pendant 15mn; 3 tasses par jour. Aussi utilisée comme collutoire; - mémoire à améliorer: décoction du mélange de 1/4 de cuillère à café d'acore en poudre à 1/2 cuillère à café de miel, matin et soir. Ou macérer 25 g de rhizome en poudre pendant 6 jours dans 100g d'alcool à 65°; verser 50g de cette teinture dans</p>

		<p>950g de vin rouge; 1 verre 10mn avant les repas; - stimulant: 1 pointe de couteau de poudre de rhizome dans l'alimentation ou mélangée au miel; - stress et excitation, état de: décoction du mélange de 1/4 de cuillère à café d'acore en poudre à 1/2 cuillère à café de miel, matin et soir. Ou macérer 25 g de rhizome en poudre pendant 6 jours dans 100g d'alcool à 65°; verser 50g de cette teinture dans 950g de vin rouge; 1 verre 10mn avant les repas; - syncope: infusion de 40g de rhizome pendant 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - affections osseuses: décoction: 20g pour 1 litre d'eau, macérées 6 heures à froid; en compresses; - drainage lymphatique stimulé: massage à l'huile d'acore; - mauvaise haleine: infusion de 30g de rhizome pendant 15mn; 3 tasses par jour. Aussi utilisée comme collutoire;</p> <p>ATTENTION: une surdose peut provoquer des hémorragies, saignements de nez et hémorroïdes. Il peut laisser une forte odeur tenace. A forte dose: aphrodisiaque, induit des sueurs, il peut devenir hallucinogène à très forte dose.</p> <p>ASSOCIATION: gingembre, achillée, citron, orange, cannelle, cèdre</p>
ACTAEA SPICATA L.	Actée en épi	<p>PROPRIETES: en infusion: asthme, scrofules; - parties souterraines ("hellébore noir"): purgatif violent</p> <p>ATTENTION: baies, âcres et amères, peuvent provoquer de graves troubles digestifs, nerveux et cardio-vasculaires; une dizaine de fruits peut provoquer la mort</p>
ADANSONIA digitata	baobab	<p>PROPRIETES: - écorce contre fièvres; - fruit contre la dysenterie; - graines contre la chassie; - feuilles antihistaminiques</p>
ADENANTHERA pavonina	Oeil de paon	<p>PROPRIETES: rhumatisme, goutte;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: rhumatisme, goutte: décoction de feuilles</p>
ADENOPHORA liliifolia	Adénophore à feuilles de lis	PROPRIETES: expectorant
ADENOSTYLES ALLIARIAE (GOUAN) KERNER *SUBSP. ALLIARIAE *var. alliariae	Adénostyle à feuilles d'alliaire	PROPRIETES: - feuilles: mucilagineuses, expectorantes
ADENOSTYLES alpina Bluff et Fingerh. *subsp. alpina	Adénostyle glabre	PROPRIETES: - feuilles: mucilagineuses, expectorantes
ADIANTUM capillus-veneris	Capillaire de Montpellier	<p>PROPRIETES: - frondes: expectorant; émollient; béchique; astringent; diurétique léger; désintoxiquant; vermifuge; fièvre; affections de poitrine;</p> <p>USAGE INTERNE: bronchites; trachéites; inflammations urinaires; frondes en infusion: asthme; gorge irritée; catarrhe;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - angine: infusion d'1 cuillerée à dessert de frondes par tasse; bouillir et infuser 30mn; 3 tasses par jour entre les repas; ou décoction de 20g de tiges et feuilles; bouillir 8mn; 3-4 tasses par jour; - dyspnée: infusion de 40g de frondes pendant 20mn; 3 tasses par jour entre les repas; - rhume: décoction de 20g de frondes; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du miel; - sudorifique: décoction de 20g de frondes; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - trachéite chronique: décoction de 20g de frondes; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du miel; trachéo-bronchite: décoction de 30g de frondes; bouillir 5mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - angine: décoction de 20g de feuilles et tiges; bouillir 8mn; gargarismes;</p> <p>SYNERGIQUES: hysope, lierre terrestre, scolopendre, véronique, capsules de pavot blanc</p>

ADONIS AESTIVALIS L. *subsp. aestivalis	Adonis d'été	PROPRIETES: tonicardiaque; diurétique; entre les cures de digitaline et d'ouabaïne provoque des troubles cardiaque et à forte dose peut se montrer mortel
ADONIS VERNALIS L.	Adonis de printemps	PROPRIETES: tonicardiaque (renforce et ralentit le cœur) et diurétique entre les cures de digitaline et d'ouabaïne, car il ne s'accumule pas dans le myocarde: élimine surtout l'urée et les chlorures; - sommités florales contiennent des stimulants et des sédatifs cardiaques qui agissent plus vite et sont moins toxiques que ceux de la digitale; - Activité cardiotonique et complémentaire de l'ouabaïne et la digitaline (entre les cures de digitaline) - Résorbe les oedèmes et assure la régulation cardiaque - Pas d'accumulation - Tachycardies nerveuses et extrasystoles - Il ne semble pas avoir donné lieu à des intoxications USAGE INTERNE: un des meilleurs médicaments de l'insuffisance cardiaque et rénale: douleurs précordiales, palpitations; tachycardie hyposystolique; asthme cardiaque; dyspnée cardiaque; asystolie (insuffisance mitrale, myocardite, péricardites); arythmies; néphrites chroniques des cardio-rénaux avec urémie menaçante; certaines hypopisies (par insuffisance rénale); obésité; artériosclérose; Risques - Anurie à doses élevées - Transmet sa toxicité au lait des chèvres et des vaches - Ne semble toutefois pas avoir donné lieu à des intoxications ATTENTION: provoque des troubles cardiaque et à forte dose peut se montrer mortel POSOLOGIE INTERNE: infusion: 2g pour 1/4 litre d'eau, en 3 fois dans la journée; SYNERGIQUES: digitale, strophantus (ouabaïne), muguet, laurier sauce, aubépine Médecine vétérinaire ancienne: diurétique, tonicardiaque pour les insuffisances cardiaques: 5 à 20 ml d'infusion (10 à 20 g/l) chez le chien; pilules dosées à 0.02g d'extrait fluide (2 à 4 fois par jour)
ADOXA MOSCHATELLINA (TOURN.) L.	Adoxe musquée	PROPRIETES: résolutif; POSOLOGIE INTERNE: - angoisse: infusion de 20g de plante fleurie pendant 20mn; 2-3 tasses par jour loin des repas;
AEGOPODIUM PODAGRARIA L.	Podagraire	PROPRIETES: - plante: stimulant; diurétique; vulnéraire; résolutif; aromatique; goutte
AERVA lanata	Aéree	PROPRIETES: - plante entière: tonique; fortifiant; soulage douleurs musculaires; soulage contusions; - sommité florales: stimulant; diurétique pour purifier et rafraîchir l'urine; détruire parasites intestinaux; toux; diabète;
AESCLUS HIPPOCASTANUM (TOURN.) L.	Marronnier d'Inde	PROPRIETES: - écorce: diminue la perméabilité et augmente la résistance des capillaires; combat les fièvres, fébrifuge; diarrhées, catarrhes, phtisie; tonique; propriétés vitaminiques P ; - feuilles: pour troubles circulatoires (à cause de leurs flavonoïdes); - fleurs: tonique, astringent, antihémorroïde; - graines: augmenter le tonus veineux, soulager varices et hémorroïdes, résorber œdèmes et diminuer la perméabilité des capillaires; Vaso-constricteur veineux; Action vitaminique P; Antioedémateux, anti-inflammatoire - enveloppe du fruit: diarrhées, catarrhes, phtisie, sternutatoire, astringent; (aesculine extraite: maladies de cœur); - Cette plante est efficace en tant que tonique veineux, car elle tonifie les parois veineuses en empêchant la formation de varice ou d'hémorroïdes. Il combat aussi la rétention d'eau. - tonique veineux, vaso-constricteur, fluidifiant sanguin, astringent. USAGE INTERNE: hémorroïdes, varices, varicocèle; congestion du foie; congestion prostatique et du petit bassin; troubles de la ménopause; engelures POSOLOGIE INTERNE:

		<p>décoction d'1 poignée de copeaux d'écorce pour 1 litre d'eau; bouillir 15mn; boire en 2 jours;</p> <ul style="list-style-type: none"> - dilatation des veines: décoction de 40 g d'écorce des rameaux; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - fébrifuge comme le quinquina: vin: 8g d'écorce séchée en poudre macérées dans 1 litre de vin; - fistule de l'anus: décoction de 50g de péricarpe; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hypertrophie de la prostate: décoction de 60g de péricarpe; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - phlébite: décoction de 60g de péricarpe, l'involucre externe qui recouvre le fruit; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - tonique: vin: 8g d'écorce séchée en poudre macérées dans 1 litre de vin; - varice: décoction de 40g d'écorce de rameaux; bouillir 5mn; 3 tasses par jour avec citron et miel; - vaso-constricteur: décoction de 40g d'écorce des rameaux; bouillir 5mn; 3 tasses par jour loin des repas; - veines, dilatation: décoction de 40 g d'écorce des rameaux; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dureté du sein: la farine des fruits à utiliser en même temps que de la farine d'orge et du vinaigre pour des cataplasmes; - gingivorragie: décoction de 80g de péricarpe; bouillir 10mn; en bains de bouche; - peau: l'extrait de marron d'Inde incorporé à des huiles de bain tonifie et assouplit la peau; - rhumatisme articulaire aigu: avoir 2 marrons dans chaque poche !; la coutume dit: ramasser le premier marron tombé, le garder dans sa poche vous protège contre les rhumatismes et les maux de reins - sein, dureté: la farine des fruits à utiliser en même temps que de la farine d'orge et du vinaigre pour des cataplasmes; <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - contre les enflures: jeunes pousses fendues comme sétons - contre les indigestions: graines épluchées, séchées, pulvérisées, répandues sur la nourriture <p>Médecine vétérinaire ancienne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pour les chevaux emphisémateux: graine décortiquée, râpée, avec du son frisé (100 à 300g/jour en 2 cures de 6 semaines espacées de 6 semaines) - contre les phlébites du cheval et du chien: alcoolature stabilisée - contre les douleurs arthritiques: liniment à base d'extrait mou de belladonne, chloroforme, gaïacol, benzoate de benzyle, alcool de fioraventi - contre les dilatations veineuses: extrait de marron d'Inde de septembre, octobre (5 gouttes/kg de poids vif) <p>Médecine vétérinaire homéopathique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - action sur le foie, le système porte, sur la circulation veineuse - pour la congestion passives du rein, les hémorroïdes du porc et du cheval
AETHUSA CYNAPIUM L. *VAR. CYNAPIUM	Persil bâtard	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: narcotique très dangereux; employée extérieurement: résolutif, fondant
AGAVE AMERICANA L.	Aloès d'Amérique	<p>PROPRIETES: stimulant; nutritif;</p> <ul style="list-style-type: none"> - sève des feuilles: laxatif; soulage les brûlures; - les racines donnent des saponines dont on extrait des stéroïdes et une tisane contre l'arthrite; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - carie des os: infusion de 50 g de feuilles réduites en poudre pendant 30 mn; en applications locales; - otorrhée: décoction de 100g de feuilles en poudre; bouillir 10mn; en bains ou applications locales; - séborrhée: décoction de 80g de rhizome et feuilles; bouillir 10mn; pour bains locaux; - suppuration: mettre une pincée de feuilles réduites en poudre dans ½ verre d'eau et laisser reposer; pour bains locaux; - vision: fortifiant: mettre une pincée de feuilles réduites en poudre dans un verre d'eau et verser de l'eau bouillante; laisser refroidir puis baigner les yeux avec cette solution 3 fois par jour; - yeux: irritation, fatigue, faiblesse: mettre une pincée de poudre de feuilles dans 1

		verre et y verser de l'eau bouillante; laisser refroidir puis laver les yeux avec cette solution 3 fois par jour;
AGAVE atrovirens	Agave	PROPRIETES: Pulque: stimulant; nutritif
AGRIMONIA EUPATORIA L. *subsp. eupatoria	Eupatoire des anciens	<p>PROPRIETES: Dès le Moyen Âge elle a été réputée comme remède du foie. De nos jours, on pense que son action astringente et son odeur aromatique agissent contre les troubles chroniques du foie, des reins et de la vessie.</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: amer, astringent, vulnérable, détersif, résolutif, fongicides; - feuilles en infusion: diarrhée, dysenterie, crachements de sang, affections foie et reins; - Anti-inflammatoire - Astringente - Anti-diarrhéique - Hémostatique par ses tanins - Bactéricide et antivirale par les extraits éthanoliques <p>Les flavonoïdes dont l'hyperoside sont:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hypotenseurs - Antihistaminiques - Antisérotonine - Coronaro-dilatateurs à faible dose - Coronaro-constricteurs à dose plus élevée <p>USAGE INTERNE: diarrhées, dysenteries; hémoptysies; coliques néphrétiques, lithiase rénale; albuminurie; pertes blanches; diabète; hépatisme; obésité; asthme; astringent, tonique; stimule et renforce le système digestif et le foie; hypoglycémiant; vulnérable; diurétique; modérateur des processus inflammatoires (décongestionne); antidiabétique; cicatrisant;</p> <p>USAGE EXTERNE: angine, stomatites, aphtes; plaies, plaies infectées, plaies atones; entorses, contusions; tonique des muqueuses de la bouche et de la gorge; cicatrisant; résolutif;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: infusion astringente et hypoglycémiant; - infusion de feuilles et fleurs: rend l'oeil clair, apaise les gencives enflammées; toux; maux de gorge; gastrite; cystite; calculs rénaux; drainage pancréatique; - en guise de thé et prophylactique des angines: infusion de 10-12g de feuilles pour 1/2 litre d'eau; <p>Dans le Nord, les paysans l'emploient en guise de thé. C'est une infusion d'un goût agréable, elle doit être recommandée surtout à ceux qui sont atteints de l'asthme.</p> <ul style="list-style-type: none"> - angine: prophylactique: infusion de 10-12g de feuilles pour 1/2 litre d'eau; - asthme: infusion: 30-50g par litre d'eau, 1 tasse 3 fois par jour entre les repas; à déconseiller en cas de constipation; - chlorose: infusion de 40 g de sommités fleuries et feuilles pendant 20 mn; 2-3 tasses par jour; - diarrhées: infusion: 30-50g par litre d'eau, 1 tasse 3 fois par jour entre les repas; à déconseiller en cas de constipation; - dysenterie: infusion de 50g de feuilles et de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - entérocolite: infusion de 50g de feuilles et sommités fleuries pendant 25mn; 3 tasses par jour; - glycosurie: infusion: 30-50g par litre d'eau, 1 tasse 3 fois par jour entre les repas; à déconseiller en cas de constipation; - grippe: infusion de 50g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hématurie: infusion de 50g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hémicrânie due à une mauvaise digestion: infusion de 50g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hyperacidité gastrique: infusion de 50g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - incontinence urinaire chez les enfants: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 2 tasses par jour loin des repas; - indigestion: infusion de 50g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn; 1 tasse après les repas; - indigestion avec diarrhée: infusion de 50g de feuilles et sommités fleuries pendant 25mn; 3 tasses par jour; - laryngo-trachéite: infusion de 50g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel;

		<p>- lithiase rénale: infusion: 30-50g par litre d'eau, 1 tasse 3 fois par jour entre les repas; à déconseiller en cas de constipation;</p> <p>- lymphangite: infusion de 50g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- pertes blanches: infusion: 30-50g par litre d'eau, 1 tasse 3 fois par jour entre les repas; à déconseiller en cas de constipation;</p> <p>- psoriasis: infusion de 60g de feuilles et sommités qui portent les fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; décoction de 100g de racine; bouillir 10mn; en applications locales;</p> <p>- tonique des nerfs: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour avec rondelle de citron et miel;</p> <p>- urticaire: infusion de 50g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour. Infusion de 100g de feuilles et sommités fleuries pendant 25mn; en applications locales;</p> <p>ATTENTION: Peut aggraver une constipation;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- feuilles: cicatrisant;</p> <p>- décoction de feuilles: gargarismes pour affections gorge, ulcères de la bouche;</p> <p>- angine: (comme la feuille de ronce): infusion de 10g de feuilles et sommités fleuries; infuser 18mn; gargarismes;</p> <p>- aphtes: 100 g feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir jusqu'à réduction d'1/3, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour;</p> <p>- asthme: 1 cuillère à café de feuilles séchées dans 1 tasse et couvrir d'eau bouillante; infuser 10mn et filtrer; 3-4 tasses par jour entre les repas; à déconseiller en cas de constipation;</p> <p>- contusions: compresses chaudes;</p> <p>- engelures: infusion de 100g de sommités fleuries et feuilles pendant 25mn; en applications locales;</p> <p>- enrouement: 50g de feuilles à ½ litre d'eau; bouillir 15mn; filtrer; pour gargarisme;</p> <p>- entorses: compresses chaudes;</p> <p>- glossites: (comme la feuille de ronce): infusion de 10g de feuilles et sommités fleuries; infuser 18mn; gargarismes et compresses;</p> <p>- migraines: feuilles en cataplasme;</p> <p>- névrites: feuilles en cataplasme;</p> <p>- pharyngite: (comme la feuille de ronce): infusion de 10g de feuilles et sommités fleuries; infuser 18mn; gargarismes et compresses;</p> <p>- plaies atones: feuilles en cataplasme;</p> <p>- plaie torpide: (comme la feuille de ronce): infusion de 10g de feuilles et sommités fleuries; infuser 18mn; compresses;</p> <p>- psoriasis: infusion de 60g de feuilles et sommités qui portent les fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; décoction de 100g de racine; bouillir 10mn; en applications locales;</p> <p>- stomatite: (comme la feuille de ronce): infusion de 10g de feuilles et sommités fleuries; infuser 18mn; gargarismes et compresses;</p> <p>- ulcère de jambe: infusion de 100g de feuilles et sommités fleuries pendant 25mn; en bains et applications locales;</p> <p>- urticaire: infusion de 50g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour. Infusion de 100g de feuilles et sommités fleuries pendant 25mn; en applications locales;</p> <p>ATTENTION: Peut aggraver une constipation;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: contre les parasites intestinaux des ovins et des bovins;</p>
AGRIMONIA pilosa	Aigremoine	PROPRIETES: coagulant du sang
AGROSTEMMA GITHAGO L. *subsp. GITHAGO	Nielle des blés	PROPRIETES: - graines: diurétique, expectorant, anthelminthique
AILANTHUS altissima (Miller) Swingle, AILANTHUS GLANDULOSA DESF.	Vernis du Japon	PROPRIETES: - feuilles et écorce de la racine comme insecticide
AJUGA CHAMAEPITYS (L.) SCHREBER *subsp. chamaepitys	Germandrée faux pin,	PROPRIETES: - plante: vulnérable, apéritif, tonique, fébrifuge, contre apoplexie

AJUGA GENEVENSIS L.	Bugle de Genève	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: vulnéraire, astringent; utilisation en médecine vétérinaire; - feuilles: astringent
AJUGA IVA (L.) SCHREBER *subsp. IVA	Germadrée ivette	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: faiblement apéritif, tonique, fébrifuge, diurétique, antiarthritique
AJUGA REPTANS L.	Bugle rampant	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: astringent; vulnéraire; résolutif; - plante: léger laxatif; effet analgésique sur contusions et petites plaies; maladies des poumons; - homéopathie: irritations de la gorge; ulcère buccaux; - historiquement: jaunisse; obstructions du foie; dépression; narcotique léger; - Cicatrisante - Vulnéraire - Empêcherait la formation d'hématomes - Astringente <p>USAGE INTERNE: hémorragies; tuberculose (hémoptysies); ulcères gastro-intestinaux</p> <p>USAGE EXTERNE: plante: vulnéraire</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - arthrite goutteuse: infusion pendant 20 mn de 20-30 g de feuilles pour 1 litre d'eau; 2-3 tasses par jour; - hépatite: infusion de 50g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hépatomégalie: infusion de 50g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hydropisie hépatique: infusion de 60g de feuilles pendant 15mn; 3 tasses par jour; - rhumatisme articulaire aigu, rhumatisme chronique: infusion de 50g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - gingivorragie: infusion de 100g de partie aérienne de la plante entière pendant 20mn; en bains de bouche; - lésions cutanées: infusion de 100g de partie aérienne pendant 30mn; applications locales; - saignement de nez: infusion de 80-100g de partie aérienne entière pendant 25mn; applications locales et bains;
AKEBIA quinata	akébie	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruit et tige: stimuler la lactation; menstruation; sudation; fièvre; circulation; calme le foie; inflammations de la peau; diurétique pour les problèmes urinaires et de rétention de liquides; fortifier les muscles du transit digestif; - racine: fièvre
ALCEA rosea L., ALTHAEA ROSEA (L.) CAVANILLES	Rose trémière	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - jeunes feuilles et fleurs: émollient; adoucissant; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - constipation: infusion de 50 g de fleurs de la variété rouge pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - hémorroïdes: de la variété rouge: infusion de 50g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - intoxication intestinale: de la variété rouge: infusion de 50g de fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - odontalgie: décoction de 80 de fleurs de la variété rouge; bouillir 10mn; en bains de bouche et applications sur muqueuse buccale;
ALCHEMILLA ALPINA L.	Alchémille des Alpes	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: voir ALCHEMILLA vulgaris; astringent; tonique; stomachique; diurétique; - feuilles crues astringentes; <p>USAGE EXTERNE: détersif; vulnéraire</p>
ALCHEMILLA mollis	manteau de Notre-Dame	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - parties vertes en infusion: démangeaisons vaginales; aide aux relevailles; régularise menstruations; facilite la ménopause; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - acné: feuilles en décoction: inflammations oculaires; diarrhée; rougeurs; diminue

		les saignements
ALCHEMILLA PENTAPHYLLEA L.	Alchémille à cinq folioles	<p>PROPRIETES: astringente (resserre les tissus et diminue les sécrétions); diarrhées, leucorrhées (pertes blanches), règles trop abondantes; stomachique; antidiabétique; tonique; diurétique; hémostatique; décongestionnant des organes (foie); action sédative, locale et générale; détersif, cicatrisant (usage externe); tonifie et renforce la paroi utérine;</p> <p>USAGE INTERNE: traitement traditionnel de la stérilité des femmes sans cause apparente; diarrhée infantile; règles profuses, dysménorrhées, leucorrhées (H. Leclerc); facilite l'accouchement; anémie; diabète; entérite, diarrhées; spasmes de l'estomac; météorisme; céphalées, fatigue nerveuse, certaines insomnies; rhumatismes; artériosclérose; obésité; faiblesse musculaire des enfants;</p> <p>USAGE EXTERNE: prurit vulvaire (H Leclerc); plaies (suppurantes, variqueuses, gangreneuses); ulcère de jambe; arthrite dentaire (gargarismes)</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: voir alchimilla vulgaris</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: voir alchimilla vulgaris</p> <p>ATTENTION: ne pas consommer en cas de grossesse.</p>
ALCHEMILLA VULGARIS L.	Alchemille commune	<p>PROPRIETES: astringente (resserre les tissus et diminue les sécrétions); diarrhées, leucorrhées (pertes blanches), règles trop abondantes; stomachique; antidiabétique; tonique; diurétique; hémostatique; décongestionnant des organes (foie); action sédative, locale et générale; détersif, cicatrisant (usage externe); tonifie et renforce la paroi utérine; en gynécologie, elle est utilisée comme régulateur cyclique.</p> <p>USAGE INTERNE: traitement traditionnel de la stérilité des femmes sans cause apparente; diarrhée infantile; règles profuses, dysménorrhées, leucorrhées (H. Leclerc); facilite l'accouchement; anémie; diabète; entérite, diarrhées; spasmes de l'estomac; météorisme; céphalées, fatigue nerveuse, certaines insomnies; rhumatismes; artériosclérose; obésité; faiblesse musculaire des enfants;</p> <p>USAGE EXTERNE: prurit vulvaire (H Leclerc); plaies (suppurantes, variqueuses, gangreneuses); ulcère de jambe; arthrite dentaire (gargarismes)</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: 1 poignée par litre d'eau, bouillir et infuser 10mn, 3 tasses par jour avant et après les repas;</p> <ul style="list-style-type: none"> - annexite: infusion de 50g de feuilles et de sommités fleuries pendant 20mn; 2-3 tasses par jour, ou 2-3 cuillerées par jour; - céphalée due à une dyspepsie: infusion de 40 g de feuilles pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - dysménorrhée: infusion de 50g de feuilles; infuser 25mn; 2-3 tasses par jour; - fibrome: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - fistule: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - troubles de la grossesse: infusion de 50g de feuilles pendant 30mn; en boire 8-10 jours par mois, surtout pendant les derniers mois; - hémicrânie due à une mauvaise digestion: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hernie: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hydropisie abdominale ou ascite: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - insomnie: infusion de 50g de feuilles pendant 30mn; 1 tasse avant le coucher; - obésité: infusion de 60g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; - sédatif: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn.; 3 tasses par jour; - tonique du cerveau: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour avec jus de citron; - vasoconstricteur ou vaso-constricteur: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE: nettoyage plaies, gargarismes: décoction: 100g pour 1 litre d'eau: plaies, piqûres: plante écrasée appliquée;</p> <ul style="list-style-type: none"> - inflammation des yeux: décoction de 80g de feuilles; bouillir 10mn; pour bains et applications locales;

		<p>- plaie chronique: décoction de 80g de feuilles; bouillir 10mn; en applications locales;</p> <p>- ulcère de jambe: décoction de 80g de feuilles; bouillir 10mn; en bains et applications locales;</p> <p>- yeux, inflammation: décoction de 80g de feuilles; bouillir 10mn; pour bains et applications locales;</p> <p>ATTENTION: ne pas consommer en cas de grossesse.</p>
ALEURITES moluccana	Arbre à vernis	<p>PROPRIETES:</p> <p>- huile: perte de cheveux, callosités, constipation;</p> <p>- écorce: dysenterie;</p> <p>- cerneaux pulpeux bouillis: maux de tête; ulcères; enflures;</p>
Alisma plantago-aquatica L.	Plantain d'eau	<p>PROPRIETES:</p> <p>- tige souterraine: astringente, diurétique; séchée et pulvérisée contre rage, scorbut, hématurie, coliques néphrétiques;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- agitation: décoction de 10-20g de rhizome; bouillir 10mn; 2-4 tasses par jour loin des repas;</p> <p>- colique néphrétique: décoction de 20 g de rhizome; bouillir 10 mn; 4 tasses par jour;</p>
ALKANNA TINCTORIA (L.) TAUSCH. *subsp. tinctoria	Orcanet	PROPRIETES: astringent, maladies intestinales
ALLIARIA petiolata (M. Bieb.) Cavara et Grande, ALLIARIA OFFICINALIS ANDRZ.ex M.Bieb.	Alliaire	<p>PROPRIETES: diurétique; vulnérable; détersif; antiputride; topique; antiscorbutique; vermifuge; dépuratif; expectorant; amaigrissant;</p> <p>- feuilles en infusion: purifier le sang;</p> <p>- plante fleurie: expectorant; antiseptique; stimulant; antiasthmatique; vermifuge; cicatrise les blessures;</p> <p>- plante fleurie en cataplasme: atténuer coupures et peau ulcérée;</p> <p>- sève: stimuler la circulation sanguine;</p> <p>- Mucolytique</p> <p>- Expectorant</p> <p>- D'après R.Girre les hétérosides sulfurés sont irritants pour la muqueuse gastrique et provoquent, par un réflexe vagal, un accroissement des sécrétions bronchiques; par conséquence un effet fluidifiant des sécrétions des voies respiratoires, une meilleure expectoration et une diminution de la gêne respiratoire.</p> <p>USAGE INTERNE: pyorrhée alvéolaire</p> <p>USAGE EXTERNE: eczéma, plaies infectées et purulentes, ulcères</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion: 20-60g par litre d'eau, boire à volonté;</p> <p>- Infusion: 1 cuillère à dessert par tasse d'eau bouillante, infuser 20 mn 3 ou 4 tasses / jour entre les repas (J.Valnet)</p> <p>- amaigrissant: 15-30g de suc frais dans une tisane de tilleul ou de menthe;</p> <p>Attention les graines sont composées d'hétérosides à structure cardénolide, qui ont des propriétés cardiotoniques</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- affermit les dents branlantes, fortifie les gencives, prévient la carie: infusion en gargarisme; ou feuilles mâchées et rejetées ensuite;</p> <p>- dermatoses: feuilles broyées en applications;</p>
ALLIUM ASCALONICUM L.	Echalote	<p>PROPRIETES: légume sain et léger; apéritif; légèrement hypnotique; tonique; cardiaque, abaisse la pression sanguine; diurétique; apéritif;</p> <p>USAGE INTERNE: dépourvue d'âcreté, tolérée par les estomacs fragiles; prédispose au sommeil;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: à utiliser dans l'alimentation</p>
ALLIUM CEPA L.	Oignon	<p>PROPRIETES: stimulant général du système nerveux, hépatique, rénal; stimule la production de salive et de sucs digestifs, tout comme celui des larmes; chauffant et séchant; diurétique puissant, dissolvant et éliminateur de l'urée et des chlorures; antirhumatismal; antiscorbutique; antiseptique et anti-infectieux (anti staphylococcique); sécrétoire, expectorant; désinfectant intestinal; digestif (pour les farineux); équilibrant glandulaire; anti-scléreux, antithrombosique; aphrodisiaque;</p>

hypoglycémiant; antiscrofuleux; vermifuge; hypnotique léger; curatif de la peau et du système pileux; émollient et résolutif; antiseptique; antalgique; éloigne les moustiques;

- fibrinolytique: évite la formation de caillots de fibrine pouvant entraver la circulation; sert à éliminer le cuivre et autres métaux lourds de l'organisme; soulage diabétiques et malades du cancer

USAGE INTERNE: asthénies, surmenage physique et intellectuel, croissance; déficience des échanges; oliguries, rétentions liquidiennes (œdèmes, ascites, pleurésies, péricardites); hydropisie; azotémie, chlorurémie; rhumatismes, arthritisme; lithiase biliaire; abaisse la pression et aide à la régénération du sang; fermentations intestinales (diarrhées); infections génito-urinaires; affections bronchites, asthme, laryngite); grippe; respiratoires (rhumes), atonie digestive; déséquilibres glandulaires; obésité; artériosclérose, prévention des thromboses; prévention de la sénescence; prostatisme; impuissance; diabète; adénites, lymphatisme, rachitisme; parasites intestinaux

USAGE EXTERNE: abcès, panaris, furoncles, piqûres de guêpes; engelures, crevasses; migraines; congestion cérébrale; surdité, bourdonnements; névralgies dentaires; verrues; plaies, ulcères, brûlures; taches de rousseur; éloigne les moustiques; jus pour plaies infectées

POSOLOGIE INTERNE: oignon cru tel quel ou macéré quelques heures dans huile d'olive: dans salades, crudités, potages...; oignon haché, macéré quelques heures dans eau chaude: boire matin et soir avec quelques gouttes de citron; oignon en poudre très digeste;

Jus: désinfectant, reconstituant, antispasmodique, dysenterie amibienne;

- ankylostome: découper le bulbe en fines lamelles et les faire macérer dans 300g d'eau pendant 8 heures; écraser ensuite l'oignon et boire l'eau, à jeun, 3-4 matins de suite;

- antibiotique, éplucher et manger (cru ou cuit) le quart d'un oignon blanc doux, 2 à 4 fois par jour. L'oignon doit être mâché, écrasé, haché ou pressé pour libérer ses propriétés antibiotiques;

- artériosclérose: faire macérer 500g d'oignon haché dans 1 litre de vin blanc sec pendant 8 jours; filtrer à travers un linge en serrant très fort; ajouter 100g de miel; 2-3 verres par jour;

- athérosclérose: traitement: huile essentielle. Aussi consommer cru dans la cuisine;

- bronchite: potage d'oignon;

- bronchite chronique: hacher un oignon cru en petits morceaux puis y ajouter 1 ou 2 feuilles de chou cru, également haché; mélanger, saupoudrer de sucre roux et laisser macérer 48 heures; boire le sirop plusieurs fois par jour;

- décalcification: consommer le bulbe en salade, soit cru, soit cuit;

- douleurs du bas ventre: hacher finement le bulbe et faire des cataplasmes locaux;

- engourdissement: 500g d'oignons hachés macérés dans 1 litre de vin blanc sec; filtrer et ajouter 100g de miel; bien mélanger; 2-3 verres par jour;

- excitant: faire macérer 50g d'oignon frais dans 100g d'alcool à 95° pendant 8 jours, puis filtrer et ajouter 70g de miel; consommer par cuillerées;

- faiblesse des os: en manger beaucoup;

- fatigue intellectuelle: consommer le bulbe en commençant par une fine lamelle le 1° jour et d'augmenter régulièrement les doses;

- goitre: faire macérer 10 jours, 50g de bulbe haché finement dans 100g d'alcool à 90°; ajouter 50g de miel;

- grippe: faire macérer 2 oignons hachés fin dans ½ litre d'eau; boire 1 verre entre les repas et 1 avant le coucher;

- hydropisie, hydropisie abdominale ou ascite: consommer cru ou cuit. Faire macérer dans 1 litre de vin blanc pendant 6 jours, 500g d'oignon haché; passer à travers un morceau de linge et ajouter 100g de miel; 8-10 cuillerées dans la journée;

- hyperglobulie: manger tous les jours 8-10 oignons crus;

- hyperthyroïdisme: faire macérer 8 jours dans 1 litre de vin blanc sec 500g d'oignon haché; filtrer à travers un morceau de toile et ajouter 100g de miel; 2-3 verres par jour;

- hypoglycémiant: oignons dans l'alimentation;

- impuissance: à consommer aussi bien cru que cuit;

- infarctus du myocarde: faire macérer 50g d'oignon bien haché dans 100g d'alcool à 90° pendant 10 jours, puis ajouter 100g de miel; par cuillerées;

- maladie de Basedow ou goitre exophtalmique: faire macérer 8 jours dans de l'alcool à 95°, 50g de bulbe d'oignon haché très fin et filtrer; ajouter 50g de miel; par cuillerées;

- obésité: consommer en grande quantité;
- oedème des jambes: faire macérer 10 jours, 80g de bulbe haché dans 100g d'alcool à 70°; prendre cette préparation sous forme de gouttes dans un peu d'eau;
- os: voir faiblesse des os;
- péricardite: faire macérer 8 jours dans 1 litre de vin blanc naturel, 500g de bulbes hachés, puis ajouter 100g de miel d'acacia; 8-10 cuillerées par jour;
- prostate: hypertrophie et congestion: faire macérer 6-8 jours, 500g de bulbe bien haché dans 1 litre de vin blanc sec et filtrer; ajouter 100g de miel; 2 verres par jour;
- rhumatisme: faire macérer 10 jours, 500g d'oignons hachés finement dans 1 litre de vin rouge; filtrer; ajouter 100g de miel; 2 verres par jour; ou décoction de 3 oignons coupés non épluchés dans 1 l d'eau, bouillir 15mn, passer; 1 verre au lever et au coucher;
- rhume: rhinite: hacher finement un oignon moyen et le faire bouillir dans du lait pendant 15mn; boire le lait adouci avec du miel; mettre ½ oignon cru sur la table de nuit et respirer le parfum qu'il dégage;
- toux: en potage; ou faire cuire 5 gros oignons frais; les passer au presse légumes ou à la centrifugeuse; récupérer le jus et le boire par petites gorgées plusieurs fois par jour;
- urémie: faire macérer 400g de bulbe haché finement dans 1 litre de vin blanc sec pendant 6 jours, puis filtrer à travers un linge en serrant bien; ajouter 100g de miel; 2 verres par jour;

POSOLOGIE EXTERNE:

- abcès, phlegmons, furoncles: oignon cuit au four, chaud, les fait mûrir;
- aphonie: couper de fines lamelles et les faire bouillir dans du lait; gargarismes;
- blessure légère: nettoyer avec 1 cuillère à café de sel dans un verre d'eau; souffler pour éviter que cela pique; éplucher un oignon pour recueillir la très mince pellicule se trouvant entre 2 couches; l'appliquer à même la plaie et bander avec un linge léger; renouveler matin et soir jusqu'à la guérison en quelques jours;
- brûlures: fine pellicule séparant chaque couche de l'oignon comme pansement recouvert d'une gaze;
- congestion: frotter les tempes avec de l'oignon coupé, puis hacher 1 kg d'oignon et appliquer sur les pieds; laisser l'application 9-10 heures;
- coupures fine pellicule séparant chaque couche de l'oignon comme pansement recouvert d'une gaze;
- dents: névralgies dentaires: coton imbibé de jus d'oignon;
- engelures: frictionner avec le bulbe écrasé la partie atteinte: la douleur cesse aussitôt, les engelures disparaissent en quelques jours;
- entorse: cataplasme d'oignon cru;
- érythème: hacher le bulbe et l'appliquer sur la partie atteinte;
- furoncle: si douleur: compresse d'oignon cuit au four sur le furoncle;
- gerçures (mains, lèvres...): hacher fin et presser le bulbe pour obtenir 50g de jus; faire cuire pendant 10mn dans 150g de jus de poulet: onguent excellent à appliquer sur les gerçures;
- grippe, prévention: avant d'aller se coucher, couper 1 oignon en 2 et le poser sur la table de chevet;
- hémorroïdes: faire cuire 1 oignon frais et le réduire en pâte; en cataplasme dans une petite bande de gaze fine; rester allongé le plus longtemps possible;
- migraines: cataplasmes d'oignons crus sur le front;
- névralgies dentaires: coton imbibé de jus d'oignon;
- panaris: appliquer localement l'oignon haché pendant 3-4 heures; renouveler ensuite l'opération; ou prendre un oignon, mettre dans une casserole avec un peu d'eau et faire frissonner sans bouillir; retirer l'oignon de l'eau, l'ouvrir en 2 parts égales et laisser légèrement tiédir; mettre le doigt à l'intérieur de l'oignon pendant 10mn puis désinfecter; recommencer l'opération 2 fois par jour, le matin et le soir jusqu'à ce que le panaris ait mûri et soit percé;
- phlegmons: oignon cuit au four, chaud, les fait mûrir;
- piqûres d'abeille: bulbe cru localement, masser doucement dans le sens des aiguilles d'une montre;
- plaies: fine pellicule séparant chaque couche de l'oignon comme pansement recouvert d'une gaze;
- rhumatismes: sinapismes avec oignons crus;
- rhume: rhinite: hacher finement un oignon moyen et le faire bouillir dans du lait pendant 15mn; boire le lait adouci avec du miel; mettre ½ oignon cru sur la table de nuit et respirer le parfum qu'il dégage;
- saignement de nez: aspirer fortement le jus du bulbe;
- sciatique: couper un oignon en 2 et frotter le membre délicatement;
- ulcères: fine pellicule séparant chaque couche de l'oignon comme pansement recouvert d'une gaze;

		<p>ASSOCIATION: gingembre, poivre commun, cumin, coriandre, eucalyptus. En période d'allaitement, l'oignon dans le lait maternel peut provoquer des coliques chez le nourrisson. Parfois crise d'urticaire chez les sujets allergiques: arrêter toute consommation.</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: - contre les maladies infectieuses des poules - ingestion de 7 oignons chez la vache aide au vêlage</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: - action sur les muqueuses des yeux et du nez (larmolement abondant et non irritant, écoulement nasal, excoriant) - latéralité gauche - contre le coryza, ophtalmies des bovins</p>
ALLIUM FISTULOSUM L.	Ciboule	<p>PROPRIETES: antiputride; digestif; stimulant; diurétique; expectorant; antiseptique</p> <p>USAGE INTERNE: dyspepsies; fermentations intestinales</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: dans salades, hors-d'œuvre;</p>
ALLIUM PORRUM L.	Poireau	<p>PROPRIETES: tonique nervin, très digestible; constructeur; diurétique urique; laxatif: balai de l'intestin; antiseptique</p> <p>USAGE INTERNE: dyspepsies; anémie; rhumatisme, arthrite, goutte; affections urinaires; lithiases urinaires; azotémie, insuffisance rénale; obésité; athérosclérose;</p> <p>USAGE EXTERNE: abcès; furoncles; cystites; rétention d'urine; hémorroïdes; cors et durillons; piqûres d'insectes; plaies; soins du visage;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: cru, coupé très fin, dans salades;</p> <ul style="list-style-type: none"> - diurétique: décoction, soupes, eau de cuisson; - "gueule de bois": bouillon de poireau; - obésité: consommer en grande quantité les bulbes en salade; - tonique des nerfs: consommer les bulbes aussi bien cuits que crus, toujours assaisonnés d'huile; - toux: faire cuire 2-3 poireaux; les réduire en bouillie lorsqu'ils sont bien cuits; ajouter 2 cuillerées de miel et bien mélanger; boire 1 cuillerée à soupe au moment des quintes de toux; - urée sanguine en excès: 30g de racelles macérés 10 jours dans 1 litre de vin blanc; 1 verre à Bordeaux chaque matin; - urémie: manger beaucoup de poireau soit en potage, soit en salade; - vermifuge: racelles pilées dans du lait; <p>POSOLOGIE EXTERNE: - abcès, abcès chaud et furoncles: suc et mie de pain: pâte qui les mûrit; - aoutats: couper 1 tête de poireau en 2 et frotter la partie touchée avec vigueur pendant quelques minutes; renouveler toutes les ½ heures jusqu'à disparition des démangeaisons; - cors: faire macérer des feuilles de poireau pendant 24 heures dans du vinaigre de vin; appliquer ensuite cette préparation plusieurs nuits d'affilées sur cors ou durillons; - douleurs dues à des hémorroïdes: faire bouillir 1 kg de poireaux dans 1 litre d'eau; en bain de siège; - éruptions du visage: suc et lait: en lotions; - furoncles: suc et mie de pain: pâte qui les mûrit; - piqûres d'insecte: frotter avec feuilles; - plaies: feuille comme pansement antiseptique et cicatrisant - rougeurs et éruptions du visage: suc et lait: en lotions;</p>
ALLIUM sativum L. *subsp. sativum	Ail	<p>PROPRIETES: antiseptique intestinal et pulmonaire, bactériostatique et bactéricide, tonique, stimulant général (cardiotonique) et des organes digestifs, stimulant opératoire, hypotenseur (dans le cas d'hypertension), ralentisseur du pouls, antispasmodique, expectorant, apéritif; rééquilibrant glandulaire et nerveux, anti-scléreux, diurétique, antigoutteux, antiarthritique, stomacique (active la digestion des aliments mucilagineux et visqueux), carminatif, vermifuge, fébrifuge; bactéricide, antibiotique naturel, coricide, vulnérable, antiparasitaire, antalgique, résolutif, tonique généra, chauffant, séchant; participe à éliminer le cuivre et autres métaux lourds de l'organisme; hypotenseur; fait baisser le taux de cholestérol;</p>

USAGE INTERNE: prophylaxie et traitement des maladies infectieuses, diarrhées, dysenteries, affections pulmonaires, asthme et emphysème, coqueluche, asthénie, faiblesse générale, spasmes intestinaux, atonie digestive, hypertension artérielle, fatigue cardiaque, oligurie; certaines tachycardies, spasmes vasculaires, troubles circulatoires, varices, hémorroïdes, déséquilibres glandulaires, artériosclérose, sénescence, pléthore, hyper coagulabilité sanguine, rhumatismes, goutte, arthritisme, œdème des jambes, hydropisie, lithiase urinaire, blennorragie, manque d'appétit, digestions pénibles, flatulences, parasites intestinaux, prévention du cancer;

USAGE EXTERNE: corps, verrues, durillons, plaies, plaies infectées, ulcères, gale, teigne, otalgies, névralgies rhumatismales, surdité rhumatismale, piqûres de guêpes, d'insectes, abcès froid, tumeurs blanches, kystes;

POSOLOGIE INTERNE:

- ail dans salade et alimentation, cru;
- alcoolature de bulbe frais, 20 à 30 gouttes 2 fois par jour pour bronchite chronique, emphysème, coqueluche, hypertension;
- teinture d'ail: macération de 50g d'ail coupé en morceaux dans 250g d'alcool à 60° durant 10 jours en agitant fréquemment, exprimer et filtrer;
- antibiotiques: prendre 6 à 12 gousses d'ail par jour; éplucher et mâcher 3 gousses en même temps, 2 à 4 fois par jour. L'ail doit être mâché, écrasé, haché ou pressé pour libérer ses propriétés antibiotiques;
- artériosclérose: faire macérer 25g de gousse hachée dans 100g d'alcool à 70° pendant 15 jours; prendre 20 gouttes par jour dans de l'eau ou dans toute autre boisson ou nourriture; consommer aussi de l'ail en salade après l'avoir fait tremper quelques instants dans de l'eau bouillante;
- athérosclérose: traitement: huile essentielle. Aussi consommer cru dans la cuisine;
- bronchectasie: laisser macérer pendant 3-4 semaines une partie de gousse d'ail sec dans 4 parties d'alcool à 95°: 20-30 gouttes dans du lait ou dans de l'eau ou sur un morceau de sucre;
- circulation du sang, régulateur: ail croqué cru est un excellent régulateur;
- coqueluche, tous spasmodique: consommer en grande quantité les gousses;
- coryza: consommer dans l'alimentation;
- diabète: à consommer dans l'alimentation;
- embolie: faire macérer 18 jours 30g de bulbe d'ail haché dans 100g d'alcool à 70°; 20-30 gouttes dans un peu d'eau par jour;
- engourdissement: faire macérer pendant 15 jours de 15 à 25g de gousses d'ail haché dans 10 g d'alcool à 70°; 30 gouttes par jour dans un peu d'eau;
- entérite chronique: 1-2g par jour en poudre;
- éréthisme cardio-vasculaire (troubles du rythme cardiaque): décoction de 40g de bulbe dans du lait; bouillir 5mn; 2 tasses par jour;
- contre l'haleine chargée d'ail: croquer un grain de café ou un clou de girofle;
- hydropisie cardiaque: décoction de 30g de bulbe; bouillir avec du lait 5mn; 2 tasses par jour;
- hypertension artérielle, hypertension due à la ménopause: faire macérer 25 jours 1 gousse d'ail hachée très fin dans de l'alcool à 95°; 10-12 gouttes sur un morceau de sucre 2-3 fois par jour. Ou faire macérer 6-7 jours dans 1 litre de vin blanc sec, 100g de bulbes frais pilés; 2 verres par jour loin des repas. Ou à consommer dans la nourriture;
- hypoglycémiant: ail dans l'alimentation;
- impuissance: à consommer ail en grande quantité dans les aliments;
- oxyures: décoction de 30g de bulbes écrasés; bouillir 15mn; en lavements; ou prendre 1 gousse, la couper en 2, laisser macérer toute la nuit dans 1 verre de lait; boire le lendemain matin à jeun; ou mettre 2 gousses d'ail dans ½ litre d'eau, couvrir et porter à ébullition; laisser bouillir à feu doux pendant 5mn; passer et boire cette décoction le matin à jeun et le soir au coucher pendant plusieurs jours;
- parasites intestinaux: 3 à 4 gousses râpées dans tasse d'eau bouillante ou lait, macération toute la nuit, boire à jeun durant 3 semaines; ou faire macérer 100g de gousses écrasées dans 1 litre de vin blanc sec pendant 10 jours; 2 verres par jour;
- rhume des foins: ail en consommation;
- splénomégalie: en consommation;
- tabagisme: faire macérer 300g de gousses hachées dans 200g d'alcool à 95° pendant 8 jours; 1 cuillerée dans 2 doigts d'eau sucrée, avant les repas;
- toux: laisser macérer plusieurs gousses dans du cognac durant 2-3 semaines avant de filtrer;
- toux nerveuse: faire macérer 100g de gousses fraîches écrasées dans 1 litre de vin blanc sec pendant 8 jours; 3-4 cuillerées par jour;

		<p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès dentaire: mâcher cru de l'ail; - asthénie, faiblesse générale: mélange 2 parties d'huile camphrée et 1 d'ail, en friction le long de la colonne vertébrale; - bronchite: frictionner la poitrine d'huile d'ail; - coricide: cru en rondelle ou pilé en compresse sur le cor -sans toucher la peau autour- toute la nuit; recommencer toutes les nuits; antiseptique; ou faire cuire 1 gousse d'ail sous la cendre ou au four enveloppée dans du papier aluminium; placer-la sur le cor quand elle est encore chaude et la fixer par une bande; - dysenterie bacillaire: décoction de 30g de gousse; bouillir 15mn; en lavements; - névralgies dentaires: écraser une gousse d'ail et appliquer sur la dent; - douleurs musculaires: mélanger de l'ail broyé et de l'huile d'olive; masser longuement et doucement la zoner douloureuse; - entorse: faire macérer 1 tête d'ail dans ¼ litre d'huile; masser doucement et longuement; mettre un bandage pour la nuit; - fatigue: mélanger de l'huile d'olive avec de l'ail râpé; frictions sur l'épine dorsale; - gale: lavage avec décoction de 6 gousses d'ail par litre d'eau; ou lavages avec la décoction de 3 gousses pour ½ litre d'eau; bouillir 20mn; - goutte: (écraser 3 gousses d'ail dans un mortier; les mélanger à 250g d'une purée de pommes de terre; avec la pommade faire un cataplasme dans un linge fin; garder toute la nuit et renouveler quelques jours; - muguet: frictionner avec ail cru; - névrite et polynévrite: frotter un morceau d'ail avec de l'huile de camphre; pour frictions locales; - otalgie: décortiquer une gousse et l'envelopper dans une gaze légère; la placer dans l'oreille; ou gaze contenant 1/2 gousse d'ail râpée mélangée à huile; - oxyures: décoction de 30g de bulbes écrasés; bouillir 15mn; en lavements; ou prendre 1 gousse, la couper en 2, laisser macérer toute la nuit dans 1 verre de lait; boire le lendemain matin à jeun; ou mettre 2 gousses d'ail dans ½ litre d'eau, couvrir et porter à ébullition; laisser bouillir à feu doux pendant 5mn; passer et boire cette décoction le matin à jeun et le soir au coucher pendant plusieurs jours; - panaris: appliquer localement en les maintenant à l'aide d'une gaze, des bulbes écrasés, pendant 2-3 heures; - piqûres araignées: bulbe cru frotté localement; - piqûres d'insectes: frotter avec morceau d'ail; - plaies: désinfection: solution suc d'ail à 10% avec 1 à 2% d'alcool; - teigne: lavage avec décoction de 6 gousses d'ail par litre d'eau; ou lavages avec la décoction de 3 gousses pour ½ litre d'eau; bouillir 20mn; - ténia, ténifuge, vers solitaire: décoction de 30g de gousses; bouillir 15mn; en lavements; - torticolis: d'abord réchauffer le cou avec un sèche cheveux; puis masser très doucement avec un mélange d'huile camphrée et d'ail pilé sans cesser de réchauffer le cou; - tumeurs blanches, résolutif: ail pilé avec graisse ou huile: moutarde du diable; - ulcères: solution suc d'ail à 10% avec 1 à 2% d'alcool; <p>ASSOCIATION: gingembre, poivre commun, cumin, coriandre, eucalyptus. En période d'allaitement, l'ail dans le lait maternel peut provoques des coliques chez le nourrisson. Crise d'urticaire chez certains sujets allergiques: arrêter toute consommation.</p>
ALLIUM SCHOENOPRASUM L.	Ciboulette	<p>PROPRIETES: stimulant; diurétique; expectorant; antiseptique</p> <p>USAGE INTERNE: arthrite; artériosclérose</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: arthrite, artériosclérose: saupoudrer les aliments de plante fraîche ou séchée</p>
ALLIUM ursinum L. *subsp. ursinum	Ail des ours	<p>PROPRIETES: voir ALLIUM sativum</p> <p>USAGE INTERNE: voir ALLIUM sativum</p> <p>USAGE EXTERNE: voir ALLIUM sativum</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: voir ALLIUM sativum;</p> <ul style="list-style-type: none"> - teinture: laisser macérer pendant 10 jours 10 g de feuilles desséchées et émietées et 10 g de bulbes desséchés et concassés dans 80 g d'alcool à 70° Filtrer et conserver dans un flacon à fermeture hermétique muni de compte-gouttes. En prendre de 10 à 15 gouttes dans une tisane ou sur une cuillerée de sucre après les repas; - élimination des éruptions cutanées: infusion: Verser une cuillerée à café de

		<p>feuilles desséchées et émiettées dans une tasse d'eau bouillante et laisser en infusion pendant un quart d'heure. Deux tasses, en 3 ou 4 reprises;</p> <p>- stimulation de la diurèse: infusion: verser une cuillerée à café de feuilles desséchées et émiettées dans une tasse d'eau bouillante et laisser en infusion pendant un quart d'heure. Deux tasses, en 3 ou 4 reprises;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: voir ALLIUM sativum;</p> <p>Toutes les parties vertes de la plante appliquées sur la peau sont rubéifiantes</p> <p>- abcès, furoncles: feuilles fraîches pilées s'emploient en cataplasme</p> <p>PERIODE de RECOLTE: Du printemps (les jeunes feuilles) à l'été.</p> <p>CONSERVATION: Les feuilles doivent sécher à l'ombre, puis les conserver en sachets. Les bulbes, séchés au soleil, doivent être mis en sachets et conservés à l'abri de l'humidité.</p>
ALNUS GLUTINOSA (L.) GAERTN.	Aulne	<p>PROPRIETES:</p> <p>- écorce: astringent; détersif; fébrifuge; cicatrisant; Astringente, Hémostatique, Puissamment hyper cholérétique;</p> <p>- feuilles en décoction: diurétique, vermifuge; Antirhumatismales;</p> <p>USAGE INTERNE: écorce: fièvres intermittentes (comme le quinquina)</p> <p>USAGE EXTERNE: écorce: inflammation de la gorge, angines; ulcères variqueux;</p> <p>- feuilles: rhumatismes; paralysies;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- transpiration nocturne: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- angines: décoction d'écorce (30g) en gargarismes;</p> <p>- douleurs et enflures: en cataplasmes;</p> <p>- engelures: décoction de 150g de feuilles; bouillir 20mn; baigner pieds ou mains;</p> <p>- gingivite: décoction de 30g d'écorce de jeunes rameaux; bouillir 10mn; en bains de bouche;</p> <p>- rhumatismes: feuilles chauffées recouvrant le malade (couvrir le tout par une couverture);</p> <p>- transpiration des pieds: décoction de 100g d'écorce en poudre; bouillir 15mn; en bains de pieds;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <p>- branche déposée dans le poulailler ou le pigeonnier se recouvre de tout les ectoparasites d'oiseaux</p> <p>- contre les mouches et les taons: lavage des chevaux avec une décoction</p> <p>- douleur: cataplasme de feuilles fraîches écrasées</p> <p>- contre l'écoulement muqueux ou purulent des naseaux de cheval: macération d'écorce;</p>
ALOES vulgaris	Aloès	<p>PROPRIETES:</p> <p>- gel et suc: tonique; emménagogue; vermifuge; purgatif drastique (son usage répété entraîne des hémorroïdes, une congestion utérine et prédispose aux hémorragies); stomachique; protège la peau des infections et cryptogames; accélère la régénération cellulaire (utilisé en cas d'irradiations, de coupures dues au corail, de dermatoses); petites brûlures; coupures; crevasses; coups de soleil; eczéma; éruptions dues au sumac vénéneux; teigne; urticaire; acné; zona; rides et régions cutanées sèches et irritées;</p> <p>USAGE INTERNE: insuffisance des règles; dérivatif dans les congestions cérébrales, les céphalées rebelles; constipation;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: contre les candidoses (muguet): 1 cuillère à soupe de suc frais 2 fois par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- le suc d'Aloès très amer est appliqué sur le pouce des enfants pour les empêcher de le sucer</p> <p>- brûlures, coups de soleil, teigne, coupures infectées, acné zona, eczéma, rides et</p>

		<p>régions cutanées sèches et irritées: feuilles découpée dont on applique le suc; - acné: feuilles découpée dont on applique le suc; - eczéma: gel d'aloès sur l'eczéma; - gingivite: en bain de bouche;</p> <p>CONTRE-INDICATIONS: métrorragies, règles, affections utérines, grossesse; hémorragies diverses; prostatite, cystite; dysenterie et colites; congestions viscérales; asystolie; enfance;</p> <p>TOXICITE: à forte dose, entraîne de la faiblesse générale, le ralentissement du pouls, de l'hypothermie. C'est de plus un abortif. 8g de poudre peuvent entraîner la mort; En général, on a tort de s'en servir comme purgatif, car il prédispose aux hémorroïdes et aux écoulements menstruels. Il est aussi contraire dans les irritations et les maladies de la vessie. Barthez dit que son usage répété détermine de la chaleur et de la cuisson à l'anus et une congestion des veines hémorroïdales. Chez, les femmes, il congestionne la matrice. - A forte dose: toxique, propriétés cytotoxiques (pouvant altérer les cellules) - Contre indiqué aux femmes enceintes, aux hémorroïdaires, en cas d'occlusion intestinal, d'appendicite, inflammation aigüe, colites ulcéreuses - Suc frais d'Aloès est irritant pour la peau</p> <p>ANTAGONISTES: narcotiques, acides;</p> <p>INCOMPATIBILITES: tanin, fer, iode, menthol, thymol, phénol</p>
ALOYSIA triphylla (L'Hér.) Britton, LIPPIA TRIPHYLLA (L'HERITIER) KUNTZE	Lippia	<p>PROPRIETES: Verveine: stomachique; stimulant; diurétique; antispasmodique</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: feuilles: infusion digestive</p>
ALPINIA galanga	Galanga	<p>PROPRIETES: - rhizome frais: bronchite; rougeole; rubéole; gastrite; choléra; peau de serpent; - graines; difficultés digestives Une plante chinoise réputée pour sa capacité à réchauffer le corps et les organes vitaux Plante utilisée dans la pharmacopée Chinoise. On l'utilise en Chine contre les vomissements et la diarrhée due au froid, grâce à son action réchauffante. Les hindous l'utilisent comme anti-inflammatoire, pour arrêter le hoquet, les maux d'estomac et les rhumatismes articulaires. En Europe il sert à traiter les flatulences, les indigestions, les vomissements... Il est aussi très efficace contre le mal de mer. Effets: Tonique digestif, réchauffe le corps et les organes vitaux, stimulant, antibactérien, favorise l'expulsion des gaz, arrête les vomissements, fongicide, anti-inflammatoire.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion ou décoction de racine 1 à 3 fois par jour.</p> <p>Mises en garde: Ne pas consommer à forte dose (irritation de l'appareil digestif).</p>
ALSIDIUM helminthocorton	Mousse de Corse	<p>USAGE INTERNE: ascaris, oxyures (surtout pour les enfants); goitre; vermifuge doux; stimulant thyroïdien;</p> <p>USAGE EXTERNE: adénites; anti-inflammatoire;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: décoction de 30g pour 1 litre d'eau bouillante; faire macérer au moins 3 heures; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - engorgements glandulaires, goitres: cataplasmes chauds de son et de mousse de Corse</p>
ALTHAEA OFFICINALIS L.	Guimauve	<p>PROPRIETES: béchique; pectoral; émollient (trouve son emploi partout où il y a inflammation: peau endommagée par intempéries...); apaisant; mucilagineux; laxatif; apéritif; maladies inflammatoires internes et externes; - racines en infusion: apaise ulcères gastriques; toux; diarrhée; insomnie; maux de gorge; catarrhes; - racines en lotion: ophtalmie, douleurs de gencive;</p> <p>USAGE INTERNE: irritation des muqueuses de la bouche et du pharynx: stomatites, glossites, pharyngites; inflammation, irritation gastro-intestinale;</p>

affections pulmonaires; toux non productives et sèche, bronchites; entérites; affections des voies urinaires (cystites);

USAGE EXTERNE: maturatif des abcès, furoncles; plaies enflammées; en gargarismes dans angines, gingivites, abcès dentaires; affections aiguës de l'intestin;

POSOLOGIE INTERNE:

Poudre: Piler au mortier une certaine quantité de racines desséchées jusqu'à ce que l'on obtienne une poudre très fine. En prendre 2 ou 3 cuillerées à café par jour.

Infusion: Verser une tasse d'eau bouillante sur une cuillerée à dessert de racines desséchées et concassées. Laisser reposer 10 minutes et en boire 2 ou 3 tasses par jour.

laisser macérer 25g de racine ou de feuilles dans 1/2 litre d'eau froide, toute une nuit, filtrer et boire 3 tasses par jour;

- angine: infusion de 50g de feuilles et fleurs; infuser 30mn; 2-3 tasses par jour;
- affections respiratoires: laisser macérer 25g de racine ou de feuilles dans 1/2 litre d'eau froide, toute une nuit, filtrer et boire 3 tasses par jour;
- aphtes: sucer des carrés de guimauve et une fois mous et juteux, imprégner les aphtes de ce jus; plusieurs fois par jour;
- appareil respiratoire: maladies: sirop: faire macérer pendant 24 heures 100 g de racines desséchées dans un litre d'eau froide. Verser et y dissoudre 1500 g de sucre à petit feu. Laisser refroidir et conserver le sirop dans une bouteille en verre foncé. En prendre un petit verre le soir avant de se coucher;
- bronchite chronique: infusion de 40 g de feuilles et de fleurs pendant 30 mn; 3 tasses par jour sucrées avec du miel;
- calmant, tranquillisant: infusion de 40 g de feuilles et fleurs pendant 10 mn; 3 tasses par jour;
- catarrhe chronique: infusion de 40 g de racine, feuilles et fleurs pendant 30 mn; 3 tasses par jour;
- constipation: infusion de racine 3 fois par jour;
- cystite: infusion de 60 g de racine, feuilles et fleurs pendant 25 mn; 3 tasses par jour avec du miel;
- enrouement: infusion de 50g de racine et de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel;
- érysipèle: infusion de 60g de racine, feuilles et fleurs pendant 30mn; 3 tasses par jour;
- gastrite chronique: infusion de 40g de racine, feuilles et fleurs pendant 30mn; 3 tasses par jour;
- gencive, irritation: morceau de racine desséchée à mâcher aux enfants;
- hématurie: infusion de 40g de racine pendant 25mn; 3 tasses par jour;
- inflammation: infusion de 50g de racine, feuilles et fleurs pendant 25mn; 2-3 tasses par jour;
- insomnies: sirop: faire macérer pendant 24 heures 100 g de racines desséchées dans un litre d'eau froide. Verser et y dissoudre 1500 g de sucre à petit feu. Laisser refroidir et conserver le sirop dans une bouteille en verre foncé. En prendre un petit verre le soir avant de se coucher;
- lymphangite: infusion de 50g de racine pendant 40mn; 3 tasses par jour;
- péritonite: infusion de 50g de racine, feuilles et fleurs pendant 30mn; 3 tasses par jour;
- pyrosis: 30-50g de feuilles et fleurs par litre d'eau; infuser 30mn; 2-3 tasses par jour;
- rafraîchissant: infusion de 50g de racine pendant 30mn; 3 tasses par jour avec du miel;
- respiratoire: maladies de l'appareil respiratoire: sirop: faire macérer pendant 24 heures 100 g de racines desséchées dans un litre d'eau froide. Verser et y dissoudre 1500 g de sucre à petit feu. Laisser refroidir et conserver le sirop dans une bouteille en verre foncé. En prendre un petit verre le soir avant de se coucher;
- rhino-pharyngite: infusion de 50g de racine, feuilles et fleurs pendant 25mn; 3 tasses par jour;
- rhumatismes, douleurs, avec ou sans fièvre: infusion: verser une tasse d'eau bouillante sur une cuillerée de feuilles et de fleurs desséchées. Boire chaud, édulcoré avec du miel; 2 ou 3 tasses par jour;
- strangurie: infusion de 50g de racine, fleurs et feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour avec du miel;
- toux d'irritation, toux persistante: infusion de 50g de racine, feuilles et fleurs pendant 25mn; 3 tasses par jour avec du miel;
- ulcère gastroduodéal: décoction cicatrisante;

		<p>POSOLOGIE EXTERNE: décoction d'1 poignée de racines coupées pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en gargarismes, lavages, compresses, lavements;</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès, abcès dentaire: 50 g de racines pour 1 litre d'eau; bouillir 15 mn; filtrer: plusieurs bains de bouche par jour; - angine: infusion de 50g de feuilles et fleurs; infuser 30mn; gargarismes matin et soir; - dents, sortie: racine à mâcher aux enfants; - émollient: infusion de 100g de racine, feuilles et fleurs pendant 40mn; en applications locales et compresses; - furoncles: décoction de 30g de racine pour 12 litre d'eau; bouillir 15mn; en compresses; - glossite: infusion de 100g de racine, feuilles et fleurs pendant 25mn; en bains de bouche; - iritis: infusion de 100g de racine, feuilles et fleurs pendant 30mn; en bains et applications locales; - odontalgie: infusion de 80g de racine, feuilles et fleurs pendant 25mn; en bains de bouche et applications sur muqueuse buccale; - piqûres d'insecte: mélanger de la racine de guimauve en poudre avec un peu d'eau pour obtenir une pommade épaisse; à appliquer sur la piqûre; - plaie: infusion de 100g de racine, feuilles et fleurs pendant 40mn; en applications locales; - sinusite: action décongestionnante et sédative: 50g de racines pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; filtrer; 10mn inhalation; - yeux: irritation, fatigue, faiblesse: infusion de 100g de racine pendant 40mn; en applications locales; <p>PERIODE de RECOLTE: Les racines seront cueillies en automne; les feuilles et les fleurs au printemps et en été. La partie la plus employée est la racine.</p> <p>CONSERVATION: Faire sécher au soleil les racines coupées en long ou, ce qui est mieux, en petits dés. Sécher les feuilles et les fleurs à l'ombre et les conserver en des récipients qui les préservent de l'humidité ainsi que de l'air et de la poussière.</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - émollient dans les angines des carnivores, l'eczéma, l'indigestion par surcharge - non-délivrance chez la chèvre: infusion de guimauve en irrigation - goutte des oiseaux: bains d'infusion de fleurs - pour le cheval mastication de la plante enveloppée dans un linge <p>Médecine vétérinaire moderne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pour le tarissement ou les congestions mammaire chez le carnivore: par voie externe - anti-inflammatoire externe pour l'eczéma
AMANITA pantherina (D. C.) Krombh.	Amanite panthère	PROPRIETES: 1 à 3h d'incubation: troubles digestifs, brûlures à l'estomac, vomissements, diarrhée, troubles délirants, accès de colère, marche titubante puis prostration momentanée
AMARANTUS ALBUS L.	Amarante blanche	PROPRIETES: rafraîchissant, émollient, un peu astringent
AMARANTUS blitum L. *subsp. blitum *var. blitum	Amarante blet	PROPRIETES: rafraîchissant, émollient, un peu astringent
AMARANTUS RETROFLEXUS L.	Amarante réfléchie	PROPRIETES: feuilles: astringent, adoucissant
AMARANTUS viridis L.	Amarante sauvage	PROPRIETES: rafraîchissant, émollient, un peu astringent
AMBROSIA artemisiifolia L.	Absinthe du pays	<p>NOTES: principal responsable des rhumes des foins, surtout en Amérique; responsable en France d'eczéma, yeux larmoyants, rhinites, problèmes pulmonaires avec surinfection rapide</p> <p>PROPRIETES: plante: amère, émolliente, vermifuge, saignements de nez;</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles broyées: piqûres d'insectes; - feuilles infusées: sur le cuir chevelu contre les maladies de peau; - feuilles en cataplasme: plaies infectées; yeux irrités; - feuilles en infusion: astringent; crampes abdominales; constipation; vomissements; pneumonie; fièvre; - racine en infusion: problèmes de menstruation; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p>

		<p>- dyspepsie: infusion de 30g de fleurs et feuilles pendant 10mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- hémophilie: infusion de 20g de fleurs et feuilles pendant 15mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- hémoptysie: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- laryngospasme: infusion de 30g de fleurs et feuilles pendant 15mn; 3 tasses par jour. Aussi en gargarismes;</p> <p>- prostate: hypertrophie et congestion: infusion de 30g de fleurs et feuilles pendant 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- laryngospasme: infusion de 30g de fleurs et feuilles pendant 15mn; 3 tasses par jour. Aussi en gargarismes;</p>
AMELANCHIER alnifolia	amélanchier à feuilles d'aulne	<p>PROPRIETES:</p> <p>- baies: douleurs oculaires; douleurs gastriques; douleurs hépatiques</p>
AMMI MAJUS L.	Ammi commun	<p>PROPRIETES:- plante: âcre, piquant au goût, diurétique, stomachique</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- angine de poitrine: infusion de 50g de fruits pendant 30mn; 1-3 tasses par jour;</p> <p>- coqueluche: infusion de 60 g de fruits pendant 25 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- dyspepsies dues à des flatulences: infusion de 40g de fruits pendant 25mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- toux spasmodiques: infusion de 60 g de fruits pendant 25 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- ecchymose: infusion de 100g de fruits pendant 30mn; ajouter 50% d'eau; en applications locales;</p>
ANACAMPTIS PYRAMIDALIS (L.) L. C. M. Richard	Anacamptis en pyramide	<p>PROPRIETES: voir ORCHIS militaris</p>
ANACARDIUM occidentale	anacardier, Noix de cajou	<p>PROPRIETES:</p> <p>1. Utilisation populaire:</p> <p>En médecine populaire, le suc épais du péricarpe est utilisé pour faire tomber les caries, pour brûler les cors et les verrues.</p> <p>Le jus de pédoncule est utilisé comme diurétique.</p> <p>Les écorces décoctées dans de l'eau sont utilisées comme cicatrisantes et dans les "lavements intimes" des femmes pour rétrécir l'orifice périméal par voie orale; en macération aqueuse et souvent en association avec les feuilles, elles sont anti-dysentériques et anti-entéralgiques.</p> <p>2. Utilisation par les guérisseurs:</p> <p>Le suc est utilisé par certains guérisseurs comme topique anti-lépreux: pour cela, faire couler sur les tâches et à la faveur de la vésication; appliquer ensuite différentes pâtes anti-lépreuses sur les plaies artificiellement réalisées.</p> <p>La poudre d'écorces en infusion dans de l'eau est utilisée comme anti hypertensive</p> <p>Vers Toubacouta (Sénégal), un guérisseur a mis au point une ébauche d'exploitation pharmaceutique artisanale. Il s'agit d'un sous produit des noix de cajou. les pommes à l'état frais sont transpercées de part et d'autre par de grosses aiguilles et le liquide recueilli par expression est bouilli puis évaporé jusqu'à consistance de sirop. Ce sirop sert à la confection d'une recette secrète livrée comme une panacée sous forme de sirop composé; le véhicule actif étant un soluté extractif très amer de racines, écorces et feuilles de securinaga virosa. Indiqué comme aphrodisiaque, stimulant et fortifiant (3)</p> <p>La macération de l'écorce dans de l'eau est utilisée contre le diabète.</p> <p>Aux Antilles et en Amérique du Sud, l'infusion aqueuse des feuilles et de l'écorce est préconisée dans le traitement de la diarrhée, l'indigestion et les troubles stomacaux. L'utilisation contre le diabète est également retrouvée.</p> <p>USAGE INTERNE:</p> <p>Les propriétés vermifuge, hypoglycémiant et anti hypertensive étudiées au laboratoire sur des animaux par différents auteurs cités par Kérharo se sont révélées efficaces.</p> <p>Clinique: La propriété vermifuge a été vérifiée sur l'homme après essai sur le chien. Le liquide de noix s'est révélé efficace sur l'ankylostomiase. L'extrait aqueux de l'écorce provoque une hypoglycémie chez l'homme normal;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- hypertension: macérer 5 à 10 g de poudre d'écorces dans 1/2 litre d'eau. Boire 20 ml 2 fois par jour; vérifier la tension.</p> <p>- diabète: même procédé; vérifier la glycémie.</p> <p>Toxicologique:</p>

		D'après les essais réalisés par Giono, l'extrait est atoxique par voie orale alors que par voie intra péritonéale, il est relativement plus toxique.
ANACYCLUS PYRETHRUM DC.	Pyrèthre officinale	USAGE EXTERNE: cataplasme contre rhumatismes et névralgies; - sa macération dans l'alcool sert de dentifrice
ANAGALLIS ARVENSIS L. *SUBSP. ARVENSIS	Mouron des champs	PROPRIETES: - plante: âcre, vulnérable, astringent, phtisie; USAGE INTERNE: stases bronchiques; troubles hépatiques, ictère; hémorroïdes; néphrite; lithiase urinaire; épilepsie; troubles mentaux, mélancolie; hydropisie; coryza spasmodique, asthme des foin; expectorant; diurétique; cholagogue; laxatif; antalgique et sédatif des troubles nerveux; dépuratif (diurétique et sudorifique); stimulant; USAGE EXTERNE: topique; plaies fongueuses, torpides; ulcères, escarres; dartres; prurit; POSOLOGIE INTERNE: - enrouements: racine cuite dans du vin, en boisson POSOLOGIE EXTERNE: - enrouements: racine cuite dans du vin, en gargarisme; - plaies infectées ou fongueuses: racine en poudre macérée dans du vinaigre, en compresses
ANAGYRIS FOETIDA L.	Anagyre fétide	PROPRIETES: - feuilles: résolutif, purgatif, vomitif; - graines: vomitif puissant; feuilles et graines dangereuses
ANANAS sativus	Ananas	PROPRIETES: nutritif (très digestible), stomachique, diurétique, désintoxiquant; troubles menstruels; troubles urinaires; troubles digestifs; bérubéri; attaques de vers; épuisement nerveux; réduire les inflammations; renforcent l'action des antibiotiques; USAGE INTERNE: anémie, croissance, convalescence, déminéralisation, dyspepsies, intoxications, artériosclérose, arthrite, goutte lithiase, obésité; POSOLOGIE INTERNE: - affection de la gorge: boire 1 cuillerée à café de jus d'ananas frais, bien mûr, toutes les 2 heures; - araignée, morsure: feuilles en infusion; - convalescence: tel quel mûr; - intoxication: 100-150g par jour de jus d'ananas à jeun; - obésité: consommer le fruit pendant 48 heures à la suite; POSOLOGIE EXTERNE: - tonifiant des peaux normales: le jus en application externe; chair du fruit en masques faciaux: les enzymes digérant les peaux mortes;
ANCHUSA arvensis (L.) M. Bieb.	Lycopsis des champs	PROPRIETES: émolliente; mucilagineux; diurétique; diaphorétique; POSOLOGIE INTERNE: - gastro-entéocolite: infusion de 60g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour;
ANCHUSA italica Retz	Buglosse bleue	PROPRIETES: émollient, diurétique, contre la toux; POSOLOGIE INTERNE: - gastro-entéocolite: infusion de 60g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour;
ANCHUSA OFFICINALIS L.	Buglosse officinale	PROPRIETES: émolliente; diurétique; expectorant; diaphorétique; - VOIR BOURRACHE, BORRAGO officinalis; - racines en décoction: dépuratif du sang; expectorant; POSOLOGIE INTERNE: - grippe: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - néphrite: infusion de 50g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - toux bronchitique: infusion de 50g de feuilles et fleurs pendant 25mn; 3 tasses par jour avec du miel;
ANDROMEDA POLIFOLIA L.	Andromède à	PROPRIETES:

	feuilles de polium	- feuilles: narcotique; - fruits en décoction: enivrant
ANDROSACE LACTEA L.	Androsace couleur de lait	PROPRIETES: - plante: épilepsie, maladies de vessie
ANDROSACE MAXIMA L. *subsp. maxima	Androsace des champs	PROPRIETES: - plante: diurétique
ANDROSACE SEPTENTRIONALIS L.	Androsace septentrionale	PROPRIETES: - plante: diurétique. Usage vétérinaire
ANEMONE NEMOROSA L.	Anémone des bois	PROPRIETES: irritante à l'état frais, mais inoffensive à l'état sec; - plante: âcre, vésicant, corrosif, paralysie
ANETHUM GRAVEOLENS L.	Aneth odorant	PROPRIETES: - graines: stomachique; résolutif; carminatif; antispasmodique; diurétique; galactagogue: favorise la lactation; favorise les règles; stimulant; digestif; rétention d'urine; analogue à l'anis et au fenouil qu'il peut remplacer; - graines en infusion: flatulences; hoquet; maux d'estomac; insomnies; - graines en décoction: lotion fortifiante pour les ongles; USAGE INTERNE: dyspepsies; hoquet, aérophagie; vomissements POSOLOGIE INTERNE: infusion: 1 à 2 (4-8g) cuillerées à café de semences pour 1 litre d'eau; - acholie: fruits d'automne en infusion, 50 g pour 1 litre d'eau, reposer 1 heure; 2-3 tasses par jours; - aérophagie: graines en infusion; 1 à 2 (4-8 g) cuillerées à café de semences pour 1 litre d'eau; - diurétique, rétention d'urine: poudre de graine: 1-2g par jour; acholie (fruits d'automne en infusion, 50g pour 1 litre d'eau, reposer 1 heure; 2-3 tasses par jours); - céphalée due au météorisme: infusion de 50 g de fruits pendant 60 mn; 3 tasses par jour; - diurétique: poudre de graine: 1-2g par jour; acholie (fruits d'automne en infusion, 50g pour 1 litre d'eau, reposer 1 heure; 2-3 tasses par jours); - excitant: infusion de 50g de fruits pendant 60mn; 3 tasses par jour; - fermentation gastrique: infusion de 60g de fruits pendant 60mn; 3 tasses par jour loin des repas; - hémicrânie due à une mauvaise digestion: infusion de 60g de fruits pendant 2 heures; 3 tasses par jour; - indigestion: frais macéré dans eau bouillante: atténuer les flatulences et les douleurs dues aux gaz; - intoxication intestinale: infusion de 50g de fruits pendant 60mn; 2 tasses par jour; - rétention d'urine: poudre de graine: 1-2g par jour; acholie (fruits d'automne en infusion, 50g pour 1 litre d'eau, reposer 1 heure; 2-3 tasses par jours); - vertige d'origine gastrique: infusion de 50g de fruits pendant 60mn; 3 tasses par jour; - vomissement: infusion: verser 1 litre d'eau bouillante sur 10g de fruits secs; infuser 10mn; 1 tasse toutes les 4 heures; - vomissement nerveux: infusion de 60g de fruits pendant 1 heure; 3 tasses par jour loin des repas; RECOLTE: - pousses fraîches à partir du mois d'avril; - fruits à maturité complète au mois de septembre;
ANGELICA ARCHANGELICA L.	Angélique officinale	voir ANGELICA officinalis. - la dessiccation enlève aux fleurs et aux feuilles leurs propriétés; PROPRIETES: expectorant, digestif, fortifiant; diurétique; sudatif; expectorant; soulage les spasmes et stimule la digestion; tonique polyvalent excellent en cas de maladies chroniques; chauffant, humidifiant; stimulant, tonique, emménagogue, carminatif, diaphorétique; propriétés antibactériennes; aménorrhée, règles douloureuses, troubles prémenstruels, anémie, céphalée, rhume, grippe, hoquet, arthrite, rhumatisme, mauvaise circulation, excès d'adrénaline, problèmes digestifs, brûlures d'estomac, bronchite, problèmes de coagulation et dysfonctionnement hépatique. Contrepoison de la belladone, ciguë, colchique; carminatif; expectorant; fatigue sexuelle masculine; - fruits: sudorifique; diurétique; - racines, graines et feuilles: rhumes; indigestion; rhumatismes; - racines: stimuler le foie et utérus; - essence de racines: ralentir le développement des bactéries et champignons; - feuilles hachées placées dans les voitures: mal des voyages;

USAGE INTERNE: fatigue générale; anémie; atonie digestive des sujets faibles; acidité gastrique; aérophagie, spasmes de l'estomac et de l'intestin; vomissements spasmodiques; ballonnements; entérite; insuffisance hépatique; migraines nerveuses; tuberculose, bronchites chroniques, rhumes, asthme nerveux; vertiges, syncopes; impuissance; troubles des règles (insuffisance, douleurs); leucorrhées; chlorose; rachitisme; scorbut; insomnies dues à une trop grande nervosité; libido féminine (baisse du désir); palpitations

USAGE EXTERNE: affections buccales; algies rhumatismales; contusions voir ANGELICA officinalis.

POSOLOGIE INTERNE:

- mâcher de la racine fraîche;
- préparer les feuilles et les graines en infusion pour un traitement doux, ou la racine en décoction pour un effet plus radical;
- infusion: 1 cuillère à café de feuilles ou de graines en poudre dans une tasse ou une théière; verser 1 tasse d'eau bouillante; laisser infuser 10-15 minutes avant de filtrer. Ou racine ou semences: 40g par litre d'eau: 1 tasse après les repas;
- décoction: 3 cuillères à café de racines en poudre, verser 3 tasses d'eau et porter à ébullition; couvrir pendant 5mn; retirer du feu et laisser reposer 15mn; boire jusqu'à 2 tasses par jour; sucrer avec miel ou anis. En hiver, l'angélique confite permet de bénéficier des mêmes propriétés que la plante fraîche;
- mâchée elle adoucit la gorge et réchauffe la poitrine et améliore la digestion.
- Angélique confite: découper les tiges en longueur de 2,5cm et les mettre à mijoter dans de l'eau sucrée (500g de sucre pour 1/4 litre d'eau) jusqu'à ce qu'elles se ramollissent; laisser frémir dans ce sirop durant 1 heure; filtrer et laisser sécher; saupoudrer de sucre glace et conserver dans une boîte hermétique; consommer 5cm d'angélique confite toutes les 3 ou 4 heures.

- aérophagie: infusion: 1 cuillerée à café de graines par tasse;
- apéritif: laisser macérer 4 jours, 45g de tiges vertes d'angélique coupées en petits morceaux dans 1.250l d'eau de vie; ajouter 1kg de sucre et 3/4 litre d'eau et laisser macérer 1 semaine; filtrer; conserver bouché;
- bronchite: infusion: 1 cuillerée à soupe de racine pour 2 tasses (25 g. par litre d'eau);
- carminatif: infusion: 1 cuillerée à café de graines par tasse;
- céphalée: infusion: 1 cuillerée à soupe de racine pour 2 tasses (25 g. par litre d'eau);
- chlorose: infusion de 30 g de racine pendant 25 mn; 3 tasses par jour loin des repas;
- circulation du sang, accélérateur: infusion de 40 g de racine pendant 25 mn; 3 tasses par jour loin des repas;
- colique intestinale: 10 g de racine ou tige pour 1/2 litre d'eau; infusion;
- digestif: 1 pointe de couteau de poudre de graines 1/2 heure avant les repas;
- digestif: infusion: 1 cuillerée à café de graines par tasse;
- digestif: vin d'angélique: 60g de racines d'angélique coupées, 8g de cannelle fine, 2l de vin rouge: infuser à froid 4 jours dans un bocal fermé; filtrer: 1 cuillerée à soupe matin, midi et soir au coucher;
- digestif: laisser macérer 4 jours, 45g de tiges vertes d'angélique coupées en petits morceaux dans 1.250l d'eau de vie; ajouter 1kg de sucre et 3/4 litre d'eau et laisser macérer 1 semaine; filtrer; conserver bouché;
- fermentation intestinale: infusion de 40g de racine pendant 25mn; 2-3 tasses par jour (respecter la dose sinon effet déprimant);
- fièvres intermittentes: infusion: 1 cuillerée à soupe de racine pour 2 tasses (25 g. par litre d'eau);
- fortifiant: vin d'angélique: 60g de racines d'angélique coupées, 8g de cannelle fine, 2l de vin rouge: infuser à froid 4 jours dans un bocal fermé; filtrer: 1 cuillerée à soupe matin, midi et soir au coucher;
- hystérie: infusion de 50g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- inflammation due à l'urée: infusion de 40g de racine pendant 25mn; 3 tasses par jour;
- mal des transports: mâcher des feuilles fraîches;
- maux de tête nerveux: infusion: 1 cuillerée à soupe de racine pour 2 tasses (25 g. par litre d'eau);
- mauvaise haleine: infusion de 50g de racine pendant 30mn; 2-3 tasses par jour. Décoction de 100g de racine; bouillir 10mn; à utiliser comme collutoire ou en gargarismes;
- sang, accélérateur circulation: infusion de 40 g de racine pendant 25 mn; 3 tasses par jour loin des repas;

		<p>- sédatif: infusion de 40g de racine pendant 30mn; 3 tasses par jour; - spasme gastro-intestinal: infusion de 30g de racine pendant 30mn; 3 tasses par jour; - stimulant: infusion: 1 cuillerée à café de graines par tasse; - tonique: 30g de racine d'angélique, 20g de racine de gentiane, 1l de vin généreux; macérer 1 semaine: 1 verre à madère au début des repas; ou infusion de 50g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; - toux: toux des fumeurs et des bronchites chroniques: 10g de racine séchée coupée en morceau à ½ litre d'eau bouillante; infuser 15mn; filtrer; 1 grande tasse après les 2 repas; - tube digestif, faiblesse: infusion: 1 cuillerée à soupe de racine pour 2 tasses (25 g. par litre d'eau); - vomissements spasmodiques: infusion: 1 cuillerée à soupe de racine pour 2 tasses (25 g. par litre d'eau);</p> <p>ADMINISTRATION: inhalation, gouttes nasales, vaporisation, tisane, teinture, huile de massage.</p> <p>ATTENTION: contre-indiquée en cas de diabète, car elle augmente le taux de sucre dans le sang; ne pas consommer à forte dose en cas de grossesse. Racines fraîches toxiques: les faire sécher. Ne pas utiliser en cas d'hypertension et de maladie cardiaque. L'angélique peut augmenter la photosensibilité. Pas durant la grossesse (lourd passé abortif).</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - mauvaise haleine: infusion de 50g de racine pendant 30mn; 2-3 tasses par jour. Décoction de 100g de racine; bouillir 10mn; à utiliser comme collutoire ou en gargarismes;</p> <p>Risques: dermatites par photosensibilisation, mais pas de risque avec l'infusion du fait de la faible hydro solubilité des furanocoumarines.</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: tonique dans l'alimentation des lapins en convalescence;</p> <p>RECOLTE: - rhizome et racines: la 2ème année de végétation, au début de l'automne; - les plus jeunes tiges feuilles au printemps, les plus âgées au début de l'été; les tiges de 2ème année sont coupées au printemps; - fruits au mois d'août;</p> <p>ASSOCIATION: rose, millepertuis, achillée millefeuille, vétiver, fenouil, cumin, camomille.</p>
ANGELICA SYLVESTRIS L.	Angélique des bois	<p>PROPRIETES: - fruits: insecticide; - suc plante: aromatique, stimulant</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: semences: tisane stimulante, digestive, carminative; - Poudre: Piler au mortier quelques morceaux de racines jusqu'à obtenir une poudre très fine. En prendre 2 ou 3 petites cuillerées par jour dans une tasse d'eau ou bien mêlées au miel, à la confiture ou à n'importe quel autre excipient. - Infusion: Verser un litre d'eau bouillante sur 40 g de racines desséchées et concassées; laisser macérer pendant une demi-heure. Prendre une tasse après les repas. - Décoction: Faire bouillir pendant 10 minutes 20 g de racines desséchées et concassées dans un litre d'eau. Laisser reposer pendant une demi-heure et en prendre 2 ou 3 petits verres par jour. - Teinture: Laisser macérer pendant 10 jours 20 g de racines desséchées et concassées dans 80 g d'alcool à 70°. Filtrer et prendre 20 à 30 gouttes. Avant les repas c'est un excellent apéritif; après les repas, ses fonctions sont digestives. Prendre la teinture avec une très petite quantité d'eau ou, mieux encore: sur un morceau de sucre à laisser fondre dans la bouche. - Vin: Faire macérer pendant 15 jours 60 g de racines desséchées et concassées dans un litre de bon vin blanc. Couler, filtrer et en prendre une cuillerée après les repas. - Vin composé (Valnet): 30 g de racines réduites en menus morceaux, 4 g de cannelle en poudre. vin rouge généreux (marsala ou vin semblable): un litre.</p>

		<p>Laisser reposer à froid dans un bocal ou une bouteille à fermeture hermétique pendant 4 jours. Filtrer et prendre une cuillerée à soupe le matin, l'après-midi et le soir avant de se coucher (bon digestif).</p> <p>- Vin tonique (Valnet): Laisser macérer pendant une semaine, dans une bouteille ou un bocal fermant hermétiquement, 30 g de racines d'angélique desséchées et réduites en menus morceaux, 20 g de racines de gentiane desséchées et concassées, dans un litre de vin rouge généreux (marsala ou vin semblable). Puis filtrer et en prendre un verre à liqueur avant les repas.</p> <p>- Liqueur: Racines fraîches et tiges vertes de la plante hachées menu: 50 g; eau-de-vie: un litre; eau: 800 g; sucre: un kilo. Faire macérer pendant 5 jours les tiges et les racines dans l'eau-de-vie; ajouter l'eau et le sucre et laisser encore macérer pendant une semaine. Verser, extraire, puis filtrer. Conserver en bouteilles fermant hermétiquement et laisser reposer un mois. Prendre à petits verres avant ou après les repas selon l'effet que l'on désire obtenir.</p> <p>- Alcoolature: Laisser macérer pendant 10 jours une certaine quantité de racines fraîches coupées en petits morceaux dans le même poids d'alcool à 95°. Filtrer et conserver dans une petite bouteille munie de compte-gouttes. Prendre 20-30 gouttes avant ou après les repas selon l'effet désiré.</p> <p>- L'huile essentielle d'angélique, à des doses excessives, peut entraîner un malaise qui a d'abord l'aspect d'une excitation générale accompagnée de chaleur générale et d'une abondante sudation, puis suivent les symptômes opposés, soit: sensation de fatigue, dépression et engourdissement. La dose pouvant provoquer ces phénomènes est proche de 2 g d'huile essentielle, ce qui est impossible à atteindre en suivant les méthodes de préparation suggérées.</p> <p>- asthénie psychique: infusion de 30g de racine pendant 30mn; 2-3 tasses par jour; - céphalée due à une dyspepsie: infusion de 30 g de racine pendant 25 mn; 2 tasses par jour loin des repas; - crampes d'estomac: infusion de 30 g de racine pendant 25 mn; 3 tasses par jour. Des doses importantes provoquent une action dépressive; - dyspepsies nerveuses: infusion de 40g de racine pendant 25mn; 3 tasses par jour; - hystérie: infusion de 40g de racine pendant 25mn; 3 tasses par jour; - météorisme: infusion de 30g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>PERIODE DE RECOLTE: En automne.</p> <p>CONSERVATION: Faire sécher au soleil et conserver en lieu sec à l'abri de l'air et de la poussière.</p>
ANONA muricata	Anone	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pulpe et feuille: fièvre; diarrhée; - jus: scorbut; - écorce: tanin
ANTENNARIA DIOICA (L.) Gaertner	Pied de chat dioïque	<p>PROPRIETES: béchique (comme la violette); maladies de poitrine; antinévralgique; cholagogue; fortifiant.</p> <ul style="list-style-type: none"> - béchique -émollient - cholagogue (fleurs à l'état frais) - antitussif - antalgique des affections de la cavité buccale et de l'oropharynx - stimulant l'activité phagocytaire du système réticulo-endothélial <p>USAGE INTERNE: toux; trachéites; bronchites chroniques; lombalgies, sciatiques, névralgies rhumatismales; règles douloureuses;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion d'1 pincée de fleurs par tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour; - fait partie de la tisane des "quatre fleurs" (voir bouillon blanc); <p>Teinture mère: 10 à 15 gouttes, 4 à 5 fois par jour (Docteur Valnet)</p> <ul style="list-style-type: none"> - emphysème pulmonaire: de 60g de capitules émondés pendant 10mn; 4 tasses par jour;
ANTHEMIS ARVENSIS L. *SUBSP. ARVENSIS	Anthémis des champs, Fausse camomille	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs: fébrifuge; - plante: fébrifuge, résolutif, en gargarismes
ANTHEMIS COTULA L.	Camomille puante, Maroute	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: antispasmodique, vermifuge, vulnéraire, antiarthritique
ANTHEMIS TINCTORIA L	Cota des	<p>PROPRIETES:</p>

*subsp. tinctoria	teinturiers	- huile des graines: maux d'oreille; surdité; - plante: voir ANTHEMIS cotula: antispasmodique; stimulant de la menstruation, vulnéraire, apéritif, détersif
ANTHERICUM liliago L. *var. liliago	Anthéricum à fleurs de lis	PROPRIETES: - fleurs et graines: morsures araignées venimeuses, piqûres de scorpion
ANTHERICUM RAMOSUM L.	Anthéricum rameux	PROPRIETES: - fleurs et graines: morsures araignées venimeuses, piqûres de scorpion
ANTHRISCUS CEREFOLIUM (L.) HOFFM. *VAR. CEREFOLIUM, CEREFOLIUM sativum Besser	Cerfeuil cultivé	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: aromatique; stimulant; dépuratif; diurétique; apéritif; stomachique; cholagogue; laxatif; antiseptique respiratoire; abaisse la pression sanguine, stimulant de la circulation; soulage articulations douloureuses; problèmes hépatiques; bronchite; régime amaigrissant; rafraîchissant; digestif doux; apéritif; anti-ophtalmique; anti-laiteux; résolutif;</p> <p>- feuilles en infusion: élimination des toxines;</p> <p>USAGE INTERNE: scorbut; goutte, rhumatisme; lithiase rénale; hépatisme; ictère; engorgements lymphatiques; bronchites, affections pulmonaires chroniques; asthme humide; laryngite; hydropisie, œdèmes;</p> <p>USAGE EXTERNE: dermatoses, prurits; cancers externes; hémorroïdes; blépharite; affections oculaires; soins du visage;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- en user largement dans hors-d'œuvre, potages, salades. -infusion: 1 poignée de feuilles par litre d'eau; infuser 10mn; 3 tasses par jour. - infusion de semences: 4-8g par litre d'eau;</p> <p>- chlorose: infusion de 50 g de feuilles et fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - colique hépatique: infusion: 40 g pour 1 litre d'eau; 1 verre le matin à jeun; ou jus de cerfeuil, chicorée sauvage, laitue et pissenlit à parties égales: 100-120 g de jus frais; - constipation opiniâtre: bouillon avec oseille, poirée, laitue; - diètes hydriques: bouillon avec oseille, poirée, laitue; - fourmillement: infusion de 50g de partie aérienne fraîche pendant 25mn; 2-3 tasses par jour; - hydropisie: suc: 60 à 80g par jour; - insuffisance biliaire: 60-120g par jour de jus de la partie aérienne de la plante fraîche; - lymphatisme: infusion de 50g de plante entière fraîche pendant 30mn; 3 tasses par jour; - oligurie: bouillon avec oseille, poirée, laitue; - rafraîchissant: 120g par jour de jus de la partie aérienne de la plante fraîche; - rhumatisme articulaire aigu: infusion de 50g de partie aérienne de la plante fraîche pendant 20mn; 3 tasses par jour; - soif, pour la calmer: bouillon avec oseille, poirée, laitue;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- affections oculaires: infusion: 1 poignée par litre d'eau en compresses; - conjonctivite: chaque jour: 50 g pour 1 litre d'eau; bouillir 2 mn; infuser 20 mn, filtrer: compresses tièdes; - gorge, ulcération: infusion (1 poignée par litre) en gargarismes; - hémorroïdes: faire cuire un bouquet de cerfeuil frais pendant 10mn dans du lait; en cataplasme dans une gaze fine; ou le même cataplasme avec du cerfeuil frais et pilé; ou encore exprimer le jus du cerfeuil dans une centrifugeuse et appliquer avec un coton; - lactation: nourrices: sur les seins pour faire tarir la lactation: cataplasme sur les seins; - ophtalmie: instillations avec quelques gouttes de jus de la plante fraîche; 3 fois par jour; - paupières fatiguées: faire une décoction avec un bouquet de 60g de cerfeuil fais dans 1 litre d'eau; porter à ébullition et laisser infuser ½ heure; filtrer; en compresse sur les paupières gonflées; - peaux grasses ou ridées: infusion: 1 poignée par litre d'eau en ablutions; - piqûres d'insectes: feuilles froissées, frottées; - plaies cancéreuses: cataplasme; - ulcération de la gorge: infusion (1 poignée par litre) en gargarismes; - yeux: irritation, fatigue, faiblesse: décoction de 60g de plante entière fraîche; bouillir 10mn; en applications locales; ou pour affections oculaires: infusion: 1 poignée par litre d'eau en compresses;</p>

ANTHYLLIS VULNERARIA L. *SUBSP. VULNERARIA	Anthyllide vulnérable	<p>PROPRIETES: - plante: astringent, vulnérable; employée en lotion sur les plaies et en décoction pour prévenir les suites des chutes.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - gerçures (mains, lèvres): décoction de 100g de partie aérienne; bouillir 15mn; en applications locales;</p>
ANTIRRHINUM MAJUS L. *SUBSP. MAJUS	Mufflier	<p>PROPRIETES: - plante: abcès, blessures.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - brûlure: feuilles comme cataplasmes froids locaux; - gerçures (mains, lèvres): décoction de 100g de feuilles et fleurs; bouillir 2mn; en applications locales froides. Utiliser aussi les feuilles en poudre comme cataplasme émollient; - glossite: décoction de 80g de feuilles et fleurs; bouillir 10mn; en bains de bouche;</p>
APHANES arvensis L., ALCHEMILLA ARVENSIS (L.) SCOP.	Alchémille des champs	PROPRIETES: voir <i>ALCHEMILLA vulgaris</i>
APIUM GRAVEOLENS L. *VAR. GRAVEOLENS, SESELI graveolens (L.) Scop.	Céleri rave	<p>PROPRIETES: - plante: apéritif; stomachique; tonique nervin et général; stimulant des surrénales, fortement diurétique; reminéralisant; rafraîchissant; antiscorbutique; dépuratif, régénérateur sanguin; antipaludéen; expulse les calculs; rhume léger, toux, sinusite, infections respiratoires, bronchite, laryngite; arthrite; problèmes digestifs; hypertension; insomnie; troubles hépatiques et biliaires; menstruations irrégulières; antirhumatismal; draineur pulmonaire et hépatique; antiseptique; amaigrissant; augmente la vigueur sexuelle; cicatrisant; rétention d'urine; hydropisie; arthrite; arthrose; - graines et leur essence: élimination des toxines; arthrite; goutte; - teinture: réduit hypertension; action antifongique; action sédative; - suc plante: sudorifique, fébrifuge; - fruits, feuilles et racine: diurétique</p> <p>USAGE INTERNE: inappétence; digestions lentes; asthénie, surmenage, convalescences, insuffisance surrénale; nervosisme; déminéralisation (tuberculose); scrofulose; impuissance; fièvres intermittentes; rhumatisme, goutte; obésité, pléthore; lithiase urinaire, coliques néphrétiques; affections pulmonaires, bronchites chroniques, asthme; hépatisme, ictère; rétention d'urine;</p> <p>USAGE EXTERNE: cicatrisant; plaies, ulcères, cancers, angines: feuilles fraîches pilées, en cataplasmes; - engelures: décoction;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - cru en salade: 1/4 de pomme et 3/4 de céleri rémoulade. - dans potages. - cuit: très digeste; - jus de céleri en branches: 1/2 verre par jour pendant 15 à 20 jours pour cures intensives (rhumatismes, arthrose) 200g par jour en 3 fois dans l'intervalle des accès palustres. - bouillon ou décoction de feuilles: 30g par litre, ou de rave: 50g;</p> <p>- affections rénales: 5g de graines par tasse d'eau; - arthrite: décoction de 30g de racines par litre d'eau, 3 tasses par jour - atonie gastrique: décoction de 30 g de racine; bouillir 8mn; 2-3 tasses par jour; - accélérateur circulation du sang: infusion de 40 g de racine pendant 15 mn; 4 tasses par jour; - convalescence: cru en salade: 1/4 de pomme et 3/4 de céleri rémoulade; - cycle menstruel, pour déclencher le cycle menstruel: écraser 1,5 cuillère à café d'ache, verser 1 tasse d'eau bouillante; couvrir et laisser macérer 15-20mn; boire jusqu'à 3 tasses par jour; - fermentation intestinale: consommer des graines; - goutte: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas; - hydropisie: décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour dans du lait; - hypogalactie: décoction de 40g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - inflammation des glandes: décoction de 30g de racines; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; aussi en applications locales; - minéralisant: manger la plante entière en salade avec huile d'olive et sel;</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - névralgie sciatique: faire bouillir 50g de feuilles dans 200g d'eau puis ajouter du lait chaud; boire pendant la journée; - reconstituant: consommer la plante en salade avec huile d'olive et citron; - rein, affections rénales: 5g de graines par tasse d'eau; - rétention d'urine: décoction d'1 cuillerée à café de graines par tasse; - rhumatisme: infusion des graines pour réduire le taux d'acidité dans le sang; ou décoction de 30g de racines par litre d'eau, 3 tasses par jour; - rhumatisme chronique: consommer crues la tige et les feuilles, en salade, ou cuites dans un potage; - sang: accélérateur circulation du sang: infusion de 40 g de racine pendant 15 mn; 4 tasses par jour; - sciatique: jus frais ou infusion; - tonique des nerfs: consommer la plante entière en salade avec huile, citron et sel; - tristesse: décoction de 40g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour. Infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. Consommer la plante entière en salade; - uricémie: décoction de 40g de racines; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel; - urine, rétention: décoction d'1 cuillerée à café de graines par tasse; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - angine: jus: en gargarismes et lavages de bouche; - aphonie: faire un bouillon avec les tiges de la 1^o année; froid en gargarismes; - engelures: faire cuire dans 1 litre d'eau un beau pied de céleri entier pendant 1 heure et garder l'eau de cuisson; tremper les engelures dans cette eau aussi chaude que possible, 2-3 fois par jour; jusqu'à disparition de l'engelure; ou décoction des tiges, ou rave, ou épluchures de rave à 250g par litre d'eau; bouillir 1 heure; bains de pieds 10mn 3 fois par jour; ou mettre 100g de partie aérienne dans 1 litre d'eau froide et faire bouillir lentement pendant 20mn; baigner pieds ou mains avec cette préparation très chaude, 1 fois par jour; - extinction de voix: jus: en gargarismes et lavages de bouche; - fortifiant des gencives: utiliser le jus des feuilles pour bains de bouche; - inflammation des glandes: décoction de 30g de racines; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; aussi en applications locales; - plaie: jus: cicatrisant, en lotions ou compresses; - ulcérations de la bouche: jus: en gargarismes et lavages de bouche; - ulcère: jus: cicatrisant, en lotions ou compresses; - voix, extinction: jus: en gargarismes et lavages de bouche; <p>ASSOCIATION: basilic, poivre commun, camphre, eucalyptus, bois de santal. Effets secondaires minimes (nausées ou diarrhées): cesser aussitôt la consommation.</p>
AQUILEGIA VULGARIS L. *subsp. VULGARIS	Ancolie commune	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - racines, fleurs, et graines: diurétique, sudorifique, apéritif; - racine, sous surveillance médicale: traitement externe d'affections dermatologiques courantes; - homéopathie: troubles du système nerveux; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - oligurie: faire macérer à froid 50g de partie aérienne de plante fraîche pendant 10 à 12 heures; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - stomatite rebelle: infusion de 100g de plante entière fleurie pendant 10 heures; en bains de bouche; <p>ATTENTION: graine dangereuses</p>
ARACHIS HYPOGAEA L.	Cacahouète	<p>PROPRIETES: très nutritive et énergétique; aliment d'épargne, parfois astringent intestinal;</p> <p>USAGE INTERNE: asthénie, surmenage, peut-être tuberculose;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: grillée, beurre d'arachide</p>
ARBUTUS UNEDO L.	Arbousier	<p>PROPRIETES: antiseptique urinaire; astringent; réduit l'artériosclérose; soulage le foie surmené;</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: astringent; diurétique; antiseptique; - écorce: diarrhée; - fleurs: favorisent la transpiration: antipyrétique; - écorce et feuilles: astringent;

		<p>USAGE INTERNE: infections urinaires; coliques néphrétiques; calculs, gravelles; hypertrophie de la prostate; rhumatismes; astringent, antiseptique de la diarrhée, inflammation voies urinaires, coliques néphrétiques, calculs, gravelle;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - poudre de feuilles: 2-8g par jour dans les aliments; - endométrite: décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour; - hépatomégalie: décoction de 40g de feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - hypersécrétion prostatique: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hypertrophie de la prostate: décoction de 15-30g de feuilles par litre d'eau; - lithiase vésicale: décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour; - prostate, hypertrophie de la prostate: décoction de 15-30g de feuilles par litre d'eau; - rhumatismes: fruits narcotiques intéressants; - vessie, lithiase vésicale: décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour;
ARCTIUM LAPPA L.	Bardane commune	<p>PROPRIETES: Cette plante fait partie des 88 végétaux cités dans le Capulaire de Villis, ordonnance promulguée vers l'an 795. Cette liste concentre les principales plantes alimentaires, fruitières et médicinales de l'époque.</p> <p>C'est une plante cholagogue (pour le foie), diurétique, diaphorétique, laxative et antidiabétique (elle contient de l'insuline, sucre assimilable facilement comme le topinambour ou l'artichaut;</p> <ul style="list-style-type: none"> - racines ont des propriétés soporifiques et dépuratives et les feuilles sont utilisées contre les rhumatismes, les éruptions cutanées, l'arthrite. (l'Encyclopédie) - racines fraîches et feuilles: dépuratif; cholagogue; diurétique éliminateur de l'acide urique; diaphorétique; laxatif; antidiabétique; drainage de la peau et du pancréas; contre la chute des cheveux; sudorifique; antisypilitique; microbicide: antibiotique contre les bactéries à Gram positif (staphylocoque doré, streptocoque, pneumocoque...); antivénéneux; topique; tonique fortifiant; purificateur du sang; prévient refroidissements; grippe; élimine toxines responsables de problèmes de peau ou de rhumatismes; cystite; calculs urinaires; <p>USAGE INTERNE: furonculose, anthrax, abcès (gorge, dentaires), staphylococcies; dermatoses suintantes et purulentes, acné, dartres, eczéma, plaies, teigne; rougeole; goutte (particulièrement sur terrains vénériens ou héréditaire); rhumatismes; syphilis; diabète; lithiase urinaire; plaies purulentes;</p> <p>USAGE EXTERNE: feuilles: cataplasme cicatrisant; anti-infectieux; antivenimeux; séborrhée de la face, eczémas; ulcères atones, adénites; plaies purulentes;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - racine macérée: laver la racine puis la découper en fines rondelles; laisser mijoter dans l'eau jusqu'à ce qu'elle ramollisse; filtrer et verser dans un bocal propre; recouvrir de vinaigre de cidre chaud: comme tonique, mâcher chaque matin un morceau au réveil; comme digestif, mâcher un morceau 20 mn avant chaque repas. - abcès: décoction ou infusion de racines fraîches à 40-60 g par litre d'eau; bouillir 10 mn; rougeole: 1 cuillerée à café 3 fois par jour; - acné: racine: antibactérien, actif contre les bactéries Gram+; décoction de 3 poignées de racine fraîche par litre d'eau, 20 mn; 3 fois par jour; ou racine sèche pulvérisée dans aliments: 1 cuillerée à café 3 fois par jour; - arthrite: décoction de 20-50g de racine de 2° année; bouillir 14mn; 2-3 tasses par jour à jeun; - colique hépatique: décoction de 40 g de racine; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour; - dépuratif du sang: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - diabète: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - diurétique: 4-6g de semences en infusion; - entorse: infusion à boire et en compresse; - furonculose: racine sèche pulvérisée dans aliments: 1 cuillerée à café 3 fois par jour; - gastrite: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses à jeun; - goutte: 60g de racines fraîches en décoction 5mn par litre d'eau; boire 2 litres dans la journée entre les repas; - hémorroïdes: décoction de 40g de racine; bouillir 15mn; 3 tasses par jour dont 1 le matin à jeun;

		<ul style="list-style-type: none"> - hydropisie: décoction de 40g de racine; bouillir 15mn; 3 tasses par jour à jeun; - lithiase et autres affections: 2-3 tasses par jour. - peau, maladies de la peau: racine sèche pulvérisée dans aliments: 1 cuillerée à café 3 fois par jour; - podagre: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour loin des repas; - prostatorrhée: 100-150g de jus de feuilles fraîches; - rhumatisme: faire bouillir les côtes des feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas; - rougeole: décoction ou infusion de racines fraîches à 40-60g par litre d'eau; bouillir 10mn: 1 cuillerée à café toutes les 5mn; l'éruption est complète en 2 heures; guérison en 3 jours; - sang, dépuratif du sang: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - sudorifique: décoction de 50g de racine; bouillir 15mn; 3 tasses par jour; - toux asthmatique: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du miel; - ulcère gastroduodénal: décoction de 50g de racine en poudre; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès chaud: 50g de racines dans 1 litre d'eau; bouillir 15mn; infuser 10mn; filtrer; imbiber des compresses et appliquer localement, assez chaud, 10mn; - acné: décoction de 3 poignées de racine fraîche par litre d'eau, 20mn, 3 fois par jour; en lavages; - cheveux, chute des cheveux: décoction de 3 poignées de racine fraîche par litre d'eau, 20mn, 3 fois par jour; en lavages et en massage du cuir chevelu; - croûtes de lait: décoction de 50 g de racine et feuilles; bouillir au moins 15 mn; en applications locales; - eczéma sec: décoction de 3 poignées de racine fraîche par litre d'eau, 20mn, 3 fois par jour; en lavages; - entorse: infusion à boire et en compresse; - goutte: feuilles cuites en cataplasme; - impétigo: décoction de 3 poignées de racine fraîche par litre d'eau, 20mn, 3 fois par jour; en lavages; - jambe, - ulcères de jambe: feuilles macérées dans l'huile d'olive; - panaris: action de drainage: 80g racines pour 1 litre d'eau; bouillir 15mn; filtrer; utiliser assez chaud en trempant le doigt dedans; - péritonite: laver les feuilles avec de l'eau tiède, écraser les côtes à l'aide d'un rouleau et graisser d'huile de ricin; appliquer localement toute la nuit; - piqûres d'insecte: frotter avec feuilles; - plaie: décoction de 120g de racine et feuilles; bouillir 13mn; en applications locales; - plaie ulcéreuse: décoction de 100g de racine; bouillir 10mn; en applications locales; - psoriasis: action de drainage: 50g de racines dans ½ litre d'eau; bouillir 15mn; infuser 10mn; filtrer; compresses tièdes ou froides; - rhumes traînants: feuilles appliquées sur la poitrine; - séborrhée: décoction de 50g de racine; bouillir 15mn; pour lavages locaux; - séborrhée du visage: décoction de 3 poignées de racine fraîche par litre d'eau, 20mn, 3 fois par jour; en lavages; - ulcères de jambe: feuilles macérées dans l'huile d'olive; <p>ATTENTION: à forte dose peut déclencher une crise d'urticaire. A éviter en cas de grossesse.</p> <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - gale, alopecie du chien: décoction de racines (50g/l) - toux des bovins: racine en poudre dans les aliments <p>Médecine vétérinaire moderne: dépuratif</p>
ARCTIUM MINUS (Hill) Bernh. *SUBSP. MINUS	Petite bardane	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - racines fraîches et feuilles: dépuratif; cholagogue; diurétique; diaphorétique; laxatif; antidiabétique <p>USAGE EXTERNE: feuilles: cataplasme cicatrisant; anti-infectieux; antivenimeux;</p>
ARCTOSTAPHYLOS UVA- URSI (L.) Sprengel *subsp. uva-	Raisin d'ours	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: diurétique, astringent;- feuilles en infusion ou desséchées et réduites en

ursi		<p>poudre: maladies de reins; - feuilles et tiges: astringent; diurétique; antiseptique des voies urinaires (à condition que l'urine soit alcaline); diurétique antiseptique et antiputride; sédatif des voies urinaires; astringent; antibactérien dans la cystite et les affections urinaires; - racine: dysenterie;</p> <p>USAGE INTERNE: cystites et infections de la prostate; inflammations de voies urinaires (cystite, pyélonéphrite, urétrite blennorragique, hypertrophie prostatique accompagnée de pyurie, colibacillose); incontinence et rétention d'urine; lithiase urinaire infectée; leucorrhées; diarrhées, dysenterie, entérocolites; hématuries, ménorragies, hémoptysies;</p> <p>USAGE EXTERNE: feuilles et tiges: tours de reins;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: les préparations concentrées peuvent provoquer des nausées ou des vomissements; Possibilité de coloration verte des urines; - infusion de 10-15g de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir et infuser 1/4 d'heure; boire en 24 heures; - décoction: 10-15g de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir à réduction d'1/3; 3 tasses par jour;</p> <p>- cystite purulente: décoction de 40 g de feuilles; bouillir 5 mn; 3 tasses par jour avec du miel; - gravelle urique: décoction de 40g de feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - hématurie: décoction de 40g de feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - intestins, infection: teinture: remplir un pot à confiture de baies fraîches ou séchées; recouvrir d'eau de vie; conserver dans un endroit frais 3 semaines; bien secouer tous les 2 ou 3 jours; filtrer puis conserver dans une bouteille opaque; dosage: 30 gouttes; - lithiase rénale: décoction de 30g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - néphrite: décoction de 30g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - oedème: infusion 3 fois par jour; - vessie, infection: teinture: remplir un pot à confiture de baies fraîches ou séchées; recouvrir d'eau de vie; conserver dans un endroit frais 3 semaines; bien secouer tous les 2 ou 3 jours; filtrer puis conserver dans une bouteille opaque; dosage: 30 gouttes;</p> <p>ATTENTION: ne pas utiliser pendant la grossesse ou durant l'allaitement. Ne pas utiliser plus de 2 semaines.</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne: contre les mammites des vaches: décoction de 30 à 40g de feuilles par voie orale (2 fois par jour pendant 2 à 3 jours)</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: anti-infectieux urinaire (poudre par voie orale);</p>
ARECA catechu	Noix de bétel	<p>PROPRIETES: noix: aphrodisiaque; calmant respiratoire; digestif;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: fruit à demi mûr est décortiqué, bouilli, émincé et séché au soleil; enveloppé dans une feuille de bétel, on le mâche avec une boulette de chaux pour libérer les alcaloïdes stimulants</p>
ARENGA pinnata	Arbre au sagou	<p>PROPRIETES: - Toddy: vin de palme à usage médicinal: contre désordres de la menstruation; vertiges; - racines: calculs rénaux</p>
ARGEMONE MEXICANA L.	Argémone	<p>PROPRIETES: - graines: diurétique; laxatif; hypnotique;</p> <p>USAGE INTERNE: feuilles fumées: narcotique</p> <p>USAGE EXTERNE: feuilles: anti-ophtalmique; cicatrisant</p>
ARISARUM VULGARE O. TARG.-TOZZ.	Arisarum vulgaire	<p>PROPRIETES: - feuilles et tubercules: émétique</p> <p>sève ATTENTION: gorge peut enfler, entravant la respiration; grave inflammations des yeux;- chaleur ou séchage de la plante</p>
ARISTOLOCHIA CLEMATITIS L.	Aristolochie clématite	<p>PROPRIETES: emménagogue; abortif; ocytocique; antivenimeux; diurétique; antirhumatismal; favorise les règles; fortifiant; astringent; sudorifique; cicatrisant.</p>

		<p>- feuilles réputées chez les vignerons d'Alsace pour leurs vertus fortifiantes et vulnérinaires.</p> <p>- racines excitantes.</p> <p>USAGE INTERNE: règles insuffisantes; asthme; rhumatisme, goutte; nervosisme; hydropisie; douleurs musculaires;</p> <p>USAGE EXTERNE: détersif et cicatrisant;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- 1 pincée de feuilles par tasse, infuser 15mn: 3 tasses par jour entre les repas;</p> <p>- 15g de racines en décoction dans 1 litre d'eau: 1 verre à Bordeaux matin et soir;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- torticolis: décoction de 100g de feuilles; bouillir 15mn; en applications locales;</p> <p>ATTENTION: peut provoquer des troubles digestifs, rénaux, nerveux et respiratoires. Les utilisations médicinales peuvent-être dangereuses</p> <p>usage vétérinaire: utilisation empirique</p> <p>-en usage externe: plaies des chevaux</p> <p>- injections nasales pour les chevaux atteints de morve</p>
ARMERIA maritima (Miller) Willd., STATIC ARMERIA L. *SUBSP. MARITIMA MILLER	Statice maritime	PROPRIETES: sédatif; amaigrissant, astringent, vulnéraire
ARMORACIA rusticana Gaertn. B. Mey. et Scherb., RORIPA armoracia G. G.	Raifort	<p>PROPRIETES:</p> <p>- racine: stimulant des phénomènes de la nutrition; antiseptique; stimule la circulation; soulage les gencives enflammées; élimine mucus et écoulements superflus; infections pulmonaires; infections urinaires; antiscorbutique; stomachique; expectorant; diurétique; antispasmodique; cholagogue; purgatif; rubéfiant et vésicant; acné; séborrhée;</p> <p>- huile piquante de la racine râpée: dégage les sinus;</p> <p>- racine en cataplasme: rhumatisme; bronchite;</p> <p>USAGE INTERNE: anémie, lymphatisme; atonie digestive, inappétence; carences, scorbut; tuberculose torpide; scrofulose; asthme; bronchites chroniques; rhumatisme, goutte; lithiase urinaire; paralysies; hydropisies; leucorrhées;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- macération: 15 à 30g pour 1l d'eau, bouillir 5 mn, macérer 12 heures: 2 tasses par jour entre repas;</p> <p>- sirop: couper les racines en rondelles, les disposer en couches sur 1 filet suspendu au-dessus d'1 plat, recouvrir de sucre: le liquide obtenu: 1 à 2 cuillerées à soupe par jour;</p> <p>- 15 g de racines coupées pour ½ litre d'eau; en infusion;</p> <p>- coqueluche: pour apport de soufre: poudre de racine comme additif alimentaire;</p> <p>- vertige: infusion de 40g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- toux spasmodique: pour apport de soufre: poudre de racine comme additif alimentaire;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- affections pulmonaires: pulpe en cataplasmes;</p> <p>- algie rhumatismale: affections pulmonaires: pulpe en cataplasmes;</p> <p>- dents, déchaussement: mâcher la racine;</p> <p>- gencive, raffermir: mâcher la racine;</p> <p>- goutte: affections pulmonaires: pulpe en cataplasmes;</p> <p>- poumons, affections pulmonaires: pulpe en cataplasmes;</p> <p>- rhumatisme, algie rhumatismale: affections pulmonaires: pulpe en cataplasmes;</p>
ARNICA MONTANA L. *subsp. montana	Arnica	<p>PROPRIETES: stimulant cérébral chez les traumatisés (stupeur, prostration); stimulant du système nerveux (fleurs); vomitif;</p> <p>- plante: contusions, ecchymoses, vulnéraire, tonique, résolutif, antiseptique, un peu vomitif;</p> <p>- fleurs et racines: paralysie, fièvres, dysenterie, maladies d'intestin;</p> <p>- l'arnicine, substance amère extraite des fleurs: médicament et poison du coeur;</p> <p>- capitules: infusion tonique, stimulant ("teinture d'Arnica"), contusions, blessures;</p>

		<p>USAGE INTERNE: coqueluche; artériosclérose, spasmes artériels; contusions; certaines paralysies;</p> <p>USAGE EXTERNE: teinture comme anti ecchymotique: tous les traumatismes: contusions, hématomes, foulures, déchirures musculaires; antiphlogistique; action coagulatrice intra-capillaire; s'oppose aux ecchymoses; entorses; foulures; douleurs musculaires; douleurs rhumatismales; (jamais sur une plaie ou une crevasse);</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: à employer avec précautions: peut provoquer des étourdissements, secousses nerveuses, spasmes; chez un blessé, n'en donner par petites tasses que jusqu'à recoloration du visage et retour d'un bon pouls; - infusion: 5g de feuilles ou de préférence de fleurs pour 1 litre d'eau;</p> <p>- angine de poitrine, circulation: 5 gouttes de teinture d'arnica dans infusion de sauge; - circulation en cas d'angine de poitrine: 5 gouttes de teinture d'arnica dans infusion de sauge; - coqueluche adultes: 10 à 20g de racine ou de feuilles en décoction par litre d'eau; bouillir 15mn; 2 tasses par jour; - chorée: infusion de 5 g de fleurs pendant 25 mn; 2 tasses par jour. Incompatibilité avec du carbonate de magnésium, des sels de fer, des sels de zinc, des acides minéraux, des acétates de plomb; - hypotension artérielle: infusion de 10g de fleurs en bouton pendant 20mn; 2 tasses par jour; - laryngite: infusion de 5g de fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - Incompatibilité avec du carbonate de magnésium, des sels de zinc, des acides minéraux, des sels de fer et de l'acétate de plomb;</p> <p>ATTENTION: - Par voie orale peut provoquer des vomissements, des algies abdominales, des troubles cérébraux et des céphalées, des troubles respiratoires, des expectorations sanglantes, des dysfonctionnements cardiaques (palpitations) et troubles vasomoteurs;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - contusion sans plaie: 2 cuillerées à soupe de fleurs dans 1 litre d'eau; bouillir 5mn: en compresses chaudes sur les contusions; entorse; ou laisser macérer 20 g de fleurs dans 100 g d'alcool à 70° pendant 10 jours; diluer dans de l'eau; applications locales; - entorse: infusion de 100g de rhizome pendant 40mn; en applications locales;</p> <p>ATTENTION: - Les formes galéniques d'arnica sont allergisantes, et chez les sujets sensibles on observe des réactions croisées avec les Asteraceae et autres espèces à lactones - Eviter l'application des préparations d'arnica sur les plaies, et près des yeux et de la bouche - l'application sur la peau lésée peut provoquer des dermatites oedémateuses - Un usage prolongé peut provoquer une inflammation, des démangeaisons, un eczéma, et des vésicules ou des nécroses pour les formes les plus concentrées - La teinture officinale non diluée peut provoquer une vésication sur les peaux sensibles</p>
ARTEMISIA ABROTANUM L.	Aurone mâle	<p>PROPRIETES: tonique; stomachique; fébrifuge; vermifuge; détergent; cicatrisant;</p> <p>USAGE INTERNE: parasites intestinaux (oxyures, ascaris); menstruations difficiles; digestions pénibles;</p> <p>USAGE EXTERNE: cicatrisant plaies infectées, ulcères;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: 1 cuillerée à café par tasse; infuser 10mn:</p> <p>- atonie gastrique: infusion de 20 g de feuilles et sommités fleuries pendant 15mn; 2-3 tasses par jour; - cachexie: infusion de 20 g de feuilles et sommités fleuries pendant 15 mn; 3 tasses par jour; - chlorose: infusion 15-20 g de feuilles et sommités fleuries pendant 15 mn; 3 tasses par jour; - fatigue intellectuelle: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant</p>

		<p>10mn; 3 tasses par jour; - hépatique, insuffisance: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; - hypochole: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour; - insuffisance hépatique: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; - stomacique: 1 tasse après les repas; - vermifuge: 1 tasse 15mn avant le petit déjeuner, 3 matins de suite; à renouveler; ou infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 15 mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- Contre-indication en cas de grossesse;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - feuilles dans bains, cataplasmes, et oreillers pour combattre l'insomnie; - lavage des plaies infectées, ulcères: décoction d'1 poignée par litre d'eau; bouillir 10mn et ajouter 2 cuillerées à soupe de sel marin; - plaies infectées, lavage: décoction d'1 poignée par litre d'eau; bouillir 10mn et ajouter 2 cuillerées à soupe de sel marin; - ulcères, lavage: décoction d'1 poignée par litre d'eau; bouillir 10mn et ajouter 2 cuillerées à soupe de sel marin;</p>
<p>ARTEMISIA ABSINTHIUM L., ABSINTHIUM vulgare Gaertn.</p>	<p>Absinthe officinale</p>	<p>PROPRIETES: tonique amer: stomachique; vulnérable; tonique; goutte; rhumatismes; hydropisie; apéritif; pour convalescence; carminatif; emménagogue; vermifuge; diurétique; fébrifuge; stimulant de l'appétit; digestif; favorise les règles; contre le saturnisme; contre mal des transports;</p> <p>USAGE INTERNE: atonie digestive (estomac et intestin); gastrites, spasmes de l'estomac; troubles hépatiques; flatulences; inappétence et asthénie chez les anémiques, les convalescents, les neurasthéniques; anémie; pertes blanches; retard des règles ou insuffisance menstruelle; ascaris, oxyure, tænia; fièvres intermittentes (Trousseau); - chez les peintres, élimine le blanc de plomb, la céruse (1-2 cuillerée de vin d'absinthe par jour);</p> <p>USAGE EXTERNE: cicatrisant; antiseptique; éloigne les insectes; plaies atones, ulcères, dartres; piqûres d'insectes;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: Vin d'absinthe: mettre dans une bouteille d'un litre 50 grammes de sommités fleuries ou de feuilles d'absinthe, puis remplir la bouteille de bon vin blanc. Laisser infuser quatre jours, passer et filtrer, on a un litre de vin d'absinthe. Un petit verre avant le repas comme apéritif. Un petit verre après le repas comme digestif. Un petit verre le matin comme vermifuge pour tuer le ver. On peut le boire pur; néanmoins, comme apéritif, il est préférable de le boire dans un verre d'eau fraîche légèrement sucrée. Ce vin s'altère rapidement; il est bon d'en préparer seulement un demi-litre à la fois.</p> <p>- aménorrhée asthénique: infusion de 5-10g de feuilles et sommités fleuries; infuser 15mn; 3-5 cuillerées par jour. Contre-indication en cas d'affections entéro-gastrique; - ankylostome: faire bouillir 1 cuillerée de miel dans ¼ de litre d'eau; boire le mélange en plusieurs fois, puis avaler d'un trait une infusion de 10g de feuilles et de sommités fleuries d'absinthe infusée pendant 15mn; - apéritif: vin d'absinthe: 30g de sommités fleuries ou de feuilles dans 1 litre de vin blanc, macérer 4 jours, filtrer: 1 verre à liqueur avant le repas; ou infusion: 5-15g par litre d'eau, infuser 10mn, 2 tasses par jour avant ou après repas, sucrer avec du miel; - blanc de plomb: chez les peintres, élimine le blanc de plomb, la céruse (1-2 cuillerée de vin d'absinthe par jour); - cachexie: infusion de 10 g de feuilles et sommités fleuries pendant 15 mn; 2-5 cuillerées par jour; - cholagogue: infusion de 10 g de feuilles et sommités fleuries pendant 10 mn; 3-5 cuillerées dans la journée; - colique hépatique: infusion de 10 g de feuilles et de sommités fleuries pendant 15 mn; 4 cuillerées par jour; - digestif: vin d'absinthe: 30g de sommités fleuries ou de feuilles dans 1 litre de vin blanc, macérer 4 jours, filtrer: 1 verre à liqueur après le repas; - digestif: tonifier le système digestif: infusion de feuilles et de sommités florales</p>

		<p>(quinze grammes par litre d'eau);</p> <ul style="list-style-type: none"> - douleurs intercostales: infusion de 5g de feuilles pendant 15mn; 5 cuillerées par jour; - foie, tonifier: infusion de feuilles et de sommités florales (quinze grammes par litre d'eau); - jaunisse: infusion de 10g de feuilles pendant 10mn; 2-5 cuillerées par jour; - nausées: infusion de 10g de feuilles et sommités fleuries pendant 15mn; 3-4 cuillerées par jour; - pyrosis: feuilles et sommités fleuries en infusion de 1g pour 1litre pendant 15mn; 3-5 cuillerées par jour - sang, tonifier: infusion de feuilles et de sommités florales (quinze grammes par litre d'eau); - tonique: vin d'absinthe: 30g de sommités fleuries ou de feuilles dans 1 litre de vin blanc, macérer 4 jours, filtrer: 1 verre à liqueur avant le repas; - vésicule biliaire, tonifier: infusion de feuilles et de sommités florales (quinze grammes par litre d'eau); <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cicatrisant: décoction d'1 poignée pour 1 litre d'eau, bouillir 5mn; - piqûres d'insectes: décoction d'1 poignée pour 1 litre d'eau, bouillir 5mn; - plaie, lavage: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 20mn; en applications locales; ou décoction d'1 poignée pour 1 litre d'eau, bouillir 5mn; <p>INCOMPABILITES: sels de fer, de zinc, de plomb (à cause de son tanin);</p> <p>ATTENTION: ne jamais utiliser l'absinthe plus de 8 jours d'affilée, ni dépasser les doses; particulièrement chez les femmes enceintes ou allaitantes. Contre-indication en cas d'affections du tube digestif, chez les sujets pléthoriques ou en cas de gastro-entérite et chez les sujets sanguins; L'abus produit des désordres sans nombre dans l'organisme humain et souvent même engendre la folie.</p>
ARTEMISIA ARBORESCENS L.	Armoise arborescente	PROPRIETES: vulnéraire
ARTEMISIA CAMPESTRIS L. *SUBSP. CAMPESTRIS BRIQ. & CAV.	Armoise champêtre	PROPRIETES: voir ARTEMISIA vulgaris
ARTEMISIA DRACUNCULUS L.	Estragon	<p>PROPRIETES: diurétique; apéritif, stomachique, stimulant de l'appétit et des fonctions digestives, antiscorbutique, antiarthritique, anti-hydropique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - racine: soulage les maux de dents; <p>USAGE INTERNE: digestif; apéritif; dénué d'effets irritants;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - régime sans sel, à employer mondé en remplacement du sel; - aérophagie: infusion de 30 g pour 1 litre d'eau durant 10 minutes; 1 tasse après chaque repas et chaque fois que l'on se sent ballonné; - colique intestinale: faire un sirop de 200 g de sucre et ½ litre d'eau; après refroidissement, ajouter ½ litre d'alcool de vin -45°-; mettre dans le mélange une poignée de feuilles et de tiges d'estragon; laisser macérer 45 jours; au moment des spasmes douloureux, boire 1 verre à liqueur de ce breuvage; - gastralgie par pyrosis: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 15mn; 2 tasses par jour; - gastrectasie: infusion de 30g de sommités fleuries et feuilles pendant 10mn; 2 tasses par jour; - gastrite chronique: infusion de 40g de sommités fleuries et feuilles pendant 10mn; 3 tasses par jour; - hépatite: infusion de 10g de feuilles et sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour. Contre-indication en cas de grossesse; - mauvaise haleine: estragon cru; - sel, régime sans sel, à employer mondé en remplacement du sel; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - névralgie: infusion de 20g de feuilles pendant 10mn; en applications locales;
ARTEMISIA GENIPI WEBER *SUBSP. GENIPI	Génépi femelle	<p>PROPRIETES: tonique général; stomachique, stimulant gastrique; emménagogue; fébrifuge remède des "chaud et froid", des refroidissements; cicatrisant, vulnéraire (interne et externe); facilite la menstruation</p> <p>USAGE INTERNE: manque d'appétit; asthénie; affections pulmonaires dues au refroidissement; règles insuffisantes; gastriques, entérites;</p>

		<p>USAGE EXTERNE: cicatrisant;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: infusion de 30-50g par litre d'eau; 2-4 tasses par jour;</p> <p>- dépression nerveuse: infusion de 40g de plante aérienne fleurie pendant 15mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>- dyspepsies gastro-intestinales: infusion de 40g de partie aérienne fleurie pendant 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- grippe: infusion de 40g de partie aérienne de la plante fleurie pendant 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- hyperacidité gastrique: infusion de 40g de partie aérienne de la plante fleurie pendant 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- laryngo-pharyngite: infusion de 40g de partie aérienne de la plante fleurie pendant 15mn; 2 tasses par jour. Aussi en gargarismes;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- coryza: infusion de 40 g de plante entière fleurie pendant 20 mn; en bains locaux;</p> <p>- laryngo-pharyngite: infusion de 40g de partie aérienne de la plante fleurie pendant 15mn; 2 tasses par jour. Aussi en gargarismes;</p>
ARTEMISIA GLACIALIS L.	Génépi mâle	PROPRIETES: vulnérable, efficacité contre les refroidissements
ARTEMISIA MARITIMA L. *SUBSP. MARITIMA *var. maritima	Armoise maritime	<p>PROPRIETES: plante: vermifuge, tonique, stomachique, apéritif, vulnérable;</p> <p>- inflorescences (*var. pauciflora): vermifuge comparable au semen-contra (abréviation de semen contra vermis: graine contre les vers fourni par la variété stechmanniana de cette espèce); cicatrisant;</p> <p>USAGE INTERNE: parasites intestinaux (oxyures, ascaris)</p> <p>USAGE EXTERNE: plaies atones;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- parasites intestinaux (oxyures, ascaris): infusion: 1 cuillère à dessert de semences et sommités dans 1 tasse d'eau; bouillir quelques secondes, infuser 10mn; 1 tasse 3 matins de suite, chaque mois, en commençant à la lune descendante;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- oxyures: 2-10g de poudre dans 120g d'eau tiède; en lavement;</p> <p>- plaies: décoction avec 1 poignée par litre, en lavage;</p>
ARTEMISIA PONTICA L.	Armoise du Pont	PROPRIETES: vulnérable, stomachique, vermifuge, fébrifuge
ARTEMISIA umbelliformis Lam.	Génépi mutelline	PROPRIETES: vulnérable, contre refroidissements
ARTEMISIA VULGARIS L., ABSINTHIUM vulgare (L.) Dulac	Armoise commune	<p>PROPRIETES: emménagogue; cholagogue; digestive; antispasmodique; vermifuge; favorise les règles, régularise la menstruation; antiépileptique; tonique du printemps; vulnérable; tonique; stimulant; détersif; affections nerveuses; digestif; vermifuge;</p> <p>Bossu l'emploie contre les névralgies, les vomissements nerveux.</p> <p>Burdach fait observer que la racine d'armoise employée en poudre possède des propriétés antiépileptiques très énergiques.</p> <p>Comel dit que la décoction des feuilles d'armoise dans un litre d'eau donne d'excellents résultats dans les cas hystériques</p> <p>USAGE INTERNE: absence de règle liée à l'anémie, au lymphatisme, à la chlorose; troubles de la formation; vertiges et lipothymie; épilepsie (et accidents épileptiformes des jeunes filles à l'approche de la puberté); troubles nerveux (danse de Saint-Guy, hystérie); vomissements nerveux chroniques; dyspepsies; convulsions infantiles; névralgies liées à des troubles menstruels; anémie; dépression; vermifuge;</p> <p>USAGE EXTERNE: usages dermatologiques;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- affections nerveuses: infusion de 5g par tasse;</p> <p>- aménorrhée: infusion de 10 à 15g de sommités fleuries par litre d'eau; infuser 15mn; 3 tasses par jour entre les repas;</p> <p>- anémie: pincée de plante en poudre comme additif alimentaire, ou infusion de 10-20g de feuilles par litre d'eau;</p> <p>- atonie nerveuse: infusion de 10-20 g de feuilles et sommités fleuries pendant 10 mn; 2-3 tasses par jour;</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - colique utérine: infusion de 15 g de feuilles et sommités fleuries pendant 10 mn; 3 tasses par jour; - dépression: pincée de plante en poudre comme additif alimentaire, ou infusion de 10-20g de feuilles par litre d'eau; - digestif: infusion de 5g par tasse; - emménagogue: infusion de 5g par tasse; - épilepsie: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour loin des repas; - grippe: infusion de 30-50g par litre d'eau; 2-4 tasses par jour; - hystérie: infusion de 15g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; - sédatif: infusion de 15g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 2 tasses par jour; - spasmes: infusion de 10 à 15g de sommités fleuries par litre d'eau; infuser 15mn; 3 tasses par jour entre les repas; - stimulant: infusion de 5g par tasse; - tonique: infusion de 5g par tasse; - trouble nerveux: pincée de plante en poudre comme additif alimentaire, ou infusion de 10-20g de feuilles par litre d'eau; - vermifuge: infusion de 5g par tasse; - vertiges: infusion de 10 à 15g de sommités fleuries par litre d'eau; infuser 15mn; 3 tasses par jour entre les repas; <p>CONTRE-INDICATION en cas de grossesse. A forte dose, risque de lésions hépatiques et rénales et est convulsivante Le pollen de l'armoise vulgaire est un important facteur de rhinites allergiques (rhume des foins);</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: - indigestion d'eau froide des bovins (en boisson: urine d'homme, 6 têtes d'ail pilées, 2 pincées d'absinthe, 1 demi poignée de sel) - plante pour les lapins convalescents - décoction contre les puces de chien, piqûres d'insectes, favorise les chaleurs des chiennes</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne: - dans composition du baume tranquille contre l'indigestion aiguë des ruminants - bouchon d'absinthe fraîche contre l'indigestion par surcharge et contre la météorisation</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: tonique et eupeptique - bouchon d'absinthe fraîche</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: vermifuge</p>
ARTOCARPUS heterophyllus	Arbre à pain	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - racines: diarrhée; - fleurs: diabète; - fruit: astringent; laxatif
ARUM ITALICUM MILL. *subsp. italicum	Arum d'Italie	voir ARUM maculatum
ARUM MACULATUM L.	Gouet maculé	<p>ATTENTION: gorge peut enfler, entravant la respiration; grave inflammations des yeux;- chaleur ou séchage de la plante.</p> <p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - tige souterraine et feuilles: astringent; - feuilles: rhumatisme, ulcères
ARUNCUS dioicus (Walter) Fernald	Aronce dioïque	PROPRIETES: racines et feuilles et fleurs: tonique, astringent, fébrifuge
ARUNDO DONAX L.	Canne de Provence	<p>PROPRIETES: parties souterraines: diurétique, anti-laiteux.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - goutte: décoction de 40g de rhizome; bouillir 10mn; 4 tasses par jour; - hydarthrose: décoction de 40g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - rhumatisme chronique: décoction de 40g de rhizome; bouillir 15mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;
ASARINA procumbens Mill.	Asarine couchée	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: jaunisse
ASARUM canadense	asaret du Canada	PROPRIETES:

		- racine: tonique de la digestion; coliques; flatulences; rhumes; maux de gorge; nervosité; crampes
ASARUM EUROPAEUM L. *subsp. europaeum	Asaret	nom "Cabaret": les ivrognes l'utilisaient pour se faire vomir. PROPRIETES: émétique; diurétique; purgative; expectorant; sternutatoire; vomitif (peut remplacer l'ipécacuaana); antiasthmatique; propriétés immunostimulantes; - tige souterraine stimulante, émétique, purgative, antiarthritique, emménagogue; feuilles: sternutatoire. USAGE INTERNE: bronchite; asthme; POSOLOGIE INTERNE: - coqueluche ou toux spasmodiques: infusion de 80 g de feuilles pendant 8 heures; 3 tasses par jour; ou décoction de 20 g de rhizome; bouillir 3 mn, laisser reposer 15 mn; 100 g par jour par cuillerées; ou infusion de 5 à 7 feuilles pour 1 tasse d'eau bouillante: à prendre le matin avec du miel; - indigestion: décoction de 20g de racine; bouillir 3mn et reposer 10mn; 100-150g par jour par cuillerées; - toux spasmodique: infusion de 5 à 7 feuilles pour 1 tasse d'eau bouillante: à prendre le matin avec du miel; PLANTE DANGEREUSE à dose moyenne ou forte
ASCLEPIAS syriaca L., ASCLEPIAS CORNUTI DECAISNE [nom. illeg.]	Asclépiade à la ouate	PROPRIETES: - racine en petite quantité: diurétique; émétique; purgatif; quoique la racine ait servi à provoquer des stérilités temporaires; - latex: asthme
ASCLEPIAS tuberosa	Asclépiade tubéreuse	PROPRIETES: - racine fraîche: émétique; - racine séchée: expectorant; diaphorétique; dilate les bronches; draineur lymphatique; pleurésie; bronchite; affections utérines; - fleurs: édulcorant; - latex: aide à l'élimination des verrues
ASPARAGUS ACUTIFOLIUS L.	Asperge à feuilles aiguës	PROPRIETES: - plante: diurétique
ASPARAGUS OFFICINALIS L. *subsp. OFFICINALIS	Asperge	PROPRIETES: dépuratif; diurétique; draineur hépatique et rénal, de l'intestin, des poumons et de la peau; reminéralisant; fluidifiant sanguin; calmant de l'éréthisme (sédatif) cardiaque; entraîne une diminution de la glycosurie; laxatif USAGE INTERNE: asthénies physique et intellectuelle, convalescence; anémie; déminéralisation; insuffisance hépatique et rénale; lithiase urinaire; arthritisme, goutte, rhumatismes; bronchites chroniques; viscosité sanguine; palpitations; diabète; oligurie des cardiaques (véhicule de la digitale); douleurs rénales; hydropisie; ictère; USAGE EXTERNE: dermatoses: certains eczémas POSOLOGIE INTERNE: - asperge crue, râpée dans hors-d'œuvre ou sous forme de jus; - décoction de 50g pour 1 litre d'eau, bouillir 15mn: 3 verres par jour à jeun; - diathèse arthritique: décoction de 40g de rhizome et racines; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - diurétique: cure de pointes d'asperges, râpées crues ou cuites à la vapeur, tous les jours pendant 1 semaine; ou décoction de 20 g de racines pour 1 litre d'eau, après avoir coupé les pointes: boire par petits verres au long de la journée; - éréthisme cardio-vasculaire (troubles du rythme cardiaque): décoction de 20g de rhizome et racines; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hydropisie cardiaque, hydropisie rénale: décoction de 25g de rhizome et racines; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - obésité: décoction de 100g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour loin des repas; - vomissement: infusion de 30g de grains en poudre pendant 15mn; 3 tasses par jour; CONTRE-INDICATION en cas de néphrite, de rhumatisme aigu, de diabète, d'albuminurie, de cystite, de goutte, de calculs rénaux et vésicaux
ASPARAGUS stipularis	Asperge	PROPRIETES: dépuratif; diurétique; draineur hépatique et rénal, de l'intestin, des poumons et de la peau; reminéralisant; fluidifiant sanguin; calmant de l'éréthisme cardiaque; entraîne une diminution de la glycosurie; laxatif;

		USAGE INTERNE: asthénies physique et intellectuelle, convalescence; anémie; déminéralisation; insuffisance hépatique et rénale; lithiase urinaire; arthritisme, goutte, rhumatismes; bronchites chroniques; viscosité sanguine; palpitations; diabète
ASPARAGUS verticillatus	Asperge	PROPRIETES: dépuratif; diurétique; draineur hépatique et rénal, de l'intestin, des poumons et de la peau; reminéralisant; fluidifiant sanguin; calmant de l'érythisme cardiaque; entraîne une diminution de la glycosurie; laxatif; USAGE INTERNE: asthénies physique et intellectuelle, convalescence; anémie; déminéralisation; insuffisance hépatique et rénale; lithiase urinaire; arthritisme, goutte, rhumatismes; bronchites chroniques; viscosité sanguine; palpitations; diabète
ASPERUGO PROCUMBENS L.	Rapette couchée	PROPRIETES: voir BORRAGO officinalis
ASPERULA CYNANCHICA (BAUHIN) L. *SUBSP. CYNANCHICA	Herbe à l'esquinancie	PROPRIETES: -feuilles: astringent, maux de gorge, esquinancie
ASPHODELUS ALBUS MILL. *subsp. ALBUS	Asphodèle blanc	POSOLOGIE INTERNE: hyperménorrhée; POSOLOGIE EXTERNE: - érythème: décoction de 150g de tubercules; bouillir 15mn; en applications locales; - hémato néphrose: décoction de 30g de tubercules; bouillir 15mn; 2-3 tasses par jour. Contre-indication en cas d'entérite, de gastrite et de néphrite aiguë; - hyperménorrhée: décoction de 40g de tubercules; bouillir 10mn; 3 tasses par jour. Contre-indication en cas d'entérite, de gastrite et de néphrite aiguë; - posthite: décoction de 80g de tubercules; bouillir 15mn; applications locales;
ASPLENIUM ruta muraria	Rue des murailles	PROPRIETES: - plante: maladies de poitrine, maladie des voies urinaires; POSOLOGIE INTERNE: - asthme: infusion de 50 g de frondes pendant 20mn et sucrer avec du miel; 2-3 tasses par jour, tiède, loin des repas; - atonie intestinale: infusion de 30 g de frondes pendant 15 mn; 3 tasses par jour; - laryngite: infusion de 40g de branches pendant 20mn; 3 tasses par jour; - néphralgie: infusion de 40g de frondes pendant 20mn; 3 tasses par jour; - trachéite: infusion de 40g de frondes pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel;
ASPLENIUM trichomanes	Capillaire rouge	PROPRIETES: - plante: maladies des poumons, ictère, hydropisie
ASTER AMELLUS L.	Aster amelle	PROPRIETES: - parties souterraines: maladies des yeux, angines; toux, hémorragies internes; POSOLOGIE INTERNE: - gastrite: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - trachéite: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; POSOLOGIE EXTERNE: - glossite: infusion de 10g de fleurs et feuilles pendant 25mn; en bains de bouche; - pharyngite purulente: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 25mn; en gargarismes;
ASTER TRIPOLIUM L. *subsp. tripolium	Aster tripolium	PROPRIETES: - plante et racines: maladies des yeux, angines
ASTRAGALUS EXSCAPUS L. *subsp. exscapus	Astragale à tige courte	PROPRIETES: voir ASTRAGALUS monspessulanus
ASTRAGALUS GLYCYPHYLLUS L.	Astragale à feuilles de réglisse	PROPRIETES: - racine: adoucissant; - feuilles, graines: diurétique; purgatif; - graines et feuilles: diurétique, purgatif; - tiges souterraines et racines: adoucissant
ASTRAGALUS MONSPESSULANUS L. *subsp. monspessulanus	Astragale de Montpellier	PROPRIETES: - racines: diurétique, sudorifique; décoctions contre rhumatismes, goutte; médicament du coeur
ASTRAGALUS	Astragale	PROPRIETES: voir ASTRAGALUS monspessulanus

ONOBRYCHIS L.	esparcette	
ASTRANTIA major L. *subsp. major	Grande astrance	PROPRIETES: - racine: purgatif
ATHAMANTA CRETENSIS L.	Athamanthe de Crète	PROPRIETES: - plante: apéritif, stomachique, facilite digestion intestinale, gravelle
ATRIPLEX HALIMUS L.	Pourpier de mer	PROPRIETES: - feuilles: émollient
ATRIPLEX HORTENSIS L.	Arroche des jardins	PROPRIETES: rafraîchissant, diurétique, émollient; irritations de la gorge; jaunisse; goutte; - feuilles, tiges ou racines en cataplasme: piqûres d'insectes; - feuilles: émollient, empli en cataplasme; - fruits: purgatif, émétique; - plante: laxatif, rafraîchissant; POSOLOGIE INTERNE: - diurétique: décoction de 30-60g de feuilles par litre d'eau; - purgatif: décoction de 2-8g de graines;
ATRIPLEX patula L. *subsp. patula	Arroche à feuilles larges	PROPRIETES: - plante: rafraîchissant; - fruits: émétique; laxatif
ATRIPLEX prostrata Boucher ex DC. *subsp. latifolia (Wahlenb.) Rauschert	Arroche hastée	PROPRIETES: - feuilles: émollient. - fruits: purgatif
ATROPA BELLADONNA L.	Atropa belladone	PROPRIETES: antispasmodique des fibres musculaires lisses (bronches, tube digestif); antiasthmatique (en cigarettes); antisudoral; modérateur des sécrétions glandulaires (salive, bile, sueur, pancréas...) et mydriatiques (en ophtalmologie), sauf de la sécrétion intestinale; sédatif puissant dans névralgies et douleurs viscérales; De nos jours, elle est utilisée dans le traitement de la maladie de Parkinson. Elle est aussi un antidote puissant dans nombre d'intoxications. - feuilles et racines: narcotique; sédatif; on en tire un extrait qui dilate la pupille; antispasmodique en cas de difficultés respiratoires, de douleurs musculaires ou rhumatismales; sédatif gastrique; réduire les sécrétions nasales; agit sur l'appareil circulatoire contre les diarrhées; facilite le transit intestinal; - feuilles, appliquées extérieurement: adoucissant, résolutif; - plante: névralgies, coqueluche; USAGE INTERNE: spasmes des tuniques musculaires (gastro-intestinales, anus, urètre, vagin, col utérin); spasmes des voies respiratoires (coqueluche, asthme nerveux, spasmes glottiques); incontinence d'urine nocturne; priapisme, spermatorrhée; sialorrhée, galactorrhée; sueurs des tuberculeux; constipation spasmodique; névralgies, migraines; dans de Saint-Guy; mal de mer; USAGE EXTERNE: feuilles en cataplasme: comme analgésique POSOLOGIE EXTERNE: augmente la tension oculaire, provoque la mydriase, entraîne la paralysie de l'accommodation, l'accélération cardiaque, augmente la tension artérielle, entraîne une congestion des centres nerveux. Autrefois, appliquée sur la peau sous forme de " pommade de sorcière ", elle provoquait l'insensibilité avant une opération. - Signes d'intolérance: sécheresse de la gorge, soif, tachycardie, congestion de la face, dilatation pupillaire, puis excitation violente, hallucinations, vertiges, délire bruyant, tremblements, spasmes, prostrations, hypotension et coma; - CONTRE-INDICATIONS: médicament dangereux. L'utiliser avec prudence; le proscrire dans les états hypertensifs (artériosclérose, angine de poitrine) et lorsqu'on peut redouter la phase d'excitation cérébrale qu'il détermine à doses moyennes. Plante toxique à ne pas utiliser en phytothérapie: nombreux cas d'intoxications mortelle par ingestion de baies (noires) que l'on prend pour des mures ou des cerises (d'où l'appellation populaire de "cerise enragée"). Médecine vétérinaire ancienne: - Pommade comme antidouleur et antiprurigineux - Teinture comme antitussif, réduire les sécrétions bronchiques (chien, cheval), les diarrhées avec coliques, les spasmes de l'oesophage, vomissements, les crises dyspnéiques, et les chocs anaphylactiques. 20 ml de teinture avec de l'eau tiède en lavement contre la constipation des grands

		<p>animaux</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: - usage externe: examen de l'oeil, iritis, kératite, fluxion périodique du cheval à son début pour rompre les adhérences (pas en cas d'ulcère ou de glaucome) - Usage interne: avec de la morphine en prévention d'une syncope lors d'une anesthésie à l'éther ou au chloroforme, contre les coliques du cheval, pour les accès de pousse, emphysèmes pulmonaires de cheval, comme antidote de l'ésérine, la pilocarpine, l'arécoline, la morphine, le chloroforme.</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: - action sur le système nerveux et l'appareil circulatoire - caractérisé par l'acuité et la soudaineté des symptômes observés, douleurs apparaissent et disparaissent rapidement, latéralité droite, action marquée sur les individus à robe claire - contre les abcès: teinture mère en compresse - usages unicités: angines, bronchites, pharyngites aiguës, stomatites, parotidites, coliques spasmodiques et congestives, néphrites aiguës, mammites aiguës et parenchymateuses, congestion cérébrale, maladie de carré avec forme nerveuse d'emblée, artérite cérébrale exsudative, synovite tendineuse, asthme des pléthoriques, ophtalmies</p>
ATROPA mandragora	Mandragore	<p>PROPRIETES: antispasmodique (comme la belladone); modérateur des sécrétions; mydriatique; antiasthmatique (cigarettes); analgésique (cataplasmes); modérateur réflexe;</p> <p>Historique: La mandragore, comme la belladone ou la jusquiame est une plante de "sorcière". D'après le codex juliana, le botaniste grec Discoride reçut la mandragore comme remède magique des mains d'Heuresis, déesse de la découverte. Les puissants effets narcotiques de la mandragore et sa racine ayant parfois la forme d'un être humain, lui confère ses propriétés magiques. Selon une légende la racine était tellement dangereux de déterrer la mandragore elle poussait un cri si puissant qu'elle pouvait tuer quiconque tentait de la déterrer. C'était alors un chien attaché à la plante qui se chargeait de la déterrer. D'ailleurs selon les croyances, il en mourrait la plupart du temps. On l'utilisait principalement en sorcellerie pour des prédictions, des guérisons... On l'utilisait d'ailleurs pour guérir de la folie. De nombreuses croyances et superstitions à ce sujet ont été remises en causes depuis, mais le folklore européen n'a cessé de déformer et d'entretenir ses superstitions. D'autres part ses fruits parfumés de couleurs jaunes, appelés "pommes d'amour", étaient les pommes dorées d'Aphrodite.</p> <p>Usages: On utilise la mandragore contre les spasmes (entérocolites, hémorroïdes), l'asthme et le rhume des foins. On la prescrit sous forme de cataplasme pour soigner les rhumatismes et les douleurs arthritiques. Elle est aussi efficace contre les ulcères gastriques. Elle serait aussi somnifère et aphrodisiaque.</p> <p>Effets: Narcotique, antispasmodique, modérateur réflexe.</p> <p>USAGE INTERNE: spasmes (entérocolites, hémorroïdes); crises douloureuses hépatiques et de l'ulcère gastrique; asthme, rhume des foins, coqueluche; règles douloureuses;</p> <p>Mises en garde: La mandragore est une plante toxique, et il en faut peu pour ressentir ses puissants effets narcotiques pouvant être très éprouvants.</p>
AVENA SATIVA L.	avoine	<p>PROPRIETES: énergétique (porridge); de croissance; athénie physique et intellectuelle; utile aux diabétiques (vertus hypoglycémiantes); stimulant de la thyroïde; faiblesse et fatigue extrême; sommeil agité dû à une surexcitation; associé à la valériane pour apaiser les symptômes de sevrage des tranquillisants; troubles prémenstruels accompagnés de règles peu abondantes et douloureuses; contre l'épuisement suivant un accouchement et lors de l'allaitement; en cas de perte de libido;</p> <p>- paille: propriétés adoucissantes;</p> <p>- le son: peut faire abaisser le cholestérol;</p> <p>- plante mûre en décoction: dépression; carences en œstrogènes liées à la ménopause; rhumes persistants; athénies dues au zona et scléroses musculaires;</p> <p>- farine: exfoliant qui adoucit les peaux sèches et eczémateuses;</p> <p>- le gruau d'avoine pour bouillies nourrissantes pour enfants et convalescents; décoction de gruau: tisane adoucissante;</p> <p>Elle contient du phosphore, du magnésium, des vitamines B et une hormone voisine de celle sécrétée par la glande thyroïde. - Elle combat les trous de mémoire par son phosphore.</p> <p>- Énergétique et stimulante, elle lutte contre l'apathie grâce à son hormone naturelle et à ses vitamines B.</p>

		<p>- Ses feuilles vertes chassent l'envie de fumer. Mode d'emploi: hachez des feuilles vertes menu et mélangez-les à cinq fois leur poids d'alcool à 90°. Laissez macérer 72 heures, puis filtrez. Buvez quatre fois par jour 60 gouttes de cette préparation dans un peu d'eau. - Elle est excitante, son abus peut provoquer des battements de coeur et de l'insomnie.</p> <p>- Evitez de donner des flocons d'avoine aux enfants nerveux le soir au dîner.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- anémie: faire bouillir de la farine d'avoine dans du lait avec un peu de beurre jusqu'à ce qu'elle soit bien cuite et forme une bouillie;</p> <p>- antiasthénique, 20 gouttes 3 fois par jour, avant repas;</p> <p>- cigarette: ses feuilles vertes chassent l'envie de fumer. Mode d'emploi: hachez des feuilles vertes menu et mélangez-les à cinq fois leur poids d'alcool à 90°. Laissez macérer 72 heures, puis filtrez. Buvez quatre fois par jour 60 gouttes de cette préparation dans un peu d'eau. - Elle est excitante, son abus peut provoquer des battements de coeur et de l'insomnie.</p> <p>- décalcification: laver 5-6 fois dans de l'eau fraîche, 1 kg de grains d'avoine et le faire bouillir dans 2 litres d'eau jusqu'à ce que la préparation se réduise de moitié; filtrer et ajouter 2 cuillerées de miel; faire bouillir 1 nouvelle fois quelques minutes; consommer la décoction avec du lait;</p> <p>- excitant: utiliser les grains pour préparer des potages et des bouillies bien cuites;</p> <p>- hypothyroïdisme: grains à consommer en potages cuits longuement;</p> <p>- inflammation due à l'urée: moudre et consommer les graines bien cuites, en potages ou en décoction en faisant bouillir 500g de graines dans 2 litres d'eau jusqu'à ce que la préparation réduise de moitié; filtrer et ajouter ½ litre de lait et 2 cuillerées de miel; boire par tasse en 2 jours;</p> <p>- insomnie: teinture d'avoine pour insomniaques: 40 gouttes au coucher;</p> <p>- lithiase urinaire: paille (plante entière cueillie encore verte) en infusion (1 poignée par bol d'eau bouillante);</p> <p>- lymphatisme: grains bouillis longuement dans de l'eau; consommer en potage;</p> <p>- minéralisant: utiliser la farine d'avoine pour préparer bouillies;</p> <p>- podagre: décoction de 50g de paille; bouillir 25mn; 3 tasses par jour avec beaucoup de jus de citron;</p> <p>- spasme nerveux: décoction de 100g de grains; bouillir 60mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- tonique: consommer les grains entiers dans du potage et en poudre dans les bouillies;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- Bain: remplir un sachet en mousseline de bouillie de flocons d'avoine et le suspendre sous le robinet d'eau chaude: contre eczémas</p> <p>- carie des os: décoction de 100 g de grains bien lavés; bouillir 60 mn; bander soigneusement la partie atteinte avec un linge imbibé de cette décoction;</p> <p>- lumbago: décoction de 50g de paille séchée; bouillir 20-25mn; 3 tasses par jour sous forme d'applications locales;</p> <p>- nervosité: dormir sur un matelas de balle d'avoine;</p> <p>- point de côté: faire frire dans 1 casserole 2 poignées d'avoine avec un peu de vinaigre; cataplasme dans un morceau de mousseline et appliquer sur l'endroit douloureux pendant 20mn; répéter plusieurs fois dans la journée si nécessaire;</p>
AVERRHOA carambola	Carambolier	<p>PROPRIETES:</p> <p>- fruit: réduire la glycémie chez les diabétiques; hypertension; gingivite; acné;</p> <p>- fleurs: toux;</p> <p>- feuilles: rhumatismes;</p>
AZADIRACHTA indica A.Juss.	Azadirachta de l'Inde	<p>PROPRIETES:</p> <p>1. Utilisation populaire: Cet arbre connu dans plusieurs pays d'Afrique dont le Sénégal est fréquemment utilisé pour ses propriétés anti malariques. La décoction aqueuse de feuilles ou de racines s'emploie ainsi dans le traitement du paludisme. Par ailleurs, il joue un rôle important pour combattre les vers et les maladies de la peau. En Inde, toutes les parties de la plante sont utilisées d'où l'origine du nom "Arishta" qui signifie "qui soulage les maladies" ou "Pichumarda" qui veut dire "qui guérit la lèpre".</p> <p>La décoction d'écorce soulage en cas de fièvre, de soif, de malaise, de maladies de la peau et de morsures de scorpions ou des serpents.</p> <p>Le suc fermenté d'écorce ou de racines serait efficace contre la lèpre et les maladies chroniques de la peau. Le suc frais de jeunes feuilles est employé contre les ulcères et les vers et agirait sur les virus et les bactéries.</p> <p>2. Utilisation par les guérisseurs: Au Sénégal, KERHARO rapporte qu'un guérisseur Manding du Ferlo signale que les feuilles et écorces de A. indica sont diurétiques et antiblennoragiques en association avec Acacia nilotica var.adansonii. D'autre part, les vendeurs de simples recommandent les feuilles en décocté contre</p>

		<p>le paludisme, les oedèmes, les rhumatismes et les écorces contre le diabète. En Gambie, certains praticiens conseillent l'infusion aqueuse pour soigner la constipation, la fièvre jaune et les parasites. Le jus des feuilles fraîches ou bouillies s'emploie sur les croûtes de la peau.</p> <p>Au Mali, on retrouve l'indication contre la fièvre jaune mais c'est la décoction des rameaux feuillés qui est utilisé en fumigation. Pour augmenter l'efficacité du traitement, on conseille de boire une partie de la décoction.</p> <p>Au Burkina Faso, le Père DE LA PRADILLA signale l'infusion des feuilles en bains et boisson contre l'hépatite et les ictères. Pour cela faire bouillir 2 bottes de feuilles dans 6 litres d'eau pendant 10mn, puis laisser infuser et refroidir.</p> <p>Pharmacologie: La propriété anti-inflammatoire de l'extrait alcoolique des feuilles et d'écorces et de l'extrait aqueux lyophilisé des feuilles a été respectivement confirmée par Okpanyi et Tidjani (4). Par ailleurs, les actions antipyrétiques, anti malariques et antimicrobiennes ont été également étudiées et prouvées.</p> <p>Clinique: Le margosate de sodium extrait du Neem expérimenté par Chaterjee dans le traitement des lésions des syphilis primaires et secondaires a permis une disparition plus vite de ces lésions par rapport aux cas non traités;</p>
BACOPA	Bacope	<p>PROPRIETES: tonifiant du cerveau;</p> <p>- feuilles et tiges en infusion: tonique nerveux, en particulier aux épileptiques; filarieuse; maux de dos en relation avec les reins; problèmes utérins; irrégularités de menstruation; rhumatismes</p>
BALLOTA NIGRA L. *SUBSP. NIGRA	Ballote fétide	<p>PROPRIETES: stimulant; détersif; anti-hystérique; hypocondrie; épilepsie; antispasmodique; rééquilibrant nerveux; tonique; contre la teigne;</p> <p>- détersif: usage externe;</p> <p>- Antispasmodique digestif</p> <p>- Antitussif</p> <p>- Sédatif et anxiolytique (verbascoside)</p> <p>- Cholérétique</p> <p>Les diterpènes sont vraisemblablement les principes actifs dans la sphère pulmonaire (ex des Grindelias, de la marrubiine du Marrube, du Lierre terrestre, de l'Hysope, etc.)</p> <p>- Traitement symptomatique des toux quinteuses, des troubles du sommeil</p> <p>- Traitement de l'instabilité psychique, des palpitations, de l'anxiété</p> <p>- Utilisée contre les vomissements des nourrissons</p> <p>- Utilisée aussi pour augmenter la sécrétion biliaire (cholérétique)</p> <p>USAGE INTERNE: anxiété; neurasthénie; instabilité psychique; névroses de la ménopause; états sympathicotoniques (certaines insomnies, spasmes digestifs); bourdonnements d'oreille; coqueluche;</p> <p>USAGE EXTERNE: ulcères de jambe;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>infusion de 30g par litre d'eau; 2-3 tasses par jour; ou infusion de 50 g de sommités fleuries pendant 20 mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;</p> <p>- hypocondrie: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 3-4 tasses par jour loin des repas;</p> <p>- insomnie nerveuse: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 1 tasse avant le coucher;</p> <p>- laryngospasme: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- stress, surmenage intellectuel: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: ulcères atones</p>
BALSAMITA major Desf. *subsp. major, CHRYSANTHEMUM BALSAMITA L.	Tanaisie balsamite	<p>PROPRIETES: aromatique; amer; vermifuge; antiépileptique; antispasmodique; contrepoison de l'opium; tonique; carminatif; antispasmodique; emménagogue; diurétique; vermifuge; digestif;</p> <p>- feuilles en lotion ou écrasées: brûlures; piqûres;</p> <p>- feuilles en tisane: rhume; catarrhes; estomacs fatigués; crampes;</p> <p>USAGE INTERNE: bronchites avec toux spasmodiques; hystérie et maladies nerveuses; règles difficiles ou insuffisantes; parasites intestinaux; digestions pénibles;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p>

		<p>- infusion de 1 cuillère à dessert par tasse; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- insomnie: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 1 tasse avant le coucher;</p> <p>- vermifuge: 1 tasse le matin à jeun, 3 jours de suite (à la lune descendante);</p>
BANISTERIOPSIS caapi	banistéropsis	<p>PROPRIETES: hallucinogène rituel pour délivrer l'âme; favoriserait la création</p> <p>- écorce: paludisme</p>
BARBAREA verna (Mill.) Ascherson	Cresson de jardin	<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- hypochlorhydrie: 60-100g de jus de feuilles fraîches par jour;</p> <p>- lipémie: 60-100g par jour de jus de la plante entière fraîche, en bouillon froid;</p>
BARBAREA VULGARIS R. BR. *subsp. VULGARIS	Barbarée vulgaire	<p>PROPRIETES: apéritif; diurétique; antiscorbutique; dépuratif;</p> <p>- détersif: usage externe;</p> <p>- plante macérée dans huile d'olive: excellent baume pour les blessures;</p> <p>USAGE INTERNE: hydropisie; goutte; gravelle; lithiase biliaire; congestion hépatique; scorbut;</p> <p>USAGE EXTERNE: plaies, ulcères;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion de 20g de feuilles fraîches pour 1 litre d'eau; infuser 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- graine réduite en poudre, macérée dans du vin blanc: 10g par litre;</p>
BAROSMA betulina	Buchu	<p>PROPRIETES: diurétique balsamique;</p> <p>Dues à la présence d'Huile Essentielle: antiseptique des voies urinaires;</p> <p>Dues à la présence de flavonoïdes: diurétique, propriétés vitaminiques P;</p> <p>USAGE INTERNE: urétrites; prostatites; cystites; pyérites;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>infusion de 2 cuillerées à soupe par litre d'eau; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- cystite: infusion de 2 cuillerées à soupe par litre d'eau; 2-3 tasses par jour;</p> <p>ATTENTION: A fortes doses, risque d'irritation rénale: ne pas dépasser les doses prescrites</p>
BASSIA scoparia (L.) Voss *subsp. scoparia	Kochia à balais	<p>PROPRIETES: antihelminthique</p>
BELLIS PERENNIS L.	Marguerite	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: vulnéraire, émollient, résolutif, détersif, diurétique;</p> <p>- fleurs et feuilles: tonique; dépuratif; expectorant;</p> <p>- usage interne: dépuratif; diurétique; sudorifique; expectorant; fébrifuge; stimulant général; laxatif; calmant; tonique; affections hépatiques;</p> <p>- usage externe: résorbe les ecchymoses; anti-inflammatoire et bactéricide; affections cutanées;</p> <p>USAGE INTERNE: rhumatisme, goutte; pleurite, bronchites, asthme, laryngite; hydropisie; insuffisance hépatique et rénale; surmenage; insomnie; traumatismes, hématomes; mastites, tumeurs du sein; dermatoses, furonculoses, ulcérations; gravelle; maladie du foie;</p> <p>USAGE EXTERNE: fleurs et feuilles: anti ecchymotique; antiphlogistique; vulnéraire; traumatismes, hématomes; mastites, tumeurs du sein; dermatoses, furonculoses, ulcérations</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion: verser une tasse d'eau bouillante sur une cuillerée à dessert de plantes desséchées. Laisser reposer 10 minutes et passer. Prendre trois tasses par jour entre les repas; ou infusion d'1 cuillerée à dessert de fleurs et feuilles par tasse; bouillir et infuser 10mn; 3 tasses par jour entre les repas;</p> <p>- teinture: faire macérer 30 g de plantes desséchées et émiettées dans 120 g d'alcool à 600 pendant 10 jours. Prendre 20 gouttes dans une tisane quelconque, trois fois par jour.</p> <p>- laryngo-trachéite: infusion de 30g de capitules pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>- pleurésie: infusion de 30g de fleurs et la plante pendant 20mn; 4 tasses par jour;</p>

		<p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction: verser un litre d'eau froide sur 100 g de plantes desséchées et broyées et porter à ébullition; laisser refroidir et filtrer; employer pour toutes les applications externes telles que compresses, lavages, injections, etc. - blessure: feuilles fraîches, soigneusement lavées, appliquées directement; - eczéma: décoction de fleurs et feuilles en compresses; - glossite: décoction de 100g de fleurs et plante fraîche; bouillir 10mn; en bains de bouche; - inflammation des yeux: décoction de 80g de plante fraîche; bouillir 15mn; en bains et applications locales; - peau: infusion de fleurs dans le bain régénère les peaux ternies par l'hiver et jaunies; - plaie: feuilles fraîches, soigneusement lavées, appliquées directement; - suppuration: décoction de 50g de plante dans du vin blanc; bouillir 5mn; pour bains locaux; - yeux: irritation, fatigue, faiblesse: décoction de 50g de fleurs fraîches; bouillir 10mn; pour bains des yeux; <p>ATTENTION: la plante peut provoquer des allergies;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: Un peu avant la floraison complète.</p> <p>CONSERVATION: Faire sécher à l'ombre et conserver à l'abri de la poussière et de l'humidité.</p>
<p>BERBERIS VULGARIS L.</p>	<p>Epine vinette</p>	<p>PROPRIETES: antibiotique; tonique; apéritif; stomachique; cholagogue; tonique veineux (comparable à l'hydrastis); tempère le rythme cardiaque; stimule l'appareil digestif; dégage les bronches; agit comme vaso-dilatateur ou vasodilatateur; diurétique; laxatif; infections cutanées; infections urinaires; diarrhée; dysenterie; choléra; arthrite; conjonctivite; hypertension; laryngite; aphtes; saignements anormaux de l'utérus;</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruits: laxatif; réfrigérant, réduit les fièvres; - racine: amère, fébrifuge, cholagogue; laxatif; tonique; vasoconstricteur ou vasoconstricteur; - partie interne de l'écorce: purgatif; - jus des fruits: renforce les gencives; - écorce des racines et des tiges: antibactérien; anti-inflammatoire; tonique de la fonction hépatique; calculs biliaires; affections du foie; cirrhoses d'origine alcoolique; - écorce des tiges: augmente la dilatation des vaisseaux sanguins; <p>USAGE INTERNE: dyspepsies avec inappétence; trouble des règles; dilatations veineuses (hémorroïdes, varices); goutte, rhumatisme; hépatisme, ictère; lithiases biliaire et rénale, coliques hépatiques et néphrétiques (préventif et pendant l'abcès); oligurie; hypertrophie de la rate paludéenne; constipation; scorbut;</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruits: toux; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - affections du système digestif: décoction de 40g d'écorce de la racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - affections inflammatoires de l'intestin: - 40g de racine séchée et pulvérisée pour 1l d'eau froide; laisser macérer 1/4 d'heure avant d'amener à ébullition; retirer du feu et laisser infuser 20mn avant de filtrer; 1 tasse après les 2 principaux repas; - cystalgie: douleur de la vessie: décoction de 40 g d'écorce de la racine; bouillir 5 mn; 3 tasses par jour; - digestion, affections du système digestif: décoction de 40g d'écorce de la racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - fièvre: 50g de baies pour 1l d'eau froide; faire macérer 2 heures avant de porter à ébullition puis retirer du feu et laisser infuser 10mn; - hypertrophie du foie: décoction de 40g d'écorce; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - hypochole: décoction de 40g de l'écorce de la racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - inflammation de l'intestin, affections: 40g de racine séchée et pulvérisée pour 1l d'eau froide; laisser macérer 1/4 d'heure avant d'amener à ébullition; retirer du feu et laisser infuser 20mn avant de filtrer; 1 tasse après les 2 principaux repas; - intestin, affections inflammatoires de l'intestin: - 40g de racine séchée et pulvérisée pour 1l d'eau froide; laisser macérer 1/4 d'heure avant d'amener à ébullition; retirer du feu et laisser infuser 20mn avant de filtrer; 1 tasse après les 2

		<p>principaux repas;</p> <ul style="list-style-type: none"> - jaunisse: infusion de 20g de racine, d'écorce, de feuilles ou de fruits pour 1/2 litre d'eau; 2-3 tasses par jour ou en boisson ordinaire; - lithiase rénale: décoction de 30g d'écorce; bouillir 10mn; 2 tasses par jour loin des repas; - néphralgie: décoction de 40g d'écorce; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - système digestif, affections: décoction de 40g d'écorce de la racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - tonique: infusion de 20g de racine, d'écorce, de feuilles ou de fruits pour 1/2 litre d'eau; 2-3 tasses par jour ou en boisson ordinaire; <p>- A EVITER DURANT LA GROSSESSE; Pas d'usage prolongé (cytostatique et cytotoxique);</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction pour toutes sortes de symptômes: 1 cuillère à café d'écorce de racine en poudre dans une petite casserole en émail, ajouter 2 tasses d'eau; couvrir et laisser bouillir 15-30mn en faisant réduire le liquide au minimum; laisser refroidir; sucrer avec miel; 1 tasse par jour: - conjonctivite: mettre linge trempé dans la décoction d'écorce de racine en poudre (avant le miel) en compresse; - pyorrhée alvéo-dentaire: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; en bains de bouche; <p>ASSOCIATION: ail, gingembre, safran, aunée. Non en cas de grossesse (stimulant de l'utérus). A haute dose, peut provoques nausées, vomissements, chutes soudaines de tension et vertiges.</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: anti-infectieux, détoxifiant, activateur de croissance pour les volailles</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - action sur le rein, la vessie, le foie, les muqueuses (douleurs lancinantes, changeant constamment de place) - contre les néphrites chroniques, les cystites lors de la présence de calculs urinaires, les rhumatismes articulaires
BERULA erecta (Hudson) Coville, SIUM ERECTUM HUDSON	Berle à feuilles étroites	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: apéritif, antiscorbutique
BETA VULGARIS L. *subsp. VULGARIS	Betterave	<p>PROPRIETES: légume rafraîchissant, laxatif, diurétique;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cachexie: consommer la racine coupée en morceaux, en salade; - constipation: décoction (25 à 50g par litre d'eau); - cystite: faire cuire et consommer les feuilles en grande quantité. 100-150 g par jour de jus de racine; - gastrite chronique: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hémorroïdes: à consommer pendant les principaux repas; - inflammations de l'arbre urinaire: décoction (25 à 50g par litre d'eau); - inflammation de l'urètre: à consommer la racine en salade avec de l'huile d'olive vierge, un peu de sel et du jus de citron; - minéralisant: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour. <p>Consommer les feuilles assaisonnées d'huile et sel;</p> <ul style="list-style-type: none"> - reconstituant: consommer les feuilles cuites en potage et la racine en salade avec huile et citron; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès: feuilles cuites, réduites en bouillie en cataplasme; - brûlures: feuilles cuites, réduites en bouillie en cataplasme; - dermatoses: décoction (25 à 50g par litre d'eau); - furoncles: feuilles cuites, réduites en bouillie en cataplasme; - hémorroïdes: décoction (25 à 50g par litre d'eau); - tumeurs: feuilles cuites, réduites en bouillie en cataplasme;
BETA VULGARIS L. *VAR. esculenta G. B.	Betterave rouge	<p>PROPRIETES: très nutritive, énergétique, apéritive, rafraîchissante, très digestible;</p> <ul style="list-style-type: none"> - contre-indiquée aux diabétiques; <p>La betterave rouge est un aliment alcalinisant nutritif, énergétique, tonifiant, et reminéralisant, qui:</p> <ul style="list-style-type: none"> - régularise les fonctions hépatiques (action liée à la présence de bêtaïne);

	<p>- active le métabolisme général (action liée à la glutamine).</p> <p>INDICATIONS PRINCIPALES - La betterave rouge sera privilégiée dans l'alimentation dans toutes les circonstances suivantes: 1) Chez le bien-portant pour augmenter la capacité de résistance de l'organisme. 2) Chez le mal-portant - Indications générales: Asthénies en général, et convalescences en particulier. États de déminéralisation. - Indications particulières: Sphère digestive: Digestion difficile - Troubles hépatiques et vésiculaires.</p> <p>USAGE INTERNE: déminéralisation, nervosité, névrites;</p> <p>- anémie: jus frais; - faiblesse des os: consommer en grande quantité les feuilles en potage et la racine en salade;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: cuite; ajoutée crue, finement râpée aux plats de crudités;</p> <p>- jus; faiblesse des os;</p>
<p>BETULA pendula Roth., BETULA VERRUCOSA EHRH.</p>	<p>Bouleau</p> <p>PROPRIETES: les vertus thérapeutiques du bouleau ont largement été mises à profit à partir du Moyen Age. Dès le milieu du seizième siècle, le médecin siennois Matthiolo en souligne les effets diurétiques et l'appelle " l'arbre néphrétique ". Il lui reconnaît une grande efficacité dans le traitement des maladies de la peau, des affections rhumatismales et urinaires. Des ethnologues qui ont effectué des recherches en Amérique du Nord ont même avancé que l'écorce de bouleau pourrait également posséder des propriétés antiseptiques (le goudron obtenu par distillation sèche du bois est antiseptique). Ce serait pour cette raison que la nourriture des Indiens s'y conserverait sans se gâter. Les feuilles de bouleau sont riches en saponines et en tanins. La réputation ancienne d' "arbre néphrétique " du bouleau, qui reposait sur des observations populaires, semble confirmée par la recherche pharmaceutique actuelle. Sous forme de bain, le bouleau est également un excellent traitement des maladies de la peau et s'avère utile contre les eczémas, dartres, furoncles, érythèmes... On fait alors une décoction de feuilles, à raison d'une poignée pour deux litres d'eau, qu'on ajoute à l'eau du bain. Les bourgeons et l'écorce sont aussi réputés pour leurs propriétés curatives. Les bourgeons du bouleau renferment une huile volatile, dont on utilisait les vertus cholérétiques pour traiter les affections du foie et de la vésicule biliaire. L'écorce contient un camphre spécifique, le bétulinol, et un glucoside dont les vertus fébrifuges ont autrefois été employées contre les fièvres intermittentes. coliques néphrétiques et certaines maladies de la peau; - sève du tronc: anti-lithiasique (calculs biliaires, voies urinaires); dépuratif; détersif; - feuilles: amère, détersif, diurétique, fébrifuge, en infusion: diurétique éliminateur des chlorures, de l'urée, affection des voies urinaires, de l'acide urique (crise d'acide urique); dépuratif; stimulant; sudorifique; goutte; rhumatismes; pourrait aider à dissoudre certains calculs des reins et de la vessie; - bourgeons contenant une huile essentielle: cholérétique, combat l'engorgement des ganglions lymphatiques. - écorce: dépuratif; digestif; fébrifuge;</p> <p>USAGE INTERNE: œdème des cardio-rénaux; oligurie; hyperazotémie et syndromes (vertiges, maux de tête...); hypercholestérolémie; rhumatismes goutteux, excès d'acide urique; lithiase urinaire, coliques néphrétiques (surtout la sève); hydropisie; obésité, pléthore; arthritisme; albuminurie; hypertension et ses troubles (céphalées, vertiges, mouches volantes); parasites intestinaux; certains cas de cellulite; athérosclérose; Anti-inflammatoire en stimulant les macrophages et les cellules de Kupfer</p> <p>USAGE EXTERNE: dermatoses, adénites; plaies</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - bourgeons: décoction de 50 à 100g pour 1 litre d'eau, additionnés de 1g de bicarbonate de soude pour faciliter la dissolution des résines; bouillir 10mn; 2-3</p>

tasses par jour;

- sève de bouleau: 1/2 verre à 1 verre chaque matin à jeun, pendant 15-20 jours; La sève de bouleau est un remède traditionnel, obtenue par forage superficiel du tronc à la fin de l'hiver, le rendement est surprenant;
- arthrite: infusion de 50g de feuilles pendant 25mn; ajouter 1g de bicarbonate de soude et le jus d'un demi citron; 2-3 tasses par jour, même aux repas
- atrophie musculaire: infusion de 40-50 g de feuilles pendant 25 mn; 4 tasses par jour;
- bronchiolite: infusion de 60 g de feuilles pendant 25 mn; ajouter le jus d'1 citron; 3 tasses par jour; décoction de 100 g de bourgeons; bouillir 15 mn; 3 tasses par jour;
- dartre: 40g de feuilles par litre d'eau bouillante; bouillir 2mn; infuser une nuit; 3 tasses par jour entre les repas (quand l'infusion est à 40° environ, ajouter 1g de bicarbonate de soude qui dissoudra les principes résineux);
- dépuratif: 40g de feuilles par litre d'eau bouillante; bouillir 2mn; infuser une nuit; 3 tasses par jour entre les repas (quand l'infusion est à 40° environ, ajouter 1g de bicarbonate de soude qui dissoudra les principes résineux);
- diurétique: 40g de feuilles par litre d'eau bouillante; bouillir 2mn; infuser une nuit; 3 tasses par jour entre les repas (quand l'infusion est à 40° environ, ajouter 1g de bicarbonate de soude qui dissoudra les principes résineux);
- dystrophie musculaire: infusion de 60g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour;
- eczéma: en usage interne, accélère l'élimination; ses feuilles préparées sous forme de décoction peuvent servir à la fois comme tisane dépurative et comme lotion désinfectante; bouillir 30g de feuilles dans 1l d'eau pendant 2mn; laisser refroidir jusqu'à 40° puis ajouter une pincée de bicarbonate de soude; laisser infuser 1 nuit avant de filtrer; boire 4-5 tasses par jour et appliquer des compresses imbibées sur lésions; ou 40g de feuilles par litre d'eau bouillante; bouillir 2mn; infuser une nuit; 3 tasses par jour entre les repas (quand l'infusion est à 40° environ, ajouter 1g de bicarbonate de soude qui dissoudra les principes résineux);
- fièvre: vin: macérer 50g d'écorce dans 1 litre de vin rouge pendant 1 semaine; 1 verre à Bordeaux avant les 2 grands repas;
- fièvres intermittentes: écorce: décoction de 1 cuillerée à café par tasse; bouillir 5mn; 1 tasse avant les repas;
- goutte: infusion de 60g de feuilles pendant 25mn; ajouter le jus d'1/2 citron et de la saccharine;
- gravelle oxalique: infusion de 60g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour avec beaucoup de jus de citron;
- hydropéricarde: infusion de 50g de feuilles pendant 25mn; ajouter 0.1g de bicarbonate de soude; 3 tasses par jour avec du jus de citron;
- hydropisie cardiaque: infusion de 60g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour loin des repas;
- hypercholestérolémie: infusion de 60 g de feuilles pendant 25 mn, ajouter le jus d'1 citron; boire dans la journée et pendant les repas;
- hypertension artérielle: diurétique (drainage hépato rénal): 30g d'écorces pour ½ litre d'eau; bouillir 15mn; infuser 10mn; filtrer; 2-3 tasses par jour;
- insuffisance hépatique: infusion de 60g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour;
- lithiase rénale, lithiase vésicale: infusion de 60g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour;
- ménopause, visée de drainage, évite la rétention: 70g d'écorce; bouillir 15mn; infuser 15mn; filtrer; le tout réparti dans la journée;
- myocardite: décoction de 60g de feuilles; bouillir 25mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel;
- néphrite: infusion de 50g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour loin des repas;
- obésité: infusion de 60g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour avec le jus d'1 demi citron;
- oedème: infusion de 60g de feuilles pendant 40mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;
- phlébite: infusion de 60g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;
- prurit d'origine hépatique: infusion de 50g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour;
- rhumatisme: 40g de feuilles par litre d'eau bouillante; bouillir 2mn; infuser une nuit; 3 tasses par jour entre les repas (quand l'infusion est à 40° environ, ajouter 1g de bicarbonate de soude qui dissoudra les principes résineux);
- strangurie: infusion de 50g de feuilles pendant 30mn; 2-3 tasses par jour avec du jus d'agrumes;

		<p>- tonique:: macérer 50g d'écorce dans 1 litre de vin rouge pendant 1 semaine; 1 verre à Bordeaux avant les 2 grands repas;</p> <p>- uricémie: infusion de 50-60g de feuilles; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- adénite: 2 poignées de feuilles ou 30-50g d'écorce pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages et compresses;</p> <p>-dermatose: 2 poignées de feuilles ou 30-50g d'écorce pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages et compresses;</p> <p>- eczéma: en usage interne, accélère l'élimination; ses feuilles préparées sous forme de décoction peuvent servir à la fois comme tisane dépurative et comme lotion désinfectante; bouillir 30g de feuilles dans 1l d'eau pendant 2mn; laisser refroidir jusqu'à 40° puis ajouter une pincée de bicarbonate de soude; laisser infuser 1 nuit avant de filtrer; boire 4-5 tasses par jour et appliquer des compresses imbibées sur lésions;</p> <p>- plaie: 2 poignées de feuilles ou 30-50g d'écorce pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages et compresses;</p> <p>- taches de rousseur: sève en lavages quotidiens;</p> <p>Les adeptes des médecines douces et de l'homéopathie utilisent encore de nos jours le bouleau.</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: huile empyreumatique compose le savon contre la gale</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: huile cicatrisante et anti-séborrhéique</p>
BIDENS CERNUA L.	Bident penché	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: âcre, antiscorbutique.</p> <p>- capitules: macérés dans l'alcool contre les maux de dents</p>
BIDENS TRIPARTITA L.	Chanvre d'eau	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: diurétique.</p> <p>- racine: contre piqûre des scorpions</p>
BITUMINARIA bituminosa (L.) C.H. Stirt., PSORALEA BITUMINOSA L. *VAR. BITUMINOSA	Psoralée bitumeuse	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: antispasmodique, épilepsie, fièvre</p>
BIXA orellana	Bixa	<p>PROPRIETES:</p> <p>-graines: expectorant;</p> <p>- enveloppe rouge des graines comme antidote à l'empoisonnement par l'acide cyanhydrique;</p> <p>Le rocou est souvent utilisé pour préparer la peau au bronzage (en la protégeant des ultra-violets) et l'aider à bronzer. Elle donne une très belle teinte. De plus, cette plante soigne les fièvres, l'épilepsie, la dysenterie et elle serait aussi aphrodisiaque. Aide au bronzage, antioxydant.</p> <p>USAGE INTERNE: colorant des graines: favorise le bronzage</p>
BLACKSTONIA perfoliata (L.) Hudson *subsp. perfoliata	Chlora perfoliée	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: amer, fébrifuge, vulnéraire</p>
BLUMEA balsamifera	Sombong	<p>PROPRIETES: hypotenseur, vaso-dilatateur ou vasodilatateur; sédatif (sympathicolitique); hypnotique;</p> <p>USAGE INTERNE: hypertension; dystonie neurovégétative, états spasmodiques; insomnies;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: infusion: 1 poignée de plante coupée pour 1 litre d'eau; bouillir et infuser 15mn; 1 tasse avant les repas</p>
BOESENBERGIA rotunda	kaempférie	<p>PROPRIETES:</p> <p>- racine: flatulences; diarrhée; dysenterie; attaque de vers;</p> <p>- feuilles: antidote de certains poisons;</p>
BOLBOSCHOENUS MARITIMUS (L.) Palla *VAR. MARITIMUS, SCIRPUS MARITIMUS L. *VAR. MARITIMUS	Scirpe maritime	<p>PROPRIETES:</p> <p>- tige souterraine: astringent, vomissement, diarrhée</p>
BOLETUS satanas Lenz.	Bolet satan	<p>PROPRIETES: puissant vomitif: fragment de chair crue</p>
BORRAGO OFFICINALIS L.	Bourrache	<p>PROPRIETES: émolliente; expectorante; diaphorétique; diurétique éliminateur des</p>

officinale

chlorures; dépuratif; sudorifique; laxatif; adoucissant (fleurs); rhumatismes
- fleurs et feuilles: tonique contre le stress; dépression; après traitement à base de cortisone et de stéroïdes; fièvre; toux sèche; éruptions de peaux sèches: fièvres éruptives (rougeole, scarlatine); stimuler la lactation;
- fleurs: facilite la transpiration, expectorant; adoucissant;
- tiges: sudorifiques et diurétiques.
- huile des graines: troubles menstruels; irritations intestinales; eczéma; tension artérielle; arthrite; gueule de bois;
Elle soulage les troubles respiratoires. Elle soigne les douleurs prémenstruelles, les rhumatismes et l'eczéma. Son huile a un très bon effet sur les peaux sèches et dévitalisées. Elle dégage aussi les artères et les veines des dépôts lipidiques.
dépuratif, diurétique, sudorifique, adoucissant, laxatif.

USAGE INTERNE: oliguries, rétention d'urine, stimule les fonctions de reins, des bronches, de la peau, néphrites, coliques néphrétiques; états fébriles, sujets en puissance d'éruptions cutanées, pour stimuler la diurèse (rougeole, scarlatine); rhumatismes; constipation, entérocologie; affections pulmonaires (rhumes, bronchites), pleurésies;

POSOLOGIE INTERNE:

- décoction: 40g de feuilles en tige pour 1 litre d'eau;
- infusion de fleurs: 1 cuillerée à soupe pour une tasse à infuser 10mn. 3 tasses par jour.

- bronchite aiguë: 10g de fleurs pour ½ litre d'eau;
- cystite: pyélite: inflammation de la vessie: infusion de 60g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- diurétique: infusion de 40 g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour. Décoction de 40 g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; ou infusion d'1 cuillerée à soupe de fleurs pour 1 tasse; infuser 10mn, la fleur étant très fragile; 3 tasses par jour, entre les repas (forme peu active);
- émollient: décoction de 40g de feuilles et fleurs; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- entérocologie: infusion de 60g de fleurs pendant 25mn; 3 tasses par jour. Ou décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- grippe: décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- hypochlorhydrie: infusion de 60g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- inflammation externe: (infusion de 40g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour. Avec les feuilles bouillies, faire un cataplasme sur la partie atteinte);
- inflammation vésicale: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour. Ou décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 2 tasses par jour;
- maladie de Basedow ou goitre exophtalmique: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 2 tasses par jour;
- néphrite: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour. Décoction de 20g de feuilles; bouillir 10mn; 2 tasses par jour;
- obésité: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;
- oedème: infusion de 60g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- prostatorrhée: décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- pyélite: inflammation de la vessie: infusion de 60g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- rafraîchissant: infusion de 50g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel. Décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du miel;
- rougeole: pour favoriser l'éruption) (infusion de 50g de fleurs pendant 25mn; 3 tasses par jour. Décoction de 30g de feuilles; bouillir 10mn; par cuillerées;
- sudorifique: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour. Décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; ou infusion d'1 cuillerée à soupe de fleurs pour 1 tasse; infuser 10mn, la fleur étant très fragile; 3 tasses par jour, entre les repas (forme peu active);
- toux asthmatique: décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec beaucoup de miel;
- urticaire: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour. Décoction de 80g de fleurs; bouillir 10mn; en applications locales;
- vessie, inflammation: infusion de 60g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;

Mises en garde: Attention, à forte dose et en usage contre indiqué, la bourrache peut-être toxique pour le foie.

		<p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - émollient (qui calme l'inflammation et adoucit localement): décoction de 80g de feuilles et fleurs; bouillir 15mn; en compresses locales; - inflammation externe: (infusion de 40g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour. Avec les feuilles bouillies, faire un cataplasme sur la partie atteinte; - urticaire: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour. Décoction de 80g de fleurs; bouillir 10mn; en applications locales;
Borreria verticillata L.	Borrerie verticillée	<p>PROPRIETES:</p> <p>1. Utilisation populaire: Borreria verticillata est utilisée en médecine populaire comme anti lépreux et anti furonculeux en application directe des feuilles fraîches pilées, ou sous forme de jus tiré des feuilles pour le traitement des plaies ou des eczémas surinfectées. Dans le Cayor, il est utilisé quelques fois comme anti gonococcique.</p> <p>2. Utilisation par les guérisseurs: Au Cameroun, selon le guérisseur FONGUE, le décocté aqueux des feuilles aurait des propriétés anti-infectieuses urinaires. Ce même décocté est utilisé par d'autres guérisseurs comme diurétique administré à raison d'un verre trois fois par jour, après chaque repas.</p> <p>Au Sénégal, le macéré aqueux ou le suc des feuilles fraîches est utilisé comme laxatif alors que le décocté de la plante entière administrée en quantité non limité est indiqué comme diurétique dans le traitement de la blennorragie et de la bilharziose.</p> <p>Au Mali, l'infusion de la plante entière est indiquée dans les cas de dysenterie amibienne. Pour favoriser la lactation de la mère et le développement du bébé, l'association des feuilles et fleurs de borreria et du Guiera senegalensis pulvérisées mélangées dans une farine de petit mil est recommandée.</p> <p>Associée à un extrait (huile) de carapa procera, les feuilles de mbal (Euphorbia hirta) donnent une pâte utile dans le traitement des panaris et furoncles; avec les feuilles de Datura metel et Adansonia digitata, on obtient une pâte utilisée par onction dans le traitement externe des membres enflées et inertes. Un célèbre guérisseur de la lèpre de la région de Matam (Sénégal) utilise les feuilles et les inflorescences de Borreria verticillata comme base de tous ses traitements par voie interne et externe.</p> <p>Au Nigéria, la racine et les feuilles sont utilisées pour un certain nombre de maladies de la peau.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plaies: après désinfection de la plaie, appliquer le suc des feuilles fraîchement pilées et recouvrir d'un pansement; répéter un jour sur deux. <p>Pharmacologie: L'activité antibactérienne de l'extrait des alcaloïdes totaux s'est montrée efficace vis à vis du staphylococcus aureus et atoxique par voie orale. Moreira a recherché et reconnu des propriétés émétiques à la drogue argentine. Il est signalé, par ailleurs, que les extraits aqueux et éthanologiques des racines de l'espèce brésilienne sont stimulants sur l'utérus de rate et sur le duodénum du lapin.</p> <p>Clinique: L'activité antibactérienne testée cliniquement au CHU le Dantec de Dakar à partir d'une pommade élaborée à base de Borreria verticillata par Yanogho s'est révélée efficace sur les plaies infectées.</p>
BOTHRIOCHLOA ischaemum (L.) Keng, ANDROPOGON ISCHAEMUM L.	Chiendent à balais	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: hémorragies
BRASSICA JUNCEA (L.) Czern.	Moutarde brune	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - graines: rhumes; problèmes d'estomac; abcès; rhumatismes; lombagos; ulcères; - feuilles: inflammations de la vessie;
BRASSICA NAPUS (L.) METZG. *subsp. NAPUS	Navet	<p>PROPRIETES: l'huile des graines de colza réduirait ou retarderait une maladie rare et fatale de l'enfant, l' ALD qui détruit le système nerveux; revitalisant; diurétique, dissolvant urique; antiscorbutique; rafraîchissant; pectoral; émollient;</p> <p>USAGE INTERNE: fatigue générale; lithiase rénale; goutte; cystites; entérites; bronchites, toux, angines; obésité; eczéma, acné;</p> <p>USAGE EXTERNE: engelures; abcès, furoncles;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - navet cuit ou cru et râpé dans crudités; dans les potages; en choucroute; - acné: navet cru: chaque jour un peu de navet; - affection pulmonaire: décoction dans eau ou lait: 100g par litre: boisson

		<p>pectorale;</p> <ul style="list-style-type: none"> - angine: décoction dans eau ou lait: 100g par litre: boisson pectorale; ou sirop: creuser un navet et remplir la cavité de sucre; le sirop se forme en quelques heures; par cuillerée à café; - asthme: sirop: creuser un navet et remplir la cavité de sucre; le sirop se forme en quelques heures; par cuillerée à café; - bronchite: découper des tranches fines de radis noir et de navet; les recouvrir de sucre candi, laisser macérer au moins 1 jour; 1 cuillerée à soupe de jus toutes les heures; ou décoction dans eau ou lait: 100g par litre: boisson pectorale; - eczéma: navet cru: chaque jour un peu de navet; - gravelle: semences pulvérisées: 6g dans une infusion de tilleul contre gravelle, refroidissements; - poumons, affections pulmonaires: décoction dans eau ou lait: 100g par litre: boisson pectorale - refroidissements: semences pulvérisées: 6g dans une infusion de tilleul contre gravelle, refroidissements; - rhume: décoction dans eau ou lait: 100g par litre: boisson pectorale; ou sirop: creuser un navet et remplir la cavité de sucre; le sirop se forme en quelques heures; par cuillerée à café; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès: faire cuire au four un navet avec sa pelure (il est cuit quand le doigt peut s'enfoncer); laisser un peu refroidir, le couper en 2: frotter avec les moitiés en pressant un peu pour en exprimer le jus; - angine: faire bouillir un gros navet coupé en morceaux dans 1/2l d'eau: en gargarismes; - engelures, accès de goutte, abcès, furoncles: faire cuire au four un navet avec sa pelure (il est cuit quand le doigt peut s'enfoncer); laisser un peu refroidir, le couper en 2: frotter avec les moitiés en pressant un peu pour en exprimer le jus; - goutte: faire cuire des navets et écraser la pulpe en purée; en cataplasme chaud; renouveler l'opération quand le cataplasme est froid;
BRASSICA nigra (L.) W.D.J. Koch.	Moutarde noire	<p>PROPRIETES: antiseptique, chauffant, carminatif, antibactérien, antiviral éméétique, rubéfiant de la peau, refroidissements pulmonaires et les toux, dorsalgies, douleurs articulaires, troubles gastriques, hoquet;</p> <ul style="list-style-type: none"> - graines: laxatif; révulsif, stimulant de la circulation, favorise l'irrigation des capillaires en cas de rhumatisme, péritonite, sciatique et névralgie, et contre différentes courbatures et contractures musculaires; antiscorbutique; apéritif; stomachique; active la sécrétion des sucs gastriques et facilite la digestion; - graines en bain de pied: bronchite;- graines en cataplasme: engelures; rhumatismes; - moutarde de table: excite l'appétit, à haute dose détermine une gastro-entérite; <p>POSOLOGIE INTERNE: graines pulvérisées pour saupoudrer dans les aliments; utilisation culinaire des graines, ou comme révulsif;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - arthrite: 1 dose huile de moutarde pour 40 doses d'alcool: lotion; - circulation cérébrale: - mettre 1/4 de tasse de graines de moutarde dans un petit sachet de tissu ou une grande boule à thé, maintenir 5mn dans de l'eau chaude, laisser tremper les pieds jusqu'à refroidissement de l'eau; - douleurs articulaires: 1 dose huile de moutarde pour 40 doses d'alcool: lotion; - hypotension: 1 dose huile de moutarde pour 40 doses d'alcool: lotion; - névralgie: mettre la poudre des grains sur une cataplasme de farine de lin tiède; - névrite et polynévrite: mettre des grains en poudre sur des cataplasmes de lin; - pieds glacés: - mettre 1/4 de tasse de graines de moutarde dans un petit sachet de tissu ou une grande boule à thé, maintenir 5mn dans de l'eau chaude, laisser tremper les pieds jusqu'à refroidissement de l'eau; - sciatique: mettre sur un cataplasme de farine de lin tiède, de la poudre de moutarde (plante) et l'appliquer sur la partie atteinte; après l'application, enduire la partie atteinte avec de l'huile de foie de morue; <p>ATTENTION: une quantité trop importante de moutarde peut générer irritations et inflammations; ne jamais laisser la peau en contact avec une huile de moutarde non diluée. Ne garder un cataplasme que 10 à 15 mn par application, afin d'éviter les cloques et les irritations.</p> <p>ASSOCIATION: aloès, gingembre, ail, oignon</p>
BRASSICA OLERACEA L.	chou	<p>PROPRIETES: gerçures, engelures; contusions; plaies diverses y compris les plus graves, plaies atones, torpides; ulcères de jambes dits "variqueux"; gangrènes,</p>

nécroses; brûlures; zona, fièvres éruptives; eczémas, certaines dartres, acné; adénites, syphilides, tumeurs blanches; lymphangites, capillarites, affections vasculaires; hémorroïdes; infections de toutes natures: abcès, phlegmons, furoncles, boutons infectés, anthrax, panaris, hygroma; coliques néphrétiques; migraines, céphalées; névralgies rhumatismales (lombalgies, sciatiques), dentaires, faciales, goutteuses; affections gastro-intestinales, vésiculaires, hépatiques; affections pleuro-pulmonaires: rhumes, bronchites, pleurésie, asthme; arthrite; tension musculaire; maux de tête; inhibe le développement des bactéries; élimine toxines du foie;

- antiulcéreux avec des résultats très intéressants dans les ulcères gastriques, duodénaux, notamment l'ulcère peptique,

- diurétique utile dans les cirrhoses et l'ascite,

- un des meilleurs antiscorbutiques,

- antianémique par sa richesse en fer, manganèse et cuivre,

- antibiotiques, possédant une substance bactéricide (Gram -),

- antidiabétique,

- action frénatrice de l'activité thyroïdienne.

USAGE INTERNE: feuilles crues: adénites, angines, artérite, asthme, affections cardiaques, coliques néphrétiques, colites, congestion cérébrale et insolation, coqueluche, diarrhées, dysenteries, douleurs musculaires, rhumatismales, goutte, douleurs gastriques ou intestinales, hépatisme, insomnies, migraines, névralgies dentaires, faciales, rhumatismales, sciatiques, pleurésie, pleurite, prostatisme, règles douloureuses, affections du rein: coliques néphrétiques, rétention d'urine, lithiase, rhumatisme, salpingite, sinusites, tension artérielle, céphalées, vésicule biliaire, vessie, zona;

- suc frais: alcoolisme, anémie, aphonie, arthritisme, ascite, asthme, bronchite.

USAGE EXTERNE: feuilles crues, lavées, écrasées au rouleau: abcès, anthrax, furoncles: tumeurs, tumeurs blanches, ulcère de jambe, varices, veines des jambes, panaris, affections de la peau, piqûres d'insectes, plaies banales, atones, gangreneuses, brûlures, capillarites, contusions, crevasses (avec huile d'olive), dartres, eczémas, engelures, entorse, foie, furoncles, gangrène, gerçures, hygroma, hémorroïdes, affection des jambes: varices, phlébites, artérites, lumbago, lymphangite, masque de beauté, métrite, morsures, nécroses;

- suc frais: abcès, anthrax, furoncles, acné, adénites, capillarites, catarrhes, cirrhose, colites, coqueluche, déminéralisation, états dépressifs, diabète, diarrhée,

dysenteries, douleurs musculaires, rhumatismales, goutte, eczémas, entérite, fatigue générale, grippe, impétigo (en lotion), pleurésie, pleurite, rachitisme, rhume, rhume des foins, scorbut, séborrhée, sénescence, surdités (instillation avec jus de citron dans les oreilles), tumeurs, tumeurs blanches, ulcère gastrique (2 à 3 verres par jour entre repas: 3 semaines), infections intestinales, laryngites, lithiase urinaire, nervosisme, œdèmes, oliguries, affections de la peau (en lotion);

POSOLOGIE INTERNE:

- abcès chaud: feuilles dont on retire la nervure centrale; écraser les nervures collatérales avec une bouteille; faire tiédir les feuilles sur une poêle et en appliquer 2 ou 3 sur l'abcès, tenues à l'aide d'une bande;

- affection hépatique (cirrhoses alcoolique, tuberculeuse, paludéenne...): 150g de jus de chou bu en 3 fois dans la journée;

- ascaridiose, ascaris: dans l'intestin, vers parasites de 15-25cm de longs, ronds: 100-150g de jus, le matin à jeun;

- bronches fragiles: piler des feuilles de chou et en extraire le jus; ajouter au jus obtenu la moitié de son poids en miel; faire cuire à feu doux en écumant régulièrement; arrêter lorsque l'on obtient la consistance d'un sirop; 1 cuillerée à soupe le matin à jeun dès les premiers jours de l'hier évitera les bronchites chez les personnes fragiles;

- bronchite chronique: hacher un oignon cru en petits morceaux puis y ajouter 1 ou 2 feuilles de chou cru, également haché; mélanger, saupoudrer de sucre roux et laisser macérer 48 heures; boire le sirop plusieurs fois par jour;

- cirrhose: affection hépatique (cirrhoses alcoolique, tuberculeuse, paludéenne...): 150g de jus de chou bu en 3 fois dans la journée;

- décalcification: presser les feuilles fraîches et boire 200-250g de jus par jour;

- diabète: jus du chou;

- enrouement: 200g par jour de jus des côtes et de la tige, avec du citron et du miel;

- faiblesse des os: 200-250g par jour de jus extrait des feuilles;

- gastro-duodénite: décoction de 100g de feuilles fraîches; bouillir 30-35mn; 3 tasses par jour;

- goutte: 100-150g par jour de jus des feuilles fraîches;

- hépatique, affection (cirrhoses alcoolique, tuberculeuse, paludéenne...): 150g de

		<p>jus de chou bu en 3 fois dans la journée;</p> <ul style="list-style-type: none"> - hyperthyroïdie: jus cru de chou: un verre par jour, pendant un mois à renouveler quinze jours par mois, trois à quatre fois par an. - inflammation: 150g de jus frais des feuilles par jour; - ivresse: boire 200g de jus de plante fraîche par jour; - minéralisant: consommer les feuilles crues en salade. 150-200g par jour de jus de feuilles fraîches; - rhumatisme articulaire subaigu: 200-250g par jour de jus fait avec les côtes; - rhume de poitrine: découper les feuilles et les faire bouillir dans ½ litre d'eau pendant 15mn; ajouter du miel; 3 tasses par jour; - thyroïde, hyperthyroïdie: jus cru de chou: un verre par jour, pendant un mois à renouveler quinze jours par mois, trois à quatre fois par an. - ulcère gastroduodéal: 200g par jour de jus des côtes et de la tige, à boire à jeun par petites gorgées; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès: suc frais; ou feuilles crues, lavées, écrasées au rouleau; - abcès chaud: feuilles dont on retire la nervure centrale; écraser les nervures collatérales avec une bouteille; faire tiédir les feuilles sur une poêle et en appliquer 2 ou 3 sur l'abcès, tenues à l'aide d'une bande; - abcès dentaire: détacher les grandes feuilles d'un chou, faire réchauffer et appliquer sur l'abcès; - acné: suc frais sur l'acné; - aphonie: mélanger le suc avec du miel; pour gargarismes; - arthrose: faire dessécher une grosse feuilles de chou au four; la garder appliquée sous un pansement toute la nuit sur l'endroit douloureux; intercaler une feuille de papier souple entre le chou et le bandage; le papier absorbera l'humidité qui serait néfaste à l'inflammation; ceci toutes les nuits; - douleurs intercostales: repasser avec un fer une feuilles, après avoir enlevé la côte, et l'appliquer sur la partie atteinte 2 heures; - eczéma: application de feuilles imbibées d'huile d'olive; - érysipèle: jus du chou frais à utiliser en applications locales; - furoncles: cataplasmes de feuilles; - gerçures: hacher les feuilles vertes externes et utiliser pour applications locales; - goutte: compresses de feuilles broyées; - hématome: faire macérer puis chauffer des feuilles avant de les appliquer; - impétigo: jus de chou frais sur la zone lésée 3 fois par jour; - névralgie, névralgie faciale: appliquer les feuilles après avoir ôté les côtes, sur la partie atteinte; changer les feuilles toutes les 2 heures; - panaris: appliquer les feuilles hachées, localement pendant 2 heures; renouveler ensuite l'opération; - plaie rebelle: faire macérer les feuilles bien écrasées à l'aide d'un rouleau, dans une solution d'eau boriquée pendant 2 heures; appliquer les feuilles chaudes localement et changer toutes les 4 heures; - podagre: appliquer localement les feuilles sans les côtes, après les avoir aplaties avec un fer à repasser; - sciatique: couper les côtes des feuilles avec un couteau, ou les écraser avec un rouleau, puis repasser les feuilles avec un fer; les appliquer sur la partie douloureuse en les maintenant avec un tissu de laine; changer toutes les 2-3 heures; - ulcère de jambe: appliquer les feuilles directement sur la partie atteinte après les avoir laissées tremper pendant 2 heures dans de l'eau boriquée; ou laver les feuilles, retirer la grosse nervure centrale et écraser avec un rouleau à pâtisserie; appliquer sur l'ulcère et maintenir avec un bandage; renouveler le pansement 2 fois par jour jusqu'à l'amélioration;
BRASSICA oleracea L. con*var. capitata	chou pommé	<p>USAGE INTERNE: rééquilibrant; antiscorbutique;</p> <p>USAGE EXTERNE: cicatrisant; détersif; antinévralgique; antibiotique;</p>
BRASSICA RAPA L. *subsp. rapa	Chou rave	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs: rubéfiant; - racine: émollient (cuit); diurétique; expectorant; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - faiblesse des os: consommer les feuilles en potage et les côtes en salade. 100-150g par jour de jus de tubercule; - obésité: consommer les feuilles en potage; faire cuire les tubercules et les consommer en salade; - tonique du cerveau: consommer les feuilles et les tubercules radicaux soit cuits, soit crus, toujours assaisonnés d'huile d'olive, de citron et de sel;
BRYONIA ALBA L.	Bryone blanche	PROPRIETES: voir BRYONIA dioica. diurétique; cholagogue; expectorant;

		antirhumatismal; gastro-entérites; sensibilité du foie; dégénérescence hépatique; USAGE EXTERNE: - anti ecchymotique: cataplasme de racine;
BRYONIA DIOICA JACQ.	Bryone dioïque	PROPRIETES: - racine: diurétique; émétique; rubéfiant (comme la moutarde); vermifuge; hystérie; dartres; paralysie; cholagogue; expectorant; antirhumatismal; purgatif drastique; vomitif; - Toute la plante est toxique, en particulier la racine et les fruits. fruits peuvent provoquer des troubles digestifs et nerveux, parfois très graves; 40 baies suffisantes pour tuer un adulte, 15 pour un enfant; USAGE INTERNE: hypertension; congestions; inflammations des séreuses "a frigore": pleurésie, péricardite, péritonite; catarrhes aigus ou chroniques, pneumonie; œdèmes; hydropisie; rhumatismes musculaires, articulaires, rhumatisme chronique; goutte; dyspepsies, pyrosis; dysenterie; coqueluche; USAGE EXTERNE: cataplasme de racine: anti ecchymotique; POSOLOGIE INTERNE: De faibles doses provoquant des diarrhées, on se contente souvent de prendre un sirop obtenu en remplissant de miel ou de sucre une cavité creusée dans la racine; - décoction de 10-15g pour 1 litre d'eau; 2 tasses par jour; - diurétique, hydropisie: vin: 70-80g de bryone pour 1 litre de vin blanc; - crampes musculaires: décoction de 5 g de racine; bouillir 10 mn; 2 tasses par jour; - épilepsie: suc: 4 à 12g dans 1 liquide quelconque, 2 fois par semaine; Utiliser avec précaution; POSOLOGIE EXTERNE: - contusions: racine râpée, appliquée en cataplasmes sur les douleurs; - ecchymose: décoction de 10g de racine; bouillir 10mn; en applications locales; ou racine râpée, appliquée en cataplasmes sur les douleurs; - goutte, douleurs goutteuses: racine râpée, appliquée en cataplasmes sur les douleurs; - rhumatisme: racine râpée, appliquée en cataplasmes sur les douleurs;
Bryophyllum pinnatum (Lam) KURZ.	Patte moule	PROPRIETES: Aux îles de la Réunion, le décocté aqueux des feuilles est utilisé en boisson pour calmer les crises d'asthme et en bain pour soulager les douleurs de la goutte, les rhumatismes et l'arthrose. Elles peuvent être aussi appliquées directement sur les parties douloureuses. Les enquêtes du Tramil rapportent l'application des feuilles sur le front pour soulager les céphalées Selon Pousset, les feuilles sont utilisées en application locale pour soigner les rhumatismes. Le jus de feuilles est utilisé dans les quintes de toux et dans les otites comme calmant. Ce même jus sert à soigner les plaies, furoncles et panaris. USAGE EXTERNE: Les propriétés anti-inflammatoires et antibactériennes ont été vérifiées et se sont révélées positives. L'utilisation du jus de feuilles et d'une pommade à base des feuilles de Bryophyllum pinnatum dans le traitement des ulcères des jambes a donné de très bons résultats. POSOLOGIE EXTERNE: - otite: presser une feuille légèrement chauffée pour extraire directement le jus dans l'oreille; - ulcère externe: après les avoir contusées, appliquer les feuilles sur la partie ulcérale et la blessure;
BUNIAS ERUCAGO L.	Bunias fausse roquette	PROPRIETES: - fruits: hydropisie; - suc de la plante: dépuratif
BUPHTHALMUM SALICIFOLIUM L. *SUBSP. SALICIFOLIUM	Buphtalmum à feuilles de saule	PROPRIETES: - plante: contre les morsures des vipères
BUPLEURUM FALCATUM L. *SUBSP. FALCATUM	Buplèvre des haies	PROPRIETES: - racine séchée: réduire malaria et autres fièvres; troubles du foie, jaunisse;

WOLFF.		irrégularités de la menstruation; - feuilles en décoction: maux de tête; maux de dos; étourdissements; indigestion; vomissements;
BUPLEURUM FRUTICOSUM L.	Buplèvre ligneux	PROPRIETES: fruits: contre morsure des bêtes venimeuses; - racines et fruits: expectorant, antiasmatiche, diurétique
BUPLEURUM ROTUNDIFOLIUM L.	Buplèvre à feuilles rondes	PROPRIETES: - plante: vulnérable, astringent
BUTOMUS UMBELLATUS L.	Butome en ombelle	PROPRIETES: - tiges souterraines, graines: émollient
BUXUS SEMPERVIRENS L.	Buis commun	PROPRIETES: - feuilles et écorce de la racine (pouvant être toxique): dépuratif; sudorifique; cholagogue; laxatif; fébrifuge; désinfectant et cicatrisant; rhumatismes; vers; - feuilles: purifier le sang; favoriser la pousse des cheveux; - bois: narcotique; sédatif; - huile distillée: maux de dents; hémorroïdes; - feuilles ou bois râpé: sudorifique, fébrifuge; - feuilles et graines: purgatif violent; - Purgatif drastique Principes actifs isolés: - propriétés parasympholytiques intenses dues aux alcaloïdes USAGE INTERNE: insuffisance biliaire; infection des voies biliaires; affections fébriles (paludisme); rhumatisme; goutte; syphilis; troubles nerveux; épilepsie; USAGE EXTERNE: feuilles et écorce de la racine: antiseptique et vulnérable;- plaies atones et infectées; POSOLOGIE INTERNE: - infusion d'1 cuillerée à dessert d'écorce et de feuilles pour 1 tasse d'eau; bouillir et infuser 10mn; 2-3 tasses par jour (difficilement supportable par l'estomac); - Décoction: 40g de feuilles fraîches dans 1 litre d'eau sont mises à bouillir 10mn. Boire en 1h environ ; ne pas boire de cette décoction plus de 3 jours (la grippe devant passer en 3 jours) - diathèse arthritique: décoction de 40g de feuilles et d'écorce; bouillir 10mn; 1-2 tasses par jour; - podagre: décoction de 60g de feuilles et d'écorce; bouillir 10mn; 2 tasses par jour avec du jus de citron; - rhumatisme, rhumatisme articulaire subaigu: décoction de 50g de feuilles et d'écorce; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - sudorifique: décoction de 50g de feuilles et d'écorce; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; ou décoction de 40g de feuilles sèches par litre d'eau; bouillir à réduction de moitié; boire le matin à jeun, en 3 fois et rester au chaud (difficilement supportable par l'estomac); ATTENTION. Usage à restreindre au maximum étant donné la toxicité des feuilles - Toxicité au niveau du système nerveux (moelle épinière et bulbe), engendrant principalement une paralysie d'origine spinale à fortes doses - Au-delà des doses indiquées, risques de vomissements, diarrhées, vertiges, tremblements, contractions tétaniformes, troubles respiratoires - Cycle menstruel, contraception, grossesse, allaitement Grossesse, allaitement: ne pas utiliser POSOLOGIE EXTERNE: - alopecie: 50g de feuilles fraîches de buis finement hachées, macérées 10 jours dans ½ litre de rhum; filtrer, ajouter au besoin pour parfumer quelques gouttes d'essence de lavande; friction quotidienne; aussi bon pour les pellicules - faiblesse des membres: bouillir 250 g de copeaux du bois dans 1 litre de vin pendant 30mn et laisser refroidir; pour frictions locales; - plaie gangréneuse: décoction de feuilles en lavages; - ulcères: décoction de feuilles en lavages;
CALAMAGROSTIS EPIGEIOS (L.) ROTH.	Calamagrostide commune	PROPRIETES: - parties souterraines: maladies de poitrine, hydropisie
CALAMINTHA GRANDIFLORA (L.) MOENCH	Calament à grandes fleurs	PROPRIETES: - plante: stimulant, antispasmodique; - feuilles en décoction ou sirop: toux; - feuilles fraîches en cataplasme sur les contusions; - feuilles en infusion: coliques flatulentes; revigorant pour toutes les afflictions du

		cerveau;
CALAMINTHA nepeta (L.) Savi	Calament des champs	PROPRIETES: - plante entière: stimulante; excitante; stomachique; carminative; - feuilles: expectorant, diaphorétique; POSOLOGIE INTERNE: feuilles et sommités fleuries: infusion stimulante, digestive; - gastralgie: infusion de 30g de plante entière pendant 15mn; 3 tasses par jour;
CALAMINTHA nepetoides Jordan	Calament faux népéta	PROPRIETES: plante: stimulant, stomachique
CALAMINTHA OFFICINALIS MOENCH *SUBSP. OFFICINALIS	Calament officinal	PROPRIETES: stimulant; antispasmodique; digestif; carminatif; - feuilles: expectorant, diaphorétique; USAGE INTERNE: atonie digestive et spasmes intestinaux; hoquet; bourdonnements d'oreille; douleurs gastriques; POSOLOGIE INTERNE: - infusion d'1 cuillerée à dessert par tasse; infuser 10mn; 1 tasse après chaque repas; ou infusion de 20-30 g de plante entière pendant 15 mn; 2 tasses par jour; - angoisse: infusion de 20g de plante entière pendant 15mn; 2-3 tasses par jour loin des repas; - dyspepsies avec céphalées: infusion de 20g de plante entière pendant 15mn; 2 tasses par jour; - hoquet: infusion de 30g de plante entière pendant 10mn; 3 tasses par jour ou par cuillerées; - mélancolie: infusion de 30g de plante entière pendant 10mn; 3 tasses par jour; - vertige: infusion de 30g de plante entière pendant 10mn; 3 tasses par jour; POSOLOGIE EXTERNE: - stomatite rebelle: infusion de 50g de plante entière pendant 20mn; en bains de bouche;
CALENDULA ARVENSIS L. *SUBSP. ARVENSIS	Souci sauvage	PROPRIETES: emménagogue; hypotenseur; dépuratif; diaphorétique; cholagogue; - plante: sudorifique, résolutif, antiscorbutique, anti-ophtalmique, purgatif; - fleurs: antispasmodique; USAGE INTERNE: anti-inflammatoire et cicatrisant ainsi qu'un sudorifique. USAGE EXTERNE: vulnéraire; cicatrisant et anti-inflammatoire en compresses sur les plaies, les brûlures, les engelures. POSOLOGIE INTERNE: - aménorrhée: infusion de 5-10g de feuilles et fleurs; infuser 15mn; 2-3 tasses par jour; - stress dû à la ménopause: infusion de 10g de plante entière et fleurs pendant 20mn; 2 tasses par jour avec du miel;
CALENDULA OFFICINALIS L.	Souci des jardins	PROPRIETES: emménagogue; hypotenseur; dépuratif; diaphorétique; cholagogue; apéritif; tonique; dépuratif; régulateur des règles et calmant des douleurs; sudorifique; diurétique; hypotenseur par vasodilatation périphérique; stimulant (à la fois calmant et stimulant); antiseptique et cicatrisant: remède des plaies par excellence (usage interne et externe); douleurs d'estomac; inflammation des ganglions lymphatiques; stimule le foie; stimule légèrement la production d'œstrogènes; - huile macérée: bonne pour la peau; USAGE INTERNE: antispasmodique dans certains troubles digestifs et nerveux; insuffisance et douleur des règles (surtout chez les névropathes et les anémiés); ulcères, crevasses, engelures ulcérées; plaies de toutes natures, y compris les cancéreuses; adénites, mammites; furonculose, abcès, eczéma, dartres, acné, impétigo; brûlures; irritation cutanée; USAGE EXTERNE: vulnéraire, antiseptique, cicatrisant; POSOLOGIE INTERNE: - décoction: 30g de fleurs et feuilles par litre d'eau: 5 tasses par jour; - accélérateur circulation du sang: infusion de 10g de plante entière et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;

- antispasmodique: infusé (10 g/litre; infusion de 15 min): 500 ml/jour;
- cholérétique: infusé (10 g/litre; infusion de 15 min): 500 ml/jour;
- circulation du sang, accélérateur: infusion de 10g de plante entière et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- dépuratif: infusion de 2g de fleurs par tasse d'eau;
- diurétique: infusion de 20g de fleurs par litre d'eau, à boire dans la journée;
- dysménorrhée: infusion de 10g de plante entière et fleurs pendant 20mn; 2 tasses par jour;
- fistule: infusion de 10g de plante entière et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- inflammation des seins: infusion de 10g de plante entière et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; décoction de 80g de plante entière et fleurs; bouillir 10mn; en compresses chaudes sur les seins;
- laxatif: infusion de 2g de fleurs par tasse d'eau;
- prostatorrhée: infusion de 10g de plante entière et fleurs pendant 20mn; 2 tasses par jour;
- règles: infusion: 1 cuillerée à dessert dans 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 1 tasse avant les repas (pour les phénomènes menstruels, donner 1 semaine avant les règles);
- sang, accélérateur circulation: infusion de 10g de plante entière et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- seins, inflammation: infusion de 10g de plante entière et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; décoction de 80g de plante entière et fleurs; bouillir 10mn; en compresses chaudes sur les seins;
- spasme, antispasmodique: infusé (10 g/litre; infusion de 15 min): 500 ml/jour;
- stress dû à la ménopause: infusion de 10g de plante entière et fleurs pendant 20mn; 2 tasses par jour avec du miel;
- sudorifique: infusion de 10g de plante entière et fleurs pendant 20mn; maximum 2 tasses par jour; ou infusion de 5g de fleurs par tasse d'eau, le soir;
- ténia, ténifuge, vers solitaire: infusion de 10g de plante entière et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- tonique fortifiant: poudre de fleurs dans les aliments;
- transpiration: stimulant: infusion;
- ulcère gastroduodéal: décoction de 50g de plante entière et fleurs; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel;

Restriction d'utilisation:

- Cycle menstruel, contraception, grossesse, allaitement: drogue réputée emménagogue;

POSOLOGIE EXTERNE:

- abcès, abcès chaud: décoction de 2 poignées par litre d'eau; bouillir 10 mn; en bains ou compresses;
- acné: décoction de 2 poignées par litre d'eau; bouillir 10 mn en compresse;
- angine: en gargarisme;
- brûlure: décoction de 2 poignées de fleurs par litre d'eau; bouillir 10mn; en bains ou compresses;
- cor: feuilles fraîches écrasées ou leur suc sur verrue;
- engelures: décoction de 100g de fleurs; bouillir 10mn; en applications locales; ou feuilles fraîches écrasées;
- engelure ulcérée: décoction de 2 poignées de fleurs par litre d'eau; bouillir 10mn; en bains ou compresses;
- fatigue oculaire: décoction de 2 poignées par litre d'eau; bouillir 10mn; en compresses froides;
- fistule: Décoction de 80g de plante entière et fleurs; bouillir 20mn; en compresses externes; ou feuilles fraîches écrasées;
- furoncle: décoction de 2 poignées de fleurs par litre d'eau; bouillir 10mn; en bains ou compresses;
- gorge irritée: en gargarisme;
- hémorragie veineuse: décoction de 80g de plante entière et fleurs; bouillir 10mn; en applications locales ou feuilles fraîches écrasées;
- impétigo: décoction de 2 poignées de fleurs par litre d'eau; bouillir 10mn; en bains ou compresses;
- inflammation des glandes: décoction de 80g de plante entière et fleurs; bouillir 10mn; en applications locales;
- inflammation des seins: infusion de 10g de plante entière et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour. Décoction de 80g de plante entière et fleurs; bouillir 10mn; en compresses chaudes sur les seins;
- pied d'athlète: en teinture à appliquer;
- plaie: décoction de 2 poignées de fleurs par litre d'eau; bouillir 10mn; en bains ou compresses;

		<p>- suppuration: décoction de 100g de plante entière et fleurs; bouillir 10mn; pour bains et applications locales;</p> <p>- varice: tisane en compresse;</p> <p>- verrue: feuilles fraîches écrasées ou leur suc sur verrue;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: toux et jetage chez les ruminants: suc des fleurs en instillations nasales</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: anti-inflammatoire, antiseptique, cicatrisant, antispasmodique</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: antiseptique voie externe</p> <p>- pour les piqûres, les plaies nettes, les brûlures: huile d'olive, eau de chaux, teinture mère de calendula en portions égales, appliqué localement</p> <p>- pour les contusions avec plaies: 25 gouttes de teinture mère pour un verre d'eau, en compresse</p> <p>- pour les métrites septiques: irrigation avec une solution de teinture mère (1 cuillère à café/litre d'eau)</p>
CALICOTOME spinosa (L.) Link., CALYCOTOME spinosa (L.) Link.	Calicotome épineux	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles et fruits: astringent</p>
CALLA PALUSTRIS L.	Calla des marais	<p>PROPRIETES: ATTENTION: gorge peut enfler, entravant la respiration; grave inflammations des yeux;</p> <p>- chaleur ou séchage de la plante;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- dysurie: décoction de 20g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- podagre: décoction de 20g de rhizome; bouillir 10mn; boire 3 tasses par jour avec du jus de citron;</p> <p>- prostate: hypertrophie et congestion: décoction de 50g de rhizome; bouillir 10mn; 4 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- synovite: décoction de 80g de rhizome; bouillir 10mn; pour applications locales;</p>
CALLUNA VULGARIS (L.) HULL	Bruyère commune	<p>PROPRIETES: Les fleurs séchées peuvent s'utiliser en infusion.</p> <p>La callune est un diurétique puissant et un antiseptique des voies urinaires.</p> <p>- sommités fleuries: acné; astringent; cystite; dépuratif; diurétique (en cas d'oedème, de lithiase rénale ou d'hypertension, obésité, cellulite, rhumatisme, goutte); sédatif; antiseptique des voies urinaires (aide à se débarrasser des déchets toxiques: urée, acide urique);</p> <p>- feuilles: soigner coupures, maladies des yeux;</p> <p>- Astringent*</p> <p>- Anti diarrhéique*</p> <p>- Antiseptique intestinal*</p> <p>- Diurétique (acides phénols)</p> <p>- Antiseptique urinaire (arbutoside)</p> <p>*propriétés dues aux tanins</p> <p>- VOIR ERICA CINEREA;</p> <p>USAGE INTERNE: cystites; infections de la prostate; infections rénales; infections urinaires; tonique général; colibacillose; prostate: désinfection urinaire;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>1 cuillerée à soupe pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10 mn; 4 tasses par jour au maximum;</p> <p>- antiseptique urinaire: infusé: 50 g/L infusion de 10 mn 1 litre/jour;</p> <p>- colibacillose: décoction de 40 g de sommités fleuries; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- diurétique: infusé: 50 g/L infusion de 10 mn 1 litre/jour;</p> <p>- hypersécrétion prostatique: décoction de 50g de sommités fleuries; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- prostate: désinfection urinaire: 30g de racines à 1 litre d'eau; bouillir 15mn; infuser 10mn; filtrer; répartir le tout dans la journée;</p> <p>- prostate: hypertrophie et congestion: décoction de 40g de sommités fleuries; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- vessie, antiseptique urinaire: infusé: 50 g/L infusion de 10 mn 1 litre/jour;</p>

		<p>Faire des cures discontinues</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - faiblesse musculaire: 500g en décoction dans un grand bain; ou un bain d'eau de callune (4 cuillerées à soupe pour 1l d'eau froide, amener à ébullition puis retirer du feu, infuser 10 mn; filtrer et ajouter à l'eau du bain) - tonique musculaire: un bain d'eau de callune (4 cuillerées à soupe pour 1l d'eau froide, amener à ébullition puis retirer du feu, infuser 10 mn; filtrer et ajouter à l'eau du bain); - rhumatisme, douleurs: un bain d'eau de callune (4 cuillerées à soupe pour 1l d'eau froide, amener à ébullition puis retirer du feu, infuser 10 mn; filtrer et ajouter à l'eau du bain)
Calotropis procera Ait.	Arbre à soie	<p>PROPRIETES:</p> <p>Les racines et leurs écorces: les écorces sont absorbées en poudre dans du lait frais ou caillé comme purgatif, émétique et contre poison. La poudre racinaire est aussi préconisée comme stomachique et contre la colique. En Inde, le charbon racinaire, les racines et l'écorce de celles-ci sont utilisés comme onguent pour guérir les éruptions cutanées, la syphilis, la lèpre, les ulcères nauséabondes, les plaies de chameaux. Il y a d'autres utilisations des racines: contre la syphilis, comme aphrodisiaque, contre l'arthrite du genou par massage à l'aide d'un linge trempé de décoction chaude de racines de calotropis procera</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les tiges: Stomachique, anti diarrhéique. - Les feuilles et leur latex: Les feuilles sont utilisées dans la constipation, la carie dentaire à cause du latex qu'il est aussi antiseptique, sédatif. <p>USAGE INTERNE: le macéré de 2 feuilles fraîches, finement hachées et laissées dans 100 ml d'eau pendant 15 mn, administré en lavement serait efficace dans l'oxyurose.</p> <p>Au Burkina Faso, certains guérisseurs Mossi font boire aux malades atteints de Dracunculose de la pulpe de feuilles fraîches délayées dans du lait.</p> <p>Au Bénin, pendant l'épidémie de variole, on fait manger à tous les membres de la maison du maïs ou une autre céréale cuit dans une macération de feuilles de Calotropis procera pour prévenir la maladie. Le latex a des effets caustiques sur les muqueuses et la peau sensible.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - arthrite: faire bouillir les racines dans de l'eau. Tremper un linge propre dans la décoction chaude et masser l'arthrite du genou avec; <p>TOXICOLOGIE: des études menées à Dakar ont montré que le latex est particulièrement toxique pour le rein alors que les feuilles fraîches, séchées et les écorces des tiges débarrassées de leur suber étaient atoxiques.</p> <p>PHARMACOLOGIE: Le puissant pouvoir insecticide des feuilles a été mis en évidence. Les extraits éthanoliques des feuilles se sont révélés comme possédant des propriétés anti-inflammatoire, antipyrétique, analgésique et antimicrobienne. Le lyophilisat du macéré aqueux des écorces de la tige s'est révélé quant à lui possédant des propriétés antitussives chez le cobaye.</p>
CALTHA PALUSTRIS L. *SUBSP. PALUSTRIS	Caltha des marais, Bassineau, Populage des marais	PROPRIETES: diurétique; diaphorétique; antispasmodique; sédatif; rubéfiant
CALYCANTHUS floridus	Calycanthe odorant	PROPRIETES:
CALYSTEGIA sepium (L.) R. Br. *subsp. sepium	Liseron des haies	<p>PROPRIETES: purgatif doux (analogue au jalap et scammonée, mais moins irritant); vulnéraire; cholagogue;</p> <p>USAGE INTERNE: constipation; insuffisance hépatique; excès d'urée sanguine; cirrhoses; asystolie;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion de 5 à 10g de feuilles ou de racine pour 1 litre d'eau bouillante; 1 tasse avant les repas; - indigestion: 3-5g par jour de rhizome en poudre, comme purgatif;

		<ul style="list-style-type: none"> - insuffisance biliaire: infusion de 60g de feuilles pendant 25mn; 100-150g par jour; - jaunisse: infusion de 50g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour;
CALYSTEGIA soldanella (L.) Roem. & Schult.	Liseron soldanelle	PROPRIETES: <ul style="list-style-type: none"> - plante: vulnéraire; - parties souterraines: purgatif
CAMPANULA GLOMERATA L. *SUBSP. GLOMERATA	Campanule à bouquets	PROPRIETES: angine; en Russie, employé contre la rage
CAMPANULA MEDIUM L.	Campanule à grosses fleurs	PROPRIETES: angine
CAMPANULA PATULA L. *subsp. patula	Campanule étalée	PROPRIETES: angine
CAMPANULA RAPUNCULUS L. *subsp. rapunculus	Campanule raiponce	PROPRIETES: apéritif; digestif; <ul style="list-style-type: none"> - par voie interne: vulnéraire; astringent; détersif; digestif; - par voie externe: contre les verrues; POSOLOGIE EXTERNE: <ul style="list-style-type: none"> - verrues: application des feuilles écrasées; - gerçures: infusion de 100g de sommités fleuries pendant 25mn; en applications locales; - gingivite: infusion de 80g de sommités fleuries pendant 25mn; en bains de bouche; - lymphangite: infusion de 100g de sommités fleuries pendant 25mn; en applications locales;
CAMPANULA ROTUNDIFOLIA L. *SUBSP. ROTUNDIFOLIA	Campanule à feuilles rondes	PROPRIETES: antiépileptique; <ul style="list-style-type: none"> - racine mâchée: malaises, faiblesse cardiaque; - racines en compresse: arrêter les saignements, dégonfler les tuméfactions, accélérer la cicatrisation; - racine en décoction: maux d'oreilles;
CAMPANULA TRACHELIUM L. *subsp. trachelium	Campanule gantelée	PROPRIETES: astringent; détersif; vulnéraire
CAMPOROSMA MONSPELIACA L. *subsp. monspeliaca	Camphorine de Montpellier	PROPRIETES: <ul style="list-style-type: none"> - rameaux feuillés: âcres, expectorants, sudorifiques, diurétiques, vulnéraires, anti hydriques
CANANGA odorata (Lam.) Hook.f. & Thoms.	Cananga, Ylang Ylang	PROPRIETES: <ul style="list-style-type: none"> - huile essentielle dans la lotion capillaire à l'huile de Macassar: régularise le sébum; calmant; relaxant
CANARIUM schweinfurthii Engl.	Canarium	PROPRIETES: <ul style="list-style-type: none"> - graines: contre le bérubéri; - écorce: malaria; - feuilles: vertige;
CANNABIS SATIVA L.	Chanvre cultivé	PROPRIETES: antispasmodique; analgésique; euphorisant; hypnotique; apéritif; sédatif; analgésique; USAGE INTERNE: affections douloureuses du tube digestif (ulcère); affections des voies respiratoires (asthme, emphysème, bronchite chronique); névralgies; migraines; affections urinaires; troubles psychiques (cauchemars, neurasthénie, hystérie...); POSOLOGIE INTERNE: <ul style="list-style-type: none"> - asthénie psychique: infusion de 10g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - coqueluche ou toux spasmodiques: infusion de 10 g de sommités fleuries femelles pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - excitant: infusion de 10g de sommités fleuries femelles ou cônes pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hystérie: infusion de 10g de sommités fleuries femelles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - narcotique: infusion de 30g de sommités fleuries et feuilles pendant 10mn; 1 tasse avant le coucher; - palpitations: infusion de 10g de sommités fleuries femelles ou cônes pendant 20mn; 3 tasses par jour; - tonique: infusion de 10g de sommités fleuries femelles pendant 20mn; 2 tasses par jour; - vertige d'origine nerveuse: infusion de 10g de sommités fleuries femelles ou cônes pendant 20mn; 3 tasses par jour;

		ATTENTION: Incompatibilité avec des alcalins et des acides
CAPPARIS SPINOSA L. *subsp. spinosa	Câprier	<p>PROPRIETES: racine, boutons floraux: tonique; diurétique; antiseptique; excitant; digestif; astringent; - Ecorce des racines: amer, apéritif, astringent, diurétique, tonique.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - atonie intestinale: décoction de 40 g d'écorce de racine pendant 8-10 mn; 3 tasses par jour. Faire fondre l'écorce râpée du câprier dans 350 g de vin rouge bouillant; laisser refroidir et ajouter encore 650 g de vin; filtrer; 2 verres par jour; - cachexie: décoction de 40 g d'écorce de racine; bouillir 5 mn; 3 tasses par jour; - dépérissement: décoction de 40g d'écorce de la racine; bouillir 5mn; 2 tasses par jour; - digestif: décoction de 15-30g de racine par litre d'eau; ou 2-4g de poudre de racine par jour; - engorgement du pancréas: décoction de 40g d'écorce de la racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - excitant: décoction de 40g d'écorce de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; ou décoction de 15-30g de racine par litre d'eau; ou 2-4g de poudre de racine par jour; - insuffisance hépatique: décoction de 40g d'écorce de la racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - météorisme: décoction de 40g d'écorce de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - rhumatisme: décoction de 30g de bois taillé en tout petits morceaux; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
CAPSELLA BURSA-PASTORIS (L.) MEDIK. *SUBSP. BURSA-PASTORIS	Bourse à pasteur	<p>PROPRIETES: hémostatique (renforce la perméabilité des capillaires); tonique astringent (augmente le tonus du muscle utérin); antiscorbutique; diurétique; régulateur du flux menstruel; régulateur de la pression sanguine; - parties aériennes: antiseptique; diurétique; cystite; diarrhées; stimuler la circulation; varices; saignements; provoque une baisse éphémère de la tension artérielle;; - en décoction: diarrhées, hémorragies, dysenterie; Quelques auteurs soutiennent que les meilleurs résultats s'obtiennent en employant la plante fraîche, tandis que d'autres sont d'avis totalement contraire. La bourse-à-pasteur est connue surtout pour l'action qu'elle déploie chez la femme, sur les organes de la reproduction, et, à ce propos, elle a joui de tout temps d'une grande considération.</p> <p>USAGE INTERNE: métrorragies de la puberté et de la ménopause; métrites hémorragiques; règles profuses et irrégulières; hématuries; hémoptysies; hémophilie; lithiase urinaire; blennorragie; varices, hémorroïdes; dysenterie; scorbut; épilepsie et affections nerveuses;</p> <p>USAGE EXTERNE: plaies;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion: verser un litre d'eau bouillante sur deux cuillerées de plante fraîche hachée et laisser reposer une douzaine d'heures. Prendre deux petits verres par jour; - vin: laisser macérer pendant 10 jours 180 g de plante fraîche hachée dans 100 g de vin blanc. Prendre une cuillerée toutes les deux heures ou une petite tasse 3 ou 4 fois par jour; - extrait fluide (à la pharmacie): Prendre de 1 à 3 g à la fois dans un peu d'eau jusqu'à atteindre 4 ou 5 petites cuillerées par jour; - teinture: Laisser macérer pendant 10 jours 20 g de plantes desséchées et réduites en menus morceaux dans 80 g d'alcool à 60°. Prendre d'une cuillerée à dessert à une cuillerée à soupe 4 ou 5 fois par jour. - poudre: piler au mortier une certaine quantité de plantes desséchées jusqu'à ce que l'on obtienne une poudre très fine. Prendre d'une demi à une cuillerée à café 2 ou 3 fois par jour; - annexite: décoction de 30-50g de feuilles et fleurs; bouillir 5mn; 2-3 tasses par jour; - bouffées de chaleur: décoction de 40 g de partie aérienne de la plante; bouillir 7 mn; 4 tasses par jour loin des repas; - dépuratif des voies urinaires: décoction de 40g de partie aérienne; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - dysenterie: décoction de 40g de plante aérienne entière; bouillir 5mn; 4 tasses par jour; - fibrome: décoction de 50g de partie aérienne; bouillir 5mn; 4 tasses par jour; - gastrorragie: décoction de 100g de partie aérienne entière; bouillir 5mn; 1 cuillerée toutes les heures;

		<ul style="list-style-type: none"> - gravelle: décoction de 30g de partie aérienne; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hémato néphrose: décoction de 40g de partie aérienne de la plante entière; bouillir 5mn; 4 tasses par jour; - hémophile: infusion de 100g de plante par litre d'eau bouillante; - hémorragie, hémorragie anale: décoction de 40g de partie aérienne entière; bouillir 5mn; 4 tasses par jour; - hémostatique, régulateur des règles: infusion de 30 à 60g par litre d'eau; bouillir et infuser 10mn; 3 tasses par jour entre les repas; - ménopause: décoction de 50g de partie aérienne; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - métrorragie: teinture: laisser macérer pendant 10 jours 20 g de plantes desséchées et réduites en menus morceaux dans 80 g d'alcool à 60°. Prendre d'une cuillerée à dessert à une cuillerée à soupe 4 ou 5 fois par jour; commencer la cure 10 jours avant les règles; - pression sanguine, régulateur: saupoudrer 1 pincée de plante broyée dans les aliments; - régulateur de la pression sanguine: saupoudrer 1 pincée de plante broyée dans les aliments; - régulateur des règles: infusion de 30 à 60g par litre d'eau; bouillir et infuser 10mn; 3 tasses par jour entre les repas; - règles, régulateur: infusion de 30 à 60g par litre d'eau; bouillir et infuser 10mn; 3 tasses par jour entre les repas; - sang, régulateur de la pression sanguine: saupoudrer 1 pincée de plante broyée dans les aliments; <p>ATTENTION: à dose trop forte, possibilité de troubles nerveux;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - atrophie musculaire: mélanger 5 g de plante entière avec 5 g d'alchémille hachée et de l'eau de vie dans un récipient bien fermé; exposer cette préparation au soleil pendant 10 jours; filtrer et utiliser en frictions; - ecchymose: décoction de 50g de plante aérienne entière; bouillir 10mn; en applications locales; - hémorragie veineuse: partie aérienne entière en poudre comme hémostatique; - plaies: application de la plante fraîche écrasée; - saignement de nez: décoction de 80g de partie aérienne; bouillir 10mn; applications locales et bains; <p>PERIODE DE RECOLTE: du printemps jusqu'à l'automne.</p> <p>CONSERVATION: faire sécher à l'ombre et conserver dans des sachets à l'abri de la poussière et de l'humidité.</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: hémostatique contre les morsures de vipère</p>
CAPSICUM ANNUUM L.	Poivron	<p>PROPRIETES: Les propriétés médicinales des piments plus ou moins doux et des poivrons varient beaucoup en fonction de leur pouvoir irritant; elles sont semblables à celles des piments enragés.</p> <ul style="list-style-type: none"> - usage interne: fruits à dose modérée: stimulant gastrique par stimulation de la salivation et des sécrétions gastriques; problèmes gastro-intestinaux et intestinaux; analgésique chauffant favorisant la circulation; apéritif; stomachique; excitant; diurétique; digestif; émétique; régimes: arthrite, rhumatismes; soulage gorges irritées, rhumes; - usage externe: révulsif; rubéfiant; - essence infusée: massages pour rhumatismes; <p>USAGE INTERNE: dyspepsies atoniques; fermentations intestinales; diarrhées, dysenteries; vomissements incoercibles; hémorragies utérines; rhumatismes; goutte; hydropisie; laryngite; toux spasmodiques (coqueluche); certaines paralysies;</p> <p>USAGE EXTERNE: piments: rubéfiant;</p> <ul style="list-style-type: none"> - névralgies rhumatismales, goutteuses; lombalgies; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - coqueluche ou toux spasmodiques: 0.15g de fruit en poudre par jour; - ivresse: 0.10g de fruit en poudre dans une tasse de décoction amère de gentiane

		<p>ou d'absinthe, 3 fois par jour; - toux spasmodiques: 0.15g de fruit en poudre par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - arthrite: en friction, mélanger 1/2 cuillère à café de piment en poudre, ou de Cayenne frais écrasé, à 1 tasse d'huile végétale chaude; - contractures musculaires: en friction, mélanger 1/2 cuillère à café de piment en poudre, ou de Cayenne frais écrasé, à 1 tasse d'huile végétale chaude; - muscles, contractures musculaires: en friction, mélanger 1/2 cuillère à café de piment en poudre, ou de Cayenne frais écrasé, à 1 tasse d'huile végétale chaude; - sciatique: mélanger au bain-marie 50g de jus de piment (fruit) et 200g de graisse; l'utiliser comme liniment;</p> <p>ATTENTION: en cuisine à faible dose car peut provoquer des vomissements, diarrhées, inflammation de l'estomac et des reins; enfilez des gants de caoutchouc pour hacher les piments de Cayenne; en cas de brûlure, laver au vinaigre à plusieurs reprises et rincer soigneusement. L'huile de poivre peut entraîner des douleurs importantes au contact des tissus sensibles.</p> <p>ASSOCIATION: ail, oignon, coriandre, citron, gingembre</p>
CAPSICUM frutescens L.	Piment enragé	<p>PROPRIETES: usage interne: fruits à dose modérée: stimulant gastrique par stimulation de la salivation et des sécrétions gastriques; problèmes gastro-intestinaux et intestinaux; analgésique chauffant favorisant la circulation; apéritif; stomachique; excitant; diurétique; digestif; émétique; régimes: arthrite, rhumatismes; soulage gorges irritées, rhumes; - usage externe: révulsif; rubéfiant; - essence infusée: massages pour rhumatismes;</p> <p>USAGE INTERNE: dyspepsies atoniques; fermentations intestinales; diarrhées, dysenteries; vomissements incoercibles; hémorragies utérines; rhumatismes; goutte; hydropisie; laryngite; toux spasmodiques (coqueluche); certaines paralysies;</p> <p>USAGE EXTERNE: piments: rubéfiant; - névralgies rhumatismales, goutteuses; lombalgies;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - coqueluche ou toux spasmodiques: 0.15g de fruit en poudre par jour; - ivresse: 0.10g de fruit en poudre dans une tasse de décoction amère de gentiane ou d'absinthe, 3 fois par jour; - toux spasmodiques: 0.15g de fruit en poudre par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - arthrite: en friction, mélanger 1/2 cuillère à café de piment en poudre, ou de Cayenne frais écrasé, à 1 tasse d'huile végétale chaude; - contractures musculaires: en friction, mélanger 1/2 cuillère à café de piment en poudre, ou de Cayenne frais écrasé, à 1 tasse d'huile végétale chaude; - muscles, contractures musculaires: en friction, mélanger 1/2 cuillère à café de piment en poudre, ou de Cayenne frais écrasé, à 1 tasse d'huile végétale chaude; - sciatique: mélanger au bain-marie 50g de jus de piment (fruit) et 200g de graisse; l'utiliser comme liniment;</p> <p>ATTENTION: en cuisine à faible dose car peut provoquer des vomissements, diarrhées, inflammation de l'estomac et des reins; enfilez des gants de caoutchouc pour hacher les piments de Cayenne; en cas de brûlure, laver au vinaigre à plusieurs reprises et rincer soigneusement. L'huile de poivre peut entraîner des douleurs importantes au contact des tissus sensibles.</p> <p>ASSOCIATION: ail, oignon, coriandre, citron, gingembre</p>
CARAPA guianensis Aubl.	Carapa	<p>PROPRIETES: - graines toxiques: purgatif; émétique; - écorce: fébrifuge;</p>
CARDAMINE AMARA L. *subsp. amara	Cardamine amère	<p>PROPRIETES: - plante: antiscorbutique</p>
CARDAMINE bulbifera (L.) Crantz	Dentaire à bulbilles	<p>PROPRIETES: - plante: autrefois: maux de dents (ressemblance de la tige souterraine avec des dents); dérangements de l'intestin</p>
CARDAMINE HIRSUTA L.	Cardamine	<p>PROPRIETES:</p>

	hérissée	- plante: stimulant, diurétique, antiscorbutique
CARDAMINE pentaphyllos (L.) Crantz	Dentaire à cinq feuilles	PROPRIETES: - plante: autrefois: vulnérable
CARDAMINE PRATENSIS L. *SUBSP. PRATENSIS	Cresson des prés	PROPRIETES: stimulant; diurétique; tonique; antiscorbutique; expectorant, antitussif; stomachique; - feuilles fraîches et sommités florales: apéritif, calme indigestion, expectorant, contre la toux; POSOLOGIE INTERNE: - poudre: piler au mortier une certaine quantité de plantes desséchées. Prendre d'une demi à une cuillerée à café par jour. - infusion: verser une tasse d'eau bouillante sur une cuillerée à dessert de plantes desséchées et concassées et laisser reposer pendant 10 minutes. Prendre 3 ou 4 tasses par jour; - suc: broyer la plante fraîche jusqu'à ce que l'on obtienne une espèce de bouillie de laquelle on extraira le suc par torsion à travers une toile. Prendre 4 ou 5 cuillerées par jour; - convalescence: en salade; - épilepsie, crise d'épilepsie: poudre de fleurs: piler au mortier une certaine quantité de fleurs desséchées. Prendre d'une demi à une cuillerée à café par jour; - hyperexcitabilité: 13g de fleurs sèches en poudre; - hystérie, crise d'hystérie: poudre de fleurs: piler au mortier une certaine quantité de fleurs desséchées. Prendre d'une demi à une cuillerée à café par jour; - rhumatisme: consommer les feuilles en salade, assaisonnées d'huile et de beaucoup de citron; PERIODE de RECOLTE: Printemps-été, pendant la floraison. CONSERVATION: Faire sécher à l'ombre et conserver à l'abri de la poussière et de l'humidité.
CARDUUS NUTANS L. *subsp. NUTANS	Chardon aux ânes	PROPRIETES: - plante: fébrifuge. POSOLOGIE INTERNE: - pleurésie: décoction de 80g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
CARDUUS PERSONATA (L.) JACQ. *subsp. personata	Chardon bardane	PROPRIETES: - plante: fébrifuge
CAREX ARENARIA L.	Carex des sables	PROPRIETES: - parties souterraines: connue en droguerie sous le nom de "Fausse salsepareille" ou de "Salsepareille d'Allemagne": résolutif, sudorifique; POSOLOGIE INTERNE: - gonagre: décoction de 40g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hydarthrose: décoction de 40g de rhizome; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - polyarthrite: décoction de 50g de rhizome; bouillir 15mn; 2 tasses par jour;
CARICA papaya Linn.	Papayer	PROPRIETES: digestif des protides (agit comme un ferment, en milieu acide ou alcalin; transforme les matières albumineuses en peptones; agit également sur les graisses et les hydrates de carbone, surtout en milieu neutre ou alcalin); eupeptique; antitoxique; - semences: anthelminthiques, fébrifuges, carminatives; contre hémorroïdes; constipation; - latex: masques faciaux; voies digestives; USAGE INTERNE: insuffisances digestive, gastrique et pancréatique; hypochlorhydrie ou fermentations gastriques; gastrites chroniques; fermentations intestinales; gastro-entérites des nourrissons et enfants; POSOLOGIE INTERNE: - en hors d'œuvre comme le melon ou en salade de fruits mixturés; - sédatif: jus, sirop; - vermifuge: graines;
CARLINA ACANTHIFOLIA ALL. *SUBSP. ACANTHIFOLIA	Carline à feuilles d'acanthé	PROPRIETES: - racine: amer, aromatique, résineux, diurétique, sudorifique, contrepoison

CARLINA ACAULIS L. *subsp. ACAULIS	Carline à tige courte	<p>PROPRIETES: tonique; stomachique; diaphorétique; diurétique; sudorifique; détersif; cicatrisant; tonique du foie; peste; typhus;</p> <p>- racines macérées: digestif, tonique de l'estomac, eczéma, éruptions cutanées;</p> <p>- racines en infusion: diurétique, légèrement laxatif, antiseptique (gargarismes, bains de bouche), vermifuge;</p> <p>USAGE INTERNE: hydropisie; atonie gastrique; affections hépatiques;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- poudre: piler au mortier et réduire en poudre les petits dés de racines desséchées. En prendre d'une demi à une cuillerée deux fois par jour, en cachets ou mêlée à une confiture, au miel ou à n'importe quel autre excipient;</p> <p>- décoction: faire bouillir pendant 10 minutes deux cuillerées à café (20 g pour 1 litre d'eau) de racines desséchées dans une tasse d'eau. Laisser reposer une demi-heure et en boire 3 ou 4 tasses par jour entre les repas;</p> <p>- teinture: faire macérer pendant 10 jours 20 g de racines desséchées et concassées dans 80 g d'alcool à 60°. Prendre 40-50 gouttes 4 ou 5 fois par jour;</p> <p>- vin: laisser macérer pendant une douzaine de jours 50 g de racines desséchées dans un litre de bon vin blanc sec ou liquoreux. Verser et prendre un petit verre avant les repas;</p> <p>- dysurie: infusion de 30g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- eczéma: faire macérer 15g de racines -récoltées en automne puis séchées et coupées en morceau- dans 75cl de bon vin rouge pendant 8 jours; filtrer; 1 verre apéritif avant repas midi et soir;</p> <p>- flatulence: infusion de 30g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: dermatoses, gangrène sénile: décoction de 30g de racine pour 1 litre d'eau; en lotions.</p> <p>PERIODE de RECOLTE: Vers la fin de l'automne.</p> <p>CONSERVATION: Couper la racine en petits dés que l'on fera sécher au soleil ou dans le four. Conserver en sachets à l'abri de la poussière et de l'humidité.</p>
CARLINA VULGARIS L. *SUBSP. VULGARIS	Carline commune	<p>PROPRIETES: diurétique; stomachique; atonie des voies digestives; états fébriles; sudorifique;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- atonie des voies digestives: poudre de racine;</p> <p>- eczéma: faire macérer 15g de racines -récoltées en automne puis séchées et coupées en morceau- dans 75cl de bon vin rouge pendant 8 jours; filtrer; 1 verre apéritif avant repas midi et soir;</p> <p>- états fébriles: infusion de 30-60g de racine par litre d'eau;</p>
CAROPSIS verticillatundata (Thore) Rauschert, THORELLA BULBOSA (THORE) P. F.	Thorelle à verticilles inondés	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: aromatique, stimulant, résolutif</p>
CARPINUS BETULUS L.	Charme commun	<p>PROPRIETES: feuilles: astringent;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- ulcère gastroduodénal: décoction de 40g de feuilles; bouillir au moins 10mn; 2-3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- glossite: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; en bains de bouche;</p>
CARTHAMUS LANATUS L. *subsp. lanatus	Carthame laineux	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: résolvant, antiseptique, gangrène</p>
CARTHAMUS TINCTORIUS L.	Safran des teinturiers	<p>PROPRIETES:</p> <p>- fleurs: diaphorétique; diurétique; stagnation du sang; aménorrhée; vertiges post-partum; fibromes; scarlatine; stimule le sang et déclenche la menstruation.</p> <p>ATTENTION: ne pas consommer durant la grossesse</p>
CARUM CARVI L.	Carvi	<p>PROPRIETES: facilite la digestion, en usage interne comme externe; soulage les indigestions, flatulences, coliques, gaz et accumulations de toxines et de liquides organiques; traite le cuir chevelu;</p> <p>- huile comme antiparasitaire digestif, en massage de l'estomac pour réduire les flatulences;</p> <p>- graines en petite quantité: stimulant; stomachique; carminatif; antispasmodique;</p>

		<p>emménagogue; galactagogue; apéritif; vermifuge; digestif; parfumer haleine; flatulences; antiseptique; antispasmodique utérin;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Emménagogue - Digestif - Carminatif - Galactagogue - Stimulant ostrogénique <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aérocolie: infusé (2 à 4 g/litre; infusion de 15 min): 250 à 500 ml/jour; ou décocté (25 à 75 g/litre; décoction de 30 min): 250 à 500 ml/jour; - aérophagie: infusion de 30 g de graines; infuser 30mn; 2-3 tasses par jour; ou écraser finement 9 cuillères à café de graines dans un grand mortier à l'aide d'un pilon, mettre les graines dans une théière et verser l'eau bouillante, laisser reposer 20 mn avant de filtrer et boire 3 tasses par jour; ou infusé (2 à 4 g/litre; infusion de 15 min): 250 à 500 ml/jour; ou décocté (25 à 75 g/litre; décoction de 30 min): 250 à 500 ml/jour; - apéritif: infusion de 2-4g de graine par litre d'eau; écraser finement 9 cuillères à café de graines dans un grand mortier à l'aide d'un pilon, mettre les graines dans une théière et verser l'eau bouillante, laisser reposer 20 mn avant de filtrer et boire 3 tasses par jour; - carminatif: infusion de 2-4g de graine par litre d'eau; écraser finement 9 cuillères à café de graines dans un grand mortier à l'aide d'un pilon, mettre les graines dans une théière et verser l'eau bouillante, laisser reposer 20 mn avant de filtrer et boire 3 tasses par jour; - digestif: infusion de 2-4g de graine par litre d'eau; écraser finement 9 cuillères à café de graines dans un grand mortier à l'aide d'un pilon, mettre les graines dans une théière et verser l'eau bouillante, laisser reposer 20 mn avant de filtrer et boire 3 tasses par jour; ou infusé (2 à 4 g/litre; infusion de 15 min): 250 à 500 ml/jour; ou décocté (25 à 75 g/litre; décoction de 30 min): 250 à 500 ml/jour; - dyspepsie: infusé (2 à 4 g/litre; infusion de 15 min): 250 à 500 ml/jour; ou décocté (25 à 75 g/litre; décoction de 30 min): 250 à 500 ml/jour; - hypochondrie: infusion de 40g de fruits pendant 25mn; 2-3 tasses par jour; - mélancolie: décoction de 60g de fruits; bouillir 2mn et laisser reposer 10mn; 3 tasses par jour; - météorisme: infusion de 40g de fruits pendant 30mn; 2-3 tasses par jour; - spasme nerveux: infusion de 40g de fruits pendant 25mn; 3 tasses par jour; - stimulant: infusion de 2-4g de graine par litre d'eau; écraser finement 9 cuillères à café de graines dans un grand mortier à l'aide d'un pilon, mettre les graines dans une théière et verser l'eau bouillante, laisser reposer 20 mn avant de filtrer et boire 3 tasses par jour; - troubles digestifs divers (dyspepsies, aérophagie, aérocolie...): infusé (2 à 4 g/litre; infusion de 15 min): 250 à 500 ml/jour; ou décocté (25 à 75 g/litre; décoction de 30 min): 250 à 500 ml/jour; - vermifuge: infusion de 2-4g de graine par litre d'eau; écraser finement 9 cuillères à café de graines dans un grand mortier à l'aide d'un pilon, mettre les graines dans une théière et verser l'eau bouillante, laisser reposer 20 mn avant de filtrer et boire 3 tasses par jour; <p>ATTENTION: L'essence de carvi est toxique pour l'homme</p> <p>ASSOCIATION: aneth, fenouil, anis, basilic, cardamome, jasmin</p>
CASSIA angustifolia Vahl.	séné	<p>PROPRIETES: amer, piquant, rafraîchissant, cathartique, antiseptique, antispasmodique, cholagogue, purifiant, purgatif mécanique (par augmentation du péristaltisme colique), son usage ne semble pas entraîner de constipation secondaire; favorise les règles à doses fortes; agit principalement sur la moitié inférieure du corps;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - constipations (atoniques): laisser macérer 80g de feuilles de séné, 1/2 cuillère à café de coriandre et 1/2 cuillère à café de gingembre dans 1/4 d'eau chaude durant 15mn: 1 à 4 cuillères à soupe par prise; l'infusion est plus agréable au goût froide que chaude; chez les enfants ou les personnes âgées, les cosses ont un effet laxatif plus doux: faire macérer 3 à 4 cosses dans 4 à 5 cuillère à soupe d'eau froide: avaler 1 ou 2 cuillères à soupe par prise; chez les adultes utiliser 6 à 12 cosses pour la même dose d'eau; <p>CONTRE-INDICATIONS: spasmes, coliques, entérites, appendicite, métrites, cystites, hémorroïdes, grossesse, allaitement;</p>

		<p>- INCOMPATIBILITES: alcalis et carbonates alcalins, eau de chaux, sels acides, émétique;</p> <p>ASSOCIATION: anis, cardamome, cannelle, coriandre, fenouil, gingembre, noix de muscade, orange</p>
CASSIA fistula	casse fistuleuse	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pulpe et feuilles: laxatif doux et efficace; - racine: gale; ulcères; <p>POSOLOGIE INTERNE: décoction de 50 de la gousse broyée (ensemble du fruit) pour 1/2 litre d'eau; bouillir 10mn; 1 tasse au coucher et, si besoin, 1 tasse le matin à jeun;</p> <ul style="list-style-type: none"> - laxatif: 4 à 8 g de pulpe mondée; - purgatif: 30 g ou plus de pulpe mondée;
CASSIA occidentalis L.	Herbe puante	<p>PROPRIETES:</p> <p>Les racines sont employées comme antipaludiques et fébrifuges. Au Cameroun, le décocté aqueux des feuilles aurait des propriétés anti-inflammatoires. Au Sénégal, la plante est utilisée pour le traitement de la blennorragie. Pour cela, le décocté de la plante entière dans de l'eau est bu en raison d'un verre matin et soir. Contre la Gonococcie, les infections urogénitales et l'hématurie, le macéré aqueux des racines conservé 3 jours est indiqué. Les diolas attachent les feuilles sur la tête à l'aide d'un foulard pour lutter contre les maux de tête et la migraine. Dans le cas des conjonctivites, ils écrasent les feuilles et retirent le suc qu'ils instillent directement dans les yeux ou alors ils laissent macérer les feuilles avec une feuille de tabac dans un canari tout neuf, le macéré est utilisé en bain et parfois en instillation oculaire. Mélangés à l'huile de palme ou à celle du touloucouna, elles sont utilisées en application locale contre les panaris. Les graines torréfiées, réduites en poudre sont antiasthmatiques. En effet, 1 g de poudre dans un verre d'eau chaude 3 fois par jour calme les crises d'asthme (DELAUTURE). En Réunion, la macération des graines de Cassia occidentalis dans de l'eau avec des clous de girofle est frictionnée sur les parties enflées de la goutte et des rhumatismes. Au Nigéria et aux Indes, la plante est utilisée contre les parasites de la peau En Afrique de l'Est, les maux de ventre tenaces sont traités avec une macération aqueuse de racines à raison d'un verre 3 fois par jour avant la période menstruelle, les feuilles pilées sont appliquées en cataplasme sur les oedèmes pour les réduire et sur les abcès pour les faire mûrir. Elles sont aussi placées sur les plaies du ver de Guinée pour provoquer son expulsion.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - asthme: 1 g de poudre de graines torréfiées dans un verre d'eau chaude trois fois par jour calme les crises d'asthme. - constipation: macérer 15 à 20 g de feuilles dans un litre d'eau. Boire un verre le soir avant de se coucher. Se rappeler que ces préparations sont contre-indiquées chez la femme enceinte. Asthme: 1 g de poudre de graines torréfiées dans un verre d'eau chaude trois fois par jour calme les crises d'asthme. - indigestion: macérer 15 à 20 g de feuilles dans un litre d'eau. Boire un verre le soir avant de se coucher. Se rappeler que ces préparations sont contre-indiquées chez la femme enceinte. <p>ATTENTION: En raison de la présence des hétérosides anthracéniques, qui sont ocytociques, la plante est contre indiquée chez la femme enceinte.</p> <p>PHARMACOLOGIE: Les actions antibiotiques et antiseptiques ont été démontrées par Anton et Duquenois et par Gaïnd et coll. De leur part, Abbott et Coll ont trouvé que les extraits aqueux des tiges et des feuilles étaient efficaces sur le sarcome 180. Par ailleurs, Boudhiraja signale une activité anthelminthique de Cassia occidentalis sur les parasites de la peau.</p> <p>Clinique: L'activité antiasthmatique de la poudre de graines torréfiées est actuellement en observation dans certains dispensaires sénégalais sous l'initiative du Pr. DELAUTURE.</p>
CASSIA senna	séné d'Alexandrie	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - séné: très laxatif; combat vers intestinaux;

		<ul style="list-style-type: none"> - feuilles et gousse (administrées à jeun): nettoyer et stimuler le gros intestin; - feuilles: action très forte, peut causer des maux d'estomac;
CASTANEA SATIVA MILL.	Châtaignier commun	<p>PROPRIETES: très nutritif; énergétique; reminéralisant; tonique musculaire, nervin et veineux; antianémique; stomachique; antiseptique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - écorce: anti diarrhéique grâce à sa richesse en tanin; - feuilles: astringent remplaçant l'hamamélis; toux tenaces; <p>USAGE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - châtaigne mûre et bien cuite: aux asthéniques physiques et intellectuels, aux anémiques, enfants, vieillards, convalescents; sujets prédisposés aux varices et aux hémorroïdes; - en purée: pour dyspeptiques, convalescence, vieillards; - feuilles en infusion: toux tenaces; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - conservation: les verser au fur et à mesure de la récolte dans des bassines remplies d'eau froide: les y laisser 20 heures; les laisser égoutter à l'abri du soleil, puis les placer par lits dans du sable sec; - rupture des vaisseaux capillaires: laver les fruits et les faire bouillir dans de l'eau jusqu'à ce qu'ils soient cuits; boire aussi l'eau de cuisson tiède; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - le shampoing à base de feuilles et de peaux de châtaignes donne aux cheveux des reflets dorés; <p>ATTENTION: contre-indiquée aux diabétiques</p>
CATHARANTHUS roseus	Pervenche tropicale	<p>PROPRIETES: cytostatiques; contre diabète;</p> <p>USAGE INTERNE: maladie de Hodgkin; leucémies;</p> <p>1. Utilisation populaire: En médecine populaire, la pervenche de Madagascar est utilisée dans plusieurs pays comme antidiabétique. En fait, à Madagascar, au Surinam, en Guadeloupe, en Réunion et même au Sénégal, les décoctions aqueuses des feuilles, des racines ou des fleurs sont utilisées pour traiter le diabète. La décoction aqueuse des feuilles contre la diarrhée à raison de 2 à 3 verres par jour pour l'adulte. La plante est destinée, aux Antilles, à la lutte contre l'asthme, la fièvre et les spasmes.</p> <p>2. Utilisation par les guérisseurs Catharanthus roseus n'est pas bien connue des guérisseurs. Mais le Père DE LA PRADILLA prescrit l'infusion aqueuse de fleurs ou de feuilles pulvérisées contre la toux à raison d'une cuillerée à soupe 5 fois par jour chez l'adulte.</p> <p>Contre l'hypertension artérielle, la même préparation est indiquée à raison de 2 cuillerées à soupe 3 fois par jour.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - diabète: faire bouillir 30 g de feuilles dans 1 litre d'eau. Boire dans la journée; - hypertension: faire décocter 5 g de poudre de racines dans 150 ml d'eau pendant 10 mn. Filtrer et boire le matin à jeun. Surveiller la tension et suivre un régime sans sel; <p>PHARMACOLOGIE: Les propriétés antihelminthique, anti hypertensive, anti leucémique, antitussive, astringente et antimototique ont été démontrées expérimentalement.</p> <p>Clinique: Une spécialité antidiabétique à la base de la plante fut commercialisée en Afrique du Sud et en Angleterre sous les noms respectifs de "covinca" et "ving-g-lin".</p>
CEANOTHUS americanus	Céanothe d'Amérique	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - racines: astringent; antispasmodique; sédatif; asthme; bronchite; affections pulmonaires; - écorce en gargarismes: infections de la bouche; infections de la gorge; - écorce en poudre: appliquée sur plaies vénériennes;
CEDRUS ATLANTICA MANETTI	Cèdre du Liban	<p>PROPRIETES: huile essentielle de la variété Cèdre de l'Atlas: chasse la vermine; anxiété chronique; cystite; affections dermatologiques; affections des bronches;</p>
CEDRUS deodara	Cèdre déodar	<p>PROPRIETES: amer, piquant, antiseptique, diurétique; efficace contre la nervosité et comme expectorant; effet sur le corps chauffant et séchant; astringent et tonique: excellent remède contre peaux et cuirs chevelus gras et contre les pellicules; contre bronchites, infection urinaire, anxiété et tension nerveuse, cheveux gras, chute des</p>

		<p>cheveux, peau grasse, peau sensible; en friction sur les articulations et muscles douloureux; régule le cycle menstruel.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: ajouter 10 gouttes à 1 cuillère à soupe d'huile végétale et s'en frictionner la peau;</p> <p>ATTENTION: ne pas consommer en cas de grossesse, puisque le cèdre stimule le cycle menstruel et peut agir comme abortif.</p>
CEIBA pentandra	Ceiba	<p>PROPRIETES: - feuilles: coliques; - racine: lèpre; - écorce: émétique;</p>
CELTIS AUSTRALIS L.	Micocoulier de Provence	<p>POSOLOGIE INTERNE: - entérite des enfants: décoction de 30g de feuilles; bouillir 5mn; 4 tasses par jour; - glossite: décoction de 30g de feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - pharyngite: décoction de 40g de feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; en gargarismes;</p>
CENTAUREA CALCITRAPA L. *VAR. CALCITRAPA	Centaurée chausse trape	<p>PROPRIETES: plante: apéritif, vulnérable, fébrifuge; - racine et fruits: diurétique, gravelle; - suc de la plante: fièvres intermittentes, maladies des yeux; - fleurs et feuilles: tonique; fébrifuge</p> <p>USAGE INTERNE: fièvres intermittentes, fièvres de printemps et d'automne;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion ou décoction: 20 à 60g par litre d'eau; 3-5 tasses par jour; - suc de plante: 130 à 160g; - vin: faire macérer quelques jours 50-60g de sommités fleuries dans 1 litre de vin blanc; 60 à 100g par jour;</p> <p>- gastrectasie: infusion de 30g de fleurs et racine pendant 10mn; 3 tasses par jour; - gravelle: infusion de 20g de fleurs et racine pendant 15mn; 3 tasses par jour; - hydropisie abdominale ou ascite: infusion de 20g de fleurs et racine pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hypochole: infusion de 20g de fleurs et racines pendant 15mn; 3 tasses par jour; - lithiase biliaire: décoction de 50g de racine; bouillir 5mn; 1 tasse par jour à jeun; - lithiase salivaire: décoction de 50g de racine; bouillir 5mn; 1 tasse par jour à jeun;</p>
CENTAUREA COLLINA L. *subsp. collina	Centaurée des collines	<p>PROPRIETES: apéritif; tonique; dépuratif;</p> <p>USAGE INTERNE: rachitisme; affections hépatiques; dermatoses;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion d'1 poignée pour 1 litre d'eau; bouillir et infuser 10mn; 1 tasse avant les repas;</p> <p>- fistule: infusion de 30g de racine pendant 15mn; 3 tasses par jour; - flatulence: infusion de 20g de racine pendant 15mn; 3 tasses par jour; - gastrite: infusion de 30g de racine pendant 10mn; 3 tasses par jour; - gastrospasme: infusion de 30g de racine pendant 10mn; 3 tasses par jour; - hémophilie: infusion de 30g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour; - rhumatisme arthritique: infusion de 30g de racine pendant 16mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - hémorragie veineuse: décoction de 80g de racine; bouillir 15mn; en applications locales;</p>
CENTAUREA CYANUS L.	Bleuet des champs, Centaurée bleue	<p>PROPRIETES: - plante: diurétique, fébrifuge, piqûres de scorpion; - fleurs et feuilles: tonique; digestif; diurétique; dépuratif; antirhumatismal; fébrifuge; calmant; dyspepsie; hydropisie; pectoral; - graines: purgatif; antiseptique; stimulant; - fleurs ou feuilles en infusion: stimuler la digestion; soulager rhumatismes; - usage externe: anti-ophtalmique; maladies des yeux; léger astringent, adoucissant; tonique pour peau, cheveux; apaiser yeux fatigués; conjonctivites; inflammations; - en compresse: écorchures; ulcérations de la peau; - Astringent léger - Anti-inflammatoire; antibiotique in vitro (ces effets pourraient être dus aux</p>

		<p>polyines) - Diurétique (cet effet pourrait être dû aux flavonoïdes)</p> <p>USAGE INTERNE: rhumatisme; ascite; ictère;</p> <p>USAGE EXTERNE: fleur en collyre pour yeux; conjonctivite, blépharites, orgelets;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - antinévralgique: décoction de 15 à 25g de plante entière par litre d'eau; - antirhumatismal: décoction de 15 à 25g de plante entière par litre d'eau; ou 25g de plante entière macérée dans 1 litre de bière; - colique intestinale: infusion de 20 g de racine pendant 15 mn; 3 tasses par jour; - constipation: infusion de 30 g de racine pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - diurétique: 1 pincée de fleurs séchées dans les crudités; - douleur, antinévralgique: décoction de 15 à 25g de plante entière par litre d'eau; - dyspepsie: infusion de plante coupée: 2 pincées par tasse (ou 40g par litre d'eau); infuser 10mn, 3 tasses par jour, entre ou avant les repas; - érysipèle: infusion de 60g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour; - hydropisie: infusion de plante coupée: 2 pincées par tasse (ou 40g par litre d'eau); infuser 10mn, 3 tasses par jour, entre ou avant les repas; - hypertension artérielle: infuser 50g de fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - ictère: 4g de graines dans un peu de miel; - pectoral: infusion de plante coupée: 2 pincées par tasse (ou 40g par litre d'eau); infuser 10mn, 3 tasses par jour, entre ou avant les repas; - pharyngite: infusion de 60g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour. Aussi en gargarismes; - purgatif: 2g de graines dans un peu de miel; - rhumatisme, antirhumatismal: décoction de 15 à 25g de plante entière par litre d'eau; ou 25g de plante entière macérée dans 1 litre de bière; - trachéo-bronchite: infusion de 60g de fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel; - vision: fortifiant: infusion de 60g de fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour. Utiliser aussi en applications locales;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - blépharite: infusion de 100 g de fleurs pendant 15 mn; en bains; - conjonctivite: 1 cuillerée à dessert pour 1 tasse; bouillir 5mn; en lavages et bains d'yeux; ou chaque jour: 2-3 g de fleurs séchées dans 100 ml d'eau froide; chauffer à feu doux jusqu'à ébullition; infuser 10 mn, filtrer: compresses tièdes; - érythème solaire: infusion de 60g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour. Infusion de 100g de fleurs pendant 25mn; en applications locales; - ophtalmie: infusion de 100g de fleurs pendant 30mn en applications locales; - pharyngite: infusion de 60g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour. Aussi en gargarismes; - vision: fortifiant: infusion de 60g de fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour. Utiliser aussi en applications locales;</p> <p>- ou même usage avec de l'eau distillée de bleuet;</p> <p>Usage vétérinaire: ophtalmologie</p>
CENTAUREA JACEA L.	Centaurée jacée	<p>PROPRIETES: - plante: rachitisme, fièvres intermittentes; - tige souterraine et racines: stomachique, diurétique</p>
CENTAUREA MELITENSIS L.	Centaurée de Malte	<p>PROPRIETES: - plante: amer, digestif, diurétique</p>
CENTAUREA MONTANA L. *SUBSP. MONTANA GUGLER	Centaurée des montagnes	<p>PROPRIETES: - plante: diurétique, fébrifuge</p>
CENTAUREA SOLSTITIALIS L. *subsp. solstitialis	Centaurée du solstice	<p>PROPRIETES: - fleurs: fébrifuge; - racine: stomachique</p>
CENTAURIUM erythraea Rafn *subsp. erythraea *var. erythraea, CENTAURIUM UMBELLATUM GILIB.	Centaurée	<p>PROPRIETES: La plante doit à son amertume le nom très ancien de " fiel de terre ", à ses vertus ceux d' " herbe à la fièvre " et de " quinquina français ". C'est une tonique apéritive. Elle a aussi des propriétés fébrifuges. âcre, amer, vulnéraire, antiseptique, dysenterie, gangrène, fièvres intermittentes, tonique; apéritif; digestif; sédatif du tube digestif; carminatif; stimulant du pancréas; fébrifuge (comparable au quinquina); cholérétique; vermifuge;</p>

		<p>- sommités fleuries en décoction ou en infusion dans l'eau ou dans le vin constituent un remède qui, pris à jeun, avant les repas, facilite la digestion.</p> <p>- Stimulant de la sécrétion gastrique</p> <p>USAGE INTERNE: inappétence; faiblesse générale, anémie, convalescences; paresse digestive; congestion hépatique; dyspepsies douloureuses (flatulences); affections fébriles (fièvres du printemps, de l'automne), goutte; dermatoses eczématiformes; parasites intestinaux;</p> <p>USAGE EXTERNE: plaies atones, chute des cheveux;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion: 1 poignée pour 1 litre d'eau; bouillir et infuser 10mn; sucrer au miel; 3 tasses par jour avant les repas;</p> <p>- acholie: sommités fleuries de juillet en infusion, 2 g par ½ litre d'eau; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- anorexie persistante: infusion de 30g de racine pendant 16mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- aphonie: asthme; bothriocéphales; flatulence; hépatomégalie; hydropisie abdominale ou ascite; hypochole;</p> <p>- apéritif: infusé (10g/litre; infusion de 15 min): 200 ml avant chaque repas;</p> <p>- asthme: infusion de 20 g de racine pendant 15mn; sucrer avec du miel; 3 tasses par jour, tiède, loin des repas</p> <p>- acholie: sommités fleuries de juillet en infusion, 2g par ½ litre d'eau; 2-3tasses par jour;</p> <p>- aérocolie: infusion de 10-20g de sommités fleuries; infuser 15mn; 1 tasse après les repas principaux;</p> <p>- anémie: 60g de petite centaurée dans 1 litre de vin; macérer 8 jours; passer et filtrer; tenir bouché au frais; 1 verre à Bordeaux avant chaque repas;</p> <p>- aphonie: infusion de 10-20g de sommités fleuries pendant 16mn; 1 tasse après les principaux repas;</p> <p>- chlorose: 60g de petite centaurée dans 1 litre de vin; macérer 8 jours; passer et filtrer; tenir bouché au frais; 1 verre à Bordeaux avant chaque repas;</p> <p>- convalescence traînante: 60g de petite centaurée dans 1 litre de vin; macérer 8 jours; passer et filtrer; tenir bouché au frais; 1 verre à Bordeaux avant chaque repas;</p> <p>- digestif: infusé (10g/litre; infusion de 15 min): 200 ml avant chaque repas;</p> <p>- fébrifuge, fièvre: infusé (10g/litre; infusion de 15 min): 200 ml avant chaque repas;</p> <p>- flatulence: infusion de 20g de sommités fleuries pendant 15mn; 1 tasses après les repas;</p> <p>- hépatomégalie: infusion de 20g de sommités fleuries pendant 15mn; 1 tasse après les repas;</p> <p>- hydropisie abdominale ou ascite: faire macérer 8 jours dans 1 litre de vin blanc sec, 35g de sommités fleuries puis filtrer; 1 verre ½ heure après les principaux repas;</p> <p>- hypochole: infusion de 15g de sommités fleuries pendant 15mn; 1 tasse après les repas;</p> <p>CONTRE-INDICATION: en cas d'hyperchlorhydrie; Ne pas dépasser les doses prescrites: de fortes doses provoquent l'apparition de vomissements et autres troubles digestifs</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- brûlures: décoction de 100 g de racine; bouillir 20 mn; en applications froides locales;</p> <p>- chute des cheveux: décoction de 2 poignées par litre d'eau; bouillir 10mn; en lotions, compresses;</p> <p>- plaie atone: décoction de 2 poignées par litre d'eau; bouillir 10mn; en lotions, compresses;</p> <p>- ulcère de jambe: décoction de 2 poignées par litre d'eau; bouillir 10mn; en lotions, compresses;</p>
CENTAURIUM PULCHELLUM (SWARTZ) DRUCE *SUBSP. PULCHELLUM	Erythrée délicate	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: âcre, amer, tonique, stimulant, fébrifuge</p>
CENTAURIUM SPICATUM (L.) FRITSCH	Erythrée en épi	<p>PROPRIETES: fébrifuge, vulnéraire</p>
CENTAURIUM tenuiflorum	Erythrée à feuilles	<p>PROPRIETES:</p>

(Hoffmanns. & Link) Fritsch *subsp. tenuiflorum	étroites	- plante: amer, fébrifuge, vermifuge
CENTELLA asiatica	hydrocotyle	<p>PROPRIETES: amer, stimulant, rafraîchissant, humidifiant; neutralise l'acidité du sang et peut faire baisser la température corporelle; agit comme excitant, diurétique, tonique reconstituant; pour la pousse des cheveux, traitement des calvities; stimule le système nerveux central; participe à l'élimination des liquides organiques, raffermis les tissus, combat la fatigue et les états dépressifs, stimule l'appétit sexuel; contre rhumatismes, maladies du sang, troubles psychiques, hypertension, irritation de la gorge, angine, cystite, maladies vénériennes, insomnie, stress;</p> <p>Aux Indes et à Madagascar, l'infusion aqueuse de feuilles est utilisée pour soigner la lèpre et les autres maladies de la peau.</p> <p>La plante est aussi utilisée comme diurétique et hypnotique dans les maladies mentales.</p> <p>Bien que douée de propriétés pharmacologiques reconnues et présente au Sénégal, la plante est peu connue des populations et guérisseurs sénégalais.</p> <p>Traite les maladies de peau comme la lèpre. En Inde on l'utilise comme tonique (concentration mémoire), contre les fièvres, l'asthme, les douleurs abdominales, les bronchites, la dysenterie. En occident il traite les blessures et soigne les rhumatismes et les troubles de la circulation veineuse. Elle est aphrodisiaque par le fait qu'elle amplifie la stimulation sexuelle.</p> <p>USAGE INTERNE: en infusion (verser 2 tasses d'eau bouillante sur 1 cuillère à café d'herbe, laisser reposer 10 mn, boire 2 tasses par jour avec citron ou miel): stimule le système circulatoire des jambes et agit contre les varices; aussi soporifique efficace contre les insomnies;</p> <p>USAGE EXTERNE: - cheveux, tonifier à la fois les cheveux et le cuir chevelu: un shampooing à l'hydrocotyle; - plaie: prendre 20 feuilles, les laver et extraire le jus en pressant et appliquer directement sur les plaies plusieurs fois par jour; - psoriasis: en compresse d'infusion sur 1 ou 2-3 cuillères à café d'herbe pour soulager;</p> <p>ASSOCIATION: bois de santal, citron.</p> <p>PHARMACOLOGIE: Lefournier a montré que l'extrait de Centella asiatica guérissait les ulcères gastriques. Aziz a trouvé que les lésions intestinales de la bilharziose régressent dans 75 % des cas d'utilisation de Centella. L'activité sédatrice et antidépressive a été prouvée.</p> <p>Clinique: Des comprimés dosés à 10 mg de l'extrait de la plante se sont révélés efficaces sur la cicatrisation des ulcères de jambes chez 50 malades. De bons résultats ont été obtenus dans le traitement de la cellulite et des hépatopathies chroniques par l'extrait de la plante. Les infusés de la plante se sont montrés stimulants de l'appétit des malades.</p>
CENTRANTHUS RUBER (L.) DC. *subsp. ruber	Centranthe rouge	<p>PROPRIETES: rééquilibrant nerveux;</p> <p>- feuilles: antiscorbutique</p>
CERATONIA SILIQUA L.	Caroubier	<p>PROPRIETES:</p> <p>- Caroube (c'est l'ancien siliquae dulces): astringent; pectoral; anti catarrhal;</p> <p>- gomme de caroube: adoucit la peau; diarrhées;</p> <p>- écorce: astringent;</p> <p>- feuilles: astringent;</p> <p>USAGE INTERNE: diarrhées; entérites infantiles; tuberculose pulmonaire;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: décoction aqueuse de farine de caroube;</p> <p>- dysenterie: infusion de 100g de fruit pendant 50mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- gastrosuccorrhée: infusion de 100g de fruit pendant 1 heure; 3 tasses par jour;</p> <p>- hyperacidité gastrique: infusion de 100g de fruit pendant 60mn; 3 tasses par jour;</p>
CEREUS grandiflorus	cactus	<p>PROPRIETES: tonicardiaque; antispasmodique des fibres musculaires circulaires; sédatif;</p> <p>USAGE INTERNE: angine de poitrine; toutes affections cardiaques (malformations cardiaques, décompensations); emphysème; hémoptysie; ménorragies et dysménorrhées; hémorragies en général;</p>

		<p>POSOLOGIE INTERNE: teinture mère: 10 gouttes, 3 à 5 fois par jour, sur 1 morceau de sucre;</p>
CERINTHE MAJOR L. *subsp. MAJOR	Mélinet majeur	<p>PROPRIETES: maladies des yeux</p>
CERINTHE MINOR L. *subsp. MINOR	Mélinet à petites fleurs	<p>PROPRIETES: maladies des yeux</p>
CERVARIA rivini Gaertn., PEUCEDANUM CERVARIA (L.) LAPEYR.	Peucedan herbe aux cerfs.	<p>PROPRIETES: - racine: âcre, aromatique. - plante: stomachique, hydropisie, arthritisme</p>
CETERACH officinarium	Cétérach officinal	<p>PROPRIETES: maladies de poitrine, maladies de la vessie, vermifuge</p>
CHASMANTHERA palmata	Colombo	<p>PROPRIETES: tonique; digestif;</p> <p>USAGE INTERNE: convalescences; dyspepsies; vomissements de la grossesse;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - apéritif: infusion de 2 cuillerées à café pour 1 litre d'eau; 1 tasse avant les repas</p>
CHEIRANTHUS CHEIRI L.	Giroflée commune	<p>PROPRIETES: antispasmodique; tonicardiaque; diurétique; son emploi peut être dangereux;</p> <p>USAGE INTERNE: - fleurs: nervosisme; affections nerveuses; oliguries; - semences: diarrhées, dysenterie;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: infusion de 20-30g de fleurs par litre d'eau; 3-4 tasses par jour</p>
CHELIDONIUM MAJUS L. *VAR. MAJUS	Chélidoine	<p>PROPRIETES: antispasmodique (se rapproche par sa constitution chimique et son action physiologique de la papavérine); analgésique; diurétique; cholérétique; hypotenseur; coricide; vermifuge; purgatif; - parties aériennes fraîches, toxiques, stimulant diurétique du foie, de la vésicule biliaire ou digestives; jaunisse; gonflements dus aux rhumatismes; - sève orangée: caustique; purgatif; sur verrues; sur cors; sur teigne; Sanguinarine: Antitumoral, antimittotique; Bactéricide; Anticholine stérasique; Spasmolytique; Analgésique; Chélidonine: Cholérétique, spasmolytique; Antimitotique; Dépresseur du système nerveux central, hypnotique, analgésique; Chélérythrine: Bactéricide;</p> <p>USAGE INTERNE: angine de poitrine; hypertension; asthme; athérosclérose; troubles gastriques et duodénaux; hypertonie gastrique; affections hépatiques (hépatite aiguë ou chronique, ictère); insuffisance biliaire; lithiase biliaire; syphilis; parasites intestinaux; calme les douleurs du cancer gastrique (associé au houblon);</p> <p>USAGE EXTERNE: ophtalmie; dartres; adénites cervicales; verrues, papillomes; cors, durillons;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: infusion de 30g de tige pendant 25mn; 2-3 tasses par jour. Des doses trop fortes peuvent provoquer des intoxications; ou infusion de 15g de feuilles sèches pour 1 litre d'eau; infuser 10mn; 3 tasses par jour entre les repas;</p> <p>- cachexie: infusion de 30 g de racine pendant 30 mn; 3 tasses par jour; - dépuratif hépatique: infusion de 40g de racine pendant 25mn; 4 tasses par jour; - goutte: infusion de 25g de racine pendant 20mn; 2 tasses par jour. Des doses plus importantes provoquent des intoxications; - gravelle: infusion de 30g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hydropisie cardiaque: infusion de 40g de racine pendant 30mn; 3 tasses par jour; - hypertrophie du foie: infusion de 40g de racine pendant 20mn; 3-4 tasses par jour; - impuissance: infusion de 40g de racine pendant 20mn; 4 tasses par jour; - jaunisse: infusion de 40g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour. Intoxication en dépassant la dose; - rhumatisme articulaire subaigu: infusion de 20g de racine pendant 30mn; 3 tasses par jour;</p> <p>ATTENTION: Des doses trop fortes peuvent provoquer des intoxications; A dose trop forte, l'ingestion de la plante fraîche (et du latex) provoque somnolence, paralysie des terminaisons nerveuses sensibles et bradycardie; L'administration de la drogue à forte dose et de façon répétée comporte un risque de cancérogénèse dû principalement à la sanguinarine</p>

		<p>POSOLOGIE EXTERNE: - verrues, cors, durillons, dartres: application de suc fraîchement exprimé (latex) 3-4 fois par jour; protéger la peau saine;</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: - action sur le foie et le tube digestif, point de weihe des acupuncteurs (pour les individus maigres à robe pâle) - trouble hépatique (calculs biliaires, coliques hépatiques, hépatites, ictères par insuffisance hépatique avec selles jaunes d'or ou mastic pour le chien, diarrhées des jeunes carnivores)</p>
CHENOPODIUM ALBUM L. *subsp. album	Chénopode blanc	PROPRIETES: sédatif; rafraîchissant; diurétique
CHENOPODIUM AMBROSIOIDES L.	Ambrosie du Mexique, Herbe aux vers	<p>PROPRIETES: feuilles en infusion ou "thé des jésuites": tonique; stomachique; sudorifique; diurétique; antihelminthique; bronchite; asthme; stimule la lactation; Au Sénégal, cette plante est très mal connue: d'ailleurs c'est la raison pour laquelle la mention des noms vernaculaires sénégalais n'a pu être réalisée. Seuls quelques guérisseurs wolof et toucouleur affirment l'utiliser comme antidiabétique. Les feuilles et les sommités fleuries sont employées ailleurs à grande échelle comme vermifuge</p> <p>La plante entière, montée en graine, est indiquée en médecine traditionnelle comme stimulante, stomachique, vermifuge, insecticide, antiasthmatique, emménagogue, diurétique et sudorifique. A petite dose, la plante serait tonique et aromatique. En Afrique du Nord, l'infusé aqueux des feuilles est recommandé comme digestif, stimulant, stomachique et antiasthmatique.</p> <p>Aux Antilles, l'infusion de la plante entière dans de l'eau est indiquée dans le traitement des parasitoses intestinales, de l'indigestion, de la fatigue, des palpitations, de la dysenterie et de l'asthme. Aussi un cataplasme de feuilles fraîches soignerait les plaies.</p> <p>A la Réunion, la plante est utilisée comme vermifuge. Pour cela, écraser la plante pour extraire le jus qu'il faut mélanger à du sucre et absorber le tout en une seule fois le matin à jeun. On peut aussi battre dans l'huile. Il élimine ainsi les petits vers ronds qui démangent la nuit.</p> <p>La décoction aqueuse concentrée de la plante prise en bain est indiquée contre la gale alors que la jaunisse, il faut une infusion à boire 3 fois par jour avant le repas.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - aménorrhée atonique: infusion de 10g de sommités fleuries; infuser 20mn; 1-3 tasses par jour; - ascaris et ankylostomes: faire infuser 100 g de feuilles fraîches ou sommités fleuries dans 1/2 l d'eau; - hoquet: infusion de 10g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 2 tasses par jour; - plexalgie: infusion de 10g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 2 tasses par jour; - trachéite: infusion de 30g de fleurs et feuilles pendant 10mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>Contre-indication en cas d'inflammation des reins et des intestins: aménorrhée atonique, et les feuilles et les fleurs de Chenopodium ambrosioides sont contre indiquées aux femmes enceintes et aux nourrices ainsi qu'aux enfants de moins de trois ans.</p> <p>PHARMACOLOGIE: Selon le rapport du Tramil 2, les effets antibactériens sur le Pseudomonas aeruginosa et sur Staphylococcus aureus, antimalarique sur Plasmodium vivax, relaxant musculaire et respiratoire effectué sur l'animal se sont révélés actifs.</p> <p>Clinique: A la dose de 1,5 ml, Fernan-Nunez a trouvé que l'huile essentielle c'est à dire l'ascaridol est actif sur les helminthiases chez l'homme</p>
CHENOPODIUM BONUS- HENRICUS L.	Chénopode bon Henri	<p>PROPRIETES: émollient; vulnéraire; rafraîchissant; légèrement laxatif; - Contre-indication en cas de goutte, d'arthrite, de rhumatisme et de mauvais fonctionnement des reins;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - constipation: retard et difficulté dans l'évacuation des selles: infusion de 50g de plante entière fleurie pendant 25mn; 3 tasses par jour; - diarrhée: infusion de 60g de plante entière fleurie pendant 25mn; 2-3 tasses par jour; - trachéo-bronchite: infusion de 60g de plante entière fleurie pendant 25mn; 3</p>

		tasses par jour avec du citron et du miel; ATTENTION: contre-indication en cas de goutte, d'arthrite, de rhumatisme et de mauvais fonctionnement des reins; POSOLOGIE EXTERNE: - émollient et résolutif: en cataplasmes.
CHENOPODIUM BOTRYS L.	Chénopode botrys	POSOLOGIE INTERNE: strangurie; - sommités: pectorales, antihelminthiques, anti hystériques; - bronchite: infusion de 40 g de plante entière fleurie pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - hypo ménorrhée: infusion de 40g de plante entière fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas; - strangurie: infusion de 40g de plante entière fleurie pendant 18mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;
CHENOPODIUM MURALE L.	Chénopode des murs	PROPRIETES: antihelminthique
CHILIADENUS saxatilis (Lam.) Brullo, JASONIA GLUTINOSA (L.) DC.	Jasonie glutineuse	PROPRIETES: - plante: vulnérable, anti hystérique
CHIMAPHILA MACULATA (L.) PURSH	Chimaphile maculée	PROPRIETES: - feuilles: astringent; diaphorétique; diurétique USAGE INTERNE: - brûlures d'estomac: feuilles mâchées;
CHIMAPHILA UMBELLATA (L.) W.P.C. Barton	Chimaphile en ombelle	PROPRIETES: - plante: diurétique; - racines: maux de dents, émétique, antirhumatismal, antiarthritique, antiscrofuleux, phtisie; - feuilles: astringent; diaphorétique; diurétique; USAGE INTERNE: - brûlures d'estomac: feuilles mâchées; - glossite: infusion de 80g de feuilles pendant 30mn; en bains de bouche;
CHIONANTHUS virginicus	Arbre de neige	PROPRIETES: - écorce des racines: maladies du foie; maladies de la vésicule biliaire; favorise écoulement de la bile; stimule l'appétit; stimule la production de sucs gastriques; stimule les fonctions du foie; stimule la miction; léger laxatif, tonique rendant les forces après une longue maladie, surtout hépatique;
CHONDODENDRON platyphyllum	Paireira brava	VOIR CHONDRODENDRON tomentosum
CHONDODENDRON tomentosum	Vigne sauvage	PROPRIETES: antispasmodique; antalgique; USAGE INTERNE: coliques hépatiques et néphrétiques; angine de poitrine; asthme; règles douloureuses; accouchements; cystites prostatiques; douleurs rhumatismales
CHONDRILLA JUNCEA L	Chondrille à tige de jonc	PROPRIETES: - plante: apéritif
CHROZOPHORA TINCTORIA (L.) A. JUSS.	Croton des teinturiers	PROPRIETES: - plante entière et graines: émétique; purgatif, drastique; - graines: purgatif
CHRYSANTHEMUM CINERARIAEFOLIUM (TREV.) VISIANI	Pyrèthre	PROPRIETES: - fleurs: insecticide; - usage interne: vermifuge; - usage externe: parasiticide (poux, punaises); USAGE INTERNE: ascaris; tænia; trichocéphales; ankylostomes; lambliaise; oxyures; USAGE EXTERNE: pédiculose; gale
CHRYSOSPENIUM ALTERNIFOLIUM L.	Dorine à feuilles alternes	PROPRIETES: - plante: résolutif, expectorant, diurétique
CHRYSOSPENIUM OPPOSITIFOLIUM L.	Dorine à feuilles opposées	PROPRIETES: - plante: résolutif, expectorant, diurétique
CICER ARIETINUM L.	Pois chiche	PROPRIETES: énergétique; diurétique, éliminateur de l'acide urique et des

		<p>chlorures; antiseptique urinaire; stomachique; vermifuge; - farine graines: cataplasmes: résolutif.</p> <p>USAGE INTERNE: travaux de force, asthénies; oligurie; lithiase urinaire; insuffisance digestive; parasites intestinaux;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - engorgement du pancréas: mettre 30g de graines torréfiées et moulues dans 1 sac de toile et les plonger dans ½ litre d'eau bouillante, jusqu'à ce que celle-ci devienne tiède; ajouter du lait et en boire la moitié le matin et la moitié de soir; - engorgement de la rate: réduire en purée les graines et en manger 1-2 fois par jour pendant 1 semaine; - jaunisse: décoction de 200g de graines; bouillir 3-4 heures; 3-4 tasses par jour. A consommer aussi en purée; - oxyures: décoction de 60g de graines; bouillir 25mn; 3 tasses par jour; - pancréas, engorgement du pancréas: mettre 30g de graines torréfiées et moulues dans 1 sac de toile et les plonger dans ½ litre d'eau bouillante, jusqu'à ce que celle-ci devienne tiède; ajouter du lait et en boire la moitié le matin et la moitié de soir; - rate, engorgement de la rate: réduire en purée les graines et en manger 1-2 fois par jour pendant 1 semaine; - sédatif: consommer les graines en purée;</p>
<p>CICHORIUM INTYBUS L. *subsp. intybus</p>	<p>Chicorée commune</p>	<p>PROPRIETES: tonique général; amer; reminéralisant; antianémique; très apéritif; fébrifuge; maladies de foie; jaunisse; scorbut; hypocondrie; catarrhe; hystérie; stomachique; dépuratif (facilite la digestion); cholérétique (améliore le flux biliaire: feuille) et cholagogue; diurétique (feuille); laxatif léger (feuille); vermifuge; fébrifuge;</p> <p>- feuilles en cataplasme: inflammations; - racine: tonique; diurétique; - le "sirop de chicorée composée" que l'on obtient en mélangeant de la racine de chicorée à celle de Rhubarbe: purgatif léger pour les enfants; Elle contient de la vitamine K, de la vitamine C, du fer. Et une essence amère précieuse. - Elle aide la digestion, grâce à son essence amère qui favorise la sécrétion des sucs de l'estomac. - Elle est l'amie du foie grâce à sa vitamine K, qui stimule la vésicule biliaire. - Elle chasse les boutons, toujours par sa vitamine K qui purifie l'organisme. - Elle est l'alliée des diabétiques, car elle fait baisser le taux du sucre dans le sang. - Grillée, et ajoutée au café, la chicorée sauvage le rend moins toxique. - Crue, en vinaigrette. La scarole, la salade frisée, la barbe-de-capucine que l'on trouve sur les marchés, ne sont pas autre chose, ne l'oublions pas, que des variétés de chicorée;</p> <p>USAGE INTERNE: anorexie; asthénies; anémie; insuffisance biliaire, hépatisme, ictère, coliques hépatiques; congestions hépatique et de la rate; atonie gastrique et digestive; dermatoses; goutte, gravelle, arthritisme, lithiases; infections urinaires; hydropisie; constipation; paludisme;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - feuilles en salade, seules ou mélangées à d'autres moins amères. - décoction de racine du début d'automne: 15 à 30g pour 1 litre d'eau; bouillir 5 minutes; infuser 15 minutes: 1 tasse avant les repas; - suc: 50 à 250g par jour; - extrait: 1 à 5g par jour en pilules; - Infusion de feuilles, 30 g/l, 1 tasse avant le repas ou 2 tasses le matin (constipation) (J.Valnet) - Décoction de racine, 15 à 30 g/l, bouillir 5 min, infuser 15 min, 1 tasse avant les repas (J.Valnet)</p> <p>- acholie: racine du début d'automne en décoction, 50g pour 1 litre d'eau, bouillir 8 à 10mn; 3-4 tasses par jour; - anorexie: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour; - cholagogue: décoction de 40-50 g de racine; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour; - colique hépatique: décoction de 40 g de racine; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour; - constipation: infusion de feuilles: 30g de feuilles fraîches par litre d'eau: 1 tasse avant les repas ou 2 tasses le matin; - eczéma: 10g de feuilles dans 1l d'eau froide; faire chauffer jusqu'à l'ébullition, éteindre et laisser infuser 10mn avant de filtrer; boire tout au long de la journée; - entérite: faire cuire les feuilles et les consommer avec de l'huile de maïs, du jus de citron et peu salées; décoction de 60g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - gastro-entérite: décoction de 60g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; en consommer aussi en salade;</p>

		<p>- hépatique: infusion recommandée aux hépatiques: racine séchée et torréfiée en guise de café: 1 tasse matin et soir de l'infusion à 50g pour 1 litre d'eau;</p> <p>- hypocondrie: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- hypoglycémiant: décoction de 60g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- jaunisse: décoction de 60g de plante entière; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- laxatif léger: racine séchée et torréfiée en guise de café: 1 tasse matin et soir de l'infusion à 50g pour 1 litre d'eau;</p> <p>- lipémie: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- lithiase vésicale: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- mauvaise humeur: dans 2 litres de gaillac blanc, mélanger 400g de sucre complet, 50g de racine de chicorée concassée, la peau de 4 oranges non traitées et 1 bâton de cannelle; laisser macérer 4 jours en remuant avec une cuillère en bois, 3 fois par jour; passer le 5^e jour et mettre en bouteilles; à conserver au réfrigérateur;</p> <p>- minéralisant: consommer les feuilles en salade;</p> <p>- obésité: décoction de 60g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;</p> <p>- rafraîchissant: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- tonique des nerfs: décoction de 60g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>- tonique intestinal: racine séchée et torréfiée en guise de café: 1 tasse matin et soir de l'infusion à 50g pour 1 litre d'eau;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <p>- contre les coliques du bovins</p> <p>- pour son action galactogène chez la vache</p> <p>- pour favoriser la mue du canaris: dans l'alimentation 100g de chicorée, 400g de grau d'avoine, 200g de chènevis, 100g de laitue blanche, 100g de graines de lin, 50g de graines de Niger, 50g d'oreillette</p>
CICUTA VIROSA L.	Ciguë vireuse, Cicutaire aquatique	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: douleurs rhumatismales, résolutif;</p> <p>- feuilles cuites dans du lait et appliquées: goutte, rhumatisme;</p> <p>USAGE EXTERNE: douleurs rhumatismales; cataplasmes sédatifs</p>
CIMIFUGA racemosa	Actée à grappes	<p>PROPRIETES: modérateur réflexe du système nerveux (avec action dépressive sur la respiration et la circulation); antispasmodique vasculaire; antiasthmatique; diurétique; sédatif; anti-inflammatoire; crampes menstruelles; rhumatismes; maux de tête; toux; asthme;</p> <p>USAGE INTERNE: accouchement; névralgies; bourdonnements d'oreilles; céphalées; hypertension; spasmes douloureux des règles; crampes musculaires aggravées par les règles;</p>
CINCHONA calisaya	Quinquina jaune	<p>PROPRIETES: tonique; digestif; fébrifuge; anti-infectieux; antiparasitaire; cicatrisant externe;</p> <p>USAGE INTERNE: anémies; fatigue générale, convalescences; affections fébriles, paludisme; infections; tuberculose; diabète;</p> <p>USAGE EXTERNE: escarres, plaies atones;</p>
CINCHONA officinalis	Quinquina gris	<p>PROPRIETES: tonique; digestif; fébrifuge; anti-infectieux; antiparasitaire; cicatrisant externe;</p> <p>USAGE INTERNE: anémies; fatigue générale, convalescences; affections fébriles, paludisme; infections; tuberculose; diabète;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- macération de 20g d'écorce par litre d'eau, pendant 1 heure; 1 verre à Bordeaux 1/2 heure avant les repas;</p> <p>- anémie: 60g de quinquina gris en poudre avec 100 cc d'alcool: laisser macérer 4 jours; verser la macération dans 1 bon litre de vin; laisser macérer à nouveau 1 semaine; filtrer; sucrer pour l'usage; 1 verre à Bordeaux avant le repas de midi;</p> <p>USAGE EXTERNE: escarres, plaies atones;</p>
CINCHONA succirubra Pavon	Quinquina rouge	<p>PROPRIETES:</p> <p>- Tonique amer stimulant l'appétit et les sécrétions digestives en général</p> <p>- Fébrifuge et spécifiquement antipaludéen</p> <p>- La quinine est schizonticide par mécanisme de toxicité cellulaire</p> <p>- La quinidine est anti-arythmique</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - Un des polysaccharides de l'écorce est cytotoxique - A forte dose, provoque thrombocytopénie <p>La quinine a été isolée pour la première fois en 1820 par Pelletier et Caventou C'est à partir du Quinquina (China) que Hahnemann a décrit les principes de l'homéopathie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fièvres et états grippaux - Inappétence et troubles digestifs - Asthénies - En gargarismes dans les maux de gorge <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - tonique: macération de 20g d'écorce pour 1 litre d'eau pendant 1 heure; 1 verre à Bordeaux avant les repas; <p>Risques: la surconsommation provoque le "quinisme", pouvant aller jusqu'à un coma mortel Interdit pendant la grossesse; Hypersensibilité aux alcaloïdes du Quinquina;</p>
CINNAMOMUM camphora (L.) J. Presl.	Camphrier	<p>PROPRIETES: piquant, aigre, chauffant, humidifiant, expectorant, décongestionnant, bronchodilatateur, éclaircit les idées et soulage les céphalées; apaise les douleurs articulaires et musculaires; agit sur le système nerveux et les tissus et sur le système respiratoire; contre bronchite, asthme, toux, arthrite, rhumatisme, goutte; soulage congestions nasales et sinusite; huile: analgésique; antiseptique;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - bronchite: une demi casserole en émail d'eau frémissante avec 7 gouttes d'huile de camphre: inhalation profonde des vapeurs pendant quelques minutes, la tête recouverte d'un torchon; cesser immédiatement en cas de vertiges ou si la vapeur est trop chaude; - rhume: une demi casserole en émail d'eau frémissante avec 7 gouttes d'huile de camphre: inhalation profonde des vapeurs pendant quelques minutes, la tête recouverte d'un torchon; cesser immédiatement en cas de vertiges ou si la vapeur est trop chaude; <p>POSOLOGIE EXTERNE: huile de camphre: frictions de la poitrine et des muscles; onguent pour les lèvres;</p> <ul style="list-style-type: none"> - circulation, activer la circulation: huile de camphre en inhalation; - sang, active la circulation: huile de camphre en inhalation; <p>ATTENTION: n'utiliser le camphre qu'à petite dose;</p> <p>ASSOCIATION: romarin, eucalyptus, genévrier</p>
CINNAMOMUM zeylanicum B.	Canelle de Ceylan	<p>PROPRIETES: antiseptique; antibactérien; antifongique; diaphorétique; parasiticide; aphrodisiaque; analgésique; diurétique; antispasmodique; astringent piquant et sucré; tonique; stimulant;</p> <ul style="list-style-type: none"> - huile des feuilles: antiseptique; tonique; échauffante; combat nausée; combat hypertension; contre les troubles respiratoires liés au rhume, la sinusite, la bronchite; soulage la dyspepsie, infections intestinales et parasitaires; stimule la circulation, aide à combattre l'anémie; traitement de la gale et des poux; - Stimulant digestif -L'Huile Essentielle est antibactérienne et antifongique (par eugénol) -Astringent, tonique, stimule l'appétit (tanins) - Digestion difficile, colite - Troubles digestifs: ballonnements épigastrique, lenteur à la digestion, éructation, flatulence, spasme gastro-intestinaux <p>USAGE EXTERNE: pour traiter écorchures et coupures mineures;</p> <p>USAGE INTERNE: maladies atoniques de l'estomac et de l'intestin;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - antiseptique: décoction de l'écorce dans du vin; - antispasmodique: décoction de l'écorce dans du vin; - estomac, maladies atoniques de l'estomac: utiliser l'écorce en poudre comme additif alimentaire; - coryza: dans aliments ou boissons; - grippe: prendre 1 bouteille de côtes du Rhône; ajouter 15g de cannelle, 5

		<p>morceaux de sucre et quelques zestes de citron; boire la valeur d'1/2 bouteille dans la journée répartie en 4 prises; et cela pendant 3 jours;</p> <ul style="list-style-type: none"> - intestin, maladies atoniques de l'intestin: utiliser l'écorce en poudre comme additif alimentaire; - coryza: dans aliments ou boissons; - stimulant: décoction de l'écorce dans du vin; - tonique: décoction de l'écorce dans du vin; <p>- ATTENTION: les huiles, potentiellement abortives, doivent être évitées durant la grossesse; aggrave les saignements, peut irriter la peau et provoque à haute dose des convulsions; l'huile d'écorce de cannelle peut provoquer des irritations cutanées: urticaire, oedème de la face et des lèvres;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - coupure: laver, bien éponger, puis saupoudrer légèrement de cannelle en poudre avant de panser ou bander; - écorchure: laver, bien éponger, puis saupoudrer légèrement de cannelle en poudre avant de panser ou bander; - névralgies dentaires: boule de coton imbibée d'huile appliquée sur les régions sensibles; <p>ASSOCIATION: cardamome, orange, noix de muscade, réglisse</p>
CIRSIUM ACARNA (L.) MOENCH	Cirse acarne	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - racine: maux de dents, maladies d'estomac; - Fruits: convulsions des enfants
CIRSIUM ARVENSE (L.) SCOP. *var. arvense	Chardon des champs	<p>PROPRIETES: plante: apéritif, fébrifuge, résolutif;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - prurit d'origine hépatique: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - flatulence: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
CIRSIUM CARNIOLICUM SCOP. *SUBSP. RUFESCENS (Ramond ex DC.) P.Fourn.	Cirse roussâtre	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: fébrifuge
CIRSIUM ERIOPHORUM (L.) SCOP. *SUBSP. ERIOPHORUM *VAR. ERIOPHORUM	Chardon aux ânes	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: apéritif, diurétique, maladies de la peau
CIRSIUM FEROX (L.) DC	Cirse féroce	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: fébrifuge
CIRSIUM PALUSTRE (L.) SCOP.	Cirse des marais	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: fébrifuge
CIRSIUM SPINOSISSIMUM (L.) SCOP. *subsp. spinosissimum	Cirse très épineux	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: fébrifuge
CIRSIUM tuberosum (L.) All.	Cirse bulbeux	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: fébrifuge
CISTUS SALVIIFOLIUS L.	Ciste à feuilles de sauge	<p>PROPRIETES: dysenterie</p>
CITRULLUS COLOCYNTHIS SCHRAD.	Coloquinte	<p>PROPRIETES: purgatif violent;</p> <p>USAGE INTERNE: dérivatifs dans: états congestifs; goutte; urémie; asystolie; cirrhose; ascite;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - purgation: vin: laisser macérer pendant 1 semaine 5g de coloquinte dans 150g de madère; 1 cuillerée à soupe toutes les heures jusqu'à purgation; <p>-CONTRE-INDICATIONS: spasmes intestinaux; entérites; congestion pelvienne; hémorroïdes; colibacillose</p>
CITRULLUS lanatus (Thunb.) Matsum. & Nakai, CITRULLUS VULGARIS SCHRAD.	Pastèque	<p>PROPRIETES: dépuratif;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: à consommer au début du repas; ténifuge;</p>

<p>CITRUS AURANTIUM L. *SUBSP. AURANTIUM</p>	<p>Oranger doux</p>	<p>PROPRIETES: - écorce du fruit: stomachique; - feuilles en infusion: calmant, antispasmodique; - graines: diurétique</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - hoquet: 10g d'écorce d'oranger doux dans ½ litre d'eau bouillante; infuser 10mn, filtrer; boire une petite tasse tous les ¼ d'heure; - intoxication: en cas de forte intoxication, 3 jours de régime exclusivement à base d'oranges suffisent pour enrayer le mal; - sédatif: infusion de 20-30g de fleurs pendant 20mn; 2 tasses par jour;</p>
<p>CITRUS AURANTIUM L. *SUBSP. BIGARADIA LOISEL.</p>	<p>Bigaradier</p>	<p>PROPRIETES: très nutritif, antiscorbutique: carences vitaminiques; apéritif; reminéralisant: aide à la fixation des minéraux; tonique musculaire et nerveux; anti-infectieux; renforce les défenses naturelles; détoxiquant; rafraîchissant; digestif; antispasmodique; stomachique; sudorifique; tonique; vermifuge; protecteur vasculaire; antihémorragique et fluidifiant sanguin; diurétique; laxatif; rajeunissant cellulaire et des téguments; l'écorce fébrifuge; sédatif; hypnotique léger; calmant; nervosité; diminue l'amplitude des contractions cardiaques; neurasthénie; insomnie;</p> <p>USAGE INTERNE: croissance, convalescence, vieillissement; anémie; anorexie; déminéralisation, scorbut; asthénie physique, psychique et intellectuelle; hépatisme; dyspepsie, flatulences; fragilité capillaire; pyrexies, paludisme; intoxications; nervosisme; palpitations; aérophagie; maladies nerveuses; insomnies; épilepsie; recommandé aux diabétiques (100g d'oranges pelées contiennent moins d'éléments glyco-géniques que 10g de pain); thrombose, hyper viscosité sanguine et syndromes accompagnateurs: vertiges, engourdissement des membres, algies précordiales; infections diverses, prévention et traitement des maladies contagieuses; stomatites, gingivites; dermatoses, eczémas; migraines; toux nerveuses; agitation nocturne; convulsions; dilatation des veines;</p> <p>USAGE EXTERNE: entretien de la peau et des muqueuses: prévention des rides;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: le fruit; le jus frais; gelées et marmelades; écorce; - infusion de 1 cuillerée à soupe de fleurs pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour; - infusion de 10-20g de feuilles par litre d'eau, ou 3-4 feuilles par tasse d'eau bouillante; infuser 15mn; 2-3 tasses par jour; - 1 cuillerée à café de fleur d'oranger par tasse; - poudre de feuilles: 2-4g trois ou quatre fois par jour;</p> <p>- acidité gastrique: 1 cuillerée d'écorce coupée dans 1 tasse d'eau; bouillir; infuser 20mn; 1 tasse avant les repas. - agitation: poudre de feuilles: 2-4g trois ou quatre fois par jour; - anémie: infusion de 30g d'écorce de fruits et de feuilles; infuser 20mn; 2-3 tasses par jour; - apéritif: 1 cuillerée d'écorce coupée dans 1 tasse d'eau; bouillir; infuser 20mn; 1 tasse avant les repas. - asthénie psychique: infusion de 40g de fleurs et feuilles pendant 18mn; 3 tasses par jour; - céphalée due à une dyspepsie: infusion de 40 g de fleurs pendant 20 mn; 2 tasses par jour; - céphalée due à la neurasthénie: infusion de 40 g de fleurs pendant 15 mn; 3 tasses par jour; - convulsions: infusion de 40 g de fleurs pendant 20 mn; 2-3 tasses par jour; - dilatation des veines: 150-200 g de jus d'orange, le matin; - excitation nerveuse: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - hypotonie digestive: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. Faire macérer 8 jours dans 1 litre de vin cuit, 100g d'écorce en poudre; 3 verres par jour; - hystérie: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - insomnie, insomnie nerveuse: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 1 tasse avant le coucher; - insomnie des alcooliques: faire macérer pendant 8 jours, dans 1 litre de vin cuit, 150g de poudre d'écorce, puis filtrer; boire 2 verres par jour dont 1 avant le coucher; - intoxication due au tabac: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 2 tasses par jour; - malaise général: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - migraine: fleurs ou feuilles, infusion de 10g pour ½ litre pendant 20 mn; 3 tasses</p>

		<p>par jour;</p> <ul style="list-style-type: none"> - palpitations: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - tabagisme: infusion de 20g de feuilles pendant 20mn; 1 tasses le soir avant le coucher avec du miel; - tonique gastrique: 1 cuillerée d'écorce coupée dans 1 tasse d'eau; bouillir; infuser 20mn; 1 tasse avant les repas. - varice: faire macérer pendant 8 jours, dans 1 litre de vin cuit, 150g de poudre d'écorce, puis filtrer; pour prévenir des varices, boire de ce vin en mangeant la peau de l'agrume; <p>POSOLOGIE EXTERNE: pulpe;</p> <ul style="list-style-type: none"> - verrue unguéale sous les ongles des pieds: faire mariner toute la nuit une peau d'orange dans du vinaigre de cidre; le lendemain matin, tremper le doigt atteint ou compresse appliquée; renouveler tous les jours matin et soir;
CITRUS clementina	Clémentine	<p>PROPRIETES: écorce; douleurs épigastriques; ballonnements abdominaux; lourdeurs; renvois; nausées et vomissements; contre expectorations épaisses; perte d'appétit; fatigue; selles molles; langue chargée et grasse.</p> <p>ATTENTION: utiliser avec précaution en cas de langue rouge ou de flegme jaune;</p>
CITRUS limon (L.) Burm. f.	Citronnier	<p>PROPRIETES: interne: bactéricide, antiseptique; activateur des globules blancs dans la défense organique; rafraîchissant; fébrifuge; tonique du système nerveux et du sympathique; tonocardiaque; alcalinisant; diurétique; antirhumatismal, antigoutteux, antiarthritique; calmant, antiacide gastrique; anti-scléreux; antiscorbutique; tonique veineux; fluidifiant sanguin; hypotenseur; dépuratif; reminéralisant; antianémique (hématopoïétique); favorise sécrétions gastro-hépatiques et pancréatiques; hémostatique; carminatif; vermifuge; antivenimeux; antiprurigineux;</p> <ul style="list-style-type: none"> - écorce: tonique, carminative; - semences: antihelminthiques, fébrifuges; - usage externe: antiseptique, antitoxique; cicatrisant; antiprurigineux; antivenimeux (insectes); cytophylactique (entretien de la peau); éloigne les mites et les fourmis; <p>USAGE INTERNE: infections pulmonaires, intestinales; maladies infectieuses (stimule la "leucocytose curative"); paludisme, états févres; prévention des épidémies; asthénie, inappétence; ascites; rhumatismes, arthritisme, goutte; artériosclérose; lithiase urinaire et biliaire; hyperacidité gastrique, ulcères d'estomac; dyspepsies (digestions pénibles), aérophagie; scorbut; varices, phlébites, hémorragies (épistaxis, gastrorragies, entérorragies, hématuries); fragilité capillaire; pléthore, hyperviscosité sanguine; obésité; hypertension; anémie; hémophilie; tuberculose pulmonaire et osseuse; déminéralisation, croissance, convalescence; ictère, vomissements; insuffisance hépatique et pancréatique; congestion hépatique; météorisme; dysenterie, diarrhées, typhoïde; parasites intestinaux (oxyures); asthme; bronchite; grippe; blennorragie; syphilis; sénescence; céphalées;</p> <p>USAGE EXTERNE: rhumes de cerveau, sinusites, angines, otites; hémorragies nasales; stomatites, glossites, aphtes; syphilides buccales; blépharites; éruptions, furoncles, dartres; migraines; verrues; herpès; engelures; plaies infectées, putrides; teigne, gale;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - jus des fruits très mûrs; - essence: 5 à 10 gouttes dans du miel ou en potion; <ul style="list-style-type: none"> - artériosclérose: 100-200g de jus de citron pendant et en dehors des repas, par petites doses dans un peu d'eau; boire aussi le jus de 2-3 citrons pendant 12 jours consécutifs; - asthénie: infusion de 20g d'écorce du fruit pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - calculs rénaux: chaque matin le jus d'un citron pour nettoyer les reins et dissoudre les calculs; - céphalée: le jus d'1 citron dans un café; - cirrhose graisseuse; manger 2 citrons par jour sans les peler; - crampes musculaires: avaler un jus de citron avec une pincée de sel avant de se coucher; - crise de foie: couper sans l'éplucher, un citron non traité en rondelles; verser dessus 1 litre d'eau bouillante et ajouter 1 cuillerée à soupe de miel; laisser infuser et boire de petites tasses du mélange -tiède de préférence-, tout au long de la journée; renouveler le lendemain;

- dilatation des veines: 100 g par jour de jus de citron dans 50% d'eau, avec du miel;
- embolie: consommer beaucoup de jus de citron;
- fêlure: mettre tous les soirs un œuf frais entier dans un récipient -verre ou bocal- et le recouvrir d'un jus de citron pressé; le lendemain matin, boire le jus de citron imprégné des constituants de la coquille; renouveler l'œuf tous les jours (il peut être consommé) durant 1-2 mois;
- fièvre: citronnade: jus d'1 citron dans 1/2 verre d'eau;
- grippe: tasse de jus relevé de miel à boire; en gargarismes aussi;
- haleine fétide: se brosser les dents systématiquement au coucher et ajouter à l'eau de rinçage du sel marin et du jus de citron;
- hémophilie: infusion de 50g de fruit pendant 25mn; 2-3 tasses par jour;
- hémorragique: citronnade: jus d'1 citron dans 1/2 verre d'eau;
- hoquet: sucer une rondelle de citron frais;
- hypertension artérielle: commencer le traitement par 1/2 citron par jour jusqu'à 8-10 citrons; ne pas sucrer avec du sucre mais avec du miel et boire le jus dilué dans 50% d'eau; diminuer les doses progressivement; en outre, verser le jus de 6 citrons dans 1 récipient d'eau chaude, y tremper les pieds 10-15mn; en même temps, consommer quelques fines lamelles d'ail;
- lithiase rénale: le jus d'1 citron le 1^o jour, de 2 citrons le 2^o, le jus de 3 citrons pendant 10 jours consécutifs;
- lithiase vésicale: le jus de 2 citrons pendant 20 jours, dilué dans 50% d'eau;
- minéralisant: boire le jus de citron avec du miel;
- nausées: couper 1 citron en rondelles, les ajouter à 1/2 litre d'eau qui vient de bouillir; infuser 10 à 15mn; filtrer; boire par petites tasses;
- oxyures: pépins broyés avec du miel;
- palpitations: boire 150g par jour de jus de citron dans 50% d'eau;
- pharyngite: avant le coucher, 1 citron chaud additionné de miel de lavande et des bonbons au miel;
- phlébite: consommer beaucoup de jus de citron;
- prostatorrhée: boire le jus de 3-4 citrons dilué dans 50% d'eau minérale;
- purpura: boire le jus de citron et utiliser aussi pour des applications locales;
- rhumatisme, rhumatisme articulaire aigu: le jus d'un citron par jour en augmentant jusqu'à huit par jour;
- rhume de poitrine: boire le jus de citron tiède, additionné de 50% d'eau et de miel; 3 verres par jour;
- rupture des vaisseaux capillaires: 100g par jour de jus de citron dans 50% d'eau et avec beaucoup de miel;
- syncope: infusion de 30g d'écorce du fruit pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- varice: 100g de jus de citron par jour dans 50% d'eau avec du miel;
- vaso-dilatateur ou vasodilatateur: 50g par jour de jus de citron dans 50% d'eau;
- vomisseur: citronnade: jus d'1 citron dans 1/2 verre d'eau;

POSOLOGIE EXTERNE:

- aphtes: jus d'1 citron dans un verre d'eau tiède dans lequel on délaye 1 cuillère à café de miel: bains de bouche tièdes plusieurs fois par jour;
- céphalée: applications sur les tempes d'1 moitié de citron pendant 1/4 d'heure;
- engelures: frotter la partie atteinte avec du jus de citron;
- fortifiant des gencives: imbiber un bâtonnet de coton de jus de citron et frictionner la gencive. Masser aussi avec l'intérieur de l'écorce;
- gerçures des doigts de pieds: utiliser le jus de fruit pour frictionner les doigts de pieds gercés;
- gingivite: utiliser le jus du citron dans 50% d'eau pour bains de bouche;
- grippe: tasse de jus relevé de miel à boire; en gargarismes aussi;
- inflammation des glandes: mettre le fruit cuit sur la partie atteinte;
- migraine: couper des rondelles de citron; appliquer sur les tempes en maintenant en place avec un foulard pendant 1/4 d'heure;
- muguet: jus chaud avec miel 3 fois par jour;
- névralgie: masser la partie douloureuse avec une moitié de citron;
- ongles cassants: tremper les ongles dans un jus de citron frais chaque matin et chaque soir pendant 15 jours, durant quelques minutes; puis laisser sécher à l'air libre sans rincer;
- purpura: boire le jus de citron et utiliser aussi pour des applications locales;
- rétinite: 3 gouttes de jus par jour à appliquer sur la rétine;
- rhume de cerveau: instiller quelques gouttes de citron dans le nez;
- saignement de nez: instiller une goutte dans la narine fragile, comme antiseptique;
- sciatique: frictionner la région sensible avec un citron frais;
- sinusite: faire bouillir 1 bol d'eau; y ajouter le jus de 2 citrons, du poivre et 1 pincée de gros sel; retirer puis inhaler la vapeur sous une serviette;
- stomatite: jus de citron dans 50% d'eau; en bains de bouche;

		- taches de rousseur: lotion 3 fois par jour avec un jus de citron légèrement salé; - urticaire: frotter légèrement avec le fruit la partie atteinte;
CITRUS maxima (Burm.) Merr.	Pamplemousse	PROPRIETES: apéritif, tonique; digestif; dépuratif; draineur hépatique et rénal; antihémorragique; rafraîchissant; USAGE INTERNE: anorexie, fatigue; dyspepsies; intoxications, pléthore; arthritisme; oligurie; insuffisance biliaire; fragilité capillaire; affections fébriles et pulmonaires; POSOLOGIE INTERNE: - jus: 3 verres par jour avant les repas; - obésité: boire un verre de jus le matin; - rafraîchissant: 150g par jour de jus de fruit; - varice: boire le jus du fruit avant les repas;
CITRUS MEDICA L.	Cédratier	POSOLOGIE INTERNE: - hystérie: 300-400g par jour de jus du fruit dilué dans 50% d'eau;
CITRUS NOBILIS LOUREIRO	Mandarinier	PROPRIETES: sédatif du système nerveux grâce à son brome
CITRUS paradisi Mac Fadyen	Pomelo	PROPRIETES: apéritif, tonique; digestif; dépuratif; draineur hépatique et rénal; antihémorragique; rafraîchissant; USAGE INTERNE: anorexie, fatigue; dyspepsies; intoxications, pléthore; arthritisme; oligurie; insuffisance biliaire; fragilité capillaire; affections fébriles et pulmonaires POSOLOGIE INTERNE: jus: 3 verres par jour avant les repas; rafraîchissant; varice;
CLAVICEPS purpurea (Fr.) Tul.	Ergot de seigle	Responsable de l'ergotisme ou feu Saint-Antoine. Utilisation des dérivés dans le traitement des migraines et autres troubles, ainsi qu'en obstétrique;
CLEMATIS FLAMMULA L., Clematis flammula L. *subsp.flammula *var.flammula	Clématite brûlante	PROPRIETES: diurétique; diaphorétique; stimulant; USAGE EXTERNE: rubéfiant; analgésique;
CLEMATIS VITALBA L.	Clématite des haies	PROPRIETES: - feuilles fraîches: vésicantes; révulsif; analgésique; diurétique; - plante TOXIQUE par voie interne et peut causer des inflammations par voie externe; au Moyen âge les mendiants s'en frottaient pour provoquer des plaies - Analgésique local - Usage identique à celui du Tamier !!! Attention, apparition parfois de cloques et rougeurs - Toxique USAGE INTERNE: feuilles: diurétique; diaphorétique; stimulant; USAGE EXTERNE: feuilles: analgésique; douleurs rhumatismales, névralgies, névrites, cellulalgies; POSOLOGIE EXTERNE: - douleurs intercostales: faire macérer 10 jours les feuilles à 35% dans de l'huile; en applications locales; - fongosite: décoction de 100g de feuilles; bouillir 15mn; bains et applications locales; - gonagre: décoction de 100g de feuilles; bouillir 15mn; en applications locales. Faire macérer 12 jours 350g de feuilles dans 1 litre d'huile; en applications locales; - myalgie: décoction de 100g de feuilles; bouillir 15mn; en applications locales; ATTENTION: toxique;
CLINOPODIUM vulgare L. *subsp. vulgare	Calament clinopode, Sarriette clinopode	PROPRIETES: - plante: tonique, légèrement aromatique. POSOLOGIE INTERNE: - gastroptose: infusion de 40g de sommités fleuries et feuilles pendant 15mn; 3 tasses par jour;
CNEORUM TRICOCCUM L.	Camelée à trois coques	PROPRIETES: - feuilles et fruits: drastique, diurétique
CNICUS BENEDICTUS L.	Chardon béni	PROPRIETES: - plante: amer, digestif, stomachique, anti catarrhal, anti hystérique, hypocondrie;

		<p>- fruits: pleurésie; - racine: sudorifique, fébrifuge; - sommités fleuries: apéritif; diurétique (éliminateur de l'acide urique); diaphorétique; dépuratif; tonique; digestif; sudorifique; fébrifuge; stimule la circulation; problèmes digestifs; bronchites; sédatif des douleurs rhumatismales et des névrites; stimulant du système nerveux; - usage extérieur: désinfectant; plaies;</p> <p>USAGE INTERNE: inappétence; affections hépatiques, rénales; atonie gastrique; fièvres intermittentes; fièvre de Malte; fièvres éruptives avec atonie (rougeole, scarlatine); convalescence des affections pulmonaires, rhumes traînants; œdèmes, hydropisie; rhumatismes; vomissements de la grossesse; chorée;</p> <p>USAGE EXTERNE: zona; plaies atones, plaies cancéreuses;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion de 5g (1 cuillerée à café) pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 1 tasse avant les 2 grands repas;</p> <p>- hémicrânie due à une mauvaise digestion: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour; - jaunisse: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour; - pleurésie: infusion de 15g de feuilles et fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour; - lithiase rénale, lithiase salivaire: infusion de 15g de feuilles et fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour; - reconstituant: infusion vineuse: 20 à 40g pour 1 litre de vin; 2 à 3 cuillerées à soupe avant le repas de midi; - rhume: infusion de 25g de feuilles et fleurs pendant 20mn; pour instillations nasales avec du jus de citron; - tonique: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>ATTENTION: à haute dose: cause de vomissements;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - plaies atones: décoction d'1 poignée de feuilles par litre d'eau; bouillir 10mn; en lotions, compresses; saupoudrer ensuite avec la poudre de feuilles de chardon beni; - ulcères: décoction d'1 poignée de feuilles par litre d'eau; bouillir 10mn; en lotions, compresses; saupoudrer ensuite avec la poudre de feuilles de chardon beni;</p>
COCHLEARIA OFFICINALIS L.	Cochléaire officinale	<p>PROPRIETES: tonique, stimulant; stomachique; diurétique; antiscorbutique (le plus puissant après le raifort); - plante fraîche arrosée d'eau de vie: contusions;</p> <p>USAGE INTERNE: carences; scorbut; lymphatisme; atonie digestive; asthme; lithiase biliaire et urinaire; bronchite chronique; leucorrhées; rhumatismes; paralysies.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - suc de la plante fraîche: 50-100g par jour;</p> <p>- anémie: infusion d'1 cuillerée à dessert pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 1 tasse avant chaque repas (ne jamais faire bouillir le cochléaria); - rhumatisme: mâcher des feuilles crues;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - carie, prévenir: lavages de bouche avec liqueur pure; ou romarin, cochléaria, sauge, 1 citron en tranches: 60g frais et hachés et 8g de cannelle en poudre; mettre dans 1 litre d'eau de vie de cognac; infuser 1 mois en agitant de temps en temps; passer: emploi: 10 gouttes dans 1 cuillerée d'eau en lavages de bouches; - dent: névralgie dentaire: lavages de bouche avec liqueur pure; ou romarin, cochléaria, sauge, 1 citron en tranches: 60g frais et hachés et 8g de cannelle en poudre; mettre dans 1 litre d'eau de vie de cognac; infuser 1 mois en agitant de temps en temps; passer: emploi: 10 gouttes dans 1 cuillerée d'eau en lavages de bouches; - névralgie dentaire: lavages de bouche avec liqueur pure; ou romarin, cochléaria, sauge, 1 citron en tranches: 60g frais et hachés et 8g de cannelle en poudre; mettre dans 1 litre d'eau de vie de cognac; infuser 1 mois en agitant de temps en temps; passer: emploi: 10 gouttes dans 1 cuillerée d'eau en lavages de bouches; - gencive, raffermir: lavages de bouche avec liqueur pure; ou romarin, cochléaria,</p>

		sauge, 1 citron en tranches: 60g frais et hachés et 8g de cannelle en poudre; mettre dans 1 litre d'eau de vie de cognac; infuser 1 mois en agitant de temps en temps; passer: emploi: 10 gouttes dans 1 cuillerée d'eau en lavages de bouches;
COCOS nucifera	Noix de coco	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - laxatif; nutritif; diurétique; - inflorescences: on tire le vin de palme qui fermenté donne l'Arack; - jus laiteux: nourrissant; combat la fièvre; troubles urinaires; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - maigreur: consommer de la pulpe de noix de coco toutes les heures;
COFFEA arabica L.	Café	<p>PROPRIETES: tonique, excitant nervin et cardiaque; facilite le travail cérébral et l'activité musculaire; accroît la fréquence et l'amplitude des mouvements respiratoires; euphorisant; diurétique; valeur alimentaire pratiquement nulle; favorise la digestion par son action sur le péristaltisme gastro-intestinal; accélérateur du cœur; vasoconstricteur ou vaso-constricteur central; vasoconstricteur ou vaso-constricteur périphérique (vaisseaux pulmonaires, cérébraux, coronaires, rénaux); migraine;</p> <p>USAGE INTERNE: fatigue musculaire et intellectuelle; asthénie; adynamie des maladies infectieuses; atonie gastrique;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion de poudre de café; caféine en thérapeutique; - haleine fétide: contre l'odeur d'ail: croquer un grain de café; - pour passer une nuit blanche: "café du désert ": faire un café bien chaud dans une tasse de taille normale; y ajouter 1 pincée de poivre frais moulu, 1 morceau de sucre et de la bergamote; <p>CONTRE-INDICATIONS: névroses; myocardites avancées</p>
COIX LACRYMA-JOBI L.	Larme de Job	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruits; facilite l'urine; contre oedèmes; rétention d'eau au niveau des jambes; arthrite; lésion purulente; langue chargée jaunâtre. <p>ATTENTION: à utiliser avec précaution en cas de grossesse</p>
COLA acuminata	Kola	<p>PROPRIETES: stimulant nerveux; tonocardiaque et musculaire; diurétique; aphrodisiaque;</p> <p>USAGE INTERNE: manque de tonus; convalescences; neurasthénie; entraînement sportif; affections cardiaques et pulmonaires; grippe;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: graines concassées: 4 à 8g par jour</p>
COLA nitida	Arbre à kola	<p>PROPRIETES: noix de kola: favorise la digestion; stimulant cardiaque; stimulant nerveux léger; maux de tête; dépression; diurétique;</p> <p>Depuis des siècles, en Afrique, le kolatier fait partie intégrante de la vie de l'Afrique occidentale et centrale. Le kolatier a du être introduit en Amérique du Sud et aux Antilles par les esclaves Africains.</p> <p>On mâche la noix de kola pour ses propriétés aphrodisiaque, digestive et tonique. Stimulant du système nerveux et de l'organisme. Tonique musculaire, combat la léthargie. Brûle les graisses. Aphrodisiaque.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pour travail long et pénible: noix de kola mâchée; - on peut mâcher doucement les noix (entre 3 et 8 par jour) ou les prendre en infusion (4 à 8g par jour, répartie si l'on veut en 1 ou plusieurs tasses). <p>Mises en garde: Ne pas absorber de kola si l'on souffre d'ulcère gastrique, de palpitations ou de tension artérielle élevée</p>
COLCHICUM AUTUMNALE L.	Colchique d'automne	<p>PROPRIETES: diurétique; antigoutteux analgésique (paralyse les nerfs sensitifs); anti-inflammatoire; excitant des sécrétions hépatiques et intestinales; anti-allergique; antiviral;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diurétique - Analgésique par paralysie des terminaisons des nerfs sensibles - Anti-inflammatoire - Antimitotique <p>USAGE INTERNE: n'utiliser qu'en cas de bonne fonction rénale: crise de goutte; névralgies; migraines; asthme; atrophies musculaires progressives d'origine</p>

		<p>spinale; hydropisie, ascite, catarrhe bronchique; allergies, accidents sériques;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - vin: 60g de semences desséchées ou 100g de bulbes macérés 10 jours dans 1 litre de Madère; filtrer; - 1 ou 2 cuillerées à café par jour dans une infusion de tilleul, au coucher;</p> <p>- goutte: adjoindre au colchique des diurétiques et un régime exempt d'aliments faisandés, d'abats, de vins généreux, d'alcool; aussi l'hygiène et le grand air, les cures minérales;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - cor: mettre une poignée de feuilles de colchique dans la chaussure et marcher le plus possible ce jour-là!;</p> <p>- EMPOISONNEMENT par le colchique: mêmes symptômes que celui de la belladone et même traitement. - le thé d'angélique est un des contrepoisons du colchique;</p> <p>- CONTRE-INDICATIONS: néphrites;</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne: rhumatisme articulaire du chien (5 à 15 gouttes/jour)</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: - Pommade à 4% de colchicine pour les tumeurs bénignes et les verrues chez les jeunes chevaux - Dérivé soufré permet le prolongement de la survie du chien atteint de leucose myéloïde - Injection intraveineuse comme anti-inflammatoire et antiallergique - Anti-contraction pour réduire les fractures et les luxations dans traitement du tétanos</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: - action sur le système nerveux, les muscles, les articulations, l'appareil digestif - caractérisé par un dégoût de la nourriture, une prostration, des douleurs qui passe d'une articulation à l'autre, le tout aggravé la nuit - contre les arthrites aiguës, les synovites tendineuses (mollettes), la goutte des oiseaux, les coliques spasmodiques après ingestion de trèfle ou de luzerne chez les ruminants, les gastrites alimentaires des carnivores, les météorisations aiguës ou chronique des ruminant</p>
COLEOSTEPHUS myconis (L.) Cass. ex Rchb.f.	Chrysanthème de Mycon	<p>PROPRIETES: - plante: insecticide, antiseptique, stomachique, vermifuge, excitant</p>
COLUTEA ARBORESCENS L. *subsp. ARBORESCENS	Baguenaudier commun	<p>PROPRIETES: - feuilles: laxatif (moins irritant que le séné); purgatif; cholagogue; diurétique; dépuratif; - graines: émétique</p> <p>USAGE INTERNE: constipation;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion: 20-30g par litre d'eau; 1 tasse après les repas (préparation désagréable)</p>
Combretum glutinosum L.	Gommier	<p>PROPRIETES: 1. Utilisation populaire: Le ratt est employé en médecine populaire dans les affections hépato-biliaires, les affections urinaires, les oedèmes et la protéinurie. Les feuilles sont utilisées comme diurétique, hépatorénale, cholagogue dépuratif, et fébrifuge, sous forme de décocté ou d'infusé à raison de 5 feuilles pour un litre d'eau. Les écorces de tronc, de tige et de racines sont utilisées comme antihelminthique et aphrodisiaque. Les bourgeons des feuilles sont pilés, mélangés à la bouillie de mil rouge refroidie puis administrés dans le traitement de la dysenterie matin et soir. La poudre d'écorce est utilisée dans les épigastralgies. Les fruits immatures séchés et pilés sont actifs sur les chancres syphilitiques. 2. a) WEGANG, guérisseur au Cameroun, indique le filtrat obtenu à partir des feuilles pilées et trempées dans l'eau pour lutter contre les douleurs rénales d'origine diverse. D'autres utilisent le décocté des racines b) OUMA BALDE (Sénégal) peulh, indique le mélange suivant comme purgatif et diurétique: - feuilles de Combretum glutinosum (a)</p>

		<p>- racines de <i>Melanthera gambica</i>, (Surkémé en peulh) (b) - souches de <i>Cochlospermum tinctorium</i> (Fayar en oulof) (c) le mode opératoire consiste à: Macérer trois paquets de feuilles de (a), trois morceaux de racine (privée d'écorce) de (b), et trois souches de (c) dans de l'eau. A prendre uniquement en boisson. Contre la bilharziose: en association avec <i>Securinega virosa</i> (Kên, héên).</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - diurétique: faire décocter 30 g de feuilles dans un litre d'eau et boire dans la journée à l'exclusion de toute autre boisson pendant 4 jours; - hypotenseur: faire décocter 30 g de feuilles dans un litre d'eau et boire dans la journée à l'exclusion de toute autre boisson pendant 4 jours; - toux: boire la même préparation sucrée par cuillère à soupe;</p> <p>PHARMACOLOGIE: Les propriétés diurétiques et hypotensives, antitussives et antispasmodiques ont été étudiées et prouvées sur l'animal respectivement Dr Blatt et Ngaba. La propriété antibiotique vis à vis de Streptocoque, Staphylocoque, et <i>Eschérichia coll</i> a été également signalée.</p> <p>Clinique: Dr Blatt a vérifié cliniquement les activités diurétiques et hypotensives d'appoint de l'extrait aqueux des feuilles chez l'homme et il a eu de très bons résultats.</p>
COMBRETUM micranthum	Aigrette	<p>PROPRIETES: favorise la production de bile; diurétique; désinfectant; purgatif 1. Utilisations populaires Les feuilles de kinkéliba sont consommées quotidiennement par les familles sénégalaises sous forme de décoctés pour leurs petits déjeuners. En Casamance, les populations mâchent les jeunes feuilles lorsqu'elles sentent venir le paludisme. 2. Utilisations par les guérisseurs: Les prescripteurs traditionnels sénégalais emploient les feuilles de kinkéliba en association avec d'autres plantes pour traiter plusieurs affections. En Gambie, les feuilles fraîches et ou l'écorce interne de la racine sont appliquées sur de vieilles blessures pour hâter leur guérison Au Burkina Faso, le Père DE LA PRADILLA recommande la décoction de 50 g de racines sèches ou 100 g de racines fraîches dans deux litres d'eau jusqu'à réduction à un litre contre la trichocéphalose. Pour traiter une hépatite grave, il associe les feuilles de kinkéliba, du badamier du Sénégal et du papayer, aux racines du badamier, aux souches vivaces du <i>cochlospermum tinctorium</i> et aux tiges feuillées du goyavier qu'il fait bouillir dans de l'eau pour obtenir une préparation très utile en lavement et en boisson. Selon Kabore, les feuilles pilées appliquées sur des plaies purulentes activent leur cicatrisation. Refaire le pansement une fois par jour.</p> <p>USAGE INTERNE: insuffisance hépatique; lithiase biliaire; fièvre bilieuse hématurique; constipation;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - décoction de 10g pour 1 litre d'eau; 3-4 verres par jour;</p> <p>- cholagogue: Faire la même préparation et boire une tasse le matin et après chaque repas;</p> <p>PHARMACOLOGIE: Les propriétés antibiotique, cholagogue et diurétique ont été étudiées et justifiées par la composition chimique de la plante.</p> <p>Diurétique: Faire bouillir 20 g de feuilles fraîches dans un litre d'eau pendant 30 mn. Boire dans la journée.</p>
COMMIPHORA mukul (Hook ex Stocks) Eugl.	Baumier	<p>PROPRIETES: rééquilibrant, analgésique, emménagogue, reconstituant, astringent, expectorant, antispasmodique, antiseptique; tonique; traite toux, asthme, bronchite, arthrite, rhumatisme, traumatismes, plaies, anémie, pyorrhée, surcharge pondérale, mauvaise haleine, gingivite, maux de gorge, ulcères, aphtes; on l'utilisait pour les embaumements, pour nettoyer les blessures, sous forme de douche, pour décongestionner les poumons et traiter les hémorroïdes.</p> <p>- Hypocholestérolémiant - Hypolemiant</p> <p>Activités dues aux guggulsterones potentialisées par d'autres constituants de la drogue. Bien que le mécanisme d'action ne soit pas totalement élucidé, les guggulsterones agiraient en stimulant la thyroïde, activerait les récepteurs membranaires de fixation de LDH au niveau hépatique d'où un accroissement de leur métabolisme.</p>

		<p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - gencives: l'huile de myrrhe s'applique directement sur les gencives ou en gargarisme= mélanger 1 cuillère à café à 1 cuillère à café d'acide borique dans 500 ml d'eau bouillante; laisser reposer 30 mn avant de filtrer; ne pas avaler; ajouter 1 cuillère à café d'hydrastis pour dissiper une mauvaise haleine. - haleine mauvaise: l'huile de myrrhe s'applique directement sur les gencives ou en gargarisme= mélanger 1 cuillère à café à 1 cuillère à café d'acide borique dans 500 ml d'eau bouillante; laisser reposer 30 mn avant de filtrer; ne pas avaler; ajouter 1 cuillère à café d'hydrastis pour dissiper une mauvaise haleine. - pied d'athlète: en teinture à appliquer; <p>ASSOCIATION: encens (oliban), genévrier, cyprès, géranium, aloès, pin</p>
CONIUM MACULATUM L.	Ciguë commune	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: analgésique, surtout du trijumeau, du pneumogastrique, du sciatique; antispasmodique; sédatif; anaphrodisiaque; - à l'extérieur: résolutif, antiscrofuleux, anticancéreux, goutte, rhumatismes; - application feuilles préalablement cuites dans du lait: névralgies; - suc des feuilles et des jeunes tiges: en préparation "extrait de ciguë": affections lymphatiques (dangereux); - Indurations glandulaires, nodules douloureux mammaires <p>En homéo à doses infimes</p> <ul style="list-style-type: none"> - Antispasmodique - Analgésique par son action sur le pneumogastrique <p>Autrefois employée dans l'épilepsie, la chorée de Sydenham et la maladie de Parkinson</p> <p>USAGE INTERNE: raideurs musculaires (Parkinson); spasmes œsophagiens, du pylore, vésiculaires, intestinaux, utérins; toux spasmodiques (coqueluche, asthme); dyspnée des emphysémateux; érections douloureuses de la blennorragie;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: colique intestinale; tonique de l'estomac;</p> <p>ATTENTION: 5 à 8 grammes peuvent provoquer un accident mortel chez un adulte; provoque des malformations congénitales;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - analgésique: cataplasme de pulpe de feuilles fraîches; - calmant: cataplasme de pulpe de feuilles fraîches; - sciatique: hacher les feuilles; les utiliser sous forme de cataplasmes; <p>PERIODE de RECOLTE et CONSERVATION: On cueille les feuilles au début de la floraison, on les fait sécher à l'ombre et on les conserve à l'abri de l'humidité. On cueille les fruits au début de l'automne et on les conserve dans des récipients hermétiquement clos.</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne: 30-100g chez le bovin, 1-2g chez le chien</p> <ul style="list-style-type: none"> - pour les adénites, les affections synoviales du chien: 0.05g d'extrait mou de ciguë, 0.02g de iodoforme, 0.005g de coumarine, poudre de réglisse - pour les tumeurs osseuses du cheval: pommade fondante - pour les éruptions douloureuses ou prurigineuses: onguent napolitain - contre les mammites: pommades diverses <p>Médecine vétérinaire homéopathique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - action sur le système nerveux (moelle épinière), le tube digestif, le système lymphatique - caractérisé par une hypertrophie, une induration des ganglions lymphatiques, une paralysie ascendante progressive, une tendance aux refroidissements répétés, sur les individus maigre, à robe claire, d'aspect triste - pour les processus malins (leucose aviaire, tumeurs de la mamelle chez la chienne) - pour les pathologies mammaires (mammitte parenchymateuse ou chronique) - pour la parésie du train postérieur
CONSOLIDA regalis S. F. Gray *subsp. regalis, DELPHINIUM CONSOLIDA L.	Dauphinelle consoude	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - graines: diurétique; emménagogue; vermifuge; MAIS USAGE DANGEREUX; - plante: panser les blessures; - jus de feuilles: hémorroïdes;
CONVALLARIA MAJALIS L.	Muguet	<p>PROPRIETES: tonique; tonocardiaque (ralentit et renforce) sans élever la tension artérielle, semble se placer entre la digitaline et l'ouabaïne; diurétique; antispasmodique; émétique, purgatif; sternutatoire;</p>

		<p>- Cardiotonique, serait moins toxique que la Digitale et d'action plus rapide et fugace</p> <p>- Anti-arythmique</p> <p>- Diurétique par le 3'-méthylquercétol</p> <p>- Antinévralgique ?</p> <p>On employait au 19^{ème} siècle, un distillat de fleurs de muguet macérées dans de l'alcool que l'on appelait acqua aurea voulant indiquer ainsi les précieux bénéfices qu'elle offrait à ceux qui étaient atteints d'une maladie cardiaque</p> <p>USAGE INTERNE: insuffisance cardiaque; asystolie, hyposystolie, arythmie; angine de poitrine; palpitations; maladie de Basedow; néphrites chroniques; goutte. (indications analogues à celles de la digitale, mais ne s'accumule pas).</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion de feuilles: 3-5g de feuilles pour 200g d'eau bouillante; infuser 10mn; boire en plusieurs fois dans la journée;</p> <p>- infusion de fleurs: 1 ou 2 pincées dans une tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 1 tasse au lever ou au coucher;</p> <p>- endocardite: infusion de 15g de feuilles et fleurs pendant 15mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- fourmillement: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 15mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- hydropisie cardiaque: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 15mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- hypotonie cardio-vasculaire: infusion de 15g de feuilles et fleurs pendant 15mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- maladie de Basedow ou goitre exophtalmique: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 15mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- myocardite: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 10mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- néphrite chronique (mal de Bright): infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 15mn; 2 tasses par jour;</p> <p>ATTENTION: Les préparations familiales ayant pour base le muguet doivent être évitées, car elles sont dangereuses.</p> <p>Chaque organisme ayant des réactions différentes et les principes actifs dissous dans l'eau ou l'alcool pouvant provoquer des irritations considérables, de l'estomac et de l'intestin il est préférable de s'abstenir. Les empoisonnements mortels enregistrés ont toujours été dus à l'ingestion des baies.</p> <p>L'intoxication est possible quand les quantités absorbées sont trop importantes ou bien qu'il s'agit d'enfants. Toutes les parties de la plante sont toxiques. L'eau dans laquelle a séjourné le muguet est aussi toxique. La toxicité du muguet est le fait de trois substances: la convallarine, la convallamarine et la convallatoxine. La convallatoxine a une activité située entre la digitaline (extrait de la digitale) et l'ouabaine (extrait du strophanthus - n'est pas absorbé par voie digestive). Les toxiques du muguet sont des "poisons" du coeur;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: à la floraison printanière.</p> <p>CONSERVATION: sécher soigneusement à l'ombre et conserver en sachets à l'abri de la poussière et de l'humidité. Pour extraire l'essence, on utilise les fleurs fraîches.</p>
CONVOLVULUS ALTHAEOIDES L.	Liseron de Provence	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: purgatif, vulnérable</p>
CONVOLVULUS ARVENSIS L. *subsp. arvensis	Liseron des champs	<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- hydropisie hépatique: infusion de 60g de feuilles et racine pendant 15mn; prendre comme purgatif;</p>
CONVOLVULUS scammonia	Liseron scammoné	<p>PROPRIETES: purgatif drastique; cholagogue;</p> <p>USAGE INTERNE: constipations rebelles; dérivatif dans: hydropisies d'origine cardiaque, congestions cérébrales, hypertension;</p> <p>CONTRE-INDICATIONS: inflammation du tube digestif</p>
CONYZA bonariensis (L.) Cronquist	Vergerette crépue	<p>PROPRIETES: infusion de la plante: rhumatismes</p>
CONYZA canadensis (L.) Cronquist, ERIGERON CANADENSE L.	Vergerette du Canada	<p>PROPRIETES: diurétique éliminateur de l'acide urique; astringent;</p> <p>- plante entière et fruits: vulnérable, diarrhée, dysenterie, hydropisie;</p> <p>- Anti diarrhéique (tanins)</p> <p>- Antirhumatismale</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - Antigoutteuse - Diurétique (action uricolytique) par ses flavonoïdes - Antibactérien - Antifongique (polyène et polyines) <p>USAGE INTERNE: rhumatismes; goutte; néphrites, albuminurie, cystites; adjuvant dans néphrose lipoïdique; diarrhées, pertes blanches; hémorragies génitales (métrorragies);</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion d'1 cuillerée à dessert de la plante coupée pour 1 tasse d'eau; bouillir 2mn; infuser 10mn; 3 tasses par jour ou plus, entre les repas; - albuminurie: infusion de 30-50g de sommités fleuries et de feuilles; infuser 18-20mn; 2-3 tasses par jour; - hypertrophie de la prostate: 50g par jour de suc frais; - prostate: hypertrophie et congestion: infusion de 60g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn: 3 tasses par jour avec un peu de jus d'agrumes;
COPRINUS atramentarius (Bull.) Fr.	Coprin noir d'encre	provoque des symptômes alarmants (nausées, palpitations) lorsqu'il est consommé avec de l'alcool. On l'utilisait autrefois dans le traitement de l'alcoolisme
CORDYLINE australis	Cordyline	PROPRIETES: - rhizome: soulagent diarrhées;
CORIANDRUM SATIVUM L.	Coriandre	<p>PROPRIETES: suc de la plante fraîche a des effets comparables à ceux de l'alcool: en quantité modérée, il excite puis déprime, et à plus forte dose il provoque l'ivresse; amer, piquant, rafraîchissant, humidifiant; stimulant, rééquilibrant, diurétique, sudoripare, tonique veineux et musculaire; soulage les infections urinaires, cystite, rougeurs, plaque d'urticaire, brûlures, troubles digestifs (flatulences, vomissements, indigestions, ballonnements, aérophagie, facilite l'expulsion des gaz); accélère la sécrétion des sucs gastriques; atténue allergies et rhume des foies; purifie le sang, décongestionne le foie; réduit la chaleur et la température du corps; anti-inflammatoire contre l'arthrite;</p> <ul style="list-style-type: none"> - coriandre séché: carminatif; stomachique; antispasmodique; digestif; antiseptique; sédatif doux; flatulence; migraines; - fruits: stomachique, faciliter la digestion par l'intestin; <p>USAGE INTERNE: stimulant de la digestion;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aérophagie: infuser 30 g pour 1 litre d'eau pendant 10 mn; 1 tasse après chaque repas et chaque fois que l'on se sent ballonné; ou infusion: broyer 1 cuillère à café de graines (ou prendre 1/2 cuillère à café de poudre), mettre dans une tasse et remplir d'eau bouillante, laisser reposer 5 mn, boire jusqu'à 3 tasses par jour après les repas; - anorexie nerveuse: infusion de 30g de fruits pendant 30mn; 2-3 tasses par jour; - antiseptique: infusion d'1 cuillerée à café de fruit par tasse d'eau bouillante; - dépuratif hépatique: infusion de 40g de fruits pendant 30mn; 3 tasses par jour; - digestif: infusion d'1 cuillerée à café de fruit par tasse d'eau bouillante; - digestion, stimulant: poudre des graines comme additif aromatique dans les aliments; ou infusion: broyer 1 cuillère à café de graines (ou prendre 1/2 cuillère à café de poudre), mettre dans une tasse et remplir d'eau bouillante, laisser reposer 5 mn, boire jusqu'à 3 tasses par jour après les repas; - dysenterie bacillaire: infusion de 40g de fruits pendant 25mn; 3 tasses par jour; - dyspepsies nerveuses: infusion de 40g de fruits pendant 25mn; 3 tasses par jour; - flatulence: infusion de 40g de fruits pendant 25mn; 3 tasses par jour; - hystérie: infusion de 20-30g de grains pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - somnolence après les repas: tisane de coriandre après infusion de 10mn; 1 tasse après les repas; - stimulant de la digestion: poudre des graines comme additif aromatique dans les aliments; ou infusion: broyer 1 cuillère à café de graines (ou prendre 1/2 cuillère à café de poudre), mettre dans une tasse et remplir d'eau bouillante, laisser reposer 5 mn, boire jusqu'à 3 tasses par jour après les repas; - stomachique, infusion d'1 cuillerée à café de fruit par tasse d'eau bouillante; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - coupure: saupoudrer de poudre afin de prévenir toute infection; - dent, névralgie dentaire: huile réduit l'inflammation et la douleur; - écorchure: saupoudrer de poudre afin de prévenir toute infection; - névralgies dentaires: huile réduit l'inflammation et la douleur;

		<p>ATTENTION: à forte dose, peut provoquer une néphrite;</p> <p>ASSOCIATION: citron, cajepout, lavande, cardamome, clou de girofle, noix de muscade, jasmin, bois de santal, cyprès</p>
CORIARIA MYRTIFOLIA (BAUHIN) L.	Sumac français, Corroyère	<p>PROPRIETES: traitement contre empoisonnement par ingestion du fruit (produit des troubles digestifs, nerveux et respiratoires pouvant aboutir à la mort): potion à l'éther et à l'acétate d'ammoniaque, une piqûre de morphine ou de barbituriques, puis le soir 20g de sulfate de soude par voie orale</p>
CORIS MONSPELIENSIS L. *subsp. monspeliensis	Coris de Montpellier	<p>PROPRIETES: - plante: après avoir été séchée et pulvérisée sur plaies: cicatrisant</p>
CORNUS MAS L.	Cornouiller mâle	<p>PROPRIETES: écorce: fébrifuge;- fruits: fébrifuge; - feuilles: infusion théiforme;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - diarrhée des enfants: décoction de 60g de fruits; bouillir 15mn; par cuillerées; - dyspepsies gastro-intestinales: décoction de 80g de fruits; bouillir 10mn; par cuillerées; - entérite muco-membraneuse: décoction de 50g d'écorce; bouillir 15mn; 3 tasses par jour; - gastrite: décoction de 60g de fruits; bouillir 15mn; quelques cuillerées par jour; - gastrite hyper chlorhydrique: décoction de 60g d'écorce; bouillir 15mn; 3 tasses par jour), vigne (le raisin, sous surveillance médicale; - gastrorragie: décoction de 60g de fruit; bouillir 10mn; par cuillerées dans la journée;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - stomatite rebelle: décoction de 100g de fruits; bouillir 20mn; en bains de bouche;</p>
CORNUS SANGUINEA L. *subsp. sanguinea	Cornouiller femelle	<p>PROPRIETES: - fruits: fébrifuge;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - gastro-entérite: décoction de 100g de fruits; bouillir 15mn; par cuillerées;</p>
CORONILLA SCORPIOIDES (L.) W.D.J. KOCH	Coronille faux scorpion	<p>PROPRIETES: - feuilles purgatives; - graines: asthme, affections du coeur, purgatif, piqûre scorpion;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - insuffisance cardiaque: infusion de 10g de grains pendant 25mn; 2 tasses par jour.</p> <p>Contre-indication en cas d'embolie, d'aortite et d'urémie;</p>
CORTUSA MATTHIOLI L.	Cortusa de Matthiole	<p>PROPRIETES: - plante: pectoral, antispasmodique, gravelle</p>
CORYANTHES yohimbe	Coryanthe	<p>PROPRIETES: aphrodisiaque; vaso-dilatateur ou vasodilatateur; hypotenseur; Puissant aphrodisiaque. Remède contre l'impuissance et la frigidité Le yohimbe est utilisé depuis très longtemps chez les tribus d'Afrique occidentale en tant que stimulant érotique. Elle était employée lors de rituels et d'orgies sexuelles. Pour la médecine occidentale la yohimbine serait l'un des seuls véritables aphrodisiaque. Usages: C'est un très bon remède contre l'impuissance et la frigidité. Il est aussi souvent utilisé en tant qu'aphrodisiaque. Toutefois, le yohimbe est inefficace dans le cas d'une totale impuissance organique. On peut aussi utiliser le yohimbe contre la sécheresse buccale, la plante faisant saliver. Effets: Baisse la tension artérielle, provoque un afflux sanguin vers le bassin. Excitation. Puissantes érections. Frissons chauds et froids, légers vertiges, détente, perceptions amplifiées. Augmentation de la libido, le plaisir sexuel est décuplé. La fréquence des érections et des orgasmes triple, doublement de la fréquence du coït. Le yohimbehe est un IMAO (inhibiteur de monoamine-oxydase), il a aussi des effets antidépresseurs. Les effets indésirables sont des nausées et des maux de tête. Certaines personnes supportent mieux ces effets indésirables que d'autres. Diurétique. Les effets durent de 2 à 6h selon la dose absorbée.</p> <p>USAGE INTERNE: impuissance; insuffisance et douleurs des règles; hypertension; maladie de Raynaud; engelures; constipation chronique;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - teinture: 1-3g par jour, en mixture, potion. - extrait fluide: 0.30-1g par jour;</p>

		<p>- décoction: Faire bouillir une petite poignée d'écorce dans un litre d'eau, et faire infuser 10 minutes. On peut ajouter de la vitamine C, pour améliorer l'efficacité du breuvage;</p> <p>ATTENTION: Les IMAO permettent d'inhiber une enzyme dégradant les substances toxiques absorbés par le corps, ces substances sont présentes dans de nombreux aliments. C'est pourquoi, quand on consomme un MAOI, il faut s'abstenir de consommer ces produits: fromages frais, bananes, alcool, choucroute, ananas, chocolat et drogues.</p> <p>D'autre part une dose trop élevée de yohimbe peut provoquer des érections douloureuses, diarrhées, nausées, spasmes, problèmes cardiaque. A doses extrêmement élevé, infarctus ou arrêt respiratoire.</p> <p>La consommation du yohimbe est réglementée dans de nombreux pays. N'utiliser que sous avis médical.</p>
CORYDALIS bulbosa	Corydalle bulbeuse	<p>PROPRIETES: Autrefois l'herboristerie populaire l'utilisait comme vermifuge. Le bulbe est utilisé en médecine: il est efficace contre la tension artérielle et la maladie de Parkinson mais il peut être toxique car il contient des alcaloïdes.</p> <p>- tubercule: amer, un peu astringent, vermifuge</p>
CORYLUS AVELLANA L.	Noisetier commun	<p>PROPRIETES: Diocoride, médecin grec du premier siècle de notre ère, prétendait que les cendres de noisettes mélangées à de la graisse d'ours faisaient pousser les cheveux sur les crânes chauves.</p> <p>- noisette: très nutritif et énergétique; digestible (le plus digestible de tous les fruits oléagineux);</p> <p>- huile: vermifuge;</p> <p>- écorce: usage interne: fébrifuge; astringent; anticoagulant;</p> <p>- feuille: usage externe: cicatrisant; dépuratif (dermatoses);</p> <p>- chaton (inflorescence): diaphorétique; amaigrissant;</p> <p>USAGE INTERNE: adolescence, croissance, grossesse, sénescence, sport; tuberculose; lithiase urinaire; coliques néphrétiques; ténia; recommandé aux diabétiques;</p> <p>- feuilles: varices, troubles circulatoires; œdème des jambes; dermatoses;</p> <p>- écorce: états fiévreux;- chatons: obésité;</p> <p>USAGE EXTERNE: cicatrisant;- feuilles: usage interne: dépuratif; tonique veineux, vasoconstricteur ou vaso-constricteurs (comme l'hamamélis); antihémorragique;</p> <p>- feuilles: plaies atones, ulcères.</p> <p>- écorce: plaies atones, ulcères;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: fruit tel quel;</p> <p>- chlorose: noisettes à consommer en grande quantité;</p> <p>- dépuratif (contre dermatoses): infusion de 25g de feuilles par litre d'eau bouillante; laisser macérer toute la nuit;</p> <p>- fièvre, états fiévreux: décoction de 25g d'écorce par litre d'eau.</p> <p>- insuffisance vasculaire cérébrale, améliore circulation: antihémorragique; 15g de feuilles dans ½ litre d'eau bouillante; infuser 10-15mn; filtrer; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- maigreur: utiliser les noisettes hachées très finement et additionnées de miel pour préparer des tartes;</p> <p>- obésité: décoction de 30g de chatons par litre d'eau;</p> <p>- phlébite: circulation veineuse: 15g de feuilles à ½ litre d'eau; bouillir 15mn; filtrer; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- ténia: huile de noisette: 1 cuillerée à soupe le matin pendant 15 jour: un des meilleurs remèdes;</p> <p>- vasoconstricteur ou vaso-constricteur: infusion de 25g de feuilles par litre d'eau bouillante; laisser macérer toute la nuit;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- plaie atone: infusion de feuilles ou d'écorce en compresses ou lotions;</p> <p>- plaie rebelle: décoction de 100g d'écorce et feuilles; bouillir 10mn; en applications locales;</p> <p>- poche sous les yeux: infusion de feuilles ou d'écorce en compresses ou lotions;</p> <p>- ulcère de jambe: décoction de 100g d'écorce et feuilles; bouillir 10mn; en bains et applications locales;</p>
CRATAEGUS AZAROLUS L. *subsp. azarolus *var. azarolus	Aubépine azérolier	<p>PROPRIETES: calmant du système nerveux; combat l'hypertension artérielle; contre l'obésité (fleurs et feuilles); utile dans l'insomnie d'origine nerveuse;</p> <p>- fleurs: tonicardiaque, calmant cardiaque; hypotenseur (par vasodilatation); antispasmodique; sédatif; diurétique;</p> <p>- fruits: astringent;</p>

		<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction de 10g de baies pour 1 litre d'eau; - utiliser dans l'alimentation la poudre de fleurs: 2-5g par jour à mélanger au miel; - hypertension artérielle: infusion d'1 cuillerée à soupe de fleurs et de feuilles dans 1 tasse d'eau bouillante;
<p>CRATAEGUS MONOGYNA Jacq. *subsp. monogyna *var. monogyna</p>	<p>Aubépine monogyne</p>	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs: tonocardiaque; hypotenseur (par vasodilatation: dilate les artères); antispasmodique; sédatif léger; fébrifuge; - fruits: astringent (diarrhées); - plante du système cardio-vasculaire et bon sédatif nerveux; indiquée pour: troubles du rythme (extrasystoles); hypertension artérielle; angine de poitrine; - feuilles, fleurs et cenelles: tonique du coeur; tonique de la circulation; soulage fatigue cardiaque due aux affection rénales; l'épaississement des tissus; spasmes artériels; arythmie du coeur; dilatation des vaisseaux sanguins; améliore la fonction cardiaque; bénéfique pour hypertension et hypotension; <p>USAGE INTERNE: palpitations; douleurs cardiaques, angine de poitrine; spasmes vasculaires; tachycardie, arythmies; bouffées congestives, palpitations, irritabilité, insomnies (de la ménopause); dyspepsies; athérosclérose, hypertension; troubles de dystonie neurovégétative (angoisses, vertiges, bourdonnements d'oreille); insomnies; diarrhées, dysenteries (baies); lithiase urinaire et biliaire (baies);</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - angine de poitrine: infusion de 30g de fleurs pendant 18mn; 2-3 tasses par jour; - artériosclérose: infusion de 30g de fleurs pendant 18mn; 2-3 tasses par jour; - athérosclérose: traitement: 10g fleurs et sommités fleuries à ½ litre d'eau qui vient de bouillir; infuser 10mn; filtrer; 2-3 tasses par jour; - bourdonnements d'oreille: infusion de 40 g de fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - dyspepsie nerveuse: laisser macérer 1 semaine 100g de gui et 50g d'aubépine dans 1 litre de vin blanc: 1 verre à Madère avant les 2 grands repas; - éréthisme cardio-vasculaire: 15-20 g de fleurs à ½ litre d'eau bouillante; infuser 10-20mn; filtrer; 2-3 tasses par jour; - fourmillement: infusion de 40g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour; - gorge, maux: décoction de baies, infusion d'1 cuillerée à café de fleurs par tasse d'eau bouillante: 2-3 tasses par jour; - hypertension artérielle, hypertension due à l'artériosclérose: infusion de 40g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour; - infarctus du myocarde: préparer une teinture avec 10g de fleurs et de fruits secs macérés 10 jours dans 200g d'alcool à 70°; 20 gouttes avant les repas; - inflammation des paupières: infusion de 30g de pétales pendant 10mn; 3 tasses par jour. Infusion de 80g de pétales pendant 15mn; bains d'yeux et applications locales; - insomnie: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 1 tasse avant le coucher; - insomnie des cardiaques: laisser macérer 1 semaine 100g de gui et 50g d'aubépine dans 1 litre de vin blanc: 1 verre à Madère avant les 2 grands repas; - maux de gorge: décoction de baies, infusion d'1 cuillerée à café de fleurs par tasse d'eau bouillante: 2-3 tasses par jour; - ménopause: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - ménopause, troubles: laisser macérer 1 semaine 100g de gui et 50g d'aubépine dans 1 litre de vin blanc: 1 verre à Madère avant les 2 grands repas; - myocardite: infusion de 40g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour; - narcotique: infusion de 40g de fleurs et sommités fleuries pendant 20mn; 1 tasse avant le coucher; - palpitations: infusion de 40g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour; - paupières, inflammation des paupières: infusion de 30g de pétales pendant 10mn; 3 tasses par jour. Infusion de 80g de pétales pendant 15mn; bains d'yeux et applications locales; - plexalgie: infusion de 40g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour; - sédatif: infusion de 40g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour; - tachycardie: infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 2 tasses par jour avec du miel; - tonique du coeur: faire macérer 10g de fleurs et de fruits secs dans 200g d'alcool à 70° pendant 10 jours; 20 gouttes avant les repas; - vaso-dilatateur ou vasodilatateur: infusion de 40g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour; - vertige: infusion de 40g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour;

		<p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - inflammation des paupières: infusion de 30g de pétales pendant 10mn; 3 tasses par jour. Infusion de 80g de pétales pendant 15mn; bains d'yeux et applications locales;
<p>CRATAEGUS OXYACANTHA L. *VAR. OXYACANTHA</p>	<p>Aubépine commune</p>	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs: tonicardiaque; hypotenseur (par vasodilatation); antispasmodique; sédatif; - fruits: astringent; diarrhée; <p>Soigne les calculs rénaux et vésicaux. Conseillé pour les insuffisances cardiaques, soigne les angines de poitrine et les troubles du rythme cardiaque. Régule la tension artérielle En association avec le ginkgo, stimule la circulation cérébrale et améliore la mémoire.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hypotenseur modéré (action sur la concentration cellulaire en Ca⁺⁺ et inhibition de la Na⁺/K⁺-ATPase), diminution de la résistance des vaisseaux périphériques (hypotension légère mais prolongée: chat) - Sédatif nerveux et tranquillisant par les polymères catéchiques, l'apigénine est un ligand compétitif pour les récepteurs benzodiazépiniques centraux, sympatholytique - Activité au niveau myocardique: améliore l'irrigation du myocarde et le débit coronarien (améliore la tolérance du myocarde à une déficience en oxygène) par les polyphénols (proanthocyanidols et flavonoïdes), diminution du rythme cardiaque, amélioration de l'éjection systolique - Inotrope positif, dromotrope positif, chronotrope et bathmotrope négatif (inhibition de l'AMP-cyclique phosphodiesterase) - Spasmodique des muscles lisses (par les flavonoïdes) - Hypothermisant léger (souris) - Peu toxique - Pas d'accumulation dans l'organisme; <p>USAGE interne: - Favorise l'oxygénation du myocarde</p> <ul style="list-style-type: none"> - Renforce et ralentit les contractions cardiaques - Cardiotonique d'entretien (cure interdigitalique) - Arythmie cardiaque - Coronarites <p>ATTENTION: A doses élevées: risque de dépression respiratoire et cardiaque avec bradycardie;</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: calmant du muscle cardiaque, associé à la ballote fétide pour les crises nerveuses et d'épilepsie médecine vétérinaire homéopathique: même propriétés;</p>
<p>CRATOXYLUM ferrosium</p>	<p>Cratoxylon</p>	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - écorce en décoction: troubles abdominaux; - résine des jeunes branches: gale; scorbut; plaies; brûlures; - feuilles écrasées: brûlures;
<p>CREPIS zacintha (L.) Loisel., ZACINTHA VERRUCOSA GAERTN.</p>	<p>Crépide de Zante</p>	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante et fruits: verrues, dermatoses
<p>CRITHMUM MARITIMUM L.</p>	<p>Crithme maritime</p>	<p>PROPRIETES: reconstituant; antiscorbutique; équilibrant glandulaire; dépuratif; diurétique; digestif;</p> <ul style="list-style-type: none"> - essence extraite de la plante entière: ajoutée aux aliments ou à un vin médicinal: apéritif, facilite la digestion, supprimer les flatulences; <p>USAGE INTERNE: asthénie; déficiences glandulaires; obésité; lymphatisme; scorbut;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - en salade après macération avec un peu de sel; - stimulation de l'appétit et de la digestion: infusion ou décoction de 20-40g de plante fraîche ou non dans 1 litre d'eau; ou en additif alimentaire
<p>CROCUS SATIVUS L.</p>	<p>Safran</p>	<p>PROPRIETES: régule l'ocytocine (hormone hypophysaire);</p> <p>USAGE INTERNE: règles douloureuses et douleurs lombaires concomitantes; dyspepsies atoniques; toux quinteuses, spasmes bronchiques; asthme; à petite dose: réchauffant, calmant, tonifiant, stimulant; digestif; emménagogue; expectorant; antispasmodique; contre l'anémie; sédatif et tonique gastrique: facilite la digestion, stimule l'appétit; sédatif et tonique du système nerveux central: dépression,</p>

		<p>insomnie; contre les crampes et hypertrophie du foie; régulateur des règles (à la fois stimulant et sédatif de l'utérus); stomachique; carminatif; toux; asthme; douleurs gastro-intestinales, colique, diarrhée chronique;</p> <p>USAGE EXTERNE: troubles de la dentition; analgésiant de la muqueuse gingivale; éruptions; névralgies; rhumatismes, lombalgies;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - antispasmodique: 1 pointe de couteau dans les mets; asthme: 4g pour 1 litre d'eau bouillante; macérer 10mn et filtrer; - carminatif: infusion de 15g pour 1 litre d'eau; bouillir et infuser 15mn; 1-3 tasses par jour; - digestion, excite les fonctions digestives: 1 pointe de couteau dans les mets; asthme: 4g pour 1 litre d'eau bouillante; macérer 10mn et filtrer; - folliculite: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hypochole: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 2 tasses par jour; - incontinence urinaire: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 2 tasses par jour; - menstruation: menstruation irrégulière ou menstruation douloureuse: macérer 6-10 stigmates dans une tasse d'eau bouillante: boire 1 tasse par jour sans sucre; - psoriasis: infusion de 20g de fleurs et feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour. Décoction de 100g de fleurs et feuilles; bouillir 10mn; en applications locales; - règles, menstruation irrégulière ou menstruation douloureuse: macérer 6-10 stigmates dans une tasse d'eau bouillante: boire 1 tasse par jour sans sucre; - stimulant: infusion de 15g pour 1 litre d'eau; bouillir et infuser 15mn; 1-3 tasses par jour; - stomachique: infusion de 15g pour 1 litre d'eau; bouillir et infuser 15mn; 1-3 tasses par jour; - tonique: infusion de 15g pour 1 litre d'eau; bouillir et infuser 15mn; 1-3 tasses par jour; - urticaire: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 2 tasses par jour; <p>ATTENTION: ne pas utiliser en cas de grossesse; à forte dose, peut avoir les effets d'un stupéfiant; une dose de 10-12 grammes peut être mortelle;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - folliculite: Décoction de 80g de feuilles et fleurs; bouillir 10mn; en applications locales; - psoriasis: infusion de 20g de fleurs et feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour. Décoction de 100g de fleurs et feuilles; bouillir 10mn; en applications locales; <p>ASSOCIATION: bois de cèdre, champac, lavande, bois de rose, bois de santal</p>
CROTON tiglium	Croton	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - huile des graines: purgatif violent et dangereux; révulsif en usage externe; - graines en dose infime: épilepsie; malaria; congestion pulmonaire;
CRUCIATA glabra (L.) Ehrend., GALIUM VERNUM SCOPOLI	Gaillet du printemps	PROPRIETES: voir GALIUM aparine
CRUCIATA laevipes Opiz, GALIUM CRUCIATA (L.) SCOP.	Gaillet croisettes	PROPRIETES: voir GALIUM aparine; Cette plante avait autrefois la réputation de guérir l'épilepsie. Le suc de ses tiges était également appliqué sur la peau pour guérir la gale et les dermatoses.
CUCUBALUS BACCIFER L.	Cucubale à baies	PROPRIETES; contre hémorragies
CUCUMIS MELO L. *subsp. melo	Melon	<p>PROPRIETES: valeur alimentaire à peu près nulle; rafraîchissant; apéritif; laxatif; diurétique; rajeunissant cellulaire;</p> <p>USAGE INTERNE: anémies; tuberculose pulmonaire; constipation, hémorroïdes; oliguries; lithiase urinaire; goutte, rhumatisme; tempérament bilieux; soins du visage;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruit tel quel, début du repas: sel et poivre le rendant plus digeste et moins laxatif; - anémie: le fruit mûr tel quel; - reconstituant: 200g de pulpe de melon par jour, le matin; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - brûlure légère: cataplasme de pulpe; - inflammation externe: pulpe comme cataplasme sur la partie atteinte; - oedème solaire: broyer la chair d'un melon avec ses graines; appliquer en

		cataplasme dans un linge fin pendant 10mn; sécher délicatement sans frotter avec un linge fin; ou émulsion composée de jus de melon additionnée d'huile d'olive; laisser appliquée 10mn puis sécher délicatement sans frotter avec un linge fin;
CUCUMIS SATIVUS L.	Concombre cultivé, Cornichon	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruit: rafraîchissant; dépuratif; dissolvant de l'acide urique et des urates, diurétique; hypnotique léger; apaise les coups de soleil; - partie charnue du fruit: on fabrique une pommade "cold cream" qui adoucit la peau; - feuilles: fièvres; grippe intestinale; <p>USAGE INTERNE: états subfébriles; intoxications; coliques et irritations intestinales; tempéraments bilieux et sanguins; goutte, arthritisme; gravelle; colibacillose;</p> <p>USAGE EXTERNE: prurit, dartres; soins de la peau;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - bothriocéphales: cru: pour certains assez indigeste; bothriocéphales: vers plats, semblables au ténia, se développant dans l'intestin: consommer en grande quantité les fruits sans les peler et sans les saler; - colique intestinale: concombre cuit; - goutte: jus cru à boire; - intestin, colique, irritation: concombre cuit; - irritation intestinale: concombre cuit; - prurit d'origine hépatique: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - uricémie: consommer les fruits sans sel et sans les éplucher; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - paupières fatiguées: 1 tranche de concombre sur chaque paupière pendant 20-30mn; - peaux grasses: lotions du visage avec l'eau de cuisson non salée; - rides: applications de rondelles de concombre; - soins du visage: lait de concombre: écraser 50g d'amandes douces décortiquées; verser lentement 250g de jus de concombre bouilli et refroidi; passer à travers une mousseline; ajouter 250g d'alcool et 1g d'essence de roses; en lotions; - taches de rousseur: macération de rondelles de concombre dans du lait cru;
CUCURBITA MAXIMA Duchesne	Potiron	<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ténia, ténifuge, vers solitaire: prendre des graines de potiron -30-40g pour enfants, 80-100g pour adulte-; les décortiquer et les piler avec une quantité égale de miel jusqu'à obtenir une pâte homogène; il est possible de parfumer le mélange avec de l'eau de fleur d'oranger; faire 1 journée de jeûne; le lendemain, avaler ce mélange à jeun en 3 prises espacées de 30mn; 1 heure plus tard, prendre 1 cuillerée d'huile de ricin; ne rien absorber d'autre sauf 1 bol de lait à midi; le soir, 1 bol de bouillon de légumes cuits sans beurre ni matières grasses;
CUCURBITA PEPO L. *subsp. PEPO	Courgette, Patisson	<p>PROPRIETES: nutritif, sédatif, rafraîchissant, émollient, pectoral, laxatif, diurétique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - semences: antihelminthique non irritant et non toxique; vermifuge; troubles de la prostate; <p>USAGE INTERNE: asthénies; inflammations urinaires; insuffisance rénale; hémorroïdes; dyspepsies; entérites, dysenterie; constipation; affections cardiaques; insomnies; diabète;</p> <ul style="list-style-type: none"> - semences: ténia, bothriocéphale; ascaris; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cru mélangé aux hors-d'œuvre, en soupes, à l'étouffée; - ascaris: - semences: 30 à 50g pilées dans du miel: absorber en 3 fois toutes les 1/2 heures; 1 heure après, prendre tisane purgative (1 cuil. à soupe d'écorce de bourdaine bouillie 2 à 3mn dans 1 tasse d'eau, ajouter 1 cuil. de folioles de séné et infuser 10mn); - bothriocéphale: - semences: 30 à 50g pilées dans du miel: absorber en 3 fois toutes les 1/2 heures; 1 heure après, prendre tisane purgative (1 cuil. à soupe d'écorce de bourdaine bouillie 2 à 3mn dans 1 tasse d'eau, ajouter 1 cuil. de folioles de séné et infuser 10mn); - calmant: semences décortiquées et broyées cuites dans eau ou lait; - constipation: consommer en grande quantité la pulpe du fruit; - dyspepsie: consommer la pulpe de n'importe quelle façon;

		<ul style="list-style-type: none"> - inflammation de l'urètre: pulpe à consommer en potage ou cuite au four; - insomnie: semences décortiquées et broyées cuites dans eau ou lait; - laxatif: 1 verre de suc, chaque matin à jeun; - oxyures: consommer en quantité les graines torréfiées; - prostate: hypertrophie et congestion: décoction de 100g de graines; bouillir 15mn; 3 tasses par jour; - rafraichissant: semences décortiquées et broyées cuites dans eau ou lait; - ténia: - semences: 30 à 50g pilées dans du miel: absorber en 3 fois toutes les 1/2 heures; 1 heure après, prendre tisane purgative (1 cuil. à soupe d'écorce de bourdaine bouillie 2 à 3mn dans 1 tasse d'eau, ajouter 1 cuil. de folioles de séné et infuser 10mn); <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès: pulpe comme cataplasme; - brûlure: pulpe fraîche du fruit en cataplasme froid; - gangrène sénile: pulpe comme cataplasme; - inflammation externe: pulpe comme cataplasme sur la partie atteinte;
CUMINUM CYMINUM L.	Cumin	<p>PROPRIETES: propriétés analogues à celles de l'anis, carvi, coriandre: carminatif (élimine les gaz putrides); piquant; amer; dépuratif; digestif; sédatif; antispasmodique; rééquilibrant; galactogène; favorise les règles; diurétique; vermifuge tonique; stimulant physique et sexuel; flatulence; colique; diarrhée;</p> <ul style="list-style-type: none"> - huile essentielle en quantité modérée et fruits: stomachique; carminative; galactagogue; <p>USAGE INTERNE: ballonnements, dyspepsies nerveuses, aérophagie, ballonnements; érétisme cardio-vasculaire; règles insuffisantes; lactation; parasites intestinaux; stomachique; diurétique; trouble digestif; crampes;</p> <p>USAGE EXTERNE: engorgement des seins; diminution de l'audition;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: dans la cuisine (saucisse, pain, soupes...);</p> <ul style="list-style-type: none"> - aérophagie: rajouter des graines à la nourriture; - atonie gastrique; dyspepsies dues à des flatulences; pour soulager les douleurs abdominales: rajouter des graines à la nourriture; ou infusion de 20 g de fruits pendant 25 mn; 2-3 tasses par jour; - ballonnement: saupoudrer les aliments de graines ou poudre de graines; - crampe digestive: saupoudrer les aliments de graines ou poudre de graines; - digestion, trouble digestif: saupoudrer les aliments de graines ou poudre de graines; - diurétique: infusion d'1 cuillerée à café de graines pour 1 tasse d'eau; bouillir et infuser 10mn; 1 tasse après les repas; - douleurs abdominales sans fièvre: faire chauffer ½ litre d'eau; y ajouter 1 cuillerée à soupe de cumin et mélanger soigneusement; ½ verre toutes les 15 minutes, pour atténuer les douleurs; - dyspepsies dues à des flatulences: infusion de 30g de fruits pendant 25mn; 3 tasses par jour; - stomachique: infusion d'1 cuillerée à café de graines pour 1 tasse d'eau; bouillir et infuser 10mn; 1 tasse après les repas; - trouble digestif: saupoudrer les aliments de graines ou poudre de graines; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - audition fléchissante: décoction chaude dans l'oreille; - douleurs du foie, de l'estomac et de la vésicule biliaire: cataplasme: laisser macérer 2 heures 2 cuillères à soupe de graines dans de l'eau chaude; filtrer, sécher, puis broyer les graines; ajouter quelques gouttes de menthe poivrée, un peu de farine et d'eau chaude juste assez pour obtenir une pâte, bien mélanger, étaler sur un morceau de mousseline ou de linge fin et appliquer sur l'abdomen; - estomac, douleurs de l'estomac: cataplasme: laisser macérer 2 heures 2 cuillères à soupe de graines dans de l'eau chaude; filtrer, sécher, puis broyer les graines; ajouter quelques gouttes de menthe poivrée, un peu de farine et d'eau chaude juste assez pour obtenir une pâte, bien mélanger, étaler sur un morceau de mousseline ou de linge fin et appliquer sur l'abdomen; - foie, douleurs du foie: cataplasme: laisser macérer 2 heures 2 cuillères à soupe de graines dans de l'eau chaude; filtrer, sécher, puis broyer les graines; ajouter quelques gouttes de menthe poivrée, un peu de farine et d'eau chaude juste assez pour obtenir une pâte, bien mélanger, étaler sur un morceau de mousseline ou de linge fin et appliquer sur l'abdomen; - oreille: audition fléchissante: décoction chaude dans l'oreille;

		<p>- vésicule biliaire, douleur de la vésicule biliaire: cataplasme: laisser macérer 2 heures 2 cuillères à soupe de graines dans de l'eau chaude; filtrer, sécher, puis broyer les graines; ajouter quelques gouttes de menthe poivrée, un peu de farine et d'eau chaude juste assez pour obtenir une pâte, bien mélanger, étaler sur un morceau de mousseline ou de linge fin et appliquer sur l'abdomen;</p> <p>ASSOCIATION: citron, poivre commun, coriandre, lavande, romarin</p>
CUPRESSUS SEMPERVIRENS L.	Cyprès toujours vert	<p>PROPRIETES: astringent (resserre les tissus et diminue les sécrétions); action sur la circulation;</p> <p>- huile essentielle: antiseptique;</p> <p>- noix: circulation veineuse (varices, hémorroïdes);</p> <p>- huile de cyprès, distillat de feuilles, branches et cônes, à odeur fraîche et résineuse de camphre: astringent; contracte les veines pour diminuer les ruptures de capillaires; tonique circulatoire dans le cas de varices et d'hémorroïdes; antispasmodique pour réduire la toux; frein du système parasymphatique; stimule les oestrogènes;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- varice: 15g de galbules -noix de cyprès- pour ½ litre d'eau; bouillir 15mn; infuser 10mn; filtrer; 1 grand bol matin et soir;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- hémorragie veineuse: décoction de 40g de feuilles et rameaux; bouillir 10mn; en applications locales;</p>
CURCUMA longa L.	Curcuma, Arrowroot	<p>PROPRIETES: antiseptique; réchauffant; amer; piquant; astringent; fortifie la vésicule biliaire; inhibe la formation de caillots dans le sang, le purifie; détruit les toxines du foie et l'aide à métaboliser les graisses; protecteur de la cellule hépatique; action anti-inflammatoire, non stéroïde; réduit la fécondité;</p> <p>- racine: stimule la circulation; réduit contusions et caillots; indigestion; toux; aménorrhée; pharyngite; problèmes cutanés; diabète; arthrite; anémie; plaies; toutes déficiences du système immunitaire;</p> <p>- feuilles en pâte sur furoncles;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion: faire chauffer 1 tasse de lait et retirer avant ébullition; incorporer 1 cuillère à café de poudre de curcuma; boire 3 tasses par jour.</p> <p>ATTENTION: ne pas utiliser en cas d'hépatite ou de grossesse;</p> <p>ASSOCIATION: gingembre, musc, aunée</p>
CURCUMA xanthorrhiza	Curry	<p>PROPRIETES: cholérétique (essence); cholagogue; cholestérolytique (essence); antispasmodique; bactéricide; dépuratif; hypotension par vasodilatation périphérique;</p> <p>USAGE INTERNE: insuffisance et congestion hépatique (de la malaria...); ictère; cholécystite, angiocholite; rétention biliaire; lithiase biliaire; hypercholestérolémie; fermentations intestinales; infections urinaires; cellulite</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion de 20g pour 1 litre d'eau; infuser 10mn; 200 à 300g par jour</p>
CUSCUTA EPILINUM WEIHE	Cuscute du lin	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: phtisie</p>
CUSCUTA EPITHYMIUM (L.) L. *SUBSP. EPITHYMIUM BEGER	Cuscute du thym	<p>PROPRIETES: plante: apéritif; antiscorbutique; purgatif; laxatif; cholagogue; carminatif; détersif;</p> <p>USAGE INTERNE: constipation atonique et par insuffisance biliaire; ballonnements;</p> <p>USAGE EXTERNE: plaies;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- aérocolie: 10g de plante entière en infusion; infuser 20mn; 1-2 tasses par jour; constipation; mélancolie;</p> <p>- constipation: faire macérer 300 g de plante entière pendant 10 jours dans du vin blanc sec; 1 verre à liqueur avant les repas;</p> <p>- mélancolie: faire macérer 12 jours dans 1 litre de vin blanc sec, 350g de plante entière; 1 verre à Porto avant les repas;</p>

		<p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plaies: infusion pour les nettoyer
CUSCUTA EUROPAEA L.	Cuscute d'Europe, Barbe de moine	<p>PROPRIETES: Pour les médecins du Moyen-âge, la cuscute était une panacée car elle captait, pensaient-ils, les principes actifs des espèces qu'elle parasitait. Il semblerait aujourd'hui, qu'elle ne soit que légèrement laxative.</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: apéritif, antiscorbutique, purgatif, rhumatismes
CUSCUTA MONOGYNA VAHL *subsp. monogyne	Cuscute à un style	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: purgatif, phtisie
CUSCUTA SUAVEOLENS SERINGE	Cuscute odorante	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: amer, purgatif
CYCLAMEN purpurascens Miller *subsp. purpurascens, CYCLAMEN EUROPAEUM L.	Cyclamen d'Europe	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: âcre; vomitif; purgatif; sternutatoire; effet émétique et cathartique; action hémolytique (anti ecchymotique) et anti tumorale
CYDONIA OBLONGA MILL.	Cognassier commun	<p>PROPRIETES: astringent; stomachique; apéritif et fortifiant; hépatique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs, feuilles: antispasmodique; sédatif; l' association tanin-pectine rend le coing précieux pour exercer sur les muqueuses digestives une action émolliente et astringente; maux de gorge; diarrhées; - feuilles: astringent, stomachique;- graines: adoucissant, émollient; - suc des fruits: expectorant, pour faire des cataplasmes; - vin de coing (infusion à froid des fruits coupés en tranche): contre la faiblesse générale, usité en gargarismes contre affections de la bouche et des gencives. <p>USAGE INTERNE: diarrhées, dysenteries; vomissements; tuberculose (hémoptysies); sialorrhée; catarrhes; leucorrhées; inappétence; insuffisance hépatique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - pépins en décoction ou en émulsion en les pilant dans une peu d'eau: émollient; adoucissant; <p>USAGE EXTERNE: prolapsus rectal et utérin, fissures anales; gerçures des seins, crevasses, irritations</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - compotes; - gelée; - fruit desséché; <ul style="list-style-type: none"> - coqueluche: infusion de fleurs: 30g par litre, ou 50g de feuilles par litre; - gorge, maux: décoction ou un sirop de fruit; - diarrhée: décoction ou un sirop de fruit; ou pâte de coing - maux de gorge: décoction ou un sirop de fruit - toux: infusion de fleurs: 30g par litre, ou 50g de feuilles par litre; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - angine: infusion 150g de coings; infuser 3 heures; avec un jus de citron: en gargarisme; - brûlure: pépins pilés, macérés dans 1/2 verre d'eau tiède: en application; - coup de soleil: décoction d'1 cuillerée de grains dans 1 verre d'eau; bouillir 20 mn; laisser refroidir; en compresses; pépins pilés, macérés dans 1/2 verre d'eau tiède: en application; - crevasse: pépins pilés, macérés dans 1/2 verre d'eau tiède: en application; - engelure: pépins pilés, macérés dans 1/2 verre d'eau tiède: en application; - gerçures: infusion de 200g de grains pendant 3 heures; en applications locales; - gerçures des seins: pépins pilés, macérés dans 1/2 verre d'eau tiède: en application; - hémorroïde: pépins pilés, macérés dans 1/2 verre d'eau tiède: en application; - irritations diverses: pépins pilés, macérés dans 1/2 verre d'eau tiède: en application;
CYMBALARIA muralis G. Gaertn., B. Mey. & Scherb. *subsp. muralis, LINARIA CYMBALARIA (L.) MILLER	Ruine de Rome	<p>PROPRIETES: astringent, vulnéraire, antiscorbutique, gale</p>
CYMBOPOGON giganteus Chiov.	Citronnelle de Brousse	<p>PROPRIETES:</p> <p>1. Utilisation populaire:</p> <p>Les Malinkés boivent la décoction de feuilles pour guérir le rhume, les migraines et la conjonctivite. Les racines séchées et pulvérisées sont employées en inhalation nasale dans le traitement des maux de tête et du paludisme.</p> <p>Les peulhs l'utilisent dans le traitement de certains maux de tête et des maladies</p>

		<p>mentales.</p> <p>Les européens l'ont utilisée au moment des épidémies de fièvre jaune.</p> <p>Selon Kerharo, le macéré aqueux de la plante entière est donnée comme diurétique, anti-blennorragique et revitalisant au Sénégal Oriental.</p> <p>2. Utilisation par les guérisseurs: Les tradipraticiens camerounais attribuent à la plante, des propriétés antipyrétiques.</p> <p>Au Sénégal, en association avec d'autres plantes, les guérisseurs wolofs lui reconnaissent une grande efficacité dans le traitement des maladies pulmonaires.</p> <p>Au Mali, l'infusion de la plante entière ou de fleurs est prescrite pour le traitement de la bilharziose, la fièvre jaune et de la jaunisse. Au Burkina Faso, De La Pradilla indique l'emploi des sommités fleuries réduites en poudre, en cataplasme et en massage pour soulager la douleur des piqûres de scorpions.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - estomac, maux d'estomac: faire infuser 25 g de feuilles fraîches ou 10 g de feuilles sèches dans un litre d'eau; boire une ou deux tasses au besoin; prendre pendant les repas. - fièvre: faire infuser 25 g de feuilles fraîches ou 10 g de feuilles sèches dans un litre d'eau; boire une ou deux tasses au besoin. - maux d'estomac: faire infuser 25 g de feuilles fraîches ou 10 g de feuilles sèches dans un litre d'eau; boire une ou deux tasses au besoin ; prendre pendant les repas. <p>PHARMACOLOGIE: Les propriétés antiseptiques pulmonaires et fébrifuges ont été prouvées expérimentalement. Le rutoside s'est révélé doué de propriétés hypotensive et diurétique.</p>
CYNANCHUM ACUTUM L.	Scammonée de Montpellier	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - latex ou suc blanc: violent purgatif
CYNARA CARDUNCULUS L.	Artichaut sauvage	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - racines: diurétique, apéritif; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cholagogue: décoction de 50 g de feuilles; bouillir 10 mn; 2-3 tasses par jour; - hypocholie: décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - oedème: décoction de 80g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
CYNARA scolymus L.	Artichaut	<p>PROPRIETES: très digestible cru, énergétique et constructeur, stimulant, apéritif, tonique hépatique (cholagogue), tonicardiaque, dépuratif sanguin, antitoxique, diurétique: favorise élimination de l'urée, du cholestérol en excès et de l'acide urique; résolutif; ictère; hydropisie; entrave la sécrétion lactée des nourrices; cholérétique; circulatoire; apéritif; fébrifuge; laxatif; tonique; rajeunissant tissulaire; stimule la sécrétion de la bile; contre l'artériosclérose, l'anémie, la cirrhose alcoolique, les toxines ou l'hépatite;</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles, tige: très amer, fébrifuge; <p>USAGE INTERNE: asthénie, surmenage, croissance, congestion et insuffisance hépatique, insuffisance rénale, oligurie, lithiase, rhumatisme, goutte, arthritisme, intoxications, infections intestinales; athérosclérose et signes associés (vertiges, bourdonnements d'oreilles, céphalées, mouches volantes dans les yeux, sensations de doigts morts...); états pléthoriques; affections hépato rénales; excès d'urée sanguine; lithiase urinaire; hydropisie; eau de cuisson des artichauts, très riche en sels minéraux: pour potages sauf pour les arthritiques, les gouteux et en cas d'affections urinaires; constipation; digestion difficile;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion de 10g de feuilles pour 1 litre d'eau: 1 tasse avant les repas (très amère); - artériosclérose: décoction de 50g de feuilles; bouillir 12mn; 2-3 tasses par jour loin des repas; - anémie: les bractées charnues du capitule; faire bouillir l'artichaut légèrement et assaisonner; - cholagogue: décoction de 50 g de feuilles; bouillir 10-12 mn; 2-3 tasses par jour; - constipation: consommer les bractées crues ou cuites avec de l'huile d'olive et du sel; - dépuratif hépatique, dépuratif du sang: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - dépuratif des voies urinaires: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - diarrhée chronique: jeunes artichauts crus; - diurétique: laisser infuser des feuilles pendant 15 mn; ou bien décoction de 30 g

		<p>de feuilles sèches pendant 10 mn dans 1 litre d'eau; 1 tasse ½ avant chaque repas pendant 1 semaine;</p> <p>- engourdissement: décoction de 50g de feuilles d'artichaut après repos de 15 mn: 3 tasses par jour;</p> <p>- goutte: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; Décoction de 200g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; ou racine diurétique en décoction dans vin blanc;</p> <p>- gravelle: décoction de 200g de racines; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; ou racine diurétique en décoction dans vin blanc;</p> <p>- hydropisie: décoction de 200g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; ou racine diurétique en décoction dans vin blanc;</p> <p>- hyperazotémie: décoction de 50 g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- hypercholestérolémie: cru ou cuit dans très peu d'eau -boire le jus de cuisson; ou décoction de 50 g de feuilles; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- hypergalactie: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- ictère: racine diurétique en décoction dans vin blanc;</p> <p>- insuffisance hépatique: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- intoxication: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour.</p> <p>Manger aussi les bractées;</p> <p>- jaunisse: décoction de 40g de feuilles; bouillir 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- minéralisant: faire cuire les bractées et la tige et consommer avec huile et citron;</p> <p>- obésité: décoction de 50g de feuilles; bouillir 15mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;</p> <p>- psoriasis: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- rhumatisme: décoction de 200g de racines; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; ou racine diurétique en décoction dans vin blanc;</p> <p>- rhumatisme articulaire subaigu: décoction de 60g de racines; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;</p> <p>- tonique: consommer les bractées avec huile, citron et sel, aussi bien crues que cuites. Décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- tonique de l'estomac: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec une tranche de citron;</p> <p>- urémie: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- uricémie: décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel;</p> <p>- urticaire: voir aussi radis noir; décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour loin des repas;</p> <p>- vision: fortifiant: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour. Utiliser aussi comme collyre;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- vision: fortifiant: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour. Utiliser aussi comme collyre;</p> <p>Médecine vétérinaire moderne:</p> <p>- affections hépatiques et hépatorénales</p> <p>- associé à des acides aminés pour les acétoses du bovin, la fièvre vitulaire, l'œdème de lactation, la toxémie de gestation de la brebis</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: draineur hépatobiliaire</p>
CYNODON DACTYLON (L.) Pers. *var. dactylon	Chiendent commun	<p>PROPRIETES: parties souterraines: tisane diurétique, rafraîchissant;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- néphrite: décoction de 50g de rhizome; faire bouillir 10mn; jeter la l'eau après 2mn d'ébullition et laver la plante dans de l'eau courant, puis faire bouillir une nouvelle fois; 3 tasses par jour;</p>
CYNOGLOSSUM OFFICINALE L.	Cynoglosse officinal	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles: émollient;</p> <p>- racines: calmant, narcotique;</p> <p>USAGE EXTERNE: émollient; légèrement astringent;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- bronchite humide: décoction de 30g de racine de la 2° année ou l'écorce des tiges; bouillir 15mn; 2 tasses par jour avec du miel;</p> <p>- dysenterie bacillaire: décoction de 20g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- gastrectasie: décoction de 20g d'écorce; bouillir 10mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- hémoptysie: décoction de 30g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour;</p>

		- toux laryngée: décoction de 20g d'écorce; bouillir 10mn; 2 tasses par jour avec du miel;
CYPERUS LONGUS L. *SUBSP. LONGUS	Souchet long	PROPRIETES: - parties souterraines: stomachique, sudorifique
CYPERUS ROTUNDUS L *subsp. rotundus	Souchet officinal	PROPRIETES: - tubercules: stimule le système gastro-intestinal, combat les douleurs menstruelles et digestives, maladies de l'estomac, des poumons, de la vessie
CYTINUS HYPOCISTIS (L.) L. *subsp. hypocistis	Cytinet hypociste	PROPRIETES: - suc: astringent, utilisé contre la dysenterie et contre les hémorragies
CYTISUS oromediterraneus Rivas Mart. & al., CYTISUS PURGANS (L.) BENTH.	Cytise purgatif	PROPRIETES: - graines: purgatif à la manière du "séné"
CYTISUS scoparius (L.) Link *subsp. scoparius *var. scoparius,	Genêt à balais	PROPRIETES: Il est cardiotonique, hypertensif, vasoconstricteur ou vaso-constricteur et diurétique (les fleurs). Il est efficace dans les arythmies. Lors de l'accouchement, la spartéine, alcaloïde extraite du genêt est utilisée pour provoquer les douleurs et hâter l'expulsion de l'enfant. - terminaisons florales narcotiques, d'abord excitantes puis stupéfiantes; - plante entière, y compris fleurs et graines: diurétique éliminateur des chlorures (scoparine); tonicardiaque (spartéine): tonique des nerfs propres du cœur, différent de la digitaline et de la strophantine (toniques du muscle cardiaque); vasoconstricteur ou vaso-constricteur; cardiotonique; hypertensif; antiscrofuleux; antitoxique; purgatif; émétique; antivenimeux (en ingestion et en applications); maladies du foie; action tonique sur le tube digestif; active la respiration; néphrite; - suc de la plante additionné d'alcool ou l'infusion dans du vin blanc: albuminurie, hydropisie, énergique diurétique; - Spartéine: Action synaptolytique (inhibiteur compétitif de l'acétylcholine); Action stimulante puis paralysante au niveau des ganglions du système nerveux sympathique et parasympathique; Action nicotinique paralysante au niveau du système cardio-vasculaire: augmentation du tonus du myocarde et action dépressive sur le tissu intracardiaque; Action ocytocique; - Dopamine: Vaso-constricteur; Neuromédiateur; - Flavonoïdes: diurétique; USAGE INTERNE: œdèmes des cardio-rénaux (seconde les effets du traitement digitalique); affections pulmonaires aiguës (pleurésie, pneumonie, broncho-pneumonie); lithiase urinaire; oligurie des fièvres éruptives; ascite; hémophilie; hémorragies obstétricales, gingivales; scrofule, faiblesse générale; goutte; rhumatisme; albuminurie; POSOLOGIE INTERNE: - n'utiliser les fleurs qu'en boutons, sans dépasser la dose usuelle (5g / jour); - albuminurie: suc de la plante additionné d'alcool ou l'infusion dans du vin blanc; - ascite: 1 litre d'infusion par jour, en 4 fois, entre les repas, pendant 1 mois; - diurétique, maladie du foie: poudre des fleurs comme additif alimentaire; oligurie; tachycardie; ou infuser 1 cuillerée à café de fleurs par tasse (25g pour 1 litre d'eau); infuser 10mn; d'abord 1 tasse par jour, et si elle est bien supportée, 2-3 tasses par jour; - hydropisie: infusion de 20g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hypotension artérielle: infusion pour renforcer les artères; - maladie de Bright: faire fondre à froid pendant 24 heures dans 1 litre de vin blanc sec, 35g de cendre de genêt; boire 40-70g par jour; - oligurie: infusion de 5g de fleurs pendant 15mn; par cuillerées dans la journée; - tachycardie: infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel; Risques - Interdite pendant la grossesse (utérotonique) - Contre indiqué dans l'hypertension artérielle et patients soumis à un traitement IMAO - L'activité due à la teneur en alcaloïdes nécessite un dosage précis A dose trop forte: - Vomissements, vertiges, bradycardie, asthénie musculaire et convulsions Dans les cas graves: - Paralysie et coma; Les fruits peuvent contenir une proportion notable de lupanine toxique (poison

		<p>hépatique et nerveux)</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: Spartéine en poudre, sérum, soluté</p> <ul style="list-style-type: none"> - hyposystolie ou asystolie avec oedème chez le chien - atonie cardiaque lors d'une pneumonie contagieuse du cheval - associé à la morphine lors d'anesthésie au chloroforme ou à l'éther - associé au camphre
DAPHNE bholua	Daphné	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - écorce en décoction: soulage des fièvres; - jus de racines: combat désordres intestinaux; - graines, toxiques: élimination des vers
DAPHNE CNEORUM L.	Daphné camélee	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles et fruits: abortif
DAPHNE GNIDIUM L.	Daphné gnidium	<p>PROPRIETES: décoction feuilles et graines: purgatif (dangereux);</p> <ul style="list-style-type: none"> - écorce fraîche et écorce sèche après macération dans du vinaigre: vésicant
DAPHNE LAUREOLA L. *SUBSP. LAUREOLA	Daphné lauréole	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruits: purgatif
DAPHNE MEZEREUM L.	Daphné bois joli	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - baies toxiques: purgatif; - écorce vénéneuse: stimulant contre affections chroniques de la peau et les rhumatismes (seulement en homéopathie); - feuilles et fruits: émétique, purgatif;
DATURA innoxia Mill., DATURA METEL L.	Datura métel	<p>PROPRIETES: voir DATURA stramonium</p>
DATURA STRAMONIUM L. *subsp. stramonium *var. stramonium	Datura stramoine	<p>PROPRIETES: sédatif du système nerveux (action comparable à celle de la belladone et de la jusquiame); antispasmodique; névralgie; asthme; épilepsie; rhumatismes;</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: crises d'asthme; salivation excessive; - fleurs: anesthésiant dans les cas de caries dentaires et de petites interventions; racines et fleurs en usage externe: rhumatismes; - Aphrodisiaque et hallucinogène à faible dose, autrefois employée pour soigner la folie - Peut induire un sommeil profond de longue durée semblable à la mort, à dose toxique elle provoque une insensibilité totale et une mort presque indolore La scopolamine est moins toxique que l'atropine et plus lipophile, de ce fait elle passe plus facilement la barrière hémato-encéphalique La scopolamine est utilisée sous forme de médicament transdermique à placer derrière l'oreille pour la prévention des maux de voyage et des nausées. <p>USAGE INTERNE: Parkinson; névralgies (faciales et autres); asthme (surtout nerveux); transpiration; anxiété;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - asthme: fumer des feuilles roulées en cigarettes (1.5g de feuilles pour 1 crise d'asthme, pures ou mélangées à de la sauge ou feuilles de mauve); <p>ATTENTION: très vénéneuse, la stramoine provoque la démence et même la mort;</p>
DAUCUS CAROTA L. *subsp. carota	Carotte	<p>PROPRIETES: tonique; reminéralisant; antianémique (augmente nombre de globules rouges et hémoglobine); renforce immunités naturelles; facteur de croissance; régulateur intestinal (anti diarrhéique et laxatif à la fois), antiputride, cicatrisant intestinal; antiputride, cicatrisant gastrique; dépuratif; fluidifiant biliaire; pectoral; diurétique; favorise la lactation; vermifuge; rajeunissant tissulaire et cutané; cicatrisant des plaies; faire baisser la tension; antiseptique urinaire;</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruits: contre la gueule de bois; <p>USAGE INTERNE: asthénies; troubles de la croissance, déminéralisation, rachitisme, caries dentaires; anémies; certaines insuffisances de l'acuité visuelle; entérocolites, infections intestinales; diarrhées infantiles et de l'adulte; colibacillose; constipation; ulcères gastroduodénaux; hémorragies gastro-intestinales; affections pulmonaires (tuberculose, bronchites chroniques, asthme); scrofulose; rhumatismes, goutte, gravelle; athérosclérose; insuffisances hépato biliaires; ictères; insuffisance lactée des nourrices; dermatoses; parasites intestinaux (ténia); prévention des maladies infectieuses et dégénératives; prévention du vieillissement et des rides; coliques néphrétiques;</p> <p>USAGE EXTERNE: plaies, ulcères, brûlures, furoncles; dermatoses (eczéma, dartres, impétigo de la face); engelures, gerçures; abcès et cancers du sein</p>

(traitement d'appoint); épithéliomas

POSOLOGIE INTERNE:

- bouillon de fanes très riche en sels minéraux;
- anémie: 50-150g de jus de carotte frais avec 1 pincée de sel; ou suc de carottes crues: de 50 à 500g par jour au lever et au coucher; pur ou avec du lait;
- apéritif: infusion, 1 cuillerée à café pour 1 tasse d'eau bouillante;
- carminatif: semences à la dose de 1 à 5 g pour 1 tasse d'eau bouillante;
- cholagogue: 30-120 g par jour de jus de la racine dans 2 parties d'eau et 4 parties de sucre; par cuillerées;
- colibacillose: 100-150 g de jus de carotte par jour;
- colique néphrétique: infusion de 50 g de racine et graines pendant 45 mn; 3 tasses par jour;
- constipation: soupe;
- dépuratif hépatique: 100-200g par jour de jus de carotte;
- diabète: boire du jus;- diarrhée: jus ou soupe;
- diurétique: infusion, 1 cuillerée à café pour 1 tasse d'eau bouillante;
- emménagogue: infusion, 1 cuillerée à café pour 1 tasse d'eau bouillante;
- engorgement des glandes: 150g de jus frais par jour;
- enrrouement: 100-200g de jus de carotte avec du miel et du citron;
- entérite: 150-200g par jour de jus de carotte;
- fragilité infantile: 100-120g par jour de jus de carotte;
- galactagogue: infusion, 1 cuillerée à café pour 1 tasse d'eau bouillante;
- gravelle: hacher 100g de racines et faire bouillir pendant 15mn dans ½ litre d'eau; boire dans la matinées, tiède avec du miel;
- troubles de la grossesse: boire 50-100g par jour de jus de carotte;
- haleine fétide: boire 100-200g de jus de carottes râpées le matin à jeun;
- hypogalactie: 150-200g de jus de carotte par jour;
- hypo ménorrhée: décoction de 40g de racine et graines; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- hystérie: décoction de 40g de graines; bouillir 8-10mn; 3 tasses par jour loin des repas;
- insuffisance rénale: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- lithiase vésicale: décoction de 40g de graines; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour;
- mélancolie: 100-150g de jus de carotte par jour;
- minéralisant: 100-150g de jus de carotte par jour;
- oxyures: 150g par jour de jus frais de la racine;
- reconstituant: 200-250g de jus de carotte par jour;
- rhume de poitrine: découper 100g de racines et faire cuire dans de l'eau pendant 15mn; sucrer avec du miel et diluer dans de l'eau chaude; 1 verre le matin à jeun et 1 le soir, 20mn avant le coucher;
- stimulant: infusion, 1 cuillerée à café pour 1 tasse d'eau bouillante;
- ténia, ténifuge, vers solitaire: 200g de jus de carotte frais par jour;
- toux rebelle: racines fraîches. 150g de jus de carotte par jour;
- tristesse: 200g par jour de jus frais de carotte;
- ulcère gastroduodéal: 150g par jour de jus de carotte, par petites gorgées;
- varice: 100-150g de jus de carotte frais par jour;
- vaso-dilatateur ou vasodilatateur: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- vision: fortifiant: 200-250g par jour de jus de carotte;

POSOLOGIE EXTERNE:

- abcès, abcès chaud: décoction de carottes ou application de carottes râpées, ou cataplasmes de feuilles fraîches broyées, ou lotion de décoction de feuilles fraîches;
- abcès dentaire: décoction de feuilles de carottes en gargarismes;
- brûlures légères: râpée en cataplasme;
- décoction de feuilles de carottes en gargarismes: aphtes, abcès de la bouche; en bains ou lavages: engelures, gerçures;
- lotions au jus de carottes pour les soins du visage et du cou; brûlure; plaie scrofuleuse;
- coupures peu profondes: cataplasmes de jeunes carottes crues, râpées avec leurs feuilles;
- démangeaisons de la peau: carottes râpées très finement, en cataplasme dans un linge fin;
- eczéma: jus ou carotte râpée appliquée en cataplasme;
- furoncles: si douleur: jus ou carotte râpée appliquée en cataplasme;
- jambe, ulcère de jambe: décoction de carottes ou application de carottes râpées, ou cataplasmes de feuilles fraîches broyées, ou lotion de décoction de feuilles fraîches;

		<ul style="list-style-type: none"> - plaie récente ou atone: décoction de carottes ou application de carottes râpées, ou cataplasmes de feuilles fraîches broyées, ou lotion de décoction de feuilles fraîches; - plaie scrofuleuse: décoction de 100g de racine; bouillir 10mn; en applications locales; - ulcère de jambe: décoction de carottes ou application de carottes râpées, ou cataplasmes de feuilles fraîches broyées, ou lotion de décoction de feuilles fraîches;
DELPHINIUM STAPHISAGRIA L.	Dauphinelle staphisaigre	<p>PROPRIETES: graines: poison violent sur le coeur, l'appareil respiratoire, et l'appareil digestif;</p> <p>USAGE EXTERNE: - insecticide, parasiticide: graines;</p>
DESCURAINIA sophia (L.) Webb. ex Prantl.	Sisymbre sagesse	<p>PROPRIETES: - feuilles écrasées: autrefois appliquées sur plaies et ulcères pour les cicatriser; - feuilles en infusion: diarrhées, crachements de sang</p>
DIANTHUS CARYOPHYLLUS L.	Oeillet commun	<p>POSOLOGIE INTERNE: - asthénie psychique: infusion de 30g de pétales pendant 20mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - coryza: infusion de 40 g de pétales pendant 20 mn; en bains locaux;</p>
DICTAMNUS ALBUS L.	Dictamne blanc, Buisson ardent	<p>PROPRIETES: - plante: amer, cordial, sudorifique, antihelminthique, antispasmodique, anti hystérique; - plante en infusion ou poudre: chlorose, dyspepsies, scorbut; - feuilles: stomachique; vermifuge; digestif; tonique des nerfs; - écorce: tonique; antianémique; stimulant; - racine: diurétique; vermifuge; contractes les muscles utérins;</p> <p>USAGE INTERNE: feuilles: indigestions; parasites intestinaux.- écorce: asthénie; anémie;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - feuilles: 20g pour 1 litre d'eau; infuser 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- aménorrhée: écorce: 40g pour 1 litre d'eau; bouillir 2mn et infuser 10mn; 3 tasses par jour; - aménorrhée asthénique: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries; infuser 20mn; 2-3 tasses par jour; - asthénie: infusion de 30 g de feuilles et sommités fleuries pendant 18mn; 2-3 tasses par jour; - fermentation intestinale: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 15mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>Contre-indication en cas de grossesse et chez les sujets nerveux et excitables;</p>
DIGITALIS grandiflora Miller, DIGITALIS AMBIGUA MURRAY	Digitale à grandes fleurs	<p>PROPRIETES: - feuilles: sédatif, diurétique (à petite dose).</p> <p>Voir DIGITALIS purpurea;</p>
DIGITALIS lanata	Digitale	<p>PROPRIETES: - feuilles: certaines affections cardiaques; accroître la force des contractions cardiaques sans augmenter la consommation d'oxygène et réguler les battements cardiaques;</p>
DIGITALIS LUTEA L.	Digitale jaune,	<p>PROPRIETES: - plante: amer, émétique, purgatif.</p> <p>Voir DIGITALIS purpurea (mais propriétés médicales atténuées)</p>
DIGITALIS PURPUREA L.	Digitale pourpre	<p>PROPRIETES: Cette plante a des propriétés cardiotoniques mais c'est aussi une plante toxique. C'est un remède ancien, datant du treizième siècle. Il était utilisé alors dans le traitement externe des ulcères. Ses propriétés cardiotoniques ont été découvertes en 1775 (William Withering).</p> <p>tonicardiaque: ralentir, renforcer et régulariser le rythme cardiaque; diurétique indirect (par action cardiaque); relève la tension artérielle;</p> <p>- feuilles: amer, purgatif, émétique, fébrifuge, diurétique, antiscrofuleux (dangereux); - feuilles et graines: usage extérieur: abcès;</p> <p>- Cardiotonique: action sur le coeur en augmentant la contractibilité avec renforcement de l'amplitude, ralentissement du rythme, diminution de l'excitabilité, et de la conductibilité;</p>

		<p>La drogue n'est pas utilisée en phytothérapie. Seuls les hétérosides sont employés dans les insuffisances cardiaques à bas débit et dans les troubles de rythme supra ventriculaire;</p> <p>USAGE INTERNE: insuffisance du myocarde et ses conséquences: asystolie; arythmie; tachycardie; oligurie; œdèmes; ascite, hydropisies; anasarque;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion de 0.40g pour 120g d'eau bouillante; infuser 2 heures; en 2 fois dans la journée; - macération de 0.40g pour 300g d'eau froide; laisser 12 heures en contact et filtrer; en 2 fois dans la journée;</p> <p>CONTRE-INDICATIONS: troubles fonctionnels cardiaques des nerveux: aortites; embolies récentes; anévrismes; hémorragie cérébrale; maladie de Basedow; urémie; typhoïde surveillance médicale obligatoire en cas de traitement à la digitaline;</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne et moderne: - troubles fonctionnels du coeur, cardiopathies valvulaires aiguës ou chronique (contre indiqué dans les myocardites, car il provoque des contractions plus amples et plus énergiques, et les bradycardies) - hydropisies d'origine cardiaque: ascite, hydrothorax, hydropéricarde, provoque une diurèse tardive et prolongée d'intensité moyenne (contre indiqué en cas d'inflammation aiguë de l'intestin ou des reins) - affections fébriles avec pouls petit, filant et mou (stimulant et fébrifuge) teinture, solution d'intrait, sirop, à dose maximum pendant 3 à 4 jours (espacées de 8 à 10 jours de repos); Doses mortelles: 25-30g de feuilles vertes pour le mouton, 160-180g pour le boeuf, 120-140g pour le cheval;</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: pour les néphrites chroniques avec urines rares, sans douleur et essoufflement, myocardites (avec pouls lent, irrégulier, faible), répugnance à l'effort, péricardite, oedème d'origine centrale ou rénale, ascites</p>
DILLENIA indica	Dillénie	<p>PROPRIETES: - écorce: muguet; - jus de feuilles: calvitie;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - calvitie: jus des feuilles;</p>
DILOTAXIS MURALIS (L.) DC. *subsp. MURALIS	Diplotaxis des murailles	<p>PROPRIETES: stimulant; diurétique; expectorant; antiscorbutique;</p>
DILOTAXIS TENUIFOLIA (L.) DC.	Diplotaxis à feuilles ténues	<p>PROPRIETES: stimulant; diurétique; expectorant; antiscorbutique;</p> <p>USAGE INTERNE: bronchites chroniques; adénopathies trachéo-bronchiques;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - hémorroïdes: infusion de 60g de plante entière fleurie pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - impuissance: infusion de 60g de plante entière fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas; - urticaire: infusion de 60g de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p>
DIPSACUS FULLONUM L.	Chardon à foulon	<p>PROPRIETES: racine: diurétique; sudorifique; orgelets; panaris; tonique pour le foie; tonique pour l'estomac; apéritif; phtisie; L'eau de pluie ou de rosée recueillie dans la coupe des feuilles avant le lever du jour était d'un usage populaire contre les taches de rousseur; dans les Charente, on lui donne le nom d'" eau de nuit ", elle servait à laver les dartres.</p> <p>USAGE INTERNE: dermatoses prurigineuses; psoriasis; eczéma; acné;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - décoction: 1 cuillerée à café par tasse; bouillir 10mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- gravelle: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - hydropisie: décoction de 60g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour. Faire macérer dans 1 litre de vin blanc sec, 8 jours, 40g de racine, puis filtrer; 2-3 verres par jour; - hyperazotémie: décoction de 60 g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - urticaire: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE: L'eau de pluie ou de rosée recueillie dans la coupe des feuilles avant le lever du jour était d'un usage populaire contre les taches de rousseur; dans les Charente, on lui donne le nom d'" eau de nuit ", elle servait à laver les dartres.</p> <ul style="list-style-type: none"> - cernes autour des yeux: eau accumulée à l'aisselle des feuilles; - rides: eau accumulée à l'aisselle des feuilles; - yeux irrités: eau accumulée à l'aisselle des feuilles;
DITTRICHIA graveolens (L.) W. Greuter	Dittriche fétide	PROPRIETES: contre morsures de serpent; asthme
DITTRICHIA viscosa (L.) Greuter *subsp. viscosa	Dittriche visqueuse	PROPRIETES: - plante: aromatique, maladies de la vessie
DORONICUM AUSTRIACUM JACQ.	Doronic d'Autriche	PROPRIETES: - plante: tonique, vulnérable, résolutif, fièvres, maladies de l'intestin
DORONICUM CLUSII (ALL.) TAUSCH.	Doronic de Clusius	PROPRIETES: - plante: vulnérable, tonique
DORONICUM GRANDIFLORUM LAM.	Doronic à grandes fleurs	PROPRIETES: vulnérable, tonique, résolutif, un peu vomitif
DORONICUM PARDALIANCHES L.	Doronic à feuilles cordées	PROPRIETES: vulnérable, épilepsie; POSOLOGIE INTERNE: - dyspepsies avec céphalées: infusion de 15g de rhizome pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hyposthénie: infusion de 15g de rhizome pendant 20mn; 2 tasses par jour en ajoutant du miel; - vertige d'origine gastrique: infusion de 15g de rhizome pendant 18mn; 3 tasses par jour;
DORONICUM PLANTAGINEUM L.	Doronic plantain	PROPRIETES: - plante: vulnérable, tonique, résolutif
DORYCNIUM HERBACEUM VILL. *SUBSP. HERBACEUM	Dorycnium herbacé	PROPRIETES: - plante: vulnérable, astringent
DORYCNIUM rectum (L.) Serv.	Dorycnium droit	PROPRIETES: - plante: vulnérable, astringent
DRIMIA maritima (L.) Stearn	Scille maritime	PROPRIETES: tonicardiaque (type digitale, mais ne s'accumule pas); diurétique éliminateur de l'urée et des chlorures (par action simultanée sur le coeur et sur les reins); expectorant; - Cardiotonique actif par voie orale, rapidement éliminé donc de bonne sécurité d'emploi - Inotrope positif, dromotrope et chronotrope négatif faible, et effet diurétique spécifique - Expectorant - tuniques appliquées sur la peau: rubéfiant, vésicant. USAGE INTERNE: affections cardiaques (quand le malade ne réagit pas à la digitaline, action rapide analogue à celle de l'ouabaïne); excès d'urée sanguine; oliguries, hydropisie; néphrites chroniques, ascites, œdèmes; bronchites, pneumonie, emphysème POSOLOGIE INTERNE: - vin: 100g d'oignon de scille et 1.5 litre de vin; infuser à froid; 1-4 cuillerées à soupe par jour, suivant les sujets - CONTRE-INDICATIONS: néphrites aiguës, inflammations du tube digestif, enfants de moins de 15 ans;
DROSERIA INTERMEDIA HAYNE	Rossolis intermédiaire	PROPRIETES: antispasmodique; expectorant. Voir DROSERIA rotundifolia
DROSERIA LONGIFOLIA L. [nom. rej. prop.]	Rossolis à feuilles longues	PROPRIETES: antispasmodique; expectorant. Voir DROSERIA rotundifolia
DROSERIA ROTUNDIFOLIA L.	Drosera	PROPRIETES: antispasmodique; expectorant, calmant de la toux; antipyrétique; antiseptique; antiscrofuleux; - infusion: asthme, toux persistantes, ulcères pulmonaires, hydropisie, maladies des yeux. - Antispasmodique (vis à vis du bronchospasme acétylcholinique et

		<p>sécréto-lytique) - Antitussif - Antibactérien: en faible concentration (1/50000) active in vitro sur les Gram+ (staphylocoques, Streptocoques, Pneumocoques), quelques Gram- (Salmonelle), Champignons pathogènes - Anti tumoral (leucémie lymphocytaire)</p> <p>USAGE INTERNE: toux de toutes natures; états sympathicotoniques; enrrouement des orateurs;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - toux d'irritation: infusion de 15g pour 1 litre d'eau; 3-4 tasses par jour;</p> <p>- asthme, toux asthmatique: infusion de 40g de plante entière pendant 25mn; 3 tasses par jour avec beaucoup de miel; - hémoptysie: infusion de 40g de plante entière pendant 25mn; 3 tasses par jour; - hypergalactie: infusion de 40g de plante entière pendant 25mn; 3 tasses par jour; - toux asthmatique: infusion de 40g de plante entière pendant 25mn; 3 tasses par jour avec beaucoup de miel;</p> <p>SYNERGIQUES: belladone, jusquiame;</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: contre la toux du chien (teinture à 20%)</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: action sur les muqueuses du larynx et des grosses bronches;</p>
DROSEIRA X obovata Mert. & W.D.J.Koch	Drosera	PROPRIETES: antispasmodique; expectorant
DRYAS OCTOPETALA L.	Dryade à huit pétales	PROPRIETES: astringent; stomachique; diarrhée; POSOLOGIE INTERNE: feuilles: thé astringent et stomachique;
ECBALLIUM ELATERIUM (L.) A.Rich. *subsp. elaterium	Momordique des champs, Concombre aux ânes	PROPRIETES: pulpe du fruit et racine: purgatif énergique; dépuratif; diurétique; hypotenseur; USAGE DANGEREUX; USAGE INTERNE: asystolie; néphrite chronique; excès d'urée sanguine; obésité; cirrhose; hypertension artérielle; athérosclérose (vertiges); POSOLOGIE EXTERNE: - plaies suppurantes: feuilles en cataplasme
ECHINOPS RITRO L. *subsp. ritro	Echinops ritro	PROPRIETES: - plante: diurétique, maladies de la peau
ECHINOPS SPHAEROCEPHALUS L. *subsp. sphaerocephalus	Echinops à tête ronde	PROPRIETES: - plante: amer, fébrifuge, anti catarrhal
ECHIUM VULGARE L. *SUBSP. VULGARE	Vipérine commune	PROPRIETES: adoucissant, pectorale, diurétique; sommités fleuries: sur furoncles; POSOLOGIE INTERNE: - graines en décoction ajoutée au vin: réchauffer le cœur, chasser la mélancolie; - feuilles en infusion: diurétique; tonique; calmer fièvres, toux, douleurs d'origine inflammatoire; maux d'origine nerveuse; maux de tête; rhumes; - feuilles et sommités: émollient, contre la toux; - gastrite chronique: décoction de 40g de plante fleurie; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; POSOLOGIE EXTERNE: - jus de la plante: émollient pour les peaux délicates et abîmées;
ELAEAGNUS ANGUSTIFOLIA L.	Olivier de Bohème	PROPRIETES: - fleurs: fièvres
ELAEIS guineensis	Palmiste épineux	PROPRIETES: - jus des pédoncules: active la cicatrisation des coupures; - racines en décoction: maux de tête; - cendre des racines: servirait à expulser le placenta
ELETTARIA cardamomum Maton	Cardamome	PROPRIETES: stimulant, expectorant, diaphorétique, aphrodisiaque; facilite la digestion de graisses et féculents, stimule la bile et tempère les aigreurs gastriques et les régurgitations acides; associée à la banane, arrête les vomissements; soulage

		<p>les problèmes respiratoires tels que toux, rhume, bronchite, asthme et aphonie; stimule également l'appareil digestif en cas de vomissement, éructations et indigestion; les effets stimulants agissent sur l'intellect et l'humeur; graines: digestif; stimulant; antispasmodique;</p> <p>- rhizome: contre fatigue; fièvre; tisane en suppléments dans le lait et la nourriture, en bain, inhalation ou huile de massage.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- un peu de cardamome dans le café neutralise les effets de la caféine.</p> <p>- Porter 2 tasses de lait entier à ébullition et laisser mijoter jusqu'à épaississement; remuer souvent pour qu'il ne brûle; ajouter 2 cuillères à café de poudre de cardamome, 2 cuillères à soupe d'amandes et de pistaches moulues et une pincée de safran en poudre et un peu de miel; continuer à remuer et laisser cuire encore 1-2 minutes; retirer du feu et ajouter la dose de miel désirée; laisser la préparation refroidir avant de consommer; pour 2-3 personnes.</p> <p>ASSOCIATION: orange, anis, carvi, gingembre, coriandre</p>
<p>ELYTRIGIA repens (L.) Desv. ex Nevski *subsp. repens TRITICUM repens L.</p>	<p>Chiendent officinal</p>	<p>PROPRIETES:</p> <p>- parties souterraines: en tisane: émollient, rafraîchissant, diurétique; coliques néphrétiques;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- acholie: rhizome d'automne en décoction, 30g pour 1 litre d'eau, jeter la 1ère eau après 2mn d'ébullition, laver la plante à l'eau fraîche et la faire bouillir une nouvelle fois pendant 80mn; en boire 500g dans la journée en plusieurs fois;</p> <p>- cholécystite: décoction de 20-30 g de rhizome; bouillir 2 mn; jeter la première eau, laver plusieurs fois le chiendent et bouillir 13 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- colique néphrétique: décoction de 40 g de rhizome; bouillir 10 mn, jeter la 1° eau après 2 mn d'ébullition, laver le rhizome à grande eau, puis refaire bouillir; 3 tasses par jour;</p> <p>- cystite: décoction de 20-30 g de rhizome; bouillir 2 mn; jeter la première eau, laver plusieurs fois le chiendent et bouillir 13 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- engorgement du foie: décoction de 40g de rhizome; bouillir 10mn; jeter la 1° eau après 2mn d'ébullition, laver le chiendent et faire bouillir une deuxième fois; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- entérite chronique: décoction de 40g de rhizome; bouillir 20mn; jeter la 1° eau après 2mn d'ébullition et laver le chiendent plusieurs fois à l'eau fraîche; puis faire bouillir une deuxième fois; ajouter du miel; 3 tasses par jour;</p> <p>- gastrite: décoction de 40g de rhizome; bouillir 10mn; jeter la 1° eau après 2mn d'ébullition, laver dans de l'eau froide et faire bouillir une 2° fois; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>- inflammation de la bouche: décoction de 30g de rhizome; bouillir 15mn; jeter la 1° eau et laver le chiendent dans l'eau fraîche après 2mn d'ébullition, puis faire rebouillir; 3 tasses par jour; utiliser aussi sous forme de bains de bouche;</p> <p>- lithiase biliaire, lithiase rénale: décoction de 40g de rhizome; bouillir 15mn; jeter la 1° eau après 2mn d'ébullition, laver plusieurs fois le chiendent dans de l'eau froide et faire bouillir une seconde fois; 3 tasses par jour;</p> <p>- néphrospasme: décoction de 40g de rhizome; bouillir 15mn; jeter la 1° eau après 2mn d'ébullition et laver le chiendent dans de l'eau bouillante; puis faire bouillir une 2° fois; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- inflammation de la bouche: décoction de 30g de rhizome; bouillir 15mn; jeter la 1° eau et laver le chiendent dans l'eau fraîche après 2mn d'ébullition, puis faire rebouillir; 3 tasses par jour; utiliser aussi sous forme de bains de bouche;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: 2 à 3kg de rhizome/jour donnant un poil lustré aux chevaux</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne: contre la cystite (décoction de rhizome de chiendent)</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: diurétique, détoxiquant</p>
<p>EMPETRUM NIGRUM L. *subsp. nigrum</p>	<p>Camarine noire</p>	<p>PROPRIETES:</p> <p>- fruits, feuilles et graines: diurétique;</p> <p>- fruits: antiscorbutique</p>
<p>EPHEDRA DISTACHYA L. *SUBSP. DISTACHYA</p>	<p>Raisin de mer</p>	<p>PROPRIETES: fruits, sommités des rameaux: tonique; diurétique; décongestionnant; antiallergique; sudorifique; antichoc; sympathicomimétique mixte = hypertenseur par vasoconstriction et tonocardiaque; asthme; eupnéique</p>

		<p>(décongestionnant des muqueuses respiratoires et autres, lève le spasme bronchique);</p> <p>USAGE INTERNE: asthme, surtout au début de la crise; dyspnée emphysémateuse paroxystique; rhume des foins, coryza; allergies (migraines, urticaire...); choc; infarctus du myocarde</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - allergie: Infusion 10 à 20g par litre; boire 1 à 2 tasses par jour et ce avant les repas; - asthme: par cures brèves et intermittentes: infusion de 10-20g de feuilles par litre d'eau; 1 tasse avant les repas; - urticaire des hépto biliaires: par cures brèves et intermittentes: infusion de 10-20g de feuilles par litre d'eau; 1 tasse avant les repas;</p> <p>ANTAGONISTE de la morphine;</p> <p>CONTRE-INDICATIONS: sympathicotonie; hypertension; basedow</p>
EPHEDRA sinica	Ephédre	<p>PROPRIETES: plante entière: asthme; rhume des foins; allergies; rhumatismes; toux; Utilisé comme énergisant, pour la perte de poids, l'augmentation de la masse musculaire; soigne les allergies et les insuffisances rénales; Historique: Elle est utilisée dans la médecine chinoise depuis 5 000 ans. Selon la légende, les gardes du corps de Gengis Kahn, craignant d'être décapité, avaient l'habitude de consommer du thé à l'ephedra pour rester vigilant. Les moines Zen employaient l'ephedra pour favoriser la concentration et le calme durant la méditation.</p> <p>USAGES: Il s'agit d'un stimulant du système nerveux sympathique ressemblant à de l'adrénaline. Son effet sur les fibres musculaires est remarquable. Il agit rapidement en calmant les inflammations de la muqueuse nasale. Il a des propriétés antispasmodiques sur les voies respiratoires et est bénéfique pour l'asthme et le rhume des foins. Il est aussi employé en cas de rhumatisme. Une solution de 5 à 10% a des propriétés mydriatiques, le prophylactique est utilisé pour une faible pression sanguine en cas de grippe, de pneumonie.... Aujourd'hui, l'éphedra est encore largement utilisée contre l'asthme, les allergies, les rhumes et la fièvre. Mais la plupart du temps, c'est comme énergisant qu'on utilise l'ephedra, pour perdre du poids ou pour gagner de la masse musculaire. En Chine il est utilisé pour soigner les insuffisances rénales.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion (10 à 20g par litre; boire 1 à 2 tasses par jour et ce avant les repas)</p> <p>ATTENTION: Cette plante contient de l'éphédrine et de la pseudo éphédrine. La première est utilisée dans les médicaments pour traiter les asthmatiques et la deuxième dans les décongestionnants. Bien sûr ces deux types de médicaments sont réglementés et, avec une utilisation conforme, il n'y a aucun danger. Par contre, les alcaloïdes présents dans la plante agissent comme stimulant et peuvent entraîner une augmentation ou une irrégularité des battements cardiaques, si la consommation se fait sur une période prolongée. (l'éphédrine est un alcaloïde de type amphétamine). L'ephedra est contre-indiqué pour les personnes faisant de l'hypertension. De même à forte dose (10-15g pour une tasse) l'éphedra risque de vous agiter fortement tellement l'effet sera stimulant.</p> <p>Effets: Antiallergique, tonicardiaque, antichoc, diurétique, sudorifique.</p>
EPILOBIUM ANGUSTIFOLIUM L.	Epilobe à feuilles étroites	<p>PROPRIETES: plante: émollient, résolutif, astringent.</p> <p>USAGE INTERNE: racine: astringent;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - endométrite: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - glossite: décoction de 60g de racine; bouillir 10mn; en bains de bouche; - odontalgie: décoction de 60-70g de racine; bouillir 10mn; en bains de bouche et application sur muqueuse buccale;</p>
EPILOBIUM HIRSUTUM L.	Epilobe hérissé	PROPRIETES: voir EPILOBIUM angustifolium
EPILOBIUM MONTANUM L.	Epilobe de	PROPRIETES:

	montagne	- plante: astringent
EPILOBIUM PARVIFLORUM SCHREBER	Epilobe à petites fleurs	PROPRIETES: - plante: émollient, astringent
EPILOBIUM ROSEUM SCHREBER *subsp. roseum	Epilobe rose	PROPRIETES: - feuilles: astringent
EPILOBIUM TETRAGONUM L. *SUBSP. TETRAGONUM	Epilobe tétragone	PROPRIETES: voir EPILOBIUM angustifolium
EPIPACTIS helleborine (L.) Crantz *subsp. helleborine, EPIPACTIS LATIFOLIA (L.) ALL. *VAR. LATIFOLIA	Epipactis à feuilles larges	PROPRIETES: vulnéraire, détersif; à l'extérieur: goutte
EQUISETUM arvense L.	Prêle, Queue de cheval	PROPRIETES: - Diurétique - Hémostatique - cicatrisant - Reminéralisant POSOLOGIE INTERNE: - artériosclérose: infusion de 30-50 g de caules stériles pendant 20mn; 3-5 tasses par jour; - athérosclérose: prévention: 10g dans ½ litre d'eau bouillante; infuser 15mn; filtrer; boire en 2-3 fois dans la journée. Traitement: dose plus importante; - dysurie: infusion de 40g de caules stériles pendant 20mn; 4 tasses par jour; - gastrosuccorrhée: infusion de 40g de caules stériles pendant 20mn; 4 tasses par jour; - gravelle: infusion de 50g de caules stériles pendant 25mn; 4 tasses par jour; - gravelle oxalique: infusion de 50g de caules stériles pendant 25mn; 3-4 tasses par jour; - hématurie: décoction de 100g de caules stériles pendant 30mn; par cuillerées; - hémorragie: infusion de 80g de caules stériles pendant 25mn; par cuillerées; - hydropisie, hydropisie cardiaque, hydropisie rénale: infusion de 40g de caules stériles pendant 20mn; 4 tasses par jour; - hypertrophie de la prostate: infusion de 50g de caules stériles pendant 20mn; 4 tasses par jour; - inflammation de l'arrière bouche: infusion de 40g de caules stériles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - inflammation de la bouche: infusion de 40g de caules stériles pendant 20mn; 2 tasses par jour; à utiliser aussi en bains de bouche; - insuffisance rénale: infusion de 40g de caules stériles pendant 20mn; 3-4 tasses par jour; - laryngo-trachéite: infusion de 40g de caules stériles pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; - néphrite: infusion de 50g de caules stériles pendant 18mn; 2-3 tasses par jour; - néphrorragie: infusion de 100g de caules stériles pendant 35mn; par cuillerées; - néphrospasme: infusion de 50g de caules stériles pendant 20mn; 4 tasses par jour; - oxalurie: infusion de 30g de caules stériles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - prostate: hypertrophie et congestion: infusion de 50g de caules stériles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - transpiration nocturne: infusion de 40g de caules stériles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - uricémie: décoction de 50g de caules stériles; bouillir 25mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel; POSOLOGIE EXTERNE: - carie des os: infusion de 50 g de tiges stériles pendant 20 mn; 4 tasses par jour. Décoction de 100 g de tiges stériles; bouillir 10 mn; en applications locales; - glaucome: décoction de 100g de caules stériles; bouillir 10mn; en applications froides; - hémorragie, hémorragie anale, hémorragie veineuse: décoction de 100g de caules stériles; bouillir 10mn; en applications locales; - inflammation de l'arrière bouche: décoction de 60g de caules stériles; bouillir 10mn; en gargarismes; - inflammation de la bouche: infusion de 40g de caules stériles pendant 20mn; 2 tasses par jour; à utiliser aussi en bains de bouche; - inflammation du palais: décoction de 100g de caules stériles; bouillir 10mn; en bains de bouche; - iritis: décoction de 80g de caules stériles; bouillir 10mn; bains et applications locales; - panaris: décoction de 100g de caules stériles; bouillir 10mn; en applications chaudes locales;

		<p>- plaie rebelle: décoction de 100g de caules stériles; bouillir 10mn; en applications locales;</p> <p>- saignement de nez: décoction de 100g de caules stériles; bouillir 10mn; bains et applications locales;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <p>- contre les prurits avec perte de poils</p> <p>- contre l'hématurie</p> <p>- comme reminéralisant</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: reminéralisant</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: pour les cystites, quand l'urine contient du mucus, quand les mictions sont fréquentes et abondantes, avec incontinence</p> <p>Risques</p> <p>L'espèce <i>Equisetum palustre</i> L. (prêle des marais) est à rejeter pour la présence de ses alcaloïdes (palustrine) toxiques</p>
ERANTHIS HYEMALIS (L.) Salisbury	Eranthis d'hiver	PROPRIETES: rhizome parfois utilisé en médecine vétérinaire contre la maladie du "farcin"
ERICA ARBOREA L.	Bruyère arborescente	PROPRIETES: - plante: morsures de vipère; - pollen: tonifiant; rééquilibrant; désintoxiquant
ERICA CARNEA L. *subsp. carnea	Bruyère couleur de chair	PROPRIETES: - plante: diurétique, faciliter la transpiration
ERICA CINEREA L.	Bruyère cendrée	<p>PROPRIETES: diurétique puissant et antiseptique urinaire (apparentée à <i>Busserole</i> et <i>Solidago</i>); dépuratif; sédatif des voies urinaires; astringent; antirhumatismal</p> <p>USAGE INTERNE: cystite avec pyurie (surtout des prostatiques); colibacillose, phosphaturie, albuminurie; pyélonéphrites; oliguries; rhumatismes; leucorrhées;</p> <p>USAGE EXTERNE: goutte, névralgies rhumatismales, paralysies; taches de rousseur, dartres;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - décoction d'1 poignée pour 1 litre d'eau; bouillir 3mn et infuser 10mn; boire en 24 heures;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - dartres: laisser macérer 15 jours 60g de sommités fleuries dans 250g d'huile d'olive en remuant énergiquement de temps en temps; passer; conserver bouché; en massages légers le soir; - goutte: cataplasme de bouillie de fleurs appliquées sur les articulations; ou faire bouillir 500g de plante entière dans quelques litres d'eau; ajouter à un bain complet chaud; - rhumatismes: cataplasme de bouillie de fleurs appliquées sur les articulations; ou faire bouillir 500g de plante entière dans quelques litres d'eau; ajouter à un bain complet chaud; ou laisser macérer 15 jours 60g de sommités fleuries dans 250g d'huile d'olive en remuant énergiquement de temps en temps; passer; conserver bouché; en frictions; - rougeurs: laisser macérer 15 jours 60g de sommités fleuries dans 250g d'huile d'olive en remuant énergiquement de temps en temps; passer; conserver bouché; en massages légers le soir; - taches de rousseur, rougeurs, dartres: laisser macérer 15 jours 60g de sommités fleuries dans 250g d'huile d'olive en remuant énergiquement de temps en temps; passer; conserver bouché; en massages légers le soir;</p>
ERIGERON annuus (L.) Desf. *subsp. annuus	Vergerette annuelle	PROPRIETES: diurétique, gravelle
ERIOPHORUM polystachion L., ERIOPHORUM ANGUSTIFOLIUM ROTH.	Linaigrette à feuilles étroites	PROPRIETES: - plante: épilepsie
ERODIUM CICUTARIUM (L.) L'HERIT. *subsp. CICUTARIUM BRIQ.	Bec de grue	<p>PROPRIETES: stimulant du tonus utérin; hémostatique; action intermédiaire entre l'hydrastis et l'ergot de seigle</p> <p>USAGE INTERNE: hémorragies utérines;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p>

		<p>- infusion: 10g pour 100g d'eau: 1 cuillerée à soupe toutes les 2 heures;</p> <p>- dystonie neuro-végétative: infusion de 30g de plante entière pendant 20mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- hémato néphrose: infusion de 60g de partie aérienne entière pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- hydropexie de la vésicule biliaire: infusion de 60g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- posthite: infusion de 100g de plante entière pendant 25mn; applications locales;</p>
ERODIUM MOSCHATUM (BURM. F.) L'HERIT.	Erodium musqué, Bec de grue musqué	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: diurétique, vulnérable; autrefois employé sous le nom d'"acus muschata"</p>
EROPHILA verna (L.) Chevall.	Drave printanière	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: autrefois: panaris</p>
ERUCA sativa Mill. *subsp. sativa	Roquette cultivée	<p>PROPRIETES: plante: diurétique, antiscorbutique;</p> <p>- feuilles: tonique général; stimulant sexuel; stomachique, estomacs dérangés; diurétique</p> <p>USAGE INTERNE: asthénies; impuissance; dyspepsies;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: en salades, seule ou en association;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- cheveux: avec la racine de bardane et d'ortie à parties égales, sert à la préparation d'une lotion capillaire pour la repousse des cheveux sur cuir chevelu gras;</p> <p>- lymphangite: infusion de 100g de feuilles fraîches pendant 20mn; en applications locales;</p>
ERUCA VESICARIA (L.) CAV.	Roquette vésiculeuse	<p>PROPRIETES: tonique; stomachique; diurétique; réputée comme aphrodisiaque</p>
ERYNGIUM CAMPESTRE L.	Chardon Roland	<p>PROPRIETES: diurétique: éliminateur de l'urée et des chlorures;</p> <p>- feuilles desséchées et réduites en poudre: hydropisie;</p> <p>- racine: diurétique, apéritif, affections de la poitrine;</p> <p>USAGE INTERNE: oliguries; excès d'urée; coliques néphrétiques; néphrite chronique; œdème; ascite;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- décoction d'1 poignée (30 g) de racine pour 1 litre d'eau; bouillir 5-10 mn; boire en 2 jours, 3 tasses entre les repas;</p> <p>- aménorrhée: décoction d'1 poignée (30 g) de racine pour 1 litre d'eau; bouillir 5-10 mn; boire en 2 jours, 3 tasses entre les repas;</p> <p>- diathèse urique: décoction de 30g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- hydropisie rénale: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- hyperazotémie: décoction de 50 g de racine; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- insuffisance rénale: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- oreillons: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour. A utiliser aussi froid pour des bains de bouche;</p>
ERYNGIUM MARITIMUM L.	Panicaut de mer	<p>PROPRIETES:</p> <p>- racine: toux, diurétique, fébrifuge;</p> <p>- racine en cataplasme: régénérer les tissus;</p> <p>- racine en décoction: cystite; urétrites; inflammations de la prostate;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- insuffisance rénale: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- néphrosclérose: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p>
ERYNGIUM SPINALBA VILL.	Panicaut épine blanche	<p>PROPRIETES:</p> <p>- racine: diurétique, fébrifuge</p>
ERYSIMUM CHEIRANTHOIDES L. *subsp. cheiranthoides	Erysimum fausse giroflée	<p>PROPRIETES: tonique du coeur, diarrhée, hydropisie;</p> <p>Peut être toxique</p>
ERYSIMUM diffusum	Erysimum, Vêlar	<p>PROPRIETES: tonique du cœur;</p> <p>Peut être toxique</p>
ERYTHROXYLON coca	Cocaïer	<p>PROPRIETES: feuilles mâchées: stimulant qui régularise le taux de sucre sanguin, tient en éveil, aide à s'adapter à l'altitude, réduit la sensation de faim;</p>

		<p>POSOLOGIE INTERNE: cocaïne: contre douleurs du cancer en phase terminale;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: cocaïne: en chirurgie ORL</p>
ESCHSCHOLZIA californica Cham.	Eschscholtzie	<p>PROPRIETES: sédatif; hypnotique; anxiolytique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - parties aériennes: tranquillisant; rages de dents; - la plante: oxygène le système circulatoire et aide à l'absorption de la vitamine A; calmant; en cas d'hyperactivité; insomnie ou toux des enfants; troubles émotifs; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - tisane: 5 g / 250 ml, infusion d'au moins 15 min, boire 1 tasse le soir (au coucher); - nébulisat: une gélule de 200 mg gélule au coucher; - poudre: 1 g en gélule au coucher;
EUCALYPTUS GLOBULUS LABILL. *subsp. globulus	Eucalyptus bleu	<p>PROPRIETES: antiseptique respiratoire; rhumes (en fumigations); toux;</p> <ul style="list-style-type: none"> - à forte dose: action hypoglycémiant (fait baisser le sucre dans le sang); - feuilles pour panser les blessures; antiseptique; expectorant; antiviral; - Expectorant: stimule les cellules sécrétrices de la muqueuse bronchique - Antiseptique: cinéol. <p>Après absorption par la peau ou après résorption intestinale: le cinéol est éliminé en partie par les poumons (d'où son activité) et par les reins</p> <p>USAGE INTERNE: tuberculose pulmonaire; catarrhe; grippe: infusion de 20g de feuilles pendant 15-20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>USAGE EXTERNE: brûlures; bronchite aiguë: expectoration, antiseptique: fumigation: ajouter des feuilles des rameaux âgés à 1 grand bol d'eau bouillante; respirer les vapeurs pendant quelques minutes;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - grippe: infusion de 20g de feuilles pendant 15-20mn; 3 tasses par jour; - haleine mauvaise: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour. Infusion de 50g de feuilles et fleurs pendant 30mn; en collutoire ou gargarismes; - lymphangite: infusion de 20g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - mauvaise haleine: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour. Infusion de 50g de feuilles et fleurs pendant 30mn; en collutoire ou gargarismes; - rhumatisme articulaire subaigu: infusion de 20g de feuilles adultes pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - rhume: 20g de feuilles séchées dans 1 litre d'eau bouillante; infuser 15mn; passer; boire 3-4 tasses dans la journée; ou ajouter 1 poignée de feuilles séchées dans un grand bol d'eau bouillante et inhaler les vapeurs avec un torchon sur la tête; - sédatif: décoction de 20-30g de feuilles adultes; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - tonique: infusion de 30g de feuilles adultes pendant 10mn; 3 tasses par jour avec du miel; - trachéo-bronchite: infusion de 20g de feuilles adultes pendant 20mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel; <p>ATTENTION: troubles en association avec d'autres médicaments (anesthésique, analgésique, tranquillisant) et durant la grossesse et l'allaitement ;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - haleine mauvaise: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour. Infusion de 50g de feuilles et fleurs pendant 30mn; en collutoire ou gargarismes; - lymphadénite: infusion de 60g de feuilles pendant 30mn; en applications locales; - mauvaise haleine: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour. Infusion de 50g de feuilles et fleurs pendant 30mn; en collutoire ou gargarismes; - rhume: 20g de feuilles séchées dans 1 litre d'eau bouillante; infuser 15mn; passer; boire 3-4 tasses dans la journée; ou ajouter 1 poignée de feuilles séchées dans un grand bol d'eau bouillante et inhaler les vapeurs avec un torchon sur la tête; - rhume de cerveau: respirer la poudre des feuilles réduites en poudre; - sinusite: infusion de 60g de feuilles adultes pendant 30mn; pour fumigations; - stomatite ulcéreuse: infusion de 50g de feuilles adultes pendant 40mn; en bains de bouche; <p>Médecine vétérinaire ancienne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - antiseptique, dessicatif sur les plaies: poudre absorbante de Lucas-Chapionnière

		<p>(12,5 g d'essence d'eucalyptus, iodoforme, quinquina, benjoin, carbonate de magnésium)</p> <ul style="list-style-type: none"> - contre les coryzas: essence de Niaouli, huile goménolée à base d'eucalyptol, en instillation nasale - contre les affections des premières voies respiratoires: inhalations d'essence d'eucalyptus, essence de pin, chloroforme; eucalyptus composé de Cerbelaud avec de la menthe, du gaïcol, du goménol, du baume de Tolu, de l'anémone pulsatille - pour les bronchites et les bronchopneumonies du chien comme fébrifuge et anti catarrhale: essence d'eucalyptus <p>Médecine vétérinaire moderne: antiseptique, désodorisant, antiparasitaire, insecticide chez le chien: même indication qu'en médecine humaine</p>
EUCOMMIA ulmoides Oliver	Arbre à gutta percha	<p>PROPRIETES: écorce: échauffant; faire baisser la pression sanguine; faire baisser le taux de cholestérol; tonique du foie; tonique des reins; fortifie les muscles et les os atteints par une affection articulaire; répare les fatigues de la grossesse; apaise le foetus agité; contre ennuis psychologiques; faiblesse; plaies; lombalgies; douleurs dans les genoux; fatigue chronique; spermatorrhée; urine fréquente; prévenir les fausses couches accompagnées de saignements durant la grossesse;</p>
EUGENIA caryophyllata Thunberg	Girofle	<p>PROPRIETES: clou de girofle: antiseptique puissant; expectorant; carminatif; analgésique; stimulant; rafraîchissant; prévient la nausée; propriétés antifongiques pour le traitement des mycoses; désodorise bouche et haleine; anesthésiant dans le traitement des maux de dents; rhumes, toux, asthme, laryngite, pharyngite, maux de dents, indigestion, vomissements, hoquet, hypotension et impuissance; stimule les tissus musculaires;</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs: calme les maux d'yeux; - huile de girofle: antiseptique; insecticide; maux de dents; indigestions; - Anti-infectieux majeur - Dépresseur du système nerveux central - Antiagrégant plaquettaire par l'eugénol (inhibiteur de la cyclo-oxygénase, inhibe la synthèse de prostaglandines, notamment par la muqueuse du colon) <p>L'eugénol est doué de propriétés antibactériennes et inhibitrices du transit et des sécrétions intestinales</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: à employer dans l'alimentation;</p> <ul style="list-style-type: none"> - grippe: faire bouillir de l'eau; faire aussi rougir sur une flamme un clou en fer de 3-4 cm de long; remplir d'eau chaude ½ verre; ajouter 1 sachet d'aspirine et 2 cuillerées à café de rhum; remuer le tout pour diluer; ajouter 9 clous de girofle; lorsque le clou est rouge et le plonger dans le liquide; boire le mélange en filtrant les cous de girofle avec les dents; se coucher et transpirer; renouveler l'opération matin et soir; - grossesse, troubles de la grossesse: les clous de girofle donnent de la force aux tissus de l'utérus; dans les derniers mois de grossesse, en mettre un peu dans tous les plats; en faire aussi du bouillon dans les derniers jours; - haleine, haleine chargée d'ail: croquer un clou de girofle; - indigestion: thé aux clous de girofle : contre les nausées, indigestions et très désaltérant : 10 clous par tasse, infuser 3 minutes <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès dentaire: huile de clous de girofle sur l'inflammation; - dent, mal de dent: se brosser délicatement et soigneusement les dents; tremper un coton tige dans l'huile pure de clou de girofle; appliquer sur la dent douloureuse et la gencive; ou alors clou de girofle sur la dent douloureuse; <p>ATTENTION: Ne pas administrer aux enfants de moins de 2 ans et aux mères en période d'allaitement; en cas de grossesse, utiliser avec précaution. En usage externe, l'huile peut provoquer des irritations cutanées</p> <p>ASSOCIATION: cardamome, cannelle, lavande, gingembre, orange, feuille de laurier</p>
EUONYMUS atropurpureus	Fusain noir	<p>PROPRIETES: purgatif cholagogue; tonique des muscles intestinaux;</p> <p>USAGE INTERNE: constipation habituelle, surtout chez les insuffisants biliaires;</p> <p>SYNERGIQUES: aloès, cascara, podophylle, rhubarbe;</p>
EUONYMUS europaeus L., EVONYMUS VULGARIS	Fusain d'Europe	<p>PROPRIETES: - graines pulvérisées comme insecticide et parasiticide, contre les poux, la gale des</p>

MILL.		animaux domestiques. - écorce: tonique; - fruits: âcre, vénéneux, purgatif, purgatif, émétique
EUPATORIUM CANNABINUM L. *SUBSP. CANNABINUM	Eupatoire chanvrine, Chanvre d'eau	PROPRIETES: laxatif doux; cholagogue; tonique; - parties aériennes: tonique, diurétique, immunostimulant; - feuilles: vulnéraire, détersif, apéritif; - parties souterraines: purgatif, émétique, fébrifuge, diurétique; USAGE INTERNE: constipation des convalescents, des anémiés, des cachectiques, des vieillards, des enfants; insuffisance biliaire; congestion hépatique; anémie, faiblesse générale, chlorose; POSOLOGIE INTERNE: - infusion d'1 cuillerée à café de racines coupées par tasse d'eau; bouillir 2mn; infuser 10mn; 1 tasse avant les repas; - anémies: infusion de 20g de feuilles par litre d'eau; bouillir; infuser 10mn; - chlorose: infusion de 20g de feuilles par litre d'eau; bouillir; infuser 10mn; - cholagogue: infusion de 30 g de feuilles pendant 20 mn; 2-3 tasses par jour; - faiblesse générale: infusion de 20g de feuilles par litre d'eau; bouillir; infuser 10mn; - hydrocèle: décoction de 30g de fleurs; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hydropisie: décoction de 30-40g de fleurs; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - oedème: infusion de 60g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - plaie torpide: infusion de 100g de feuilles et sommités fleuries pendant 40mn; en applications locales;
EUPATORIUM perfoliatum	Eupatoire	PROPRIETES: - grippe: infusion des parties aériennes; - catarrhe: infusion des parties aériennes;
EUPATORIUM purpureum	eupatoire pourpre	PROPRIETES: - rhizome: diminue la fièvre par transpiration; tonifie le système génital; soulage crampes menstruelles, goutte, rhumatismes, troubles rénaux, troubles urinaires; diurétique; tonique; stimulant
EUPHORBIA AMYGDALOIDES L. *subsp. AMYGDALOIDES	Euphorbe à feuilles d'amandier	PROPRIETES: voir EUPHORBIA lathyris; - racines: fièvres intermittentes; - lait des chèvres ayant brouté cette plante: purgatif
EUPHORBIA CHAMAESYCE L. *subsp. CHAMAESYCE THLNG.	Euphorbe monnoyer	PROPRIETES: - plante: maladies d'yeux, ulcères, gale, verrues, piqûres de scorpion
EUPHORBIA CHARACIAS L.	Euphorbe characias	PROPRIETES: - plante: purgatif, vomitif, vésicant, goutte, hydropisie, phthisie
EUPHORBIA CYPARISSIAS L.	Euphorbe petit cyprés	PROPRIETES: - racine: purgatif; - suc de la plante: comme succédané de la Scammonée
EUPHORBIA DENDROIDES L.	Euphorbe arborescente	PROPRIETES: - graines: purgatif, affections biliaires, catarrhes
EUPHORBIA ESULA L. *SUBSP. ESULA	Euphorbe ésule	PROPRIETES: - suc de la plante: rubéfiant, vésicant, pouvant remplacer la farine de moutarde, purgatif, émétique, vomitif, purgatif (peut provoquer des empoisonnements à forte dose), - Le suc provoque l'inflammation des yeux. - plante: fièvres intermittentes, maladies chroniques
EUPHORBIA EXIGUA L. *subsp. exigua	Euphorbe exiguë	PROPRIETES: - plante: vermifuge. Voir EUPHORBIA cyparissias
EUPHORBIA flavicomma DC. *subsp. verrucosa (Fiori) Pignatti	Euphorbe verruqueuse	PROPRIETES: - suc laiteux: fièvres intermittentes
EUPHORBIA HELIOSCOPIA L.	Euphorbe réveille matin	PROPRIETES: vésicant; - suc laiteux de la plante: purgatif, verrues; - feuilles: vésicant; USAGE EXTERNE: sciatique; arthrite; pleurite; verrues;

		<p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - applications locales de la plante fraîche écrasée, ou friction de la peau avec une poignée de feuilles. Des vésicules remplies de sérosités et de pus apparaissent; - verrues: application de suc qui s'écoule de la tige cassée;
EUPHORBIA hirta L.	Malnommée	<p>PROPRIETES:</p> <p>En Afrique de l'Ouest, le décocté aqueux de la plante entière de E. hirta est employé pour le traitement de la dysenterie; de la diarrhée et des coliques Pour les nourrissons, le macéré de la plante entière dans du lait est conseillé. Chez les nourrices, le décocté de la plante entière est utilisé comme galactagogue.</p> <p>Au Sénégal, le latex de la plante est employé par voie externe comme antiseptique et cicatrisant des plaies.</p> <p>En Asie et dans certains pays africains comme le Nigéria, E. Hirta est connue comme antiasthmatique et utilisée contre les bronchites, et les maladies respiratoires.</p> <p>D'autres propriétés comme diurétique, antiblennorragiques sont signalées par les guérisseurs sénégalais.</p> <p>A la Réunion, le décocté aqueux de quelques feuilles pris en boisson à froid diminue le flux des règles abondantes. En bain, il désinfecte le corps et aide à faire disparaître les pertes blanches. La sève laiteuse de la plante en application directe aide à traiter les eczéma, les mycoses et les dartres.</p> <p>Au Bénin, le décocté aqueux de la plante entière est utilisé par voie orale pour le traitement de l'hypertension artérielle, de la dysenterie amibienne, de l'agalactie et des ulcères digestifs.</p> <p>Au Mali, en plus de l'utilisation de l'infusion des tiges feuillées dans le traitement de la dysenterie bacillaire, le latex est utilisé en application directe sur les parties atteintes de l'herpès.</p> <p>Au Burkina Faso, c'est le Père de LA PRADILLA qui prescrit la plante dans le traitement des formes atténuées d'amibiase.</p> <p>En Centrafrique, la plante est utilisée comme aphrodisiaque et anthelminthique</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - asthme: faire décocter 100 g de plante dans un litre d'eau et boire dans la journée. Répéter le traitement 3 jours de suite; - dysenterie amibienne: faire décocter 100 g de plante dans un litre d'eau et boire dans la journée. Répéter le traitement 3 jours de suite; <p>PHARMACOLOGIE: L'activité antibactérienne de l'extrait de E. hirta a été démontrée par Ndir (5) et Ridet et Charlot ainsi que par Ajao et coll.</p> <p>Cette plante est inscrite à la pharmacopée africaine depuis 1985 éditée par l'OUA.</p> <p>Clinique: Les essais de Ridet et Charlot sur 53 malades de dysenterie amibienne ont montré l'efficacité d'extrait d'Euphorbia hirta. A Dakar DALIL a guéri dix cas de dysenterie amibienne avec l'extrait de la plante. KERHARO rapporte les expérimentations concluantes sur les amibiens confirmés de l'hôpital de Conakry avec les extraits de Mbal. Haaby et coll ont conclu à l'efficacité de l'extrait aqueux lvophylisé.</p>
EUPHORBIA hyberna L. *subsp. hyberna	Euphorbe d'Irlande	PROPRIETES: dans graines: huile purgative
EUPHORBIA LATHYRIS L.	Euphorbe épurge	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - graines et feuilles: émétique, purgatif; - jeune plante: dépuratif; laxatif; expectorant; - feuilles frictionnées contre la peau: forte rubéfaction, bronchites, sciatique; - suc laiteux: verrues
EUPHORBIA PALUSTRIS L.	Euphorbe des marais	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - racines et écorce de la tige souterraine: rubéfiant, fièvre, maux de dents; - suc laiteux de la plante: purgatif, oeil de perdrix, verrues
EUPHORBIA paralias L.	Euphorbe aquatique	PROPRIETES: voir EUPHORBIA pithyusa
EUPHORBIA PEPLIS L.	Euphorbe péplis	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: goutte, hydropisie, maladies de poitrine; - racine: purgatif
EUPHORBIA PEPLUS L. *VAR. PEPLUS	Esule ronde, Euphorbe péplus	PROPRIETES: asthme, catarrhes, vomitif (voir EUPHORBIA chamaesyce)
EUPHORBIA pilulifera	Euphorbe pilulifère	<p>PROPRIETES: antispasmodique; sédatif; eupnéique;</p> <p>USAGE INTERNE: asthme, rhume des foies; coryza; emphysème;</p>

		<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion d'1g pour 1 tasse d'eau bouillante; 2 tasses par jour; - affection hépatique (cirrhoses alcoolique, tuberculeuse, paludéenne...): infusion de 5g d'écorce de la racine en poudre pendant 20mn; 2 tasses par jour. Ne pas dépasser la dose; - cirrhose: affection hépatique (cirrhoses alcoolique, tuberculeuse, paludéenne...): infusion de 5g d'écorce de la racine en poudre pendant 20mn; 2 tasses par jour. Ne pas dépasser la dose;
EUPHORBIA pithyusa L. *subsp. pithyusa	Euphorbe à feuilles de genévrier	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - parties souterraines: émétique
EUPHORBIA PLATYPHYLLOS L. *subsp. platyphyllos	Euphorbe à feuilles larges	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: purgatif
EUPHORBIA SEGUIERIANA NECKER *SUBSP. SEGUIERIANA	Euphorbe de Séguier	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - écorce: vomitif; - plante: purgatif
EUPHRASIA officinalis L. *subsp. officinalis	Euphrase officinale	<p>PROPRIETES: astringent et analgésiant léger des muqueuses; anti-ophtalmique, catarrhe, inflammation des yeux; antiseptique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante en infusion ou jus filtré des tiges fraîches écrasées: tonique oculaire pour yeux fatigués ou infections; amer; un peu astringent; toux; <p>USAGE INTERNE: blépharites, conjonctivites, kératites; coryza; pharyngites, stomatites;</p> <p>USAGE EXTERNE: hydorrhée nasale;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion d'1 cuillerée à dessert par tasse d'eau; infuser 10mn; 3 tasses par jour, entre les repas; - jaunisse: infusion de 30g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - photophobie: infusion de 30g de plante entière fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour. Infusion de 50g de plante entière fleurie pendant 30mn; applications sur les yeux; - rhume de cerveau: infusion de 30g de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel; - vision: 50g de tiges fleuries séchées à ½ litre d'eau; bouillir 1mn; infuser 30mn; filtrer à travers un coton; compresses 2 fois par jour durant 20-30mn; faire 2 à 3 cures de 10 jours, espacées d'une semaine; - vision: fortifiant: infusion de 30g de plante entière fleurie pendant 25mn; 3 tasses par jour. Aussi en applications locales; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - blépharite: décoction d'1 poignée par litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages oculaires; ou chaque jour: 50 g de plante sèche pour ½ litre d'eau; bouillir 2 mn; infuser 20 mn, filtrer: compresses tièdes; - conjonctivite: décoction d'1 poignée par litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages oculaires; ou chaque jour: 50 g de plante sèche pour ½ litre d'eau; bouillir 2 mn; infuser 20 mn, filtrer: compresses tièdes; - coryza: infusion de 60 g de plante entière fleurie pendant 30 mn; en bains locaux; ou décoction d'1 poignée par litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages du nez; - aégilops: infusion de 50g de plante entière fleurie; infuser 20mn; pour applications locales; - fatigue oculaire: 50 g de plante sèche pour ½ litre d'eau; bouillir 2 mn; infuser 20 mn, filtrer: compresses tièdes; ou décoction d'1 poignée par litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages oculaires; - glaucome: infusion de 60g de la partie aérienne de la plante fleurie pendant 20mn; en applications locales; - iritis: infusion de 60g de plante entière fleurie pendant 30mn; en bains et applications locale; - larmoiement: infusion de 60g de plante entière fleurie pendant 30mn; en bains; - mémoire, affaiblissement: infusion de 30g de plante entière fleurie; infuser 20mn; 3 tasses par jour; - ophtalmie: décoction de 100g de plante entière fleurie; bouillir 10mn; en applications locales; - orgelet: infusion en application pour résorber le gonflement;

		<ul style="list-style-type: none"> - photophobie: infusion de 30g de plante entière fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour. Infusion de 50g de plante entière fleurie pendant 30mn; applications sur les yeux; - rhinite: anti-inflammatoire: 40g de tiges fleuries pour 1 litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 5mn; 3 tasses par jour; - rhume: infusion de 60g de plante entière pendant 30mn; pour instillations nasales; - sinusite: infusion de 60g de plante entière fleurie pendant 30mn; pour fumigations; - vision: fortifiant: infusion de 30g de plante entière fleurie pendant 25mn; 3 tasses par jour. Aussi en applications locales; - yeux: irritation, fatigue, faiblesse: infusion de 50g de plante entière fleurie pendant 30mn; en applications locales; ou 50 g de plante sèche pour ½ litre d'eau; bouillir 2 mn; infuser 20 mn, filtrer: compresses tièdes; ou décoction d'1 poignée par litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages oculaires;
EXOGENIUM officinale	Jalap vrai	<p>PROPRIETES: purgatif drastique, dérivatif; vermifuge;</p> <p>USAGE INTERNE: hydropisies d'origine cardiaque ou rénale; hémorragie cérébrale; états congestifs dus à l'arrêt des règles;</p> <p>CONTRE-INDICATIONS: inflammations intestinales (appendicite chronique), grossesse, allaitement</p>
FAGOPYRUM ESCULENTUM MOENCH [nom. cons.]	Sarrasin	<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - colite chronique: décoction de 40g de grains; bouillir 5mn; 3 tasses par jour
FAGOPYRUM TATARICUM (L.) GAERTN.	Sarrasin de Tartarie	<p>PROPRIETES: énergétique, nutritif; protecteur vasculaire: rutine;</p> <p>USAGE INTERNE: alimentation générale; fragilité vasculaire;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - galettes (crêpes bretonnes); - en légumes comme les lentilles; - rupture des vaisseaux capillaires: utiliser les graines broyées pour préparer des potages et des bouillies riches en vitamine;
FAGUS SYLVATICA L. *subsp. SYLVATICA	Hêtre commun	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - faine très nutritive, mais en quantité modérée; - écorce: astringent; fébrifuge; antiseptique général et pulmonaire; vermifuge; purgatif à haute dose; - son charbon: antiseptique; désinfectant; <p>USAGE INTERNE: paludisme; affections pulmonaires; parasites intestinaux; diarrhées;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction de 30g d'écorce pour 1 litre d'eau; bouillir à réduction de moitié; 2 tasses par jour;
FALCARIA vulgaris Bernh.	Falcaire commun	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: stimulant, diurétique
FERULA assafoetida	Férule, Asa	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - gomme: facilite la digestion; combat nervosité; bronchite; asthme
FERULA COMMUNIS L. *SUBSP. COMMUNIS	Férule commune	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - parties souterraines: fièvres intermittentes
FICUS CARICA L. *subsp. carica	Figuier	<p>PROPRIETES: très nutritif et digestible; tonifiant; laxatif; diurétique; pectoral; tonique, émollient;</p> <ul style="list-style-type: none"> - jeunes branches: laxatif; diurétique; - feuilles fraîches: emménagogue; - suc laiteux: purgatif, verrues; - feuilles et pédoncules: affections de la peau; - écorce astringente: maux de dents; crevasses; inflammation des pieds; - fruit: laxatif léger; en poudre dans de l'eau contre l'asthme <p>USAGE INTERNE: recommandé aux enfants, adolescents, convalescents, vieillards, sportifs, femmes enceintes; asthénie physique et nerveuse; irritations gastro-intestinales (gastrites, colites); constipation; états aigus fébriles; inflammations pulmonaires et urinaires; convalescence;</p> <p>USAGE EXTERNE: angines, inflammations de la bouche (stomatites, gingivites); abcès, furoncles, plaies atones;</p>

POSOLOGIE INTERNE:

- bronchite: faire bouillir dans du lait pendant 10 mn, 5 figues sèches hachées très finement; boire le soir avant le coucher;
- bronchite chronique: décoction 40 à 120g de figues par litre d'eau;
- circulation, troubles: infusion de 25 à 30g de feuilles par litre d'eau;
- constipation: mettre 10 figues sèches dans un grand bol et les recouvrir d'eau tiède; laisser tremper toute la nuit; au réveil, à jeun, boire le jus et manger les figues; ou confitures, compotes;
- diète hydrique dans les états fébriles: décoction 40 à 120g de figues par litre d'eau;
- dyspepsie: confitures, compotes;
- diurétique: jeunes rameaux en décoction;
- emménagogue quelques jours avant la date des règles: infusion de 25 à 30g de feuilles par litre d'eau;
- fièvre, diète hydrique dans les états fébriles: décoction 40 à 120g de figues par litre d'eau;
- hydropisie: faire bouillir 500g de rameaux hachés dans 1 litre de vin et dans ½ litre d'eau pendant 15mn; 3 tasses par jour;
- inflammation de la bouche: faire bouillir 500g de rameaux taillés, pendant 15mn dans 1 litre de vin et ½ litre d'eau; 3 tasses par jour; à utiliser aussi sous forme de bains de bouche;
- inflammation vésicale: faire bouillir 6-7 figues sèches découpées en fines lamelles dans ½ litre d'eau pendant 10mn; ajouter du miel et boire dans la journée;
- laryngite: décoction 40 à 120g de figues par litre d'eau;
- laxatif pour enfants: jeunes rameaux en décoction;
- maigreur: faire bouillir dans ½ litre de lait 5-6 figues sèches pendant 10mn; ajouter 1 cuillerée de miel et biscuits de fécule de pomme de terre; à consommer le matin en guise de petit déjeuner;
- néphrite: faire macérer pendant 8-10 heures dans 400g d'eau 4-5 figues coupées en fines lamelles; boire par petites gorgées;
- reconstituant: fruits secs avec des amandes; 8-10 figues par jour;
- rhume traînant: décoction 40 à 120g de figues par litre d'eau;
- sang, troubles circulatoires: infusion de 25 à 30g de feuilles par litre d'eau;
- toux: infusion de 25 à 30g de feuilles par litre d'eau;
- toux chronique: faire bouillir 6-8 figues sèches hachées dans 200g de lait pendant 15mn; 1 tasse le matin et 1 le soir, bien chaudes;

POSOLOGIE EXTERNE:

- abcès: cataplasmes maturatifs: figues cuites dans eau ou lait, coupées en 2 et appliquées;
- abcès chaud: chair pulpeuse réchauffée sur une bouteille d'eau bouillante, en compresse; cataplasmes maturatifs: figues cuites dans eau ou lait, coupées en 2 et appliquées;
- abcès dentaire: 8 figues dans 1 litre d'eau; bouillir 15 mn; filtrer: bains de bouche. Ou couper une figue et la mettre à chauffer, puis placer sur l'abcès;
- angine: découper 4-5 fruits en fines lamelles et les faire bouillir 10mn dans 400g d'eau; ajouter du miel: en gargarisme; ou décoction de 40 à 120g de figues par litre d'eau en gargarismes;
- brûlure: cataplasmes maturatifs: figues cuites dans eau ou lait, coupées en 2 et appliquées;
- cor: suc laiteux d'une tige fraîche cassée sur verrue; application matin et soir;
- dent, névralgies dentaires: faire bouillir pendant quelques minutes dans 1 litre de lait ou d'eau 10 figues; en bains de bouche; ou prendre 1 figue sèche, la couper en 2 et la faire tremper 10 mn dans du lait tiède; poser la figue côté chair sur la dent;
- furoncles: cataplasme chaud apaise la douleur et fait mûrir le furoncle;
- gencive, inflammation des gencives: décoction de 40 à 120g de figues par litre d'eau en lavages de bouche;
- gingivite: 6-8 figues fraîches dans 1 litre d'eau; bouillir 5-10mn; filtrer; 4-5 bains de bouche assez chauds par jour;
- hémorroïdes: réduire en poudre 2 figues, les mélanger à du miel et à de la farine de blé; pour applications locales;
- inflammation de la bouche: faire bouillir 500g de rameaux taillés, pendant 15mn dans 1 litre de vin et ½ litre d'eau; 3 tasses par jour; à utiliser aussi sous forme de bains de bouche;
- inflammation des gencives: décoction de 40 à 120g de figues par litre d'eau en lavages de bouche;
- rhume: faire cuire 5 figues sèches, hachées finement dans ½ litre de lait pendant 20mn; en instillations nasale;
- verrue: suc laiteux d'une tige fraîche cassée sur verrue; application matin et soir;

FILAGO vulgaris Lam.	Cotonnière d'Allemagne	PROPRIETES: - plante: vulnéraire, un peu astringent
FILIPENDULA ULMARIA (L.) MAXIM. *subsp. ulmaria	Filipendule ulmaire	PROPRIETES: usage intérieur: puissant diurétique éliminateur de l'urée de l'acide urique et des chlorures; vulnéraire; sudorifique; cholérétique; astringent; somnifère; fébrifuge; tonique du cœur et gastrique; antirhumatismal; arthrite; hydropisie abdominale; affection des voies urinaires; élimine l'acide urique; - fleurs en tisane: diurétique; antiseptique; ulcères gastriques; stomachique; antispasmodique; maux de tête; états fébriles; diarrhée; pyrosis; faiblement antalgique; anti-inflammatoire; rhumatismes; - fleurs séchées: tonique astringent pour la peau; - usage extérieur: cicatrisant; - feuilles en infusion: sudorifique, calmant; - Anti-inflammatoire (dérivés salicylés) - Diurétique (flavonoïdes) - Antispasmodique (on aurait montré récemment une action spasmodolytique sur la fibre bronchique) USAGE INTERNE: feuilles et fleurs: diurétique; diaphorétique; antirhumatismal; fébrifuge; antispasmodique; - feuilles et racine: astringent; vulnéraire; détersif; hydropisie, oedèmes, hydarthrose, toutes rétentions liquidiennes de l'organisme (ascite); oliguries; douleurs musculaires, rhumatismes y compris rhumatisme articulaire aigu; arthritisme; lithiase urinaire; insuffisance biliaire; diarrhées; cellulite; névralgies; irritation des voies digestives; USAGE EXTERNE: coupures, piqûres, brûlures, plaies atones; POSOLOGIE INTERNE: Les préparations à l'eau ne doivent pas cuire car l'ébullition ferait évaporer l'acide salicylique qui est l'un des principes les plus actifs de cette plante. - infusion: Verser une tasse d'eau chaude (non bouillante) sur une cuillerée à dessert de plantes desséchées et émiettées et laisser en infusion pendant 20 minutes. Prendre 4 ou 5 tasses par jour entre les repas. - sirop: Laisser macérer 50 g de plantes desséchées et bien broyées dans un demi-litre d'eau chaude, pendant toute une nuit. Le jour suivant, couler et dissoudre 900 g de sucre dans le liquide obtenu. Prendre 4 ou 5 cuillerées par jour. - acidité gastrique: infusion (ne jamais faire bouillir) 3-4 feuilles fraîches ou 1 cuillerée à dessert de feuilles sèches coupées (5g) + fleurs dans 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 3-5 tasses par jour entre les repas; - arthrite: infusion sans faire bouillir de 50g de feuilles, sommités fleuries et fleurs en bouton pendant 25mn; 2-3 tasses par jour; - cellulite: 1 cuillerée à soupe, verser 1/4 de litre d'eau bouillante; macérer la nuit; boire au réveil. - digestion, irritation des voies digestives: plante réduite en poudre comme additif alimentaire; - diurétique: plante réduite en poudre comme additif alimentaire; - douleurs rhumatismales: infusion de fleurs dans du vin; - hydarthrose: infusion de 60g de sommités fleuries, les fleurs étant en boutons pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hydronéphrose: infusion de 60g de sommités fleuries avec les fleurs en boutons pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hydropisie: infusion de fleurs dans du vin; - insuffisance biliaire: infusion de 50-60g de sommités fleuries pendant 20mn; 2 tasses par jour; - irritation des voies digestives: plante réduite en poudre comme additif alimentaire; - muscle, douleurs musculaires: plante réduite en poudre comme additif alimentaire; - névralgies: plante réduite en poudre comme additif alimentaire; - oedème des jambes: infusion de 60g de sommités fleuries avec fleurs et boutons pendant 25mn; 3 tasses par jour; - oligurie: infusion de 50g de sommités fleuries pendant 30mn; 3 tasses par jour; - rhumatisme, douleurs rhumatismales: infusion de fleurs dans du vin; - strangurie: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel; - uricémie: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel; - voies digestives, irritation des voies digestives: plante réduite en poudre comme

		<p>additif alimentaire;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dent, douleurs à la suite d'une extraction dentaire: décoction de 2 poignées par litre; bouillir 15mn; en bains de bouche; - plaie: décoction de 2 poignées par litre; bouillir 15mn; en compresses; - rhumatisme: décoction de 2 poignées par litre; bouillir 15mn; en applications chaudes sur les rhumatismes; - ulcère: décoction de 2 poignées par litre; bouillir 15mn; en compresses; <p>ATTENTION: à forte dose, peut provoquer des nausées chez certaines personnes;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: on cueille la racine en automne, les sommités fleuries en été, un peu avant la pleine floraison.</p> <p>CONSERVATION: faire sécher la racine au soleil, les sommités fleuries à l'ombre et conserver en sachets à l'abri de la poussière.</p>
FILIPENDULA vulgaris Moench.	Filipendule vulgaire	<p>PROPRIETES: calculs rénaux; difficultés respiratoires; excès de pituite;</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs et feuilles: diurétique, purgatif; - racines: astringent; - fécule extrait des racines: gravelle, diarrhée, dysenterie
FOENICULUM VULGARE Miller *subsp. vulgare	Fenouil	<p>PROPRIETES: tonique; anxiété; dépression; troubles émotionnels; antispasmodique; diurétique; apéritif; vermifuge; emménagogue; galactogène; améliore la digestion; élimine les gaz de l'intestin, carminatif; stimulant; expectorant; arthrite; rétention d'eau; oedème;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stimulant léger des muscles lisses gastroentériques, d'où effet bénéfique sur la digestion. - Inflammations des voies respiratoires - Stimulant hypophysaire et ostrogénique - graines mâchées pour tromper la faim ou éviter l'indigestion; - graines infusées: constipation; faire monter le lait maternel; régulariser les menstruations; - vapeurs de graines et feuilles: nettoyer la peau en profondeur; - huile essentielle avec modération: en massages pour tonifier les muscles; <p>USAGE INTERNE: asthénies; rhumatismes; migraines; vertiges; toux (asthme, coqueluche); vomissements nerveux; douleurs gastriques, digestions lentes; flatulences, spasmes intestinaux; règles insuffisantes et douloureuses;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles passées à la moulinette avec certains légumes lourds (choux, haricots, fèves) pour en faciliter la digestion; - aérophagie: infusion de 50g de graines; infuser 20mn; 3-4 tasses par jour - apéritif; personnes anorexiques: décoction de 25g de racines pour 1l d'eau, faire bouillir 5mn puis infuser 10mn; 1 tasse avant chaque repas; - anémie: laisser macérer les grains dans 1 litre de vin pendant 8 jours; 2 cuillerées avant et après les repas; - antispasmodique: infusion 1-3 cuillères à café de semences pour 1 tasse, bouillir 30 secondes, infuser 10mn: 1 tasse après les repas; - asthme: infusion 1-3 cuillères à café de semences pour 1 tasse, bouillir 30 secondes, infuser 10mn: 1 tasse après les repas; - atonie gastrique: infusion de 30-40 g de fruits pendant 25 mn; 3 tasses par jour. Ou décoction de 40 g de racine; bouillir 8mn; 3 tasses par jour; - bronchite: infusion 1-3 cuillères à café de semences pour 1 tasse, bouillir 30 secondes, infuser 10mn: 1 tasse après les repas; - carminatif: infusion de 30g de feuilles pour 1l d'eau: 1 tasse après les repas; ou infusion 1-3 cuillères à café de semences pour 1 tasse, bouillir 30 secondes, infuser 10mn: 1 tasse après les repas; - colique intestinale: infusion de 40 g de fruits pendant 25 mn; 3 tasses par jour; - coqueluche: infusion 1-3 cuillères à café de semences pour 1 tasse, bouillir 30 secondes, infuser 10mn: 1 tasse après les repas; - crampes d'estomac: infusion de 40 g de fruits pendant 25 mn; 4 tasses par jour; - crampes intestinales: infusion de 50 g de fruits pendant 30 mn; 3 tasses par jour; - digestif: infusion de 30g de feuilles pour 1l d'eau: 1 tasse après les repas; - digestion lente: - diurétique: infusion de 30g de feuilles pour 1l d'eau: 1 tasse après les repas; - estomac: crampes: infusion de 40 g de fruits pendant 25 mn; 4 tasses par jour; - excitant: infusion de 40g de fruits pendant 25mn; 3 tasses par jour avec jus de

		<p>citron et miel;</p> <ul style="list-style-type: none"> - foie, fonctionnement: bulbe cru au printemps (fenouil doux): hors-d'œuvre; cru ou cuit en été (fenouil sucré); - fonctionnement du foie: bulbe cru au printemps (fenouil doux): hors-d'œuvre; cru ou cuit en été (fenouil sucré); - galactagogue: infusion de 30g de feuilles pour 1l d'eau: 1 tasse après les repas; - hoquet: infusion de 40g de fruits pendant 25mn; par cuillerées; - hypogalactie: infusion de 40g de fruits pendant 25mn; 4 tasses par jour. <p>Décoction de 40g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;</p> <ul style="list-style-type: none"> - impuissance: décoction de 40g de racines; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - indigestion: infusion 1-3 cuillères à café de semences pour 1 tasse, bouillir 30 secondes, infuser 10mn: 1 tasse après les repas; - intestins: spasmes: infusion 1-3 cuillères à café de semences pour 1 tasse, bouillir 30 secondes, infuser 10mn: 1 tasse après les repas; ou infusion de 50 g de fruits pendant 30 mn; 3 tasses par jour; - météorisme: infusion de 40g de fruits pendant 25mn; 3 tasses par jour; - nausées d'origine hépatiques: bulbe cru au printemps (fenouil doux): hors-d'œuvre; cru ou cuit en été (fenouil sucré); - oxalurie: infusion de 40g de fruits pendant 25mn; 3 tasses par jour; - règles douloureuses: décoction 30g de racines pour 1l d'eau: 1 tasse après les repas; - spasme: infusion de 30g de fruits pendant 25mn; 3 tasses par jour; - spasmes intestinaux: infusion 1-3 cuillères à café de semences pour 1 tasse, bouillir 30 secondes, infuser 10mn: 1 tasse après les repas; - stimulant: infusion 1-3 cuillères à café de semences pour 1 tasse, bouillir 30 secondes, infuser 10mn: 1 tasse après les repas; - tonique de l'estomac: infusion de 40g de fruits pendant 25mn; 3 tasses par jour avec du citron; - stimulant: infusion de 30g de feuilles pour 1l d'eau: 1 tasse après les repas; - toux convulsives: infusion 1-3 cuillères à café de semences pour 1 tasse, bouillir 30 secondes, infuser 10mn: 1 tasse après les repas; - vomissement: infusion de 40g de fruits pendant 25mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - glaucome: décoction de 40g de graines; bouillir 10mn; 2 tasses par jour. Aussi en applications locales; - larmolement: décoction de 50g de feuilles et graines; bouillir 10mn; en bains; - oreillons: faire cuire les fruits et les appliquer, froids, localement; - paupières gonflées au réveil: fumigations avec une décoction de graines de fenouil moulues; - yeux: irritation, fatigue, faiblesse: bouillir pendant 5mn, dans ½ litre d'eau, 5g de grains en poudre; à utiliser comme collyre; <p>- ATTENTION: l'essence est à proscrire chez les épileptiques et les enfants</p> <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - apéritif chez le bovin - galactogène chez le chien - dans l'alimentation des lapins convalescents <p>Médecine vétérinaire moderne: tonique, apéritive, dans les désordres intestinaux, augmente la sécrétion lactée</p>
FORSYTHIA SUSPENSATA (Thunb.) VAHL	Forsythia	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - capsules: antibactérien; rafraîchissant; désintoxiquant; réduit enflures; favorise drainage; grippe; rhume; fièvres; rougeole; varicelle; maux de gorge; furoncles; congestions; - feuilles: affections de la peau; fièvres
FRAGARIA VESCA L.	Fraisier commun	<p>PROPRIETES: nutritif; tonique astringent; reminéralisant; rafraîchissant; diurétique; antigoutteux (éliminateur urique); régulariser la fonction thyroïdienne; hypotenseur; dépuratif, détoxiquant; favorise les défenses naturelles; régulateur hépatique, du système nerveux, des glandes endocrines; laxatif; bactéricide; apéritif; hémostatique; anti diarrhéique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - fraises: tonique; apéritif; astringent; gravelle; goutte (cure de fraises); dépuratif; diurétique; rafraîchissant; anémie; diabète; goutte; troubles rénaux; troubles hépatiques; fraîche elle détartre et blanchit les dents, calme les coups de soleil, fait pâlir les tâches de rousseur; - feuille: astringent; calmant en tisane; - racine: diarrhée; affections urinaires; - racines et feuilles: astringent;

USAGE INTERNE: asthénie; déminéralisation (tuberculose); arthritisme, rhumatismes, goutte; lithiase urinaire, coliques néphrétiques; athérosclérose, pléthore, hypertension; auto-intoxication; constipation; hépatisme, ictère, lithiase biliaire; tempéraments bilieux et sanguins; asthme; affections des voies urinaires (cystite); hémorragies intestinales, métrorragies; leucorrhées;
- en usage interne, bien sécher les feuilles pour en éliminer les toxines;

USAGE EXTERNE: fraises: soin de la peau du fait de leur astringence et de leurs propriétés revitalisantes;
- angines; blennorragie

POSOLOGIE INTERNE:

- fraises mangées à jeun, à l'apéritif: 250 à 500g par jour;
- suc: bactéricide;
- stérilisation des fraises: les laver et les faire tremper dans du vin rouge durant 1 heure (le vin peut-être consommé sans danger);
- en usage interne, bien sécher les feuilles pour en éliminer les toxines;
- infusion: laisser reposer pendant une demi-heure au moins deux cuillerées à dessert de feuilles et de rhizomes desséchés et concassés dans une tasse d'eau bouillante. En prendre 5 ou 6 tasses par jour.
- poudre: piler au mortier une certaine quantité de feuilles desséchées. prendre la poudre ainsi obtenue à raison d'une demi-cuillerée à café, deux ou trois fois par jour, entre les repas.

Les petites fraises des bois n'ont certes pas besoin d'être illustrées. Ajoutons simplement qu'en plus d'être un bon aliment, elles possèdent des propriétés diurétiques visant surtout à l'élimination des acides uriques qui en font un excellent remède contre la goutte et l'arthrose.

Ecrasées et réduites en bouillie, les fraises préviennent ou limitent la formation des rides du visage, tonifient la peau et la rendent douce et veloutée.

- asthmatiques: décoction de racine et réglisse;
- astringent: décoction de 20g de rhizomes par litre d'eau; ou feuilles (20g par litre d'eau) et racine en infusion;
- diarrhées, ictère, coliques néphrétiques: décoction d'1 poignée de jeunes feuilles pour 1/2 litre d'eau.
- arthritisme, artériosclérose, hypertension, affections urinaires: décoction de 30g de racine par litre d'eau ou 1 poignée de feuilles + racines coupées par litre d'eau; bouillir et infuser 10mn; à volonté; cystite; engorgement de la rate; goutte; hépatite; insuffisance biliaire; minéralisant; néphrite; toux asthmatique; transpiration nocturne;
- anémie: décoction de 50g de racine; bouillir 7mn; 2-3 tasses par jour;
- cystite: infusion de 40 g de feuilles coupées pendant 20 mn; 3 tasses par jour avec du miel;
- engorgement de la rate: infusion de 50g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas;
- goutte: fruit: ½ livre à jeun et ½ livre dans l'après-midi; ou feuilles (20g par litre d'eau) et racine en infusion;
- hépatite: infusion de 50g de feuilles pendant 10mn; 3 tasses par jour. Décoction de 50g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour. Manger des fraises;
- inflammation vésicale: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 2-3 tasses par jour;
- inflammation des voies urinaires: décoction de 60g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour avec du miel;
- insuffisance biliaire: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour;
- minéralisant: consommer les fruits avec du vin rouge amer et du miel;
- néphrite: infusion de 40g de feuilles pendant 15mn; 3 tasses par jour. Décoction de 40g de racines; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;
- oxyures: manger 500g de fraises le matin à jeun et rien d'autre jusqu'à midi;
- pharyngo-laryngite: décoction de 60g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour. Aussi en gargarismes;
- rhumatisme: feuilles (20g par litre d'eau) et racine en infusion;
- toux asthmatique: décoction de 60g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour avec du miel;
- transpiration nocturne: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;

POSOLOGIE EXTERNE:

- angines: décoction de feuilles en gargarisme;

		<p>- ulcères: feuilles fraîches pilées en cataplasmes; pharyngo-laryngite; stomatite ulcéreuse; taches de rousseur;</p> <p>- peau: soins de la peau: dans 1 coupelle, écraser à la fourchette une dizaine de fraises -des bois si possible-; répartir le produit sur le visage parfaitement nettoyé auparavant avec un savon surgras; laisser sécher 1 heure; rincer à l'eau -minérale de préférence; ou entretien peau du visage: écraser le soir au coucher quelques fraises sur le visage, s'en barbouiller abondamment, laisser sécher durant la nuit et laver le lendemain matin à l'eau de cerfeuil: repose les traits, s'oppose aux rides;</p> <p>- pharyngo-laryngite: décoction de 60g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour. Aussi en gargarismes;</p> <p>- stomatite ulcéreuse: infusion de 100g de racine pendant 30mn; en bains de bouche plusieurs fois par jour;</p> <p>- taches de rousseur: écraser quelques fraises; pendant plusieurs heures s'en servir comme d'un masque de beauté; nettoyer ensuite à l'eau tiède;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: Extraire le rhizome de l'été à l'automne, cueillir les feuilles au printemps avant le début de la floraison.</p> <p>CONSERVATION: Sécher à l'ombre et conserver en sachets, à l'abri de la poussière et de l'humidité.</p>
<p>FRANGULA dodonei Ard. *subsp. dodonei, RHAMNUS FRANGULA L.</p>	<p>Bourdaïne, Aulne noir</p>	<p>PROPRIETES: laxatif non irritant, purgatif; cholagogue; vermifuge; cicatrisant;</p> <p>- écorce: purgatif énergique; infusée dans du vinaigre: contre la gale;</p> <p>- CHARBON VEGETAL: bois de bourdaïne calciné; absorbant des gaz intestinaux, des toxines microbiennes, des poisons divers; ballonnements; diarrhées putrides, colites; intoxications (alimentaires ou autres).</p> <p>- traite la constipation chronique, les toux grasses. La bourdaïne stimule l'action de l'intestin 8 à 12h après l'ingestion. Elle est recommandée quand les muscles du colon sont faibles, ou quand on produit peu de bile. Elle peut donc aussi se prescrire contre les insuffisances biliaires, les parasites intestinaux, mais aussi, les hémorroïdes et l'obésité.</p> <p>- Laxatif ou purgatif drastique selon la dose administrée</p> <p>Les hétérosides parvenus, dans le côlon stimulent la musculature lisse, augmentent la sécrétion muqueuse et entravent la résorption de l'eau</p> <p>Les formes réduites, abondantes dans l'écorce fraîche, sont plus actives</p> <p>USAGE INTERNE: constipation spasmodique (peut être pris par les femmes enceintes, car n'augmente pas le péristaltisme intestinal); insuffisance biliaire et constipation consécutive; obésité, cellulite, troubles circulatoires, hémorroïdes; parasites intestinaux;</p> <p>USAGE EXTERNE: plaies atones, gale, teigne</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- bouillir 1 à 3 cuillerées à café d'écorce desséchée dans 150g d'eau, pendant 1/4 d'heure; laisser macérer 6 heures; le liquide décanté doit être absorbé au coucher; l'effet se produit le lendemain;</p> <p>- aérocolie: 20 g de baies; infuser 20 mn; 1-2 tasses par jour; ou vin laxatif: laisser macérer 100-120g dans 1 litre de vin blanc pendant 10 jours; 1 verre à Madère ou à Bordeaux;</p> <p>- artériosclérose: infusion de 30 g d'écorce de la tige et des rameaux de 2 ou 3 ans; infuser 15mn; 1-2 tasses par jour;</p> <p>- atonie intestinale: infusion de 30-40 g d'écorce de la tige et des rameaux, séchée pendant au moins 2 ans; infuser 15 mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- constipation: infusion 3 fois par jour;</p> <p>- engorgement du foie: infusion de 40g d'écorce de tige et rameaux pendant 10mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- hémato néphrose: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- laxatif, vin laxatif: laisser macérer 100-120g dans 1 litre de vin blanc pendant 10 jours; 1 verre à Madère ou à Bordeaux;</p> <p>ATTENTION: Mises en garde: Eviter de consommer l'écorce fraîche car son action est extrêmement puissante. Si la constipation est provoquée par une tension excessive de la paroi du côlon, la bourdaïne peut provoquer des vomissements. Incompatibilité avec les substances alcalinisantes telles que le bicarbonate de sodium, la magnésie et certaines eaux minérales...</p> <p>- Ne pas employer de drogue fraîche (effet drastique)</p> <p>- Pas d'utilisation continue sauf prescription médicale</p> <p>- Ne pas dépasser les doses prescrites: par voie orale et à dose élevée (supérieure à</p>

		<p>10 g), la Bourdaine a un effet purgatif violent avec inflammation des muqueuses, spasmes intestinaux et diarrhées sanglantes</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: constipation des carnivores;</p>
FRAXINUS EXCELSIOR L. *subsp. EXCELSIOR	Frêne commun	<p>PROPRIETES: Les feuilles de frêne s'utilisent toujours dans les campagnes, en décoction pour soigner les rhumatismes, la goutte et tous les raidissements articulaires.</p> <p>De nos jours, on utilise les feuilles contre les rhumatismes.</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles et fruits: diurétique; antigoutteux, antirhumatismal; dépuratif; antirhumatismal, arthrite; purgatif, laxatif; légèrement tonique; dépuratif; anti-diarrhéique; - première écorce: tonique; fébrifuge; astringent; diurétique; purgatif; aromatique; apéritif; expectorant; - Anti-inflammatoire (dans les maladies rhumatismales) - Antigoutteux - Antalgique dans l'arthrite, dans les maladies ostéo-articulaire - Diurétique: par la présence conjuguée des glucides (mannitol), des matières minérales, des composés polyphénoliques <p>USAGE INTERNE: rhumatisme goutteux; lithiases urinaires; oliguries, hydropisie; artériosclérose;</p> <p>USAGE EXTERNE: névralgies goutteuses et rhumatismales;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 4-15g de poudre de semences dans du vin ou comme additif alimentaire; - apéritif: décoction d'1 poignée d'écorce par litre d'eau; bouillir 5mn; 1 tasse avant les repas; - arthrite: infusion de 40-50g de feuilles pendant 30mn; ajouter le jus d'1/2 citron; 2-3 tasses par jour; - constipation: feuilles: 25 g pour ½ litre d'eau, en infusion, 1 tasse matin et soir; - endocardite: infusion de 50g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour avec du citron; - goutte: infusion d'1 poignée de feuilles (30-40g) par litre d'eau; bouillir et infuser 10mn; à volonté, avec jus de citron; ou infusion de 50g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; - hydropisie: infusion de 50g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; - lithiase vésicale: infusion de 50g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; - névralgie: infusion de 50g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; - obésité: infusion de 50g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - oligurie: infusion de 50g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - oreillons: infusion de 50g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour; - rhumatismes: infusion d'1 poignée de feuilles (30-40g) par litre d'eau; bouillir et infuser 10mn; à volonté, avec jus de citron; - rhumatisme arthritique: infusion de 50g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour avec du citron; - rhumatisme articulaire aigu: infusion de 50g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour; - stomacique: décoction d'1 poignée d'écorce par litre d'eau; bouillir 5mn; 1 tasse avant les repas; - urémie: infusion de 50g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; - vaso-dilatateur ou vasodilatateur: infusion de 50g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - algies rhumatismales, algies goutteuses: décoction d'1 poignée de feuilles par litre d'eau; décoction 15mn; en compresses
FRAXINUS ORNUS L. *subsp. ornus	Orne	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - manne: laxatif; nutritif; légèrement tonique: aliment de convalescence; laxatif doux pour les enfants et les femmes enceintes; <p>USAGE INTERNE: constipation</p>
FRAXINUS OXYPHYLLA M. BIEB. *SUBSP. OXYPHYLLA	Frêne à feuilles aiguës	PROPRIETES: voir FRAXINUS excelsior
FRITILLARIA MELEAGRIS L.	Fritillaire à	PROPRIETES:

*subsp. meleagris	damier	- fleurs: fièvres; - bulbe: émollient, résolutif, ulcères
FUCUS vesiculosus L.	Varech vésiculeux	<p>PROPRIETES: nutritif; apaisant; stimule la thyroïde; - le fucus était prescrit contre le goitre. Aujourd'hui on le prescrit contre des troubles hormonaux pas trop importants, car le fucus stimule les glandes thyroïdiennes. Il est aussi efficace contre les rhumatismes. Il est souvent prescrit pour perdre du poids, car il fait perdre l'appétit en gonflant l'estomac et favorise le transit intestinal sans apport calorique tout en absorbant la graisse et la cellulite. Effets: Amincissant absorbant la graisse, rééquilibrant du terrain, élimine les déchets, anti goitreux, favorise les échanges.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - 1 ou 2 cuillerées à café de poudre sur la nourriture ou dans une soupe. - 1 cuillère à café par tasse, 3 fois par jour avant les repas. Si l'on s'en sert contre l'obésité il est bon d'ajouter, soit une cuillerée à café de konjac, soit 1 cuillerée à café de bourdaine et éventuellement un tout petit peu d'anis vert.</p> <p>- obésité: décoction de 20g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour.</p> <p>Incompatibilité avec de la cocaïne, de la noix vomique, des sels de bismuth, des alcalins, du tanin, de la caféine, de l'acide citrique, des extraits végétaux et des vins médicaux;</p> <p>ATTENTION: éviter en cas d'hyperthyroïdie et d'allergie à l'iode; déconseillé pendant la grossesse et l'allaitement.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - déshydratation de la peau: jeter 25g de fucus séché dans 1/2 litre d'eau, laisser mijoter 1/2 heure, filtrer avant de verser la même quantité d'huile infusée de consoude, bien agiter avant emploi et s'en frictionner 2 fois par jour;</p>
FUMARIA CAPREOLATA L. *subsp. capreolata	Fumeterre blanche	PROPRIETES: voir FUMARIA officinalis
FUMARIA densiflora DC., FUMARIA MICRANTHA LAG.	Fumeterre à fleurs serrées	PROPRIETES: voir FUMARIA officinalis
FUMARIA OFFICINALIS L. *SUBSP. OFFICINALIS	Fumeterre officinale	<p>PROPRIETES: régule le flux biliaire, stimuler le foie et la rate, régule la formation de bile; dépuratif (diurétique, fébrifuge), tonique; régularise le rythme cardiaque; régulateur hépato vésiculaire; assouplit les artères; anti-pléthorique; apéritif; antiscorbutique; antiscrofuleux; vermifuge;</p> <p>- parties aériennes: dépuratif; élimination des toxines du sang; soigner la peau; légèrement diurétique et laxatif;</p> <p>- parties aériennes en lotion: boutons; acné; atténuer les taches de rousseur;</p> <p>- plante: saveur amère; tonique, dépuratif, apéritif, diurétique, affections chroniques de la peau, jaunisse, atonie de l'appareil digestif; associée au cresson et à la chicorée: affections cutanées et rhumatismales. Sa saveur désagréable lui a valu le nom de "fiel de terre".</p> <p>- Diurétique, laxatif "dépuratif" depuis l'Antiquité</p> <p>- Action inotrope positive vis à vis du myocarde</p> <p>- Hypertensive (extrait aqueux)</p> <p>- Stimulant respiratoire</p> <p>- Amphocholérétique: régularise la production de bile, relâchement modéré du sphincter l'oddi</p> <p>- Antagoniste des effets centraux et périphériques de la sérotonine</p> <p>- Anti-arythmique</p> <p>- Anti-inflammatoire</p> <p>USAGE INTERNE: congestion hépatique, affections hépato vésiculaires, ictères, migraines d'origine digestive; athérosclérose; pléthore (amaigrissant), hyperglobulie, hyper viscosité sanguine; hypertension; anémie, lymphatisme; parasites intestinaux; scorbut;</p> <p>USAGE EXTERNE: dermatoses (dartres);</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - accélérateur circulation du sang: infusion de 40 g de plante entière sans racine pendant 20 mn; 2-3 tasses par jour loin des repas; - anémie, tonique, anti-anémiant: infusion de 50g pour 1 litre d'eau; infuser 15mn; 2-3 tasses par jour avant les repas, 10 jours par mois; ou infusion de 40 g de partie aérienne de la plante pendant 20 mn; 2 tasses par jour avec du jus de citron;</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - artériosclérose: infusion de 30-50 g de plante entière sans racine pendant 16mn; 2 tasses par jour loin des repas; - circulation du sang, accélérateur circulation du sang: infusion de 40 g de plante entière sans racine pendant 20 mn; 2-3 tasses par jour loin des repas; - fourmillement: infusion de 40g de partie aérienne pendant 15mn; 2 tasses par jour; - hyperazotémie: infusion de 40 g de partie aérienne pendant 15mn; 3 tasses par jour; - hypertension artérielle: infusion de 40g de partie aérienne pendant 20mn; 2 tasses par jour; - hypotonie digestive: infusion de 40g de partie aérienne pendant 20mn; 2 tasses par jour; - maladie de Basedow ou goitre exophtalmique: infusion de 40g de partie aérienne pendant 15mn; 2 tasses par jour; - prurit d'origine hépatique: infusion de 50g de partie aérienne pendant 20mn; 3 tasses par jour; - rafraîchissant: infusion de 40g de partie aérienne pendant 20mn; 2 tasses par jour; - sang, accélérateur circulation du sang: infusion de 40 g de plante entière sans racine pendant 20 mn; 2-3 tasses par jour loin des repas; - strangurie: infusion de 50g de partie aérienne pendant 20mn; 2 tasses par jour avec du jus de citron; - tabagisme: infusion de 40g de partie aérienne pendant 20mn; 2 tasses par jour avec du jus de citron; - tonique, anti-anémiant: infusion de 50g pour 1 litre d'eau; infuser 15mn; 2-3 tasses par jour avant les repas, 10 jours par mois; ou infusion de 40 g de partie aérienne de la plante pendant 20 mn; 2 tasses par jour avec du jus de citron; - tonique du coeur: faire macérer 15g de partie aérienne dans 200g d'alcool) 70° pendant 8 jours; 20 gouttes, 2-3 fois par jour avant les repas; - vision: fortifiant: infusion de 50g de partie aérienne pendant 20mn; 3 tasses par jour. Aussi en applications locales; <p>ATTENTION: à fortes doses, peut causer diarrhées et difficultés respiratoires;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dermatoses: infusion de plante entière en compresses; - vision: fortifiant: infusion de 50g de partie aérienne pendant 20mn; 3 tasses par jour. Aussi en applications locales; <p>Médecine vétérinaire moderne: diurétique et régulation de la cholérèse</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: pour le drainage cutané dans les eczémas secs avec insuffisance hépatique</p>
FUMARIA PARVIFLORA LAM.	Fumeterre à petites fleurs	PROPRIETES: voir FUMARIA officinalis
GALANTHUS NIVALIS L.	Baguenaudier d'hiver, Galanthe des neiges	PROPRIETES: - bulbe: émétique. On prépare avec les fleurs une eau utilisée pour enlever les taches de rousseur
GALEGA OFFICINALIS L.	Galéga officinal	<p>PROPRIETES: diurétique; diaphorétique; hypoglycémiant (antidiabétique); galactagogue; vermifuge; épilepsie; convulsions des enfants; sudorifique; réduit la fièvre; réduit la fatigue;</p> <ul style="list-style-type: none"> - sommités florales en tisane: renforce l'activité antiseptique d'autres agents; stimule la production de lait chez la femme; - parties aériennes: hypoglycémiant (du fait de la galéGINE): sous surveillance médicale, aident les diabétiques; - le galega est principalement utilisé pour ses propriétés antidiabétiques, car le galega baisse fortement le taux de sucre dans le sang. Bien sûr il ne remplace pas les traitements classiques, mais il est très efficace quand il commence à se manifester, comme chez les personnes âgées. Il est aussi diurétique et favorise la lactation. <p>USAGE INTERNE: diabète; allaitement;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - agalactie: infusion de 100g de sommités fleuries; infuser 25mn; 2-3 tasses par jour; - diabète: infusion de 80g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour. Incompatibilité avec de l'aspirine, de la belladone et des préparations à base de camphre; - épilepsie des enfants: infusion de 80g de plante entière pendant 25mn; 2 tasses

		<p>par jour. Incompatibilité avec de l'aspirine, de la belladone et du camphre;</p> <p>- hyperglycémie: infusion de 80g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour.</p> <p>Incompatibilité avec de la belladone, du camphre et de l'antypire;</p> <p>- hypogalactie: infusion de 100g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour.</p> <p>Incompatibilité avec de la belladone, du camphre et de l'antipyrine;</p> <p>- SYNERGIQUES HYPOGLYCEMIANTS: eucalyptus, laitue, mûrier noir, myrtille, olivier, noyer, genièvre</p> <p>;</p> <p>- SYNERGIQUES GALACTOGENES: aneth, anis, angélique, coriandre, cumin, ortie</p>
GALEOPSIS angustifolia Ehrh. ex Hoffm. *subsp. angustifolia	Galéopsis à feuilles étroites	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: anti catarrhal, phtisie</p>
GALEOPSIS segetum Neck.	Galéopsis douteux	<p>PROPRIETES: astringent; reminéralisant; antianémique; anti catarrhal; phtisie;</p> <p>USAGE INTERNE: tuberculose; anémie; leucémie;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- chlorose: décoction de 15g pour 1 litre d'eau; bouillir 5mn; infuser 15mn; 3-4 tasses par jour; ou infusion de 40 g de feuilles et fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour;</p>
GALEOPSIS SPECIOSA Miller.	Galéopsis à fleurs variées,	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: anti catarrhal, phtisie;</p>
GALEOPSIS TETRAHIT L. *SUBSP. TETRAHIT	Galéopsis tétrahit	<p>PROPRIETES: plante: anti catarrhal, phtisie;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- pharyngite: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; en gargarismes;</p>
GALIUM APARINE L. *SUBSP. APARINE	Gaillet gratteron	<p>PROPRIETES: antispasmodique; hypotenseur; diurétique; diaphorétique; sudorifique; tonique dépuratif; stimule le système lymphatique; adjuvant du traitement des eczéma, psoriasis, arthrites, troubles hépatiques;</p> <p>- suc frais: antiscrofuleux, antiscorbutique, antihydropsique, ulcères;</p> <p>USAGE INTERNE: troubles circulatoires; jaunisse; pleurésie; prostatisme et ses troubles; lymphatisme;</p> <p>USAGE EXTERNE: vulnéraire;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- hydronéphrose: infusion de 60g de plante entière pendant 25mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- hydropsie abdominale ou ascite: infusion de 60g de plante entière pendant 25mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- urticaire: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour. Décoction de 60g de sommités fleuries; bouillir 5mn; ou infusion d'1 cuillerée à dessert pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- urticaire: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour. Décoction de 60g de sommités fleuries; bouillir 5mn; en applications locales;</p>
GALIUM BOREALE L.	Caille lait du nord	PROPRIETES: voir GALIUM aparine
GALIUM MARITIMUM L.	Gaillet maritime	PROPRIETES: voir GALIUM aparine
GALIUM mollugo L. *subsp. erectum Syme	Gaillet dressé	<p>PROPRIETES: calmant; antispasmodique; diurétique; antiépileptique.</p> <p>USAGE INTERNE: obésité; diabète;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion à 10g pour 1 litre d'eau;- antiépileptique: 200g de suc ou 15g d'extrait par jour pour un adulte (un enfant: 1/2 dose)</p>
GALIUM MOLLUGO L. *SUBSP. MOLLUGO	Gaillet commun, Caille lait	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: épilepsie;</p> <p>- tiges souterraines et racines: astringent, dessicatif</p>
GALIUM odoratum (L.) Scop.	Aspérule odorante, Gaillet odorant	<p>PROPRIETES: L'action anticoagulante de la coumarine peut provoquer des hémorragies mais permet aussi d'utiliser cette plante pour le traitement de la phlébite.</p> <p>Calmant du système nerveux (comme le mélilot); somnifère; diurétique; digestif; stimulant hépatique; sédatif; diurétique; cholagogue; antispasmodique (hétéroside coumarinique);</p> <p>- feuilles en tisane: rafraîchissant; diurétique; tonique du foie; antispasmodique</p>

		<p>gastrique; sédatif léger pour enfants et vieillards; - feuilles fraîches froissées: coagulantes sur plaies;</p> <p>USAGE INTERNE: insomnies des enfants, vieillards, convalescents; neurasthénie, mélancolie, hystérie; oliguries; indigestions; hydropisie; lithiase urinaire; hépatisme; fièvres éruptives: scarlatine, rougeole;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - antispasmodique: plante bien séchée: 1 cuillerée à dessert de fleurs par tasse d'eau; infuser 3 à 5mn (ne pas faire bouillir): 3 tasses par jour; - diurétique: plante bien séchée: infusion: 1 cuillerée à dessert de fleurs par tasse d'eau; infuser 3 à 5mn (ne pas faire bouillir): 3 tasses par jour; - dyspepsies nerveuses: infusion 50-60g de plante entière pendant 6-8 heures; consommer dans la journée par cuillerées; - épilepsie: infusion de 50g de plante pendant 6 heures; 80g par jour par cuillerées; - hyperexcitabilité: infusion de 60g de plante entière pendant 8 heures; 120g par cuillerées dans la journée - sédatif: plante bien séchée: 1 cuillerée à dessert de fleurs par tasse d'eau; infuser 3 à 5mn (ne pas faire bouillir): 3 tasses par jour; - spasme: infusion de 50g de plante entière pendant 8-10 heures; par cuillerées; ou plante bien séchée: infusion: 1 cuillerée à dessert de fleurs par tasse d'eau; infuser 3 à 5mn (ne pas faire bouillir): 3 tasses par jour; - tonique: vin de Mai: 60g de fleurs pour 1 litre de vin sucré à 80g;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - angine: infusion de 10g de feuilles; infuser 30mn; gargarismes avec du miel; - glossite: infusion de 80g de feuilles pendant 25mn; en bains de bouche; - laryngite: infusion de 80g de feuilles pendant 30mn; en gargarismes; - pharyngo-trachéite: infusion de 100g de feuilles pendant 30mn; en gargarismes; - saignement de nez: infusion de 60g de plante pendant 10mn; en bains et applications locales;</p>
GALIUM PALUSTRE L. *SUBSP. PALUSTRE	Gaillet des marais	PROPRIETES: voir GALIUM mollugo
GALIUM pumilum Murray,	Gaillet nain	PROPRIETES: voir GALIUM mollugo
GALIUM SYLVATICUM L.	Gaillet des forêts	PROPRIETES: voir GALIUM mollugo
GALIUM tricornutum Dandy	Gaillet à trois cornes	PROPRIETES: voir GALIUM aparine
GALIUM ULIGINOSUM L.	Gaillet aquatique	PROPRIETES: voir GALIUM mollugo
GALIUM verrucosum Huds. *subsp. verrucosum, GALIUM SACCHARATUM ALL. [nom. illeg.]	Gaillet sucré	PROPRIETES: voir GALIUM aparine
GALIUM VERUM L. *SUBSP. VERUM HAYEK	Caille lait officinal, Gaillet jaune	<p>PROPRIETES: Le gaillet a longtemps servi, dans la pratique populaire, de remède contre les affections de la peau et la gale. Vanté autrefois contre l'épilepsie et utilisé par tradition en Catalogne contre cette maladie, le gaillet jaune possède de réelles vertus antispasmodiques et sédatives. - plante: dessicatif; astringent; vulnéraire; antispasmodique; dépuratif rénal et hépatique; antispasmodique; galactogène; - parties aériennes: coagulant; limitent saignement sur plaies;</p> <p>USAGE INTERNE: oliguries; épilepsie; hystérie; allaitement;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion d'1 cuillerée à dessert de fleurs par tasse d'eau bouillante; 3 tasses par jour; - lipémie: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - lymphadénite: décoction de 50g de sommités fleuries; bouillir 5mn; en applications locales; - plaie scrofuleuse: décoction de 60g de sommités fleuries; bouillir 2mn; en applications locales;</p>
GARDENIA augusta	Gardénia	<p>PROPRIETES: - fruits et racines: désintoxiquant; fébrifuge; hépatite; grippe; - fruits et feuilles: réduire la pression sanguine</p>
GASTRODIA elata	gastrodie	PROPRIETES: céphalées, vertiges, migraines; douleurs rhumatismales au niveau

		des lombaires et des membres ATTENTION: peut se révéler toxique à forte dose
GAULTHERIA procumbens L.	Gaulthérie	PROPRIETES: - huile des feuilles et fruits: aisément absorbée par la peau; astringent; diurétique; stimulant; calme douleurs musculaires en usage externe; - feuilles en tisane: paralysies; migraines; maux de gorge
GELSEMIUM sempervirens (L.) Ait	Bignone toujours verte, Jasmin jaune	PROPRIETES: sédatif; analgésique; Les alcaloïdes dépresseurs du système nerveux central sont très toxiques. A très petite dose (homéopathique): - Antinévralgique - Analgésique - Sédatif USAGE INTERNE: états spasmodiques; asthme, rhume des foies; névralgies; ATTENTION: très toxique;
GENISTA linifolia L. *subsp. linifolia	Genêt à feuilles de lin	PROPRIETES: - plante: purgatif
GENISTA sagittalis L.	Genêt sagitté	PROPRIETES: - racines et feuilles: purgatif; - graines: émétique
GENISTA SCORPIUS (L.) DC.	Genêt épineux	PROPRIETES: - fleurs: stomachique
GENISTA TINCTORIA L. *subsp. TINCTORIA	Genêt des teinturiers	PROPRIETES: diurétique; laxatif; stimulant; vasoconstricteur ou vasoconstricteur; purgatif; légèrement cardiotonique; rhumatismes; - graines: purgatif, émétique; - feuilles, fleurs et graines: hydropisie
GENTIANA acaulis L. *subsp. acaulis *var. acaulis, GENTIANA KOCHIANA PERRIER & SONGEON	Gentiane à grandes fleurs	PROPRIETES: - plante fleurie, feuilles, racines: tisane: tonique; stomachique; POSOLOGIE INTERNE: - hypochlorhydrie: infusion de 40g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hypotonie digestive: infusion de 40g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - insuffisance biliaire: infusion de 40g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - lymphatisme: infusion de 40g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour;
GENTIANA ASCLEPIADEA L.	Gentiane à feuilles d'asclépiade	PROPRIETES: - plante: amer, fébrifuge
GENTIANA BAVARICA L. *SUBSP. BAVARICA	Gentiane de Bavière	PROPRIETES: - plante: amer, fébrifuge
GENTIANA CRUCIATA L. *subsp. cruciata	Gentiane croisette	PROPRIETES: - parties souterraines et racines: fébrifuge, faiblement tonique
GENTIANA LUTEA L. *subsp. lutea	Gentiane jaune	PROPRIETES: - racine: tonique; stomachique (son emploi est indiqué soit avant le repas pour exciter l'appétit, soit après pour favoriser la digestion); apéritif; digestif; cholagogue et cholérétique; fébrifuge; amer; racine aide à la formation des globules blancs; dépuratif; antirhumatismal; leucocytogène (accroît les défenses organiques en augmentant le nombre des globules blancs); antipaludéen; antiseptique; fièvres intermittentes; dyspepsie; gangrène; fébrifuge; vermifuge; - eau de vie: vermifuge; - Tonique amer agissant surtout au niveau de l'estomac par stimulation de la motilité et de la sécrétion et par augmentation de l'acidité gastrique - Cholagogue et cholérétique USAGE INTERNE: fatigue générale; inappétence, manque d'appétit; dyspepsies, atonie gastrique et intestinale (flatulences), digestion difficile; anémies, convalescences, scrofuleuse; insuffisance hépatique; goutte; paludisme; tuberculose; diarrhées, dysenterie; parasites intestinaux POSOLOGIE INTERNE: - infusion de 30g de racine coupée dans 1 litre d'eau; bouillir 2mn; infuser toute la nuit; 1 tasse avant les repas (très amère);

		<ul style="list-style-type: none"> - apéritif: 30g de racine dans 1 litre de vin blanc, macérer 8 jours; ou vin: 30g de racine de gentiane sèche, 50g d'eau de vie; laisser macérer 24 heures; ajouter 1 litre de vin blanc; laisser macérer 6 jours; passer; 1 verre à liqueur avant les repas; - appétit, manque d'appétit: saupoudrer les aliments avec poudre de racine; - convalescence, tonique dans les convalescences: 65g de racine de gentiane, 15g d'absinthe, 8g d'écorce d'oranges dans 2 litres de vin blanc; infuser à froid pendant 4 jours et filtrer; 1 tasse avant les repas; - dépuratif du sang: infusion de 30g de racine pendant 10mn; 3 tasses par jour; - digestion difficile: saupoudrer les aliments avec poudre de racine; - goutte: faire macérer 25g de racine dans 1 litre de vin pendant 2 semaines; consommer par cuillerées avant les repas; - hypochlorhydrie: infusion de 40g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - indigestion: infusion de 40g de rhizome pendant 20mn; 3 tasses par jour, ou 20mn avant repas; - insuffisance biliaire: infusion de 40g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - jaunisse: infusion de 40g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - pyrosis: racine de 2 années récoltée en novembre: laisser macérer 6 jours, 30g de racine pilée dans 1 litre de vin blanc; 1 verre avant ou après repas; contre indication: chez les sujets pléthoriques et en cas de diathèse hémorragique; - sang, épuratif du sang: infusion de 30g de racine pendant 10mn; 3 tasses par jour; - tonique: saupoudrer les aliments avec poudre de racine; - tonique dans les convalescences: 65g de racine de gentiane, 15g d'absinthe, 8g d'écorce d'oranges dans 2 litres de vin blanc; infuser à froid pendant 4 jours et filtrer; 1 tasse avant les repas; - vomissement dû à la grossesse: infusion de 40g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; <p>Médecine vétérinaire ancienne: augmente l'appétit lors d'une convalescence d'indigestion, en extrait stabilisé ou en teinture (1/5ème dans l'alcool à 60°) Teinture: 20 à 60g pour les grands animaux, 10 à 20g pour les moutons et les chèvres, 1 à 4g pour le chien</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: - Dans les troubles de la fonction digestive, surtout chez les ruminants Grands animaux: - Poudre/jour: 10 à 30g - Teinture/jour: 20 à 60g - Extrait/jour: 2 à 6g Animaux de taille moyenne: - Poudre/jour: 5 à 10g - Teinture/jour: 10 à 20g - Extrait/jour: 1 à 2g Chiens: - Poudre/jour: 0,5 à 2g - Teinture/jour: 1 à 4g - Extrait/jour: 0,1 à 0,4g</p>
GENTIANA PNEUMONANTHE L. *var. pneumonanthe	Gentiane des marais	PROPRIETES: - plante: amer, fébrifuge
GENTIANA PUNCTATA L.	Gentiane ponctuée	PROPRIETES: - racine: tonique, amer, fébrifuge
GENTIANA PURPUREA L.	Gentiane pourpre	PROPRIETES: - plante: amer, fébrifuge
GENTIANELLA amarella (L.) Borner	Gentiane amère	PROPRIETES: - plante: amer, tonique, fébrifuge POSOLOGIE INTERNE: - anorexie: infusion de 30g de plante entière pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - ascariis: infusion de 40 g de plante entière pendant 18mn; 3 tasses par jour
GENTIANELLA campestris (L.) Borner *subsp. campestris	Gentiane champêtre	PROPRIETES: - plante: amer, tonique, fébrifuge
GENTIANELLA ciliata (L.) Borkh.	Gentiane ciliée	PROPRIETES: - plante: amer, tonique, fébrifuge
GENTIANELLA germanica (Willd.) Börner	Gentiane d'Allemagne	PROPRIETES: - plante: amer, tonique, fébrifuge

GERANIUM DISSECTUM L.	Géranium découpé	PROPRIETES: plante: voir GERANIUM robertianum
GERANIUM maculatum	Géranium maculé	PROPRIETES: - racine: en bain de bouche contre ulcères et infections de la bouche; USAGE INTERNE: diarrhée; hémorragies internes; ulcères gastriques; USAGE EXTERNE: contre hémorroïdes;
GERANIUM MOLLE L. *subsp. MOLLE	Géranium mou	PROPRIETES: voir GERANIUM robertianum
GERANIUM PALUSTRE L.	Géranium des marais	PROPRIETES: voir GERANIUM robertianum
GERANIUM PRATENSE L. *subsp. pratense	Géranium des prés	PROPRIETES: voir GERANIUM robertianum
GERANIUM PUSILLUM L.	Géranium fluet	PROPRIETES: voir GERANIUM robertianum
GERANIUM ROBERTIANUM L. *SUBSP. ROBERTIANUM BRIQ.	Géranium Robert	PROPRIETES: La plante, récoltée au moment de la floraison, guérit de nombreux maux: les maladies du ventre, les hémorragies internes, le diabète, les ulcères. La décoction sert de bain de bouche contre les inflammations et en lotion pour les maux d'yeux. Les feuilles fraîches et pilées sont un excellent cataplasme pour les cicatrices. plante fraîche: astringent, vulnéraire, résolutif; en gargarismes contre angines; hémorragies, néphrites, contusions. POSOLOGIE INTERNE: - tisane: 5 g / 250 ml, infusion de 15 min, buvez 1 tasse à chaque repas (R.Girre); - gastrosuccorrhée: infusion de 40g de partie aérienne entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - néphrorragie: infusion de 40g de partie aérienne pendant 20mn; 3 tasses par jour; - prurit d'origine hépatique: infusion de 40g de partie aérienne pendant 20mn; 3 tasses par jour; - trachéo-bronchite: infusion de 40g de partie aérienne pendant 20mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel; POSOLOGIE EXTERNE: - fistule de l'anus: infusion de 100g de partie aérienne pendant 20mn; en applications locales; - plaie: infusion de 100g de partie aérienne pendant 30mn; en applications locales; Médecine vétérinaire empirique: - contre l'hématurie du bétail: décoction (60g/l) - contre la gale: application locale de décoction d'ail entier et de feuilles de sureau;
GERANIUM ROTUNDFOLIUM L.	Géranium à feuilles rondes	PROPRIETES: voir GERANIUM robertianum
GERANIUM SANGUINEUM L. *VAR. SANGUINEUM	Géranium sanguin	POSOLOGIE EXTERNE: - aégilops: 80g de plante aérienne pour 1 litre d'eau; infuser 18mn; pour des bains
GERANIUM SYLVATICUM L. *SUBSP. SYLVATICUM	Géranium des bois	PROPRIETES: voir GERANIUM robertianum
GEUM MONTANUM L.	Benoîte des montagnes	PROPRIETES: voir GEUM urbanum
GEUM REPTANS L.	Benoîte rampante	PROPRIETES: voir GEUM urbanum
GEUM RIVALE L.	Benoîte aquatique	VOIR GEUM URBANUM
GEUM SYLVATICUM POURRET	Benoîte des forêts	PROPRIETES: voir GEUM urbanum
GEUM URBANUM L.	Benoîte commune	PROPRIETES: racine: tonique; stomachique; astringent; fébrifuge (comme le quinquina); sudorifique; vulnéraire; fébrifuge; stimulant; - plante entière: substitut de la quinine contre la fièvre; catarrhe gastrique et intestinal; diarrhée; réduit saignements, inflammation et hémorroïdes; en gargarisme pour les gencives douloureuses et la mauvaise haleine; USAGE INTERNE: asthénie; entérite chronique avec diarrhée, dysenterie; hypotonie des voies digestives (dyspepsies); hémorragies diverses (hémoptysies...); tuberculose (sécrétions bronchiques, diarrhées, état général); fièvres intermittentes; ophtalmies, névralgies dentaires, céphalées (usage interne et externe); USAGE EXTERNE: racine: vulnéraire; plaies; conjonctivite; blépharite;

		<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion: 60g par litre d'eau; infuser 10mn; boire 1/2 litre par jour entre les repas, pendant quelques jours. - anémie dans la convalescence: infusion de 50 g de rhizome; infuser 20 mn; 2-4 tasses par jour; - astringent: décoction de 60-100g de racine fraîche par litre d'eau, ou 30-60g de racine sèche par litre d'eau; ou 1-4g par jour de poudre de racine dans l'alimentation; - dépérissement: infusion de 40g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas; - gêne respiratoire: vin: 30g de benoîte (plante), 10g de sauge, 10g de menthe poivrée, 10g de rue: laisser macérer 24 heures dans 1 litre de vin rouge; filtrer; 1 gorgée 4 à 6 fois par jour; - hyperacidité gastrique: infusion de 60g de racine pendant 15mn; 3 tasses par jour; - inflammation des yeux: infusion de 60g de rhizome pendant 15mn; 3 tasses par jour. Aussi pour applications locales: - lymphatisme: infusion de 60g de rhizome pendant 15mn; 3 tasses par jour; - nausée de grossesse: peu pour 1/2 litre d'eau; bouillir 10-15mn; filtrer; 2-3 tasses dans la journée; - respiration: vin pour gêne respiratoire: 30g de benoîte (plante), 10g de sauge, 10g de menthe poivrée, 10g de rue: laisser macérer 24 heures dans 1 litre de vin rouge; filtrer; 1 gorgée 4 à 6 fois par jour; - stimulant: décoction de 60-100g de racine fraîche par litre d'eau, ou 30-60g de racine sèche par litre d'eau; - tonique: décoction de 60-100g de racine fraîche par litre d'eau, ou 30-60g de racine sèche par litre d'eau; ou 1-4g par jour de poudre de racine dans l'alimentation; - urticaire: infusion de 60g de rhizome pendant 15mn; 3-4 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction de 30g par litre d'eau, en lavages et compresses; - inflammation des yeux: infusion de 60g de rhizome pendant 15mn; 3 tasses par jour. Aussi pour applications locales: - ophtalmies: cataplasmes de feuilles écrasées en applications; - yeux, inflammation des yeux: infusion de 60g de rhizome pendant 15mn; 3 tasses par jour. Aussi pour applications locales:
GINKGO BILOBA L.	Ginkgo bilobé	<p>PROPRIETES: stimule la circulation; renforce les vaisseaux; anti-inflammatoire; dégage les poumons; thromboses; varices; crampes; troubles circulatoires périphériques; hématomes spontanés; stimule la mémoire; atténue surdité, acouphène, vertiges et démence sénile précoce; asthme;</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: circulation cérébrale; affections veineuses; action circulatoire: antispasmodique, vaso-dilatateur ou vasodilatateur, anti-inflammatoire; insecticide; antifongique; - feuilles et graines: affections pulmonaires; - extrait des feuilles d'automne: tonifie les vaisseaux sanguins, réduit les agglomérats de plaques sanguines; favorise l'efficacité cérébrale; - traite les difficultés respiratoires (comme l'asthme) en diminuant le mucus. Il soigne l'incontinence urinaire en tonifiant la vessie. De plus, en favorisant la circulation cérébrale, il favorise la mémoire, c'est pourquoi de nombreuses personnes âgées l'utilisent en raison de ses vertus. <p>Effets: Stimule la circulation sanguine, antiasthmatique, antispasmodique, anti allergénique, anti-inflammatoire.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Phlébotonique - Amélioration des troubles circulatoires périphériques - Insuffisance veineuse et artérielle - Inhibiteur du PAF - Vasorégulateur - vaso-dilatateur ou vasodilatateur artériolaire - vasoconstricteur ou vaso-constricteur veineux - Renforce la résistance capillaire - Inhibiteur de l'agrégation plaquettaire - Améliore l'irrigation tissulaire - Augmente le seuil de l'hypoxie surtout au niveau cérébral <p>USAGE INTERNE: insuffisance veineuse des membres inférieurs; troubles de la perméabilité capillaire (œdèmes, capillarite, purpura); hémorroïdes; manifestation</p>

		<p>de l'artérite des membres inférieurs; déficit de la circulation artérielle cérébrale et périphérique (troubles de la vigilance et de la mémoire), séquelles d'accidents vasculaires cérébraux ou de traumatismes crâniens;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion ou décoction: 1 à 3 tasses par jour (à raison de 10g par tasse).</p> <p>- acouphène: infusion de 10g de feuilles séchées par tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>Mises en garde: Ne pas dépasser les doses, les excès peuvent déclencher des réactions toxiques.</p>
GLAUCIUM FLAVUM CRANTZ	Glaucienne jaune	<p>PROPRIETES: - plante: âcre, caustique, diurétique</p>
GLEBIONIS segetum (L.) Fourr., CHRYSANTHEMUM SEGETUM L.	Chrysanthème des blés	<p>PROPRIETES: - fleurs: insecticide. - plante: vulnérable</p>
GLECHOMA hederacea L.	Lierre terrestre	<p>PROPRIETES: Elle est utile pour l'asthme et la toux. Le lierre terrestre s'employait communément dans les campagnes sur les ulcères, les plaies rebelles à la cicatrisation. expectorant, stimulant des bronches, béchique; tonique; astringent; diurétique; antispasmodique; vulnérable; dépuratif du sang; gastrite; calculs rénaux; cystite; expectorant contre le catarrhe chronique; vermifuge; asthme; - feuilles; réduire contusions et inflammations;</p> <p>USAGE INTERNE: affections pulmonaires (bronchites chroniques, asthme); atonie gastrique; affections urinaires (lithiases), hématurie; leucorrhées;</p> <p>USAGE EXTERNE: abcès, furoncles;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - antitussif, bronchite aiguë: infusion 10g de fleurs ou de feuilles pour ½ litre d'eau; - asthme catarrhal: infusion de 30 g de plante fleurie pendant 25mn; sucrer avec du miel; 2-3 tasses par jour, tiède, loin des repas; ou suc de la plante fraîche: 40-50g par jour; - astringent: infusion: 1 cuillerée à dessert de feuilles par tasse d'eau; infuser 10mn; 3-4 tasses par jour entre les repas; - atonie vésicale: infusion de 30g de plante fleurie pendant 25mn; 2-3 tasses par jour; ou suc de la plante fraîche: 40-50g par jour; - bronchite aiguë: antitussive: infusion 10g de fleurs ou de feuilles pour ½ litre d'eau; - diarrhée des enfants: infusion de 15g de plante fleurie pendant 30mn; 3 tasses par jour; - expectorant: infusion: 1 cuillerée à dessert de feuilles par tasse d'eau; infuser 10mn; 3-4 tasses par jour entre les repas; - gravelle urique: infusion de 40g de plante fleurie pendant 30mn; 3 tasses par jour; - hyperhidrose: infusion de 40g de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour; - podagre: infusion de 40g de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - rhumatisme articulaire subaigu: infusion de 50g de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - tonique: infusion: 1 cuillerée à dessert de feuilles par tasse d'eau; infuser 10mn; 3-4 tasses par jour entre les repas; - toux laryngée: infusion de 40g de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - abcès: cataplasmes de feuilles; - furoncles: cataplasmes de feuilles;</p> <p>ATTENTION: en quantité, plante mortelle pour les chevaux</p>
GLOBULARIA ALYPUM L.	Globulaire alypum	<p>PROPRIETES: purgatif doux; cholagogue; astringent</p> <p>USAGE INTERNE: constipation; goutte; arthrite; hémorragies (gastriques, pulmonaires)</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p>

		<p>- décoction de 40g de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir et infuser 10mn; 1 tasse 2 fois par jour (préparation amère); ou infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 18mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- hyperacidité gastrique: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- incontinence urinaire: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour. Intoxication par doses supérieures;</p>
LOBULARIA NUDICAULIS L.	Globulaire à tige nue	<p>PROPRIETES:</p> <p>- racines et feuilles: purgatif</p>
LOBULARIA VULGARIS L.	Globulaire vulgaire	<p>PROPRIETES: voir LOBULARIA alypum.</p> <p>- racines et feuilles: amer, légèrement âcre, purgatif, vulnérable</p>
GLYCYRRHIZA echinata	Réglisse	<p>PROPRIETES: antispasmodique; expectorant; diurétique; antiphlogistique; rafraîchissant</p>
GLYCYRRHIZA GLABRA L.	Réglisse glabre, Bois doux	<p>PROPRIETES: antispasmodique du tube digestif; expectorant, maux de gorge, rhumes, toux nerveuses et bronchites, émollient, germicide, pectoral, béchique, fluidifiant des sécrétions pharyngées, catarrhes; diurétique; antiphlogistique; rafraîchissant; antihistaminique; digestif; dépuratif; tonique des surrénales; localement: anti-inflammatoire, cicatrisant; laxatif; allergies; asthme; gastrite; ulcères peptiques; rhumatismes: anti-inflammatoire et antiarthritique; maux de gorge; contre affections hépatiques (aide l'action du foie contre certains agent toxiques); laxatif;</p> <p>- Antispasmodique et antiulcéreux gastrique (flavonoïdes)</p> <p>- Expectorant et anti-inflammatoire (glycyrrhizine)</p> <p>- antihistaminique, hypertenseur, stimule les médullosurrénales</p> <p>USAGE INTERNE: toux nerveuse, bronchites, trachéites; entérite, constipation; gastrites, ulcères gastriques et duodénaux; dyspepsies, météorisme, aérophagie; spasmes intestinaux;</p> <p>USAGE EXTERNE: bains de bouche dans glossites et stomatites.- collyre dans conjonctivites, inflammations des paupières</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- macération de 50g de racine pour 1 litre d'eau; bouillir 5mn; macération 12 heures; à volonté;</p> <p>- infusion de 15g de racine par litre d'eau tiède;</p> <p>- aérophagie: macération de 50g de racine pour 1 litre d'eau; bouillir 5mn; macération 12 heures; à volonté;</p> <p>- allergie: macération de 50g de racine pour 1 litre d'eau; bouillir 5mn; macération 12 heures; à volonté;</p> <p>- bronchite: l'herbe peut se mâcher telle ou être consommée en tisane;</p> <p>- catarrhe: infusion de 60 g de racine de 3^e année pendant 35 mn; 2 tasses par jour. Incompatibilité avec les acides, les sels des alcaloïdes, les composés de calcium, les extraits de quinquina;</p> <p>- constipation: infusion 3 fois par jour;</p> <p>- météorisme: infusion de 50g de racine en poudre pendant 40mn; 2 tasses par jour. Incompatibilité avec des extraits de quinquina, des composés de calcium, des acides et des sels d'alcaloïdes;</p> <p>- pyrosis: 50g de racine réduite ne poudre dans 1litre d'eau; infuser 40mn; 2-3 tasses par jour; Incompatibilités avec les acides, les sels des alcaloïdes, les composés de calcium, les composés de quinquina;</p> <p>- rhume de poitrine: faire macérer 24 heures à une température de 20-25°, 500g de racines en poudre dans 2 litres d'eau; mélanger le tout avec 2kg de sucre; 2-5 cuillerées de sirop par jour; ou l'herbe peut se mâcher telle;</p> <p>- splénomégalie: infusion pour stimuler la formation et l'efficacité des globules blancs et des anticorps;</p> <p>- ulcère gastroduodéal: faire bouillir 20g de racine dans 1l d'eau pendant 15mn; filtrer et boire tiède ou froid: 4-5 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- blépharites: infusion de 5g pour 100g d'eau; en compresses et bains oculaires;</p> <p>- conjonctivites: infusion de 5g pour 100g d'eau; en compresses et bains oculaires;</p> <p>- glossite: décoction de 20g pour 100g d'eau; bouillir et réduire d'1/4; en bains de bouche;</p> <p>- plaie: décoction de 20g pour 100g d'eau; bouillir et réduire d'1/4; en compresses;</p> <p>- stomatite: décoction de 20g pour 100g d'eau; bouillir et réduire d'1/4; en bains de bouche;</p>

		<p>- ATTENTION: la réglisse est à éviter absolument en cas d'hypertension ou d'hyperexcitation (peut faire monter la pression artérielle, et provoquer une rétention d'eau), et sur avis médical en cas de grossesse et d'allaitement. Peut avoir des effets laxatifs à forte dose.</p> <p>- Risque d'intoxication simulant un syndrome de Cohn avec hypertension artérielle, oedème par rétention de sodium et d'eau, épisodes de faiblesse musculaire et de crampes, polyurie et polydipsie, hypokaliémie avec alcalose métabolique, kaliurèse anormalement élevée par contre on peut utiliser la réglisse déglycyrrhisée</p> <p>- Usage régulier à éviter pendant la grossesse;</p> <p>l'abus d'acide glycyrrhizique expose à l'hypertension artérielle avec baisse du potassium sanguin, entraînant une diminution de la force musculaire et des modifications de l'électrocardiogramme; chez l'alcoolique, peuvent survenir des troubles neuropsychiques.</p> <p>ASSOCIATION: poivre commun, clou de girofle, fenugrec, gingembre, poivre long, sauge, curcuma;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <p>- rafraichissant, diurétique</p> <p>- expectorant pour les maladies pulmonaires avec du gui, de la mauve, de la chicorée, de la bourrache</p> <p>Médecine vétérinaire moderne:</p> <p>- tonique</p> <p>- antispasmodique</p> <p>- anti-inflammatoire</p>
GNETUM gnemon	Gnète	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles et graines: anémie; rétention d'eau;</p> <p>- racines: antidote des poisons; malaria</p>
GOMPHOCARPUS FRUTICOSUS (L.) Robert Brown	Gomphocarpe fruticuleux	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles: un peu purgatif;</p> <p>- racines: émétique, purgatif</p>
GONOLOBUS condurango	Condurango	<p>PROPRIETES: tonique; apéritif; stomachique; analgésique gastrique</p> <p>USAGE INTERNE: anorexie; dyspepsies atoniques douloureuses; toutes les affections gastriques; gastralgies des hépato biliaires</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- macération de 15g de racine coupée pour 300g d'eau; bouillir pour réduire à 200g; passer à chaud avec expression; 2-3 cuillerées à soupe par jour avant les repas;</p>
GOSSYPIUM hirsutum	Coton	<p>PROPRIETES: gossypol: antiviral; antibactérien</p>
GRATIOLA OFFICINALIS L.	Gratiolle officinale	<p>PROPRIETES: puissant emménagogue; diurétique; vermifuge; émétique; fièvres intermittentes; amer;</p> <p>- parties souterraines: purgatif, vermifuge, émétique.</p> <p>USAGE INTERNE: constipation rebelle; cirrhoses; œdèmes et ascites des cardio-rénaux; hydropisie; urémie; dermatoses; parasites intestinaux; goutte; fièvres intermittentes;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion de 1 à 3 cuillerée à soupe de feuilles coupées dans 1 litre d'eau bouillante; infuser 10mn; 1 tasse au lever ou au coucher;</p> <p>- infusion de 6 à 10g de sommités fleuries dans 1 litre d'eau bouillante; infuser 10mn; 1 tasse au lever ou au coucher;</p> <p>- cirrhose: infusion de 20 g de feuilles pendant 20 mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- hoquet: infusion de 50g de feuilles pendant 20;mn; 120-200g par jour;</p> <p>- hydropéricarde: infusion de 60g de feuilles pendant 20;mn; 150-220g par jour;</p> <p>- vermifuge: infusion de sommités fleuries dans du lait chaud;</p> <p>CONTRE-INDICATIONS: en cas de grossesse, dans les états inflammatoires de la muqueuse du tube gastro-entérique, pendant la menstruation;</p>
GRINDELIA robusta Nutt.	Grindélie	<p>PROPRIETES: balsamique; béchique; antispasmodique respiratoire et gastro-intestinal;</p> <p>- Antibactérienne par les polyphénols (actifs sur Streptococcus pneumoniae et Bordetella pertussis)</p> <p>- Anti-inflammatoire</p>

		<p>- Antispasmodique - Expectorante</p> <p>USAGE INTERNE: asthme; coqueluche; laryngite; bronchite; toux des tuberculeux; dyspnée des artérioscléreux et des cardiaques; spasme du tube digestif; néphrite; Bronchites productives, asthme, emphysème A l'inverse de Drosera, son indication est la toux grasse et dyspnéisante;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - poudre: 1-2g par jour, en cachets, comprimés;</p> <p>- asthme: infusion; - néphrite chronique (mal de Bright): 30 gouttes d'extrait fluide 2 ou 3 fois par jour;</p> <p>SYNERGIQUES: balsamiques (térébenthine), lobélie, convallaria, belladone</p>
GRINDELIA squarrosa	Grindélie	<p>PROPRIETES: antispasmodique; émollient; expectorant</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: feuilles: infusion antispasmodique, expectorante</p>
GUIERA senegalensis J.F.Gmel	Guiera	<p>PROPRIETES:</p> <p>1.Utilisation populaire Le Nguer est une des plantes les plus connues des populations. sénégalaises. Les rameaux feuillés sont utilisés sous forme de tisane chez la femme qui allaite. Les Peulhs et Toucouleurs l'utilisent en médecine populaire vétérinaire en association avec Heeria insignis et Crossopteryx febrifuga pour augmenter le poids, les capacités reproductrices et la sécrétion lactée des animaux. Au Burkina Faso, le décocté aqueux est utilisé contre les insomnies.</p> <p>2. Utilisation par les guérisseurs: Guiera senegalensis est prescrit d'une manière générale par les guérisseurs sénégalais pour traiter la toux, le paludisme, les pneumopathies et les bronchopathies seule ou en association avec combretum micranthum et combretum glutinosum.</p> <p>Il est recommandé par ces mêmes guérisseurs dans le traitement des coliques, des diarrhées dysentériques en association avec le mbal sous forme de décocté aqueux des rameaux feuillés, écorces et racines. Les indications contre la syphilis, la lèpre et l'impuissance sont également retrouvées.</p> <p>En usage externe, sous forme de cataplasme, les feuilles de nguer sont considérées comme antiseptique et cicatrisant pour le traitement des blessures, des stomatites-gingivites, des chancres syphilitiques et des ulcères phagédéniques.</p> <p>Il est aussi prescrit par les guérisseurs sénégalais comme diurétiques dans les cas d'oligurie et d'anurie.</p> <p>Au Cameroun, Bello rapporte l'usage du décocté aqueux de racines pour le traitement des conjonctivites.</p> <p>Au Burkina, Le Père DE LA PRADILLA indique le macéré des feuilles (75 g pour 1 l d'eau) pour arrêter les vomissements. Comme ténifuge, il recommande 35 g de feuilles pilées et mises à macérer pendant 10 mn dans 1 l d'eau, macéré à boire le matin à jeun et ne prendre aucune nourriture jusqu'à midi.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - toux: décocter 50 g de feuilles dans 1 l d'eau, filtrer et boire par cuillerées à soupe pour l'adulte et par cuillerées à café chez l'enfant.</p> <p>PHARMACOLOGIE: Les propriétés antitussives, anti diarrhéiques et antibactériennes des extraits aqueux des rameaux feuillés du Nguer souvent signalées par les guérisseurs ont été testées et prouvées expérimentalement, respectivement par Koumaré et par Faye. Le pouvoir anti-inflammatoire des feuilles à l'égard de l'œdème provoqué a été par ailleurs signalé par Koumaré.</p> <p>Clinique: L'activité anti diarrhéique des feuilles de nguer a été testée à Ouagadougou par un médecin lors de l'épidémie de choléra et il a obtenu de bons résultats. L'activité antitussive testée chez des enfants de 6 mois à 6 ans s'est révélée excellence dans 98 % des cas.</p>
HAMAMELIS virginiana L.	Hamamélis de Virginie	<p>PROPRIETES: astringent (tanin); anti-inflammatoire; antiseptique; hémostatique; le tanin contenu dans les feuilles: propriétés vaso-constrictrices sur les vaisseaux dilatés</p> <p>- distillat de feuilles et de rameaux floraux: composant de produits dermatologiques: désinfectant; astringent; peaux crevassées; peaux brûlées par le soleil; contusions; fluxions; éruptions; réduire saignements, varices, hémorroïdes;</p> <p>- feuilles en décoction: couperose</p> <p>- feuilles pour tisane échauffante;</p>

		<p>- protège la peau contre les inflammations, accélère les cicatrises. Favorise la circulation du sang en raison de ses propriétés vasoconstrictrices et astringentes (hémorroïdes, varices, couperoses...). Traite les dermites, dermatoses mais aussi l'eczéma. Effets: Astringent, anti-inflammatoire, arrête les hémorragies internes et externes.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: uniquement: contusion, rupture des capillaires; hémorroïdes et varices douloureuses, coupure, boutons;</p> <p>- coup de soleil: en compresse: jeter 25g d'écorce découpée dans 1/2 litre d'eau, laisser mijoter 10mn, filtrer et laisser refroidir, plonger un linge dans la décoction, essorer et appliquer 1/2 heure en le réhumidifiant si nécessaire; - couperose: 50g de feuilles par litre d'eau bouillante; en applications locales; - hémorroïdes: infusion en compresse; - inflammation articulaire: en compresse: jeter 25g d'écorce découpée dans 1/2 litre d'eau, laisser mijoter 10mn, filtrer et laisser refroidir, plonger un linge dans la décoction, essorer et appliquer 1/2 heure en le réhumidifiant si nécessaire; - entorse: en compresse: jeter 25g d'écorce découpée dans 1/2 litre d'eau, laisser mijoter 10mn, filtrer et laisser refroidir, plonger un linge dans la décoction, essorer et appliquer 1/2 heure en le réhumidifiant si nécessaire; - phlébite: en compresse: jeter 25g d'écorce découpée dans 1/2 litre d'eau, laisser mijoter 10mn, filtrer et laisser refroidir, plonger un linge dans la décoction, essorer et appliquer 1/2 heure en le réhumidifiant si nécessaire; - varice douloureuse: en compresse: jeter 25g d'écorce découpée dans 1/2 litre d'eau, laisser mijoter 10mn, filtrer et laisser refroidir, plonger un linge dans la décoction, essorer et appliquer 1/2 heure en le réhumidifiant si nécessaire; - yeux irrités et fatigués: 50g de feuilles par litre d'eau bouillante en bains;</p>
<p>HEDERA HELIX L. *subsp. helix</p>	<p>Lierre</p>	<p>PROPRIETES: bois: antiseptique; dans les pays relativement chauds, les vieux troncs fournissent par incision un suc résineux, aromatique lorsqu'on le brûle: résolutif; - usage interne: feuilles: expectorante; antispasmodique de l'appareil respiratoire, dans coqueluche; dépurative; cholagogue; fièvres; vermifuge; fruits (dangereux): purgatif, émétique; - usage externe: feuilles: analgésique; vasoconstrictrice, décongestionnant; hémolytique; esquinancie (application d'un collier de feuilles coupées); - feuilles en cataplasme: névralgies; cautères; antiscrofuleux; rhumatismes; sciatique; réduire les dépôts de cellulite; - feuilles en teinture: maux de dents; coqueluche; - Saponosides: Antispasmodique bronchique et expectorant; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; Hémolytique; Propriétés antiparasitaires (douve, amibe, trichomonas), antifongiques, antibactérien, et même cytotoxique; Stimulant ostrogénique;</p> <p>USAGE INTERNE: coqueluche; bronchites chroniques; trachéites; laryngites; goutte, rhumatismes; lithiase biliaire; règles insuffisantes; leucorrhées; hypertension</p> <p>USAGE EXTERNE: cellulite; névralgie, rhumatismes; névrites; séquelles de phlébites (œdèmes circulatoires); plaies et brûlures; cors, durillons; polypes du nez</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion de 3 cuillerées à soupe de feuilles coupées par litre d'eau bouillante; infuser 10mn; 3 tasses par jour; - dyspepsie: infusion de 40g de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>ATTENTION: les infusions répétées peuvent provoquer des cirrhoses hépatiques, même chez les enfants; Rejeter les fruits de lierre (parfois utilisés en médecine populaire comme purgatif) car ils provoquent vomissements et diarrhées Ils sont responsables d'accidents assez fréquents chez les enfants qui les consomment Les feuilles de lierre peuvent provoquer des dermites de contact;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - cataplasmes de 1/4 feuilles de lierre fraîches incorporées à 3/4 de farine de lin; - brûlures: faire bouillir 1 poignée de feuilles dans du vinaigre et appliquer localement; ou feuilles fraîches en applications; les renouveler lorsqu'elles</p>

		<p>commencent à sécher;</p> <ul style="list-style-type: none"> - cellulites douloureuses: décoction de 200g de feuilles fraîches pour 1 litre d'eau (ou 1 poignée de feuilles sèches); bouillir 10mn; - cors: feuilles ayant macéré 3-4 jours dans du vinaigre; changer l'application tous les jours; - dent, névralgies dentaires: 20g de feuilles coupées en morceaux dans 1 verre de vin rouge; bouillir 2-3mn; ajouter une pincée de gros sel et ½ verre de vinaigre; plusieurs bains de bouche par jour; - douleurs musculaires: 2 bonnes poignées de feuilles fraîches ou sèches -si les feuilles sont fraîches, il faut les rouler par dizaines et les découper en lanières de ½ cm de large-, ajouter 4 à 6 poignées de son et juste ce qu'il faut d'eau pour humecter; bien mélanger et porter à feu vif en remuant constamment; laisser cuire 15 mn afin que tout le mélange soit bien chaud et l'eau en partie évaporée; en cataplasme tiède dans un linge fin, sur les zones douloureuses; - durillons: feuilles ayant macéré 3-4 jours dans du vinaigre; changer l'application tous les jours; - muscle, douleur musculaire: 2 bonnes poignées de feuilles fraîches ou sèches -si les feuilles sont fraîches, il faut les rouler par dizaines et les découper en lanières de ½ cm de large-, ajouter 4 à 6 poignées de son et juste ce qu'il faut d'eau pour humecter; bien mélanger et porter à feu vif en remuant constamment; laisser cuire 15 mn afin que tout le mélange soit bien chaud et l'eau en partie évaporée; en cataplasme tiède dans un linge fin, sur les zones douloureuses; - névralgies dentaires: 20g de feuilles coupées en morceaux dans 1 verre de vin rouge; bouillir 2-3mn; ajouter une pincée de gros sel et ½ verre de vinaigre; plusieurs bains de bouche par jour; - névrites: décoction de 200g de feuilles fraîches pour 1 litre d'eau (ou 1 poignée de feuilles sèches); bouillir 10mn; - odontalgie: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; en bains de bouche et applications sur muqueuse buccale. Plante dangereuse; - plaie: feuilles fraîches en applications; les renouveler lorsqu'elles commencent à sécher; - rhumatismes: décoction de 200g de feuilles fraîches pour 1 litre d'eau (ou 1 poignée de feuilles sèches); bouillir 10mn; ou feuilles fraîches en applications; les renouveler lorsqu'elles commencent à sécher; - sciatique: feuilles fraîches en applications; les renouveler lorsqu'elles commencent à sécher;
HEDYOTIS diffusa	Hedyote	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - parties aériennes: purifier le sang; réduire fièvre et inflammation; jaunisse; appendicite; bronchite; morsures de serpent; gorge irritée; foie; problèmes urinaires; - parties aériennes appliquées sur: infections cutanées; blessures traumatiques; - jus: dérangements intestinaux
HELIANTHUS ANNUUS L. *subsp. annuus	Tournesol, Soleil commun	<p>PROPRIETES: hypercholestérolémie; athérosclérose; fébrifuge;</p> <ul style="list-style-type: none"> - graines: diurétique; expectorant; toux; dysenterie; inflammations rénales; - racine: laxatif; maux d'estomac; <p>USAGE INTERNE: affections fébriles; paludisme</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 2 cuillerée à soupe au lever et avant le repas du soir; - dans la cuisine et les crudités; - artériosclérose, prévention de l'artériosclérose: huile pressée à froid; - asthénie psychique: infusion de 30g de grains torréfiés pendant 15mn; 2-3 tasses par jour pendant les repas; - bronchectasie: infusion de 40 g de tiges fleuries pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - crampes musculaires: consommer 30-40 grains par jour; - épilepsie: infusion de 50g de tiges entières avec des feuilles d'eucalyptus pendant 25mn; 3 tasses par jour; - états fiévreux: extrait alcoolisé de fleurs fraîches utilisé comme la quinine; - fièvre, états fiévreux: extrait alcoolisé de fleurs fraîches utilisé comme la quinine; - gastrite chronique: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;
HELIANTHUS TUBEROSUS L.	Topinambour	<p>PROPRIETES: énergétique; favorise la sécrétion lactée; désinfectant</p> <p>USAGE INTERNE: enfants, vieillards; asthénies; allaitement; favorable aux dyspeptiques, goutteux, rhumatisants; constipation; convalescence;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - topinambour "fuseau": cuit 30mn à l'eau salée, puis au beurre, en salade, sautés

		<p>ou en friture;</p> <p>- pleurésie: laisser macérer 1 mois, 50g de tiges tendres dans 100g d'alcool à 95°, puis filtrer; 2 cuillerées par jour dans un verre de vin blanc sec;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - plaie ulcéreuse: décoction de 60g de cymes fleuries et les graines; bouillir 10mn; en applications locales;</p>
HELICHRYSUM arenarium (L.) Moench *subsp. arenarium	Immortelle des sables	<p>PROPRIETES: - fleurs: diurétique, vermifuge</p>
HELICHRYSUM FOETIDUM (L.) Moench	Immortelle fétide	<p>PROPRIETES: - plante: aromatique, astringent</p>
HELICHRYSUM ITALICUM (ROTH.) GUSS. *SUBSP. ANGUSTIFOLIUM DC.	Immortelle à feuilles étroites	<p>PROPRIETES: - plante: astringent; - fleurs: diurétique, vermifuge; - essence: infections bactériennes; infections fongiques; léthargie; dépression;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - bouffées de chaleur dues à la ménopause: infusion de 30 g de fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - insuffisance hépatique: infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - coryza: infusion de 80 g de fleurs pendant 30 mn; en bains locaux;</p>
HELICHRYSUM stoechas (L.) Moench. *subsp. stoechas	Immortelle jaune	<p>PROPRIETES: - fleurs: diurétique, vermifuge</p>
HELIOTROPIUM arborescens L.	Héliotrope	<p>PROPRIETES: - plante fraîche: réduire fièvre; - teinture homéopathique combat l'enrouement de l'orateur;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - céphalée: infusion de 30 g de feuilles et sommités fleuries pendant 15 mn; 2 tasses par jour; - excitation nerveuse: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; - gonalgie: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 15mn; 2 tasses par jour; - néphrite: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour;</p>
HELIOTROPIUM EUROPAEUM L.	Héliotrope d'Europe	<p>PROPRIETES: - graines ou feuilles en friction pour faire tomber les verrues; - plante: dessicatif, résolutif, détersif</p>
HELLEBORUS FOETIDUS L.	Hellébore fétide	<p>PROPRIETES: purgatif; émétique; vermifuge; MAIS USAGE DANGEREUX; - feuilles en poudre ou en infusion: vermifuge, maux de dents</p>
HELLEBORUS NIGER L. *subsp. niger	Hellébore noir	<p>PROPRIETES: vermifuge; emménagogue; purgatif drastique; entraîne la congestion de l'utérus et des organes pelviens; en cas d'anurie, reins bloqués, arrêt de sécrétions, insuffisance rénale chronique, absence de soif, lithiase rénale; - parties souterraines séchées et réduites en poudre: diurétique, purgatif;</p> <p>USAGE INTERNE: absence des règles par inertie de l'utérus</p>
HELLEBORUS VIRIDIS L. *subsp. VIRIDIS	Hellébore vert	<p>PROPRIETES: voir HELLEBORUS foetidus</p>
HELOSCIADIUM nodiflorum (L.) W.D.J.Koch *subsp. nodiflorum *var. nodiflorum	Ache nodiflore	<p>PROPRIETES: - plante: aromatique, stimulant, résolutif</p>
HEMEROCALLIS FULVA L.	Hémérocalle fauve	<p>PROPRIETES: - souche: ulcères, tumeurs</p>
HEPATICA nobilis Schreber	Hépatique trilobée	<p>PROPRIETES: plante: diurétique; expectorant; cholagogue; astringent</p> <p>USAGE INTERNE: affections hépatiques</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion de 30-60g de plante par litre d'eau; 2-3 tasses par jour</p>
HERACLEUM SPHONDYLIUM L. *SUBSP. SPHONDYLIUM	Branc Ursine	<p>PROPRIETES: tonique, hypotensif, stimulant, digestif, aphrodisiaque. Contre l'hypertension et en usage externe contre les ulcères, les abcès, les furoncles, les piqûres d'insectes.</p>

		<p>- plante: stimulant; émollient; digestif; hypotenseur immédiat, doux, prolongé; aphrodisiaque; diurétique; vermifuge (semences); résolutif; détersif; tonique;</p> <p>- racine infusée: rhumes; toux; grippe; maux de tête; maux de gorge; épilepsie; faciliter la digestion; crampes; en cataplasmes: rhumatismes, fluxions, contusions, furoncles;</p> <p>-fruits: antispasmodique;</p> <p>USAGE INTERNE: asthénie sexuelle; digestions pénibles; météorisme; hypertension artérielle; insuffisance rénale; troubles hépatiques; épilepsie</p> <p>USAGE EXTERNE: œdèmes, tumeurs, abcès, furoncles, ulcères atones</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- décoction: Faire bouillir à petit feu pendant une dizaine de minutes 15 g de racines desséchées et finement concassées dans un litre d'eau. Prendre deux ou trois petites tasses par jour.</p> <p>-alcoolature: Laisser macérer pendant une semaine une certaine quantité de feuilles fraîches dans le même poids d'alcool à 95°. Prendre une ou deux cuillerées à café deux ou trois fois par jour dans un peu d'eau ou dans une tisane quelconque contre l'asthénie sexuelle.</p> <p>- teinture - Racine: Laisser macérer pendant 10 jours 30 g de racines desséchées et concassées dans 120 g d'alcool à 70°. Conserver en flacon foncé muni de compte-gouttes. Prendre 10-15 gouttes deux ou trois fois par jour pour combattre l'hypertension et l'impuissance.</p> <p>- poudre: Piler au mortier une certaine quantité de racines jusqu'à ce que l'on obtienne une poudre très fine. Prendre une cuillerée à café deux ou trois fois par jour en cachets ou bien avec un peu de confiture ou de miel.</p> <p>- blennorrhagie: 1 cuillerée à dessert de fruits pour 1 tasse d'eau; infuser 10mn: 3 tasses par jour entre les repas;</p> <p>- digestif: poudre de feuilles comme additif alimentaire; ou infusion des graines et des feuilles; ou macération d'1 cuillerée à café de plante dans l'eau froide pendant 2 heures, faire ensuite chauffer et boire 2 tasses par jour;</p> <p>- foie, troubles hépatiques: poudre de feuilles comme additif alimentaire;</p> <p>- hypotenseur: infusion des graines et des feuilles; ou macération d'1 cuillerée à café de plante dans l'eau froide pendant 2 heures, faire ensuite chauffer et boire 2 tasses par jour;</p> <p>- stimulant: infusion des graines et des feuilles; ou macération d'1 cuillerée à café de plante dans l'eau froide pendant 2 heures, faire ensuite chauffer et boire 2 tasses par jour;</p> <p>- tonique: infusion des graines et des feuilles; ou macération d'1 cuillerée à café de plante dans l'eau froide pendant 2 heures, faire ensuite chauffer et boire 2 tasses par jour;</p> <p>- troubles hépatiques: poudre de feuilles comme additif alimentaire;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- abcès: décoction de 30 g de racine pour 1 litre d'eau, en compresses et lavages;</p> <p>ATTENTION: chez certaines personnes, la sève peut sensibiliser la peau au soleil, d'où risque de cloques;</p> <p>La plante fraîche peut provoquer des éruptions et vésicules sur la peau après exposition au soleil (phénomène de photosensibilisation).</p> <p>PERIODE de RECOLTE: On cueille la racine en automne et les feuilles en été.</p> <p>CONSERVATION: Sécher la racine au soleil et la conserver en sachets à l'abri de l'humidité. Faire sécher les feuilles à l'ombre et les conserver en sachets à l'abri de l'humidité et de la poussière.</p>
HERNIARIA vulgaris	Herniaire commune	<p>PROPRIETES: diurétique, émollient;</p> <p>- infusion et décoction contre la gravelle; anti-herniaire</p>
HESPERIS MATRONALIS L. *SUBSP. MATRONALIS	Violette de Damas	<p>PROPRIETES: feuilles: sudorifique; diurétique</p> <p>USAGE INTERNE: bronchites chroniques; asthme; goutte, rhumatismes; insuffisance hépatique; dermatoses; lithiases urinaires; abcès, tumeurs</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion d'1 pincée de feuilles pour 1 litre d'eau; infuser 10mn; 3-4 tasses par jour;</p> <p>- lithiases urinaires: décoction d'1 pincée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir</p>

		10mn
HIBISCUS sabdariffa L.	Hibiscus	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruits: infusion ou macération: rafraîchissant; tonique; légèrement laxatif; astringent; combattre la toux; panser les blessures; - pétales séchés: fièvres; vers solitaire; <p>Il existe deux variétés: l'une à calice vert, l'autre à calice rouge.</p> <p>Les calices de la variété "verte" s'emploient dans l'alimentation en Afrique comme légume-condiment: et on leur attribue une action favorable à la digestion et des propriétés légèrement laxatives et fortifiantes.</p> <p>Les calices de la variété "rouge" sont utilisés en médecine traditionnelle populaire pour faire une boisson rafraîchissante et tonifiante. La décoction de ces calices rouges serait employée comme diurétique et antiseptique urinaire: elle est aussi recommandée comme laxatif léger, et cholagogue.</p> <p>Les décoctions non sucrées peuvent être utilisées dans les affections urinaires: elles agiraient par inhibition in vivo et in vitro sur certains bacilles: Escherichia coli, Proteus et Streptococcus. Pour cela, préparer une infusion de 15 g de calices dans un litre d'eau qu'on laisse en contact pendant 10 mn.</p> <p>Pour le traitement, on consomme 8 tasses de 250 ml par jour pendant quelques jours en dehors des repas. Cette préparation agit aussi hypotenseur et comme breuvage anthelminthique.</p> <p>Au Burkina Faso, le Père DE LA PRADILLA recommande le macéré d'une cuillerée à soupe de poudre de feuilles sèches dans 4 à 5 l d'eau pendant 3 à 5 h en bains ou en boissons pour soulager les démangeaisons dues au filaire de Bancroft.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - antiseptique urinaire: faire la même préparation que ci-dessous mais en doublant la quantité de sépales; - asthénie due à un manque de vitamine C: préparer les feuilles comme pour du thé; 2-3 tasses par jour; - diurétique: faire infuser une petite poignée de sépales dans un litre d'eau pendant 5 mn ou laisser macérer pendant 15 mn. Boire dans la journée; - hypercholestérolémie: infuser 15 g de pétales pour 1 litre d'eau bouillante; reposer 10 mn, filtrer et ajouter le jus de 2 citrons; boire dans la journée; <p>PHARMACOLOGIE: Les activités antiseptique, antifongique et antimicrobienne ont fait l'objet de nombreuses expérimentations et se sont révélées positives. Ali et Salih ont démontré une légère activité ostrogénique de l'extrait aqueux des calices.</p>
HIERACIUM AURICULA L.	Epervière oreillette	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: stomachique, résolutif, détersif
HIERACIUM CYMOSUM L.	Epervière cymeuse	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: stomachique, résolutif
HIERACIUM MURORUM L.	Epervière des murs	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: adoucissant, vulnérable, vermifuge, maladies de poitrine
HIERACIUM PILOSELLA L.	Epervière piloselle	<p>PROPRIETES: diurétique; fait baisser l'urée sanguine, éliminateur de l'urée et des chlorures; stimulant; abaisse le cholestérol;</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante, racines, feuilles, fruits: maladies de poitrine, fièvres intermittentes, diarrhées. - Diurétique déchlorurant et azoturique (hypoazotémique) - L'inuline, un polysaccharide très flexible (un fructane), est un diurétique osmotique filtrée par le glomérule rénal, elle augmente la pression osmotique du liquide tubulaire - L'ombelliférone inhibe fortement les Brucella (fièvre de Malte) et les acides - phénols sont antibactériens - Action astringente et antitussive, réduit les mucosités de l'arbre respiratoire <p>USAGE INTERNE: drainages rénaux; oliguries des affections fébriles; œdèmes des cardiaques; hydropisie, ascite; excès d'urée; athérosclérose; asthénie (des convalescences, des hémorragies); fièvre de Malte;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion de 10g de la plante fraîchement récoltée pour 100g d'eau; bouillir 1mn; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour; - diathèse urique: infusion de 80g de plante fraîche pendant 25mn; 3 tasses par jour; - dyspnée: infusion de 80g de plante fraîche pendant 25mn; 3 tasses par jour; - hydropisie: infusion de 50g de plante entière pendant 30mn; 3 tasses par jour;

		<p>- hyperazotémie: infusion de 80 g de plante fraîche pendant 25mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- insuffisance rénale: infusion de 80g de plante fraîche pendant 25mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- oligurie: infusion de 100g de plante fraîche pendant 30mn; 3 tasses par jour;</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: diurétique</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: draineur</p>
HIERACIUM SABAUDUM L.	Epervière de Savoie	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: vulnérable, apéritif</p>
HIERACIUM UMBELLATUM L.	Epervière en ombelle	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: maladies de poitrine, fièvres intermittentes</p>
HIEROCHLOE odorata (L.) P.Beauv. *subsp. odorata	Hiéochloa odorant	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles et parties souterraines: aromatique</p>
HIPPOCREPIS biflora Spreng.	Hippocrévide à fruits isolés, Fer à cheval	<p>PROPRIETES: anti-scrofuleux</p>
HIPPOCREPIS emerus (L.) Lassen *subsp. emerus	Coronille émérus, Baguenaudier des jardins	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles: purgatif</p>
HIPPOPHAE RHAMNOIDES L. *subsp. rhamnoides	Argousier	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles et fruits: goutte, éruptions, rhumes;</p> <p>- fruits: tonique; anti-infectieux; antiscorbutique; astringent; vermifuge; employés en décoction contre certaines affections cutanées des animaux;</p> <p>- baies mûres: apport de vitamine C; anémie; fatigue; épuisement;</p> <p>- baies non mûres: diarrhées; dysenterie; en application diminuent le saignement;</p> <p>- Drogue "poly vitaminée", stimulante de l'organisme, immunostimulante, protectrice du système nerveux, apte à prévenir les infections hivernales</p> <p>- Hypocholestérolémiant, lipotrope</p> <p>- L'écorce des rameaux a des propriétés anticancéreuses</p> <p>- L'huile de baie ou de graine a des propriétés antiulcéreuses, anti-angoreuses et anti-arythmiques</p> <p>USAGE INTERNE: fatigue (matinale, des convalescents, grippale, suite de grossesse, surmenage...); diminution de l'activité cardiaque, cérébrale; inappétence; anémie; insomnies; prévention de la grippe; sénescence;</p> <p>Une cure de jus d'Argousier prise sur une courte durée n'aura que peu d'effets, seul un traitement de 3 à 6 mois sera efficace</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: en sirop dans le commerce;</p>
HIPPURIS VULGARIS L.	Hippuris commun	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: résolutif, affections du coeur</p>
HOLARRHENA floribunda (G.Don) Durand & Schinz	Holarrhéna	<p>PROPRIETES: anti-amibien; vermifuge; antiseptique;</p> <p>Les macérés ou décoctés aqueux des écorces de tronc et de racine sont utilisés en médecine traditionnelle africaine contre la dysenterie, la fièvre et comme diurétique. Les diolans utilisent le décocté de racines seules ou associées aux feuilles pour traiter les règles douloureuses.</p> <p>Certains guérisseurs les utilisent contre les parasitoses intestinales, la blennorragie et la stérilité. Des matrones sénégalaises conseillent le décocté aqueux des racines en boisson ou en bain aux femmes enceintes sujettes aux avortements.</p> <p>Au Burkina Faso, le Père DE LA PRADILLA recommande la boisson de décocté de 2 à 3 feuilles dans 250 ml d'eau pour provoquer une abondante diurèse. Contre les coliques sèches, il préconise l'ingestion du mélange de la poudre des écorces de racine à la farine de maïs et à un fruit entier du piment.</p> <p>USAGE INTERNE: amibiase (formes végétatives et kystes); trichomonas; oxyures.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- vaginites à trichomonas: faire bouillir 35 g d'écorce de tronc dans 1 litre d'eau. Filtrer et effectuer une toilette intime 2 fois par jour;</p> <p>ATTENTION: malgré une toxicité relativement faible, la conessine peut provoquer des vertiges, de l'insomnie et de l'angoisse quand elle est prise par voie orale.</p>

		<p>PHARMACOLOGIE: Les propriétés antiambiennes, antibactériennes et hypotensives ont été démontrées. Les comparaisons des activités antiambiennes des écorces, de tiges et des feuilles ont montré une supériorité des écorces de tige sur les feuilles.</p> <p>Clinique: L'activité antiambiennne de l'extrait de l'écorce du tronc testée cliniquement par Alain et al. a donné de très bons résultats sur 40 malades traités.</p>
HORDEUM VULGARE L. *convar. Vulgare	Orge commune	<p>PROPRIETES: farine: cataplasmes résolutifs; Riche en phosphore, en calcium, en fer, en potassium et en magnésium, elle contient également un alcaloïde l'hordémine. - Elle combat l'hypotension par son alcaloïde qui contracte les vaisseaux.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elle fortifie le muscle cardiaque toujours grâce à cet alcaloïde. - Elle combat les désordres intestinaux, notamment chez les jeunes enfants auxquels on la donne sous forme de bouillie. - Elle facilite la digestion et stimule le fonctionnement du foie et de la vésicule biliaire. - En bouillie, elle fait partie des farines recommandées aux jeunes bébés. - Ou en cachets. Le malt (en cachet ou en poudre) n'est pas autre chose que de l'orge. Ajouté aux potages, il n'a pratiquement aucun goût. <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - asthénie psychique: faire bouillir 100g de grains d'orge bien lavés dans 1.5 litre d'eau jusqu'à ce que les grains gonflent; ajouter 2 cuillerées de miel pur et faire rebouillir le tout encore pendant 5mn; faire décanter et boire la préparation tiède en ajoutant du jus de pamplemousse ou de citron; - bronchite catarrhale: faire bouillir pendant 2-3 heures une poignée de grains mondés dans 1 litre d'eau, ajouter le jus de 4 citrons et 400g de sucre; 1 verre chaud matin et soir; - chlorose: faire griller les grains riches en sels, amidon, dextrine et préparer un " café " ou un potage; - dépression nerveuse: consommer les grains en potages et en bouillies; - excitant: consommer les grains sous forme de café et dans des bouillies bien cuites; - gastrite: faire cuire à feu doux pendant 60mn, 60g de grains d'orge dans 1 litre d'eau; boire l'eau de cuisson avec du miel; - grippe: eau d'orge contre une forte fièvre; - hépatite: grains en farine et aussi entiers; préparer des bouillies ou des potages; - inflammation: faire bouillir 50g d'orge dans 1 litre d'eau pendant 30mn; boire tiède dans la journée; - inflammation de l'urètre: faire cuire lentement 60mn, 60g de grains dans 1 litre d'eau; boire l'eau de cuisson avec du miel; - inflammation des voies urinaires: faire bouillir longuement des grains jusqu'à ce qu'ils s'écrasent entre les doigts, en remplaçant l'eau évaporée; 3 tasses par jour avec du miel; - urétrite: boire l'eau d'orge plusieurs fois par jour avec un peu de jus de citron;
HORMINUM PYRENAICUM L.	Horminelle des Pyrénées	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: stimulant, stomachique
HUMULUS LUPULUS L.	Houblon	<p>PROPRIETES: antibiotique, sédatif. Ces qualités sont souvent mises en doute car la plante ne se conserve pas longtemps.</p> <ul style="list-style-type: none"> - cônes: sédatif doux; décontractant musculaire; hypnotique; anaphrodisiaque; tonique nerveux; stomachique; diurétique; - stimuler la prolactine; - usage externe: antalgique; <p>USAGE INTERNE: rachitisme; convalescences; anémie, chlorose; inappétence (des enfants surtout); dyspepsies atoniques nerveuses; excitabilité sexuelle; pertes blanches; insomnies, nervosisme; goutte; lithiases; dermatoses (eczémas, herpès, dartres); scorbut; lymphatisme; adénites cervicales, scrofulose; énurésie; fièvres de printemps et d'automne; parasites intestinaux; insuffisance lactée des nourrices; tonique; apéritif; stomachique; sédatif génital; hypnotique; diurétique; dépuratif, régénérateur sanguin; fébrifuge; antiscrofuloux; vermifuge; antiscorbutique; galactogène;</p> <p>USAGE EXTERNE: algies rhumatismales; goutte; abcès froids; cancers externes;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - macération à froid de 30g de cônes dans 1 litre d'eau; 1 tasse avant les repas; - anémie: infusion de 30g de cônes dans 1 litre d'eau bouillante; infuser 10mn; 1 tasse avant les repas;

		<ul style="list-style-type: none"> - calmant, tranquillisant: infusion de 10-15 g d'inflorescences femelles ou cônes pendant 30 mn; 2 tasses par jour loin des repas; - cystalgie: infusion de 10-15 g d'inflorescences femelles ou cônes pendant 30 mn; 3 tasses par jour; - douleurs dues à la goutte: infusion de 15g d'inflorescences femelles ou cônes pendant 25mn; 3 tasses par jour; - douleurs rhumatismales: infusion de 20g d'inflorescences femelles ou cônes pendant 30mn; 2 tasses par jour; - dyspepsies hyposthéniques ou atoniques: infusion de 15-20g de cônes ou inflorescences femelles pendant 20mn; 2 tasses par jour; - éréthisme génital ou sexuel: infusion de 15g de cônes ou inflorescences femelles pendant 20mn; 2 tasses par jour; - insomnie nerveuse: infusion de 20g de cônes pendant 25mn; 1 tasse avant le coucher; - lymphatisme: infusion de 15g de fleurs femelles ou cônes pendant 25mn; 2 tasses par jour; - narcotique: infusion de 10g d'inflorescences femelles ou cônes pendant 30mn; 1 tasse avant le coucher; - pyrosis: 30g d'inflorescences femelles ou cônes par litre d'eau; infuser 25mn; 2-3 tasses par jour; - rhumatisme: infusion de 20g de cônes ou inflorescences femelles pendant 20mn; 2 tasses par jour; - sédatif: 1 verre d'infusion au coucher, avec 1 cuillerée à café d'eau de fleur d'oranger; calmant, tranquillisant; - tonique: infusion de 30g de cônes dans 1 litre d'eau bouillante; infuser 10mn; 1 tasse avant les repas; <p>- ATTENTION: à éviter dans les états dépressifs;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès froid: cônes et feuilles bouillis dans l'eau, en cataplasmes; - goutte: cônes et feuilles bouillis dans l'eau, en cataplasmes; - insomnie: oreillers de cônes; A la campagne jadis, on plaçait des cônes de houblon séchés sous les oreillers des enfants pour qu'ils dorment facilement. - lombalgies, sciatique: cônes chauffés et mis dans un sachet, appliqué sur les névralgies; - névralgie sciatique: utiliser les feuilles comme cataplasmes locaux; - rhumatisme: cônes et feuilles bouillis dans l'eau, en cataplasmes; - ulcères cancéreux (calmant et résolutif): cônes et feuilles bouillis dans l'eau, en cataplasmes; - urine, enfant urinant au lit: oreillers de cônes; <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cônes pour ictères de chevaux - décoctions mixtes de graines de lin et de houblon pour les mammites
HYACINTHOIDES non-scripta (L.) Chouard ex Rothm. *subsp. non-scripta	Jacinthe des bois	PROPRIETES: bulbe plus guère utilisé: diurétique; styptique
HYDRASTIS canadensis	Hydrastis, Racine d'or	<p>PROPRIETES: vasoconstricteur ou vaso-constricteur surtout pelvien; hémostatique; antisudoral; cholagogue antidote des intoxications par le choral</p> <p>USAGE INTERNE: hémorroïdes, varices; hémorragies utérines (métorragies, ménorragies, ménopause); sueurs des tuberculeux; états congestifs du corps et du col utérin; constipation des biliaires; ulcère de jambe</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - conjonctivite: décoction de 60g de racine pour 1 litre d'eau, 2-3 tasses par jour; - sinusite: décoction de 60g de racine pour 1 litre d'eau, à boire toutes les 2 heures;
HYDROCHARIS MORSUS-RANAE L.	Hydrocharis mors de grenouille	PROPRIETES: - plante: émollient
HYDROCOTYLE VULGARIS L.	Hydrocotyle	PROPRIETES: - plante: purgatif, diurétique
HYOSCYAMUS NIGER L. *VAR. NIGER	Jusquiame noire	PROPRIETES: propriétés comparables à celles de la belladone, mais la jusquiame est plus sédatif et plus hypnotique; antispasmodique; modérateur des sécrétions; mydriatique; sédatif du système nerveux central (contre les névralgies, les tremblements nerveux); antiasthmatique (cigarettes); analgésique (cataplasmes); hypnotique; antinévralgique; transit intestinal ou urinaire; crises d'asthme; contre

		<p>certaines cauchemars;</p> <ul style="list-style-type: none"> - l'hyoscyamine réduit la tension musculaire avant une intervention chirurgicale; mal des voyages; soulager la maladie de Parkinson; - feuilles: antalgique; sédatif; <p>USAGE INTERNE: tremblements des parkinsoniens, de la chorée; délire alcoolique; spasmes gastriques, œsophagiens, vésiculaires, intestinaux; mélancolie anxieuse; agitation des maladies mentales</p> <p>USAGE EXTERNE: goutte, rhumatismes; contusions, entorses (douleur); névralgies dentaires et autres - inflammation des oreilles (huile retirée de la jusquiame); mammites</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - agitation: infusion de 2 cuillerées à café pour 1 litre d'eau; 2-3 tasses par jour; - asthme: feuilles sèches fumées; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - douleurs rhumatismales: huile de jusquiame en frictions; - engorgement mammaire: cataplasmes de tiges et feuilles fraîches; - furoncle: cataplasmes de tiges et feuilles fraîches; - mammite: cataplasmes de tiges et feuilles fraîches; <p>Médecine vétérinaire ancienne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - huile de jusquiame en friction contre les rhumatismes articulaires du chien et les spasmes œsophagiens - compose entre autres le baume tranquille calmant en friction et en lavement <p>Médecine vétérinaire moderne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - usage externe en collyre (10 à 25mg/10ml sous forme de sulfate) ou interne agit sur les terminaisons du pneumogastrique et de la pupille - sédatif du système nerveux (notamment dans les coliques du cheval), synergique de la morphine (accélère le rythme cardiaque) - antidote dans les intoxications au chloroforme - antidouleur en cas d'entorse, d'effort de tendon, de fourbure <p>Médecine vétérinaire homéopathique: calmant (sédatif nerveux)</p>
HYPERICUM ANDROSAEMUM L.	Millepertuis androsème	<p>PROPRIETES: vulnéraire, résolutif, vermifuge,</p> <p>voir HYPERICUM perforatum</p>
HYPERICUM CORIS L.	Millepertuis coris	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: diurétique, - voir HYPERICUM perforatum
HYPERICUM HIRCINUM L. *subsp. hircinum	Millepertuis à odeur de bouc	PROPRIETES: voir HYPERICUM perforatum
HYPERICUM HUMIFUSUM L.	Millepertuis couché	PROPRIETES: voir HYPERICUM perforatum
HYPERICUM MACULATUM CRANTZ *SUBSP. MACULATUM SCHINZ & TH.	Millepertuis à quatre angles	PROPRIETES: voir HYPERICUM perforatum
HYPERICUM MONTANUM L.	Millepertuis des montagnes	PROPRIETES: voir HYPERICUM perforatum
HYPERICUM PERFOLIATUM L.	Millepertuis perfolié	PROPRIETES: voir HYPERICUM perforatum
HYPERICUM PERFORATUM L. *subsp. PERFORATUM	Millepertuis commun	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Antidépresseur aussi efficace que le Prozac (et sans doute moins nocif). - le millepertuis est un remède de qualité contre tous les troubles nerveux (dépression, anxiété), mais aussi les troubles de la ménopause. On le prescrit aussi en tonique hépatique et biliaire. En usage externe, il favorise la cicatrisation - extrait des sommités florales: antiviral; astringent; sédatif; inflammations; plaies; diarrhée; pour la circulation; sur coupures; brûlures; hémorroïdes; varices; - plante: résolutif, excitant, vermifuge, vulnéraire hâtant la cicatrisation des coupures, plaies, ulcères; - feuilles contenant 10% huile essentielle: "oleum hyperici" ou "huile hypericum"; - infusion plante: catarrhes pulmonaires, asthme, dysenterie, maladies de la vessie;

USAGE INTERNE: bronchites, affections pulmonaires; asthmes; dyspepsies atoniques; diarrhées; cystites; congestion hépatique; pertes blanches; oliguries; fièvres intermittentes; affections d'origine médullaire; névrites; insuffisance circulatoire; artérite oblitérante; maladies infectieuses infantiles; astringent; calmant; antidépresseur; stimulant balsamique; expectorant; apéritif; digestif; antiacide gastrique, aigreur, rétention biliaire; diurétique; balsamique; vermifuge; fébrifuge; lourdeurs d'estomac;

USAGE EXTERNE: décoction ou macération des sommités fleuries dans huile: vulnéraire (plaies, brûlures, ulcères de jambe): sa couleur est rouge foncé; topique vulnéraire et antiputride;

POSOLOGIE INTERNE:

- infusion de 15-30g de sommités fleuries pour 1 litre d'eau; 3-4 tasses par jour;
- décoction de 1 cuillerée à soupe pour 1 tasse d'eau;
- 1 pointe de couteau de poudre de plante à chaque repas;
- anorexie: 125 g de fleurs de millepertuis pour 1 litre d'eau de vie; laisser infuser 15 jours au soleil; la liqueur devient rouge; ajouter 60 g de sucre; 1 cuillerée à soupe avant le coucher;
- asthmes: millepertuis, lierre terrestre, racine d'aunée à parties égales: 1 cuillerée à dessert dans 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 3 tasses par jour avant ou entre les repas;
- bronchites: millepertuis, lierre terrestre, racine d'aunée à parties égales: 1 cuillerée à dessert dans 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 3 tasses par jour avant ou entre les repas;
- cystites: millepertuis, lierre terrestre, racine d'aunée à parties égales: 1 cuillerée à dessert dans 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 3 tasses par jour avant ou entre les repas;
- cystite purulente: infusion de 40 g de sommités fleuries pendant 20 mn; 3 tasses par jour avec du miel;
- dépuratif des voies urinaires: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel;
- gastralgie par pyrosis: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour. Respecter la dose sinon risque d'intoxication;
- hématurie: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- myocardite: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- rhumatisme: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;

ATTENTION: Ne pas associer à un médicament traitant des troubles nerveux (antidépresseur, prozac...).

POSOLOGIE EXTERNE:

- brûlure: 1 poignée de plante coupée dans 1/2 litre d'huile; au bain marie pendant 2 heures; laisser macérer à froid pendant 3 jours; passer à travers un linge; en compresses; ou en frictions; ou huile: 500g de sommités fleuries fraîches, 1 litre d'huile d'olive, 500g de vin blanc: laisser macérer 5 jours; faire bouillir au bain marie jusqu'à consommation du vin; en compresses de gaze;
- lumbago: massage à base d'huile;
- névralgie rhumatismale: 1 poignée de plante coupée dans 1/2 litre d'huile; au bain marie pendant 2 heures; laisser macérer à froid pendant 3 jours; passer à travers un linge; en frictions; ou huile: 500g de sommités fleuries fraîches, 1 litre d'huile d'olive, 500g de vin blanc: laisser macérer 5 jours; faire bouillir au bain marie jusqu'à consommation du vin; en frictions;
- plaie: 1 poignée de plante coupée dans 1/2 litre d'huile; au bain marie pendant 2 heures; laisser macérer à froid pendant 3 jours; passer à travers un linge; en compresses; ou huile: 500g de sommités fleuries fraîches, 1 litre d'huile d'olive, 500g de vin blanc: laisser macérer 5 jours; faire bouillir au bain marie jusqu'à consommation du vin; en compresses de gaze;
- rhumatisme, névralgie rhumatismale: 1 poignée de plante coupée dans 1/2 litre d'huile; au bain marie pendant 2 heures; laisser macérer à froid pendant 3 jours; passer à travers un linge; en frictions; ou huile: 500g de sommités fleuries fraîches, 1 litre d'huile d'olive, 500g de vin blanc: laisser macérer 5 jours; faire bouillir au bain marie jusqu'à consommation du vin; en frictions;
- sciatique: faire une application locale d'huile de millepertuis 1 à 3 fois par jour;
- sinusite: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 15mn; pour fumigations; ou 1 poignée de plante coupée dans 1/2 litre d'huile; au bain marie pendant 2 heures; laisser macérer à froid pendant 3 jours; passer à travers un linge; en

		<p>frictions;</p> <p>- ulcère: 1 poignée de plante coupée dans 1/2 litre d'huile; au bain marie pendant 2 heures; laisser macérer à froid pendant 3 jours; passer à travers un linge; en compresses; ou huile: 500g de sommités fleuries fraîches, 1 litre d'huile d'olive, 500g de vin blanc: laisser macérer 5 jours; faire bouillir au bain marie jusqu'à consommation du vin; en compresses de gaze;</p> <p>En POSOLOGIE INTERNE ET EXTERNE:</p> <p>- fabrication de l'huile de millepertuis: mettre les feuilles et les fleurs fraîches dans un bocal en verre et remplir d'huile d'olive; fermer et laisser reposer 6-7 semaines au soleil en remuant souvent; l'huile vire au rouge; filtrer et conserver dans un bocal opaque (peut se garder plus de 2 ans): utiliser l'huile, 10-15 gouttes dans un peu d'eau.</p> <p>ATTENTION: peut générer une photosensibilité. Il est tellement efficace qu'il stimule les enzymes accélérant la destruction de nombreuses molécules thérapeutiques au risque d'en contrecarrer l'action; il peut neutraliser les contraceptifs oraux, les anticoagulants, la ciclosporine (médicament antirejet), et même les antirétroviraux utilisés dans le traitement du sida</p> <p>ASSOCIATION: angélique, camomille, bois de rose, achillée millefeuille</p>
HYPERICUM PULCHRUM L.	Millepertuis élégant	PROPRIETES: voir HYPERICUM perforatum
HYPERICUM RICHERI VILL. *SUBSP. RICHERI	Millepertuis de Richer	PROPRIETES: voir HYPERICUM perforatum
HYPOCHAERIS GLABRA L.	Porcelle glabre	PROPRIETES: - feuilles et fleurs: maladies de poitrine
HYPOCHAERIS RADICATA L. *subsp. radicata	Porcelle enracinée	PROPRIETES: - feuilles et fleurs: maladies de poitrine
HYSSOPUS OFFICINALIS L. *SUBSP. OFFICINALIS	Hysope officinale	<p>PROPRIETES: Plante sacrée des Hébreux que le roi Salomon utilisait pour ses bains et qui guérissait les rhumes et toutes les affections des bronches.</p> <p>- feuilles et sommités: dépuratif; expectorant, pectoral, béchique; cordial; anti-catarhal; stimulant; stomachique; carminatif; antiseptique; emménagogue; tonique; astringent; bronchite chronique; asthme;</p> <p>- feuilles aident à digérer les graisses; en infusion: expectorant, sédatif en cas de grippe, bronchite, catarrhe; en cataplasme soulagent contusions et plaies;</p> <p>- huile essentielle: antiseptique; antivirale; refroidissements; réduire contusions; refermer les cicatrices; asthmes; allergies;</p> <p>- Hypotenseur: polyphénol et choline</p> <p>- Fluidifiant des sécrétions bronchiques et expectorant (marrubiine)</p> <p>- Antitussif</p> <p>infusé: 50g/L pendant 15 mn, 200 à 300 ml/jour</p> <p>- Antiseptique: Huile Essentielle</p> <p>- Stimulant</p> <p>- Accélérateur du transit digestif</p> <p>- Sympathomimétique et vagolytique</p> <p>USAGE EXTERNE: cicatrisant</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- bronchectasie: infusion de 20 g de feuilles et de fleurs pendant 15 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- digestif: infusion d'1 cuillerée à café de feuilles par tasse d'eau;</p> <p>- emphysème pulmonaire: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- expectorant: poudre de feuilles et de fleurs dans aliments; ou infusion d'1 cuillerée à café de feuilles par tasse d'eau;</p> <p>- stimulant: poudre de feuilles et de fleurs dans aliments;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- angine: en gargarisme: infusion de 20g de feuilles et de sommités fleuries pendant 18mn;</p> <p>- ecchymose: infusion de 60g de feuilles et fleurs pendant 25mn; en applications locales;</p> <p>- entorse: infusion de 80g de feuilles et fleurs pendant 20mn; en applications locales;</p> <p>- rhume: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; instillations nasales;</p>

		<p>ATTENTION: à éviter pendant la grossesse et par les personnes nerveuses ayant de l'hypertension;</p> <p>- Très toxiques l'Huile Essentielle est convulsivante par action sur le bulbe et provoque des crises d'épilepsie (L. Pinocainphone.) à une dose de 2 g;</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne:</p> <p>- expectorant dans la deuxième phase des bronchites: extrait fluide, teinture au 1/5ème (1 à 4g/jour pour le chien)</p> <p>Médecine vétérinaire moderne:</p> <p>- tonique stomachique</p> <p>- pour les infections respiratoires des petits animaux: extrait fluide, teinture au 1/5</p>
ILEX AQUIFOLIUM L.	Houx	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles: diurétique, expectorant, fébrifuge, antispasmodique; antirhumatismal; stomachique; contre coliques; rhume; toux</p> <p>- fruits: purgatif. La caféine extraite des feuilles contre les maladies de coeur.</p> <p>- écorce contre épilepsie.</p> <p>- racines: émollient, résolutif;</p> <p>USAGE INTERNE:</p> <p>- feuilles: rhumatismes; coliques intestinales; atonie gastrique; affections fébriles (paludisme).</p> <p>- écorce: épilepsie;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- feuilles: décoction d'1 cuillerée à soupe par tasse; bouillir 2mn; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour entre les repas.</p> <p>- écorce: infusion d'1 poignée par litre d'eau; infuser toute la nuit; 2-3 tasses par jour entre les repas;</p> <p>- arthrite, rhumatisme arthritique: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;</p> <p>- calmant, tranquillisant: infusion de 20-30 g de feuilles pendant 10 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- fièvres intermittentes: vin: feuilles hachées, macérées dans l'alcool, puis étendues de vin blanc;</p> <p>- jaunisse: infusion de 30g de feuilles pendant 25mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- rhumatisme arthritique: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;</p>
ILEX paraguariensis	Maté	<p>PROPRIETES: maté: stimulant nerveux (sans les inconvénients du thé ou du café); stomachique; tonique; laxatif; diurétique; décontractant; apaise la sensation de faim; accroît la vigueur intellectuelle;</p> <p>Historique: Les Indiens d'Amérique du Sud mâchaient les feuilles de la plante. Maintenant et par son usage populaire en Amérique du Sud, on le boit en infusion. Les bergers argentins mangeant principalement de la viande complétaient leurs carences en vitamines et minéraux par des infusions de maté.</p> <p>On le boit comme le thé ou le café, mais sa saveur se rapproche plus du thé. Il redonne immédiatement de l'énergie. Il soigne les migraines, les névralgies les rhumatismes, les fatigues passagères et dépression légère. C'est aussi un excellent complément nutritif pour les personnes mangeant peu de fruits et légumes. Le maté est extrêmement riche en vitamine, sa teneur en chlorophylle est trois fois plus élevée que celle du thé. De plus c'est la plante caféinée contenant le moins de caféine, ce qui fait d'elle un produit peu excitant. Il serait efficace pendant la grossesse pour "calmer les nerfs" et serait aphrodisiaque.</p> <p>- Stimulant nerveux, stomachique, énergétique, complément alimentaire, analgésique, diurétique.</p> <p>USAGE INTERNE: asthénies, neurasthénies; convalescences; dyspepsies</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion de feuilles légèrement torréfiées, pulvérisées;</p> <p>- anorexie: infusion 1/2 heure avant les repas;</p> <p>Mises en garde: Il est préférable de ne pas consommer le maté pendant les repas car sa richesse en tanins altéreraient l'assimilation des aliments.</p>
ILEX vomitoria	Houx émétique	<p>PROPRIETES:</p> <p>- les Amérindiens faisaient infuser les feuilles narcotiques pour préparer un émétique stimulant, le "brevage noir" qui purifiait les guerriers avant les conseils;</p>

		- baies faisant vomir: contre empoisonnements
ILLECEBRUM VERTICILLATUM L.	Illécèbre verticillé,	PROPRIETES: astringent; embarras intestinaux; panaris
ILLICIUM verum Hooker fill.	Badiane, Anis étoilé	<p>PROPRIETES: identiques à celles de l'anis vert; pour le tube digestif, pour aérophagie et aérocolie; carminatif; digestif; stimulant; ouvre l'appétit; soulage douleurs de poitrine; soulage rhumatismes; flatulences;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aromatisant - Stomachique - Expectorant - Antispasmodique digestif et des voies respiratoires <p>USAGE INTERNE: dyspepsies, ballonnements, vomissements nerveux</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion de 1 cuillerée à café de semences par tasse d'eau bouillante: 1 tasse après les repas (période seulement de quelques jours); - aérocolie: action sédative: 10 étoiles à un bol d'eau bouillante; infuser 10-15mn; filtrer et boire assez chaud ou tiède après les repas; - aérophagie: dans eau bouillante 10 étoiles; laisser infuser 10-15mn; filtrer et boire assez chaud ou tiède après repas; ou poudre de semences, 2-4 grammes par jour dans l'alimentation; - carminatif: infusion de 30g de fruits (2 étoiles par tasse) par litre d'eau: 1 tasse après chaque repas (période seulement de quelques jours); - digestif: poudre de semences, 2-4 grammes par jour dans l'alimentation; ou infusion de 30g de fruits (2 étoiles par tasse) par litre d'eau: 1 tasse après chaque repas (période seulement de quelques jours); - flatulence: poudre de semences, 2-4 grammes par jour dans l'alimentation; - spasme nerveux: infusion de 50g de fruits pendant 60mn; 2-3 tasses par jour; - stimulant digestion: infusion de 30g de fruits (2 étoiles par tasse) par litre d'eau: 1 tasse après chaque repas (période seulement de quelques jours); <p>ATTENTION: Des intoxications sont survenues en France avec des produits à base de badiane de Chine contaminée par la présence anormale de badiane du Japon toxique (<i>illicium religiosum</i>). La badiane du Japon est interdite d'utilisation en France.</p>
IMPATIENS BALSAMINA L.	Balsamine, Impatience	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante fraîche: émétique; diurétique; laxatif; - feuilles: gonflements; ulcères; coupures
IMPATIENS NOLI-TANGERE L.	Balsamine des bois, Impatiente	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: localement comme antiseptique sur plaies et maladies de peau, diurétique, résolutif
IMPERATORIA ostrutum L.	Peucedan impéatoire	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: stomachique, sudorifique, fébrifuge, excitant, anti catarrhal; - racines: âcre; amer; diurétique; emménagogue; diaphorétique; stomachique; stimulant; - plante vétérinaire désignée sous le nom de "maître de maléfices". <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion: verser un litre d'eau bouillante sur 30 g de rhizomes desséchés et concassés. Laisser refroidir et prendre de deux à quatre tasses par jour. - poudre: piler au mortier le rhizome desséché. Prendre la moitié d'une cuillerée à café deux ou trois fois par jour mélangée à un peu de confiture, de miel ou à n'importe quel autre excipient. - teinture: laisser macérer pendant 10 jours 20 g de rhizome desséché et concassé dans 180 g d'alcool à 70°. Prendre trois ou quatre cuillerées à café par jour avec un peu d'eau. - vin: laisser macérer de 10 à 15 jours 50 g de rhizomes secs et bien concassés dans un litre de bon vin à degré alcoolique élevé. Prendre un verre par jour en deux reprises. <ul style="list-style-type: none"> - dyspepsies nerveuses: décoction de 40g de rhizome; bouillir 10mn; 4 tasses par jour; - inflammation: infusion de 50g de racine et grains pendant 20mn; 3 tasses par jour; - rhume: décoction de 50g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour. Infusion de 80g de rhizome pendant 3 heures; instillations nasale; - spasme gastro-intestinal: décoction de 50g de rhizome; bouillir 5mn; 2 tasses par jour;

		<p>- vomissement: infusion de 60g de grains et racine pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- fumigations: la racine concassée et les feuilles desséchées brûlées sur de la braise désinfectent et déodorisent les locaux fermés.</p> <p>- abcès: appliquer le rhizome broyé et réduit en bouillie;</p> <p>- contusion: appliquer le rhizome broyé et réduit en bouillie;</p> <p>- plaie: appliquer le rhizome broyé et réduit en bouillie pour la cicatrisation;</p> <p>- rhumatisme des articulations: appliquer le rhizome broyé et réduit en bouillie;</p> <p>- rhume: décoction de 50g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour. Infusion de 80g de rhizome pendant 3 heures; instillations nasale;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: au printemps ou, ce qui est mieux, en automne.</p> <p>CONSERVATION: faire sécher le rhizome, nettoyé, rapidement au soleil et conserver en sachets, à l'abri de la poussière.</p>
INDIGOFERA tinctoria	Indigotier	<p>PROPRIETES:</p> <p>- racines et feuilles: en cas de dépression; hypertrophie glandulaire; boutons de chaleur</p>
INULA BIFRONS (L.) L.	Inule à deux faces	<p>PROPRIETES:</p> <p>- capitules macérées dans l'alcool: maux de dents</p>
INULA BRITANNICA L. *subsp. britannica	Inule d'Angleterre	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: morsures de vipère, coliques</p>
INULA CONYZA DC.	Inule conyza	<p>PROPRIETES: insecticide contre les mouches (qui sont tuées par son odeur).</p> <p>- plante: vulnérable, troubles de l'intestin.</p>
INULA CRITHMOIDES L. *subsp. crithmoides	Inule à feuilles de perce pierre	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: diurétique</p>
INULA HELENIUM L. *subsp. helenium	Inule aunée	<p>PROPRIETES:</p> <p>- racine: vulnérable; amère; tonique; aromatique; résolutive; anti catarrhale; asthme; tonique général; stomachique; antiseptique, bactéricide; antifongique; cholagogue; expectorante; diurétique; vermifuge; après diagnostic endocrinien pour stimuler la sécrétion hypothalamo-hypophysaire;</p> <p>- racine en poudre, en décoction, en extrait: produit des nausées et des vomissements à dose élevée;</p> <p>USAGE INTERNE: bronchites; asthme, toux quinteuse; tuberculose pulmonaire; affections hépatobiliaires, ictère; hémorroïdes; néphrites, pyélonéphrites; anémie, fatigue générale, chlorose; atonie digestive; pertes blanches; hypertension; règles douloureuses, insuffisance des règles; parasites intestinaux; diarrhée; goutte; antiseptique calmant, asséchant des voies respiratoires; expectorant; augmente la sécrétion biliaire; diurétique éliminateur de l'urée et des chlorures; sudorifique; tonique; stimulant de l'appétit et de la digestion; bactéricide; favorise les règles; vermifuge; sédatif;</p> <p>USAGE EXTERNE: dermatoses (dartres, eczéma, gale), prurits; ulcères atones, escarres; trachéite; cicatrisant; antiprurigineux;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- affections respiratoires: macérer 15 jours 40g de racine d'aunées avec 50cl d'eau de vie dans 1 litre de vin blanc; filtrer: 3 verres à liqueur par jour;</p> <p>- asthme: infusion: 30g de racine séchée et concassée dans 1l d'eau froide; laisser macérer 1 heure avant de porter sur le feu; laisser bouillir 1mn avant de retirer du feu et laisser infuser 10mn; 1 tasse avant chaque repas; ou 1 cuillerée à dessert de millepertuis, de lierre terrestre et de racine d'aunée en parties égales pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 3 tasses par jour avant ou entre les repas;</p> <p>- asthme catarrhal: décoction de 20g de rhizome de 2-3 ans; bouillir 10mn; sucrer avec du miel; 2-3 tasses par jour, tiède, loin des repas;</p> <p>- béchique: vin d'aunée: macérer 15 jours 40g de racine d'aunées avec 50cl d'eau de vie dans 1 litre de vin blanc; filtrer: 3 verres à liqueur par jour; asthme catarrhal; diarrhée des enfants;</p> <p>- bronchite: 1 cuillerée à dessert de millepertuis, de lierre terrestre et de racine d'aunée en parties égales pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 3 tasses par jour avant ou entre les repas;</p> <p>- cystite: 1 cuillerée à dessert de millepertuis, de lierre terrestre et de racine d'aunée en parties égales pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 3 tasses par jour avant ou entre les repas;</p> <p>- diarrhée des enfants: décoction de 10g de rhizome; bouillir 10mn; 2 tasses par</p>

		<p>jour;</p> <ul style="list-style-type: none"> - digestion: racine confite; - diurétique: vin d'aunée: macérer 15 jours 40g de racine d'aunées avec 50cl d'eau de vie dans 1 litre de vin blanc; filtrer: 3 verres à liqueur par jour; asthme catarrhal; diarrhée des enfants; - dyspepsies hyposthéniques ou atoniques: décoction de 20g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - dyspnée: décoction de 30g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - foie, insuffisance hépatique: décoction de 30g de rhizome de 3 ans; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hépatomégalie: décoction de 20 g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - indigestion: décoction de 20g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - insuffisance hépatique: décoction de 30g de rhizome de 3 ans; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - respiration, affections respiratoires: macérer 15 jours 40g de racine d'aunées avec 50cl d'eau de vie dans 1 litre de vin blanc; filtrer: 3 verres à liqueur par jour; - tonique: vin d'aunée: macérer 15 jours 40g de racine d'aunées avec 50cl d'eau de vie dans 1 litre de vin blanc; filtrer: 3 verres à liqueur par jour; asthme catarrhal; diarrhée des enfants; - toux: décongestionne les bronches, calme la toux: 20g de plante entière à ½ litre d'eau bouillante; infuser 15mn; filtrer; 3 tasses par jour; - toux d'irritation: décoction de 30g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du miel; - trachéite: décoction de 30g de rhizome; bouillir 10mn; 2 tasses par jour avec du miel; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - prurit: décoction à 30g par litre d'eau; - trachéite chronique: inhalation d'1 cuillerée à café de la teinture dans 1 bol d'eau bouillante; - ulcères atones: décoction à 30g par litre d'eau; <p>ATTENTION: prescrite traditionnellement pour stimuler l'utérus, éviter d'en consommer en cas de grossesse. Pas aux enfants de moins de 2 ans; parfois poussée d'urticaire au contact de l'herbe ou de son huile (arrêter le traitement);</p> <p>ASSOCIATION: bois de cèdre, cannelle, lavande, encens (oliban), musc, tubéreuse</p> <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - tonique, diurétique, expectorant chez les chevaux et les ruminants: poudre du rhizome (50g pour un bovin) - anti diarrhéique - vermifuge -contre la gale en lotion externe
INULA MONTANA L.	Inule des montagnes	<p>PROPRIETES: nommée improprement "arnica" en Provence</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: vulnéraire
INULA SALICINA L.	Inule à feuilles de saule	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - racine: aigreurs d'estomac, engorgements intestinaux. - extrait des fleurs: vulnéraire
IPOMAEA hederacea	Ipoméé	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante, racines: purgatif; - graines mûres sèches: vermifuge; diurétique; constipation; favoriser la menstruation
IRIS FLORENTINA *AUCT. NON L.	Iris de Florence	<p>PROPRIETES: selon les doses: expectorant ou vomitif; huile des racines: "pois d'iris" pour entretenir les cautères</p> <p>USAGE INTERNE: stase bronchique (vieillards); bronchites; asthme, coqueluche</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion d'1/2 cuillerée à café pour 1 tasse d'eau; infuser 15mn; 2-3 tasses par jour; - bronchite sèche: décoction de 40g de rhizome de la seconde année de végétation; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du miel; - fistule: décoction de 40g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fistule: Décoction de 70g de rhizome; bouillir 10mn; en applications locales;

IRIS GERMANICA L.	Iris d'Allemagne	<p>PROPRIETES: diurétique, dépuratif, expectorant, active la circulation, cholagogue, anti-fermentaire</p> <p>USAGE INTERNE: céphalées; migraines menstruelles avec vomissements bilieux; inflammation des organes respiratoires, digestifs, urinaires</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - râper la racine et la mélanger aux aliments; - infusion à froid de 125g de racine râpée dans 125g d'eau; laisser macérer toute la nuit; la prendre le matin à jeun; - duodénite: décoction de 50g de rhizome; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - dysménorrhée: décoction de 20g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - dyspepsies dues à des flatulences: décoction de 20g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
IRIS PSEUDACORUS L.	Iris des marais	<p>PROPRIETES: diurétique; purgatif;</p> <ul style="list-style-type: none"> - rhizome soulage maux de dents et diarrhées, facilite la menstruation; - sève de l'iris faux acore est rubéfiante, vésicante, émétique et laxative. <p>POSOLOGIE INTERNE: du fait de sa toxicité, vaut mieux ne pas l'utiliser;</p>
IRIS versicolor	Iris	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rhizome séché: purgatif; émétique; diurétique; anti-inflammatoire; purifier le sang; activer la circulation; éliminer les toxines; - feuilles: sur contusions
ISATIS TINCTORIA L. *subsp. TINCTORIA	Pastel des teinturiers	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: coagulation puis cicatrisation des plaies; - feuilles en cataplasme sur ulcères de la peau; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plaie torpide: utiliser le jus des feuilles pour des applications locales; à renouveler plusieurs fois par jour;
JASIONE laevis Lam. *subsp. laevis	Jasione vivace	PROPRIETES: astringent, vulnéraire
JASIONE MONTANA L. *subsp. MONTANA L.	Jasione des montagnes	PROPRIETES: astringent, vulnéraire
JASMINUM OFFICINALE L.	Jasmin commun	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: antispasmodique, fébrifuge; - fleurs: sédatif; - huile essentielle: pour relaxation; dépression; peaux sèches ou fragiles; soulager fatigue; <p>POSOLOGIE INTERNE: fleurs: infusion sédatif</p>
JASMINUM sambac	Jasmin arabe	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs: en lotion oculaire; - feuilles et racines: fièvres; brûlures
JATROPHA curcas	Jatropha	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - huile des graines: purgatif; freine saignements; - en applications externes: brûlures; herpès; eczéma; teigne
JUGLANS REGIA L.	Noyer commun	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruit le plus calorifique; très nutritif (protides, graisses); antiscrofuleux; laxatif et anti diarrhéique; vermifuge; draineur cutané et lymphatique; asthme; maux de dos; maux de jambes; constipation; convalescence; - feuilles: engorgement des voies digestives accompagné de diarrhée; tonifiant, astringent, hypoglycémiant, anti glycémique, antiscrofuleux, dépuratif, vermifuge; stomacique, stimulant, résolutif, astringent; - huile: propriétés anticholestéroliques (grâce à ses acides gras polyinsaturés); - écorce: astringent; action antiseptique sur les complications cutanées: furoncles, anthrax; - feuilles écrasées: diminuent les éruptions de peau; <p>USAGE INTERNE: diabétiques; tuberculose; diarrhées; parasitoses intestinales; dermatoses; lithiase urinaire (adjuvant); métrites (adjuvant); énurésie; rachitisme; lymphatisme, adénopathies, scrofules; asthénie; maladies osseuses; bronchites chroniques; anémie; goutte, rhumatismes; tænia, vers intestinaux; jaunisse;</p> <p>USAGE EXTERNE: pertes blanches; hyperhidrose palmaire et plantaire; angines; plaies atones, abcès froids, scrofules, eczémas suintants; blennorragie; charbon;</p>

huile contre dermatoses;

POSOLOGIE INTERNE:

- fruits tolérés par les diabétiques: très nourrissants et digestes;
- anémie: feuilles en décoction;
- astringent: poudre de brou;
- bothriocéphales: 1 cuillerée d'huile des fruits par jour dans la matinée; puis prendre un purgatif;
- catarrhe: infusion de 30 g de feuilles et de mésocarpe pendant 20 mn; 2-3 tasses par jour;
- diabète: feuilles: sous forme de teinture, 30-50 gouttes 2 ou 3 fois par jour dans l'eau;
- diabète (calme la soif): infusion d'1 poignée de feuilles par litre d'eau bouillante (1 cuillerée à soupe par tasse); infuser 15mn; boire à volonté à jeun, au moins 3 verres par jour;
- faiblesse des os: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 3-4 tasses par jour;
- gourme: infusion d'1 poignée de feuilles par litre d'eau bouillante (1 cuillerée à soupe par tasse); infuser 15mn; boire à volonté à jeun, au moins 3 verres par jour;
- inflammation des voies urinaires: décoction de 60g de feuilles; bouillir 15mn; 3 tasses par jour avec du miel;
- jaunisse: infusion de 20g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; ou utiliser la poudre de feuilles;
- lymphatisme: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; ou infusion d'1 poignée de feuilles par litre d'eau bouillante (1 cuillerée à soupe par tasse); infuser 15mn; boire à volonté à jeun, au moins 3 verres par jour;
- maigreur: consommer les noix avec du pain complet ou du pain de seigle;
- oedème des jambes, oedème des paupières: appliquer les feuilles sur les parties atteintes, en renouvelant l'application. En même temps prendre quelques gouttes de teinture d'oignon;
- os, affections osseuses: infusion d'1 poignée de feuilles par litre d'eau bouillante (1 cuillerée à soupe par tasse); infuser 15mn; boire à volonté à jeun, au moins 3 verres par jour;
- rachitisme: infusion d'1 poignée de feuilles par litre d'eau bouillante (1 cuillerée à soupe par tasse); infuser 15mn; boire à volonté à jeun, au moins 3 verres par jour;
- reconstituant: décoction de 20g de feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour
- rhume: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel. Aussi en instillations nasales;
- tabagisme: infusion de 20-30g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;
- ténia: huile: 50-60g dans salade, le soir, durant 3 jours;
- tonique: infusion de 20g de feuilles ou de brou sec pendant 20mn; 3 tasses par jour; ou poudre de brou; ou vin: macération de 50g de feuilles fraîches par litre de vin pendant 8 jours; 1 verre à liqueur avant les repas;
- tuberculose: infusion d'1 poignée de feuilles par litre d'eau bouillante (1 cuillerée à soupe par tasse); infuser 15mn; boire à volonté à jeun, au moins 3 verres par jour;

POSOLOGIE EXTERNE:

- abeilles, éviter piqûres d'abeilles: se frotter le visage et les mains avec des feuilles;
- angine: décoction concentrée de 2 poignées de feuilles ou de brou de noix pour 2 litres d'eau; bouillir 15mn; en gargarismes;
- carie des os: laisser macérer 60 g de brou en poudre dans 1 litre d'eau de vie; laisser reposer 30 jours et ajouter 500 g de sirop; 2-3 petits verres par jour;
- cheveux, entretien de la chevelure: décoction concentrée de 2 poignées de feuilles ou de brou de noix pour 2 litres d'eau; bouillir 15mn; en rinçages;
- croûtes de lait: lavages avec décoction de feuilles;
- dartre: jus de noix fraîche;
- dermatose: huile en frictions du corps;
- eczéma: décoction concentrée de 2 poignées de feuilles ou de brou de noix pour 2 litres d'eau; bouillir 15mn; en lavages et compresses;
- engelures: décoction de 80g de feuilles; bouillir 10mn; en applications locales; ou décoction concentrée de 2 poignées de feuilles ou de brou de noix pour 2 litres d'eau; bouillir 15mn; en bains;
- éruptions de la peau: feuilles écrasées;
- faiblesse infantile: décoction de 100g de feuilles; bouillir 10mn; verser la décoction obtenue dans l'eau du bain;
- fistule: infusion de 20g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. Décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; en applications locales;
- gale: feuilles bouillies dans un peu d'eau, en cataplasmes;

		<ul style="list-style-type: none"> - gonflement des gencives: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; en bains de bouche; - gerçures des doigts de pieds: décoction de 100g d'écorce des rameaux en poudre; bouillir 10mn; bains de pieds et applications locales; - goutte, douleurs de la goutte: feuilles appliquées localement; - hyperhidrose: décoction concentrée de 2 poignées de feuilles ou de brou de noix pour 2 litres d'eau; bouillir 15mn; en bains de pieds; - impétigo: décoction concentrée de 2 poignées de feuilles ou de brou de noix pour 2 litres d'eau; bouillir 15mn; en lavages et compresses; - insecte, éviter piqûres d'insectes: se frotter le visage et les mains avec des feuilles; - jambe, ulcère de jambe: décoction concentrée de 2 poignées de feuilles ou de brou de noix pour 2 litres d'eau; bouillir 15mn; en lavages et compresses; - leucorrhée: bouillir 10mn, 40g de feuilles; en injections vaginales; - lymphadénite: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; en applications locales; - mains, rougeur des mains: décoction concentrée de 2 poignées de feuilles ou de brou de noix pour 2 litres d'eau; bouillir 15mn; en bains; - névralgie du trijumeau: mettre pendant 1 heure dans du vinaigre de l'écorce de rameaux en poudre; appliquer localement; - ophtalmie: décoction de 60g de feuilles; bouillir 15mn; en bains oculaires; - oreillons: infusion de 60g de feuilles pendant 30mn; en applications locales; - os, carie des os: laisser macérer 60 g de brou en poudre dans 1 litre d'eau de vie; laisser reposer 30 jours et ajouter 500 g de sirop; 2-3 petits verres par jour; - peau, éruptions de la peau: feuilles écrasées; - plaie atone: décoction concentrée de 2 poignées de feuilles ou de brou de noix pour 2 litres d'eau; bouillir 15mn; en lavages et compresses; - plaie chronique: utiliser les feuilles pour faire des cataplasmes locaux, après les avoir bien désinfectés; - plaie au pied: décoction de 80g de feuilles et mésocarpe; bouillir 15mn; en bains de pieds; - psoriasis: décoction concentrée de 2 poignées de feuilles ou de brou de noix pour 2 litres d'eau; bouillir 15mn; en lavages et compresses; - pyodermite: décoction concentrée de 2 poignées de feuilles ou de brou de noix pour 2 litres d'eau; bouillir 15mn; en lavages et compresses; - pyorrhée alvéo-dentaire: décoction de 100g d'écorce en poudre; bouillir 10mn; faire des bains de bouche fréquents; - rhume: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel. Aussi en instillations nasales; - rougeur des mains: décoction concentrée de 2 poignées de feuilles ou de brou de noix pour 2 litres d'eau; bouillir 15mn; en bains; - stomatite rebelle: décoction de 200g d'écorce en poudre; bouillir 10mn; en bains de bouche plusieurs fois dans la journée; - suppuration: décoction de 80g d'écorce en poudre; bouillir 10mn; pour applications locales; - teigne: feuilles bouillies dans un peu d'eau, en cataplasmes; - ulcère atone: feuilles bouillies dans un peu d'eau, en cataplasmes; - ulcère de jambe: décoction concentrée de 2 poignées de feuilles ou de brou de noix pour 2 litres d'eau; bouillir 15mn; en lavages et compresses; <p>POSOLOGIE VETERINAIRE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction concentrée, en lavages, préserve les animaux des mouches et des taons;
JUNCUS communis E. Mey	Jonc commun	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: diurétique, maladies de vessie
JUNIPERUS COMMUNIS L. *SUBSP. COMMUNIS	Genévrier	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - baies: diurétique; tonique; stomachique; carminatif; antiseptique; diabète; désinfectant des voies urinaires; stimulant; - feuilles et sommités: purgatif - huile: antiseptique; diurétique; désintoxiquant; cystite; acné; eczéma; cellulite; rhumatisme; <p>USAGE INTERNE: agit sur l'appétit et la digestion; régime des diabètes</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - albuminurie: infusion de 10-30g de baies; infuser 18mn; 2-3 tasses par jour); - calculs rénaux: baies concassées macérées dans 1 litre de vin blanc; 1-2 verres par jour; - cystite: infusion d'1 cuillerée à café de baies par tasse d'eau pendant 10mn; - désinfectant des voies urinaires: infusion d'1 cuillerée à café de baies par tasse d'eau pendant 10mn;

		<ul style="list-style-type: none"> - diabète: mettre 1 cuillerée de baies dans la cuisson des légumes; - diathèse neuro-arthritique: infusion de 20g de fruits pendant 20mn; 3 tasses par jour; et garder quelques baies dans la bouche; - douleurs dues à des calculs: infusion de 20g de baies pendant 20mn; 3 tasses par jour; - excitant: infusion de 20g de fruits pendant 20mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel; - hydropisie cardiaque, hydropisie rénale: infusion de 20g de fruits pendant 20mn; 3 tasses par jour. Faire macérer 1 semaine dans 1 litre de vin rouge, 50g de baies; 3 verres par jour; - inflammation des voies urinaires: infusion de 30g de fruits pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; - lithiase: infusion de 20g de fruits pendant 25mn; 3 tasses par jour; - lymphangite: décoction de 20g de feuilles et bois; bouillir 15mn; 3 tasses par jour; - oxalurie: infusion de 20g de fruits pendant 25mn; 3 tasses par jour; - podagre: décoction de 100g de feuilles et sommités pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron. Intoxication en cas de dépassement de la dose; <p>ATTENTION: Action irritante de l'Huile Essentielle (alpha et bêta pinène) sur l'endothélium rénal; Déconseillé aux femmes enceintes durant les derniers mois de grossesse car il peut provoquer des contractions utérines responsables d'accouchement prématuré.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - acné: utiliser l'huile; - rhinite: 10-15g de baies; bouillir dans 1 litre d'eau; utiliser en fumigations; - rhumatisme: faire macérer 10g de baies, 10 jours dans 100g d'alcool à 60°; pour frictions locales; - sciatique: baies broyées appliquées sur la région douloureuse; <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - contre tétanos: avec de l'ail et du muscade - contre la douve - galactogène chez le bovin et la chienne - stomachique dans la météorisation des ruminants - dans la pleurésie - contre la diarrhée du lapin <p>Médecine vétérinaire ancienne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - diurétique pour le chien: 3g baies de genièvre, infusée 20 min, 0.5g de nitrate, 50g de sirop des 5 racines, et d'eau. Respecter les doses, risque de toxicité rénale - galactogène pour bovins: 12g baies de genièvre concassées, 12g d'anis vert concassé, 30g de sulfate de magnésium, 8g de bicarbonate de soude, 6 litres d'eau, macérer une nuit et filtrer <p>Médecine vétérinaire moderne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - diurétique - anti laiteux chez la chienne <p>Médecine vétérinaire homéopathique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pour le foie défaillant (stade de la décompensation): gemmothérapie (bourgeons à base dilution) - pour l'urémie
JUNIPERUS OXYCEDRUS L. *SUBSP. OXYCEDRUS	Genévrier cade	<p>USAGE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - huile de cade (extraite du bois par distillation): problèmes de peau; psoriasis; perte des cheveux; antiseptique; insecticide
JUNIPERUS SABINA L.	Genévrier sabine	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: autrefois comme antihelminthique ou réduire les hémorragies utérines; favorise les règles; antiparasitaire; <p>USAGE INTERNE: métrorragies</p> <p>USAGE EXTERNE: plaies putrides; détergent</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion de 1-2g de feuilles par litre d'eau; 3 tasses par jour <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - oxyurose: en lavements;

		- ulcères putrides ou gangreneux: décoction en lotions;
KAEMPFERIA angustifolia	Kaempférie,	PROPRIETES: - rhizome en poudre: rhume; fortes fièvres; diarrhée; dysenterie; obésité; - racine; stimulant; intoxication alimentaire; inflammations buccales; abcès; toux; rhume; - écrasée et mouillée de whisky: en application pour maux de tête
KICKXIA commutata (Bernh. ex Rchb.) Fritsch *subsp. commutata	Linaire grecque	PROPRIETES: - plante: vulnéraire, astringent, résolutif, émollient, purgatif
KICKXIA elatine (L.) Dumortier *subsp. elatine	Linaire élatine	PROPRIETES: - plante: vulnéraire, astringent, résolutif, émollient, purgatif
KICKXIA spuria (L.) Dumortier *subsp. spuria	Linaire bâtarde	PROPRIETES: - plante: vulnéraire, astringent, résolutif, émollient
KIGELIA africana	kigelia	PROPRIETES: - écorce: rhumatismes; ulcères; blessures; - feuilles: dysenterie; troubles de la vessie; trouble des reins; maux d'estomac; - racine: contre vers
KNAUTIA ARVENSIS (L.) COULTER *subsp. arvensis	Knautie des champs	PROPRIETES: - feuilles et fleurs: dépuratif; - Plante: amer, détersif, expectorant, vulnéraire, astringent POSOLOGIE EXTERNE: - angine ulcéro-membraneuse: gargarismes: décoction de 150g de plante entière; bouillir 5mn
KRAMERIA triandra	Kramérie	PROPRIETES: astringent; hémostatique USAGE INTERNE: diarrhées, dysenteries; hémorragies (utérines, hémoptysies); hémorroïdes POSOLOGIE INTERNE: - infusion de 20g pour 1 litre; bouillir 2mn; infuser 15mn; 3 tasses par jour POSOLOGIE EXTERNE: - lavements de 5g de racine concassée dans 1/2 litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 10mn; - SYNERGIES: astringents = cachou, uva ursi, feuilles de noyer, sirop de coings; - INCOMPATIBILITES: alcalis, sels de calcium, sels de fer, sels de plomb, sels de mercure, albumines
LABURNUM ANAGYROIDES MEDIKUS *subsp. anagyroides	Cytise	PROPRIETES: - feuilles, fleurs et graines: émétique, résolutif, purgatif;
LACTUCA PERENNIS L. *subsp. perennis	Laitue vivace	PROPRIETES: voir LACTUCA sativa
LACTUCA SATIVA L.	Laitue cultivée	PROPRIETES: rafraîchissant; dépuratif; apéritif (au début du repas, stimule les glandes digestives); reminéralisant; analgésique; sédatif; hypnotique; béchique; hypoglycémiant; émollient; laxatif, anti putrescible; draineur hépatique; - le suc: lactarium calme l'éréthisme nerveux sans provoquer une excitation au début de son action, n'entraînant pas de constipation ni d'appétence et sans action nocive sur les appareils circulatoire et digestif; - graines: calmant, rafraîchissant, antiputride, phtisie, pleurésie, asthme; USAGE INTERNE: érétisme nerveux, psychasthénie; palpitations, spasmes viscéraux, gastralgies; spermatorrhée; excitation sexuelle; priapisme de la blennorrhagie; insomnies; déminéralisation; bronchite, coqueluche, toux nerveuses; asthme; diabète; pléthore; goutte, arthrite, lithiases, néphrite; règles douloureuses; ictère, congestion hépatique; constipation; POSOLOGIE INTERNE: - suc: lactucarium brut: 0,1 à 1g par jour, en pilules; - décoction de feuilles: 75g de feuilles pour 1l d'eau, faire cuire à feu doux 30mn, 3 verres par jour entre les repas; - anémie: feuilles en salade ou cuites; - artériosclérose: en salade ou bouillies, assaisonnées avec de l'huile de maïs, une pincée de sel et du citron; - asthme: semences: 4 à 5g (calmant) et décoction: 1 cuill. à café par tasse, 2 à 3

		<p>tasses par jour;</p> <ul style="list-style-type: none"> - constipation: 30 g de feuilles pour ½ litre d'eau; en décoction. Consommer les feuilles cuites assaisonnées de beaucoup d'huile et de sel; - coqueluche ou toux spasmodiques: consommer les feuilles en salade ou bien cuites avec du beurre et du fromage. Boire l'eau de cuisson, tiède, pendant les quintes de toux; - éréthisme: consommer les feuilles crues en salades ou cuites, assaisonnées avec de l'huile, du citron et un peu de sel; - excitation nerveuse: à consommer en salade, avec de l'huile, du citron et un peu de sel; - hypertension artérielle: consommer les feuilles en salade avec de l'ail; - incontinence urinaire: en salade, aussi bien crue que cuite; - inflammation: consommer les feuilles bouillies avec huile, citron et sel; boire l'eau de cuisson; manger les feuilles crues uniquement avec un peu de persil; - insomnie: feuilles à consommer en grande quantité en salade; - insomnie des alcooliques: faire cuire lentement 60g de feuilles dans 1 litre d'eau pendant 1 heure; boire à volonté; - pleurésie: semences: 4 à 5g (calmant) et décoction: 1 cuill. à café par tasse, 2 à 3 tasses par jour; - sédatif: consommer les feuilles en salade ou cuites assaisonnées de fromage et de beurre; boire aussi l'eau de cuisson; - toux nerveuse: faire cuire et assaisonner les feuilles avec de l'huile, du citron et du sel. Boire aussi l'eau de cuisson tiède, le soir avant le coucher; - toux persistante: infusion de 80g de feuilles pendant 10mn; 3 tasses par jour avec du miel; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès: feuilles cuites avec un peu d'huile d'olive: cataplasmes; - abcès chaud: feuilles cuites avec un peu d'huile d'olive; - acné: décoction de feuilles: en lotion; - brûlure: feuilles cuites avec un peu d'huile d'olive: cataplasmes; - furoncle: feuilles cuites avec un peu d'huile d'olive: cataplasmes; - hématome: faire des cataplasmes tièdes avec les feuilles et appliquer avec un peu d'huile d'olive; - luxation: écraser les feuilles et les poser sur la luxation; changer les feuilles toutes les 2-3 heures; - névralgie: faire cataplasmes avec les feuilles tièdes et trempées dans un peu d'huile; - ophtalmie: faire bouillir une poignée de feuilles pendant 5mn dans une peu d'huile d'olive; laisser refroidir et appliquer sur les yeux; semences: 1 cuill. à café par tasse, en décoction: en lotions ou bains d'yeux; - yeux: irritation, fatigue, faiblesse: faire bouillir les feuilles et les laisser refroidir, puis les utiliser en applications locales; ou semences: 1 cuill. à café par tasse, en décoction: en lotions ou bains d'yeux;
LACTUCA serriola L.	Scarole	PROPRIETES: voir LACTUCA sativa
LACTUCA VIMINEA (L.) J.Presl & C.Presl *subsp. viminea	Laitue des vignes	PROPRIETES: voir LACTUCA sativa. - Extrait laiteux desséché (Gummi chondrilla): maladies de poitrine
LACTUCA VIROSA L.	Laitue vireuse	<p>PROPRIETES:- plante: apéritif; un peu narcotique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - latex séché brun foncé (lactucarium ou "opium de laitue"): expectorant; antispasmodique; asthme; pleurésie; sédatif; hypnotique; - latex et feuilles: sédatif; antalgique; expectorant; diminuer partiellement la teneur en sucre du sang; en excès peut provoquer des insomnies; - jus: toux; bronchite; maladies des yeux; anxiété; <p>Historique: Dioscoride comparait l'action de cette plante à celle du pavot somnifère.(même si cela est vrai l'action de la laitue vireuse n'est pas toxique). Elle fut un substitut de l'opium, (notamment dans la période hippie des années 70) grâce à ses propriétés similaires mais non toxique, n'entraînant ni dépendance ni overdose.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Favorise le sommeil nocturne et calme la surexcitation. Elle calme aussi la toux et la douleur <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - on peut la prendre en infusion. On peut aussi récupérer le latex de la plante en la macérant toute une nuit et en faisant bouillir le liquide obtenu. Il restera alors un résidu brun consommable; - éréthisme cardio-vasculaire (troubles du rythme cardiaque): 40 g de feuilles à ½ litre d'eau; faire bouillir 15mn; infuser 10mn; filtrer; 2-5 tasses par jour;

		<p>- neurasthénie: crue en salade; ou en décoction: faire bouillir 1 laitue dans ½ litre d'eau 15-20mn à feu doux; boire un grand bol le soir au coucher;</p> <p>Mises en garde: A forte dose, la laitue vireuse peut provoquer des somnolences.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - peau abîmée: jus dilué;</p>
LAMIUM ALBUM L.	Lamier blanc	<p>PROPRIETES: - plante: un peu astringent, vulnérable, résolutif, antiscrofuleux, phtisie; - sommités fleuries et feuilles: tonique; astringent (remède à spécificité utérine); hémostatique, hémorragies; expectorant; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; fébrifuge; anti-inflammatoire; dépuratif; insuffisance hépatique; - plante en décoction: tonique du sang; joue sur l'élasticité des vaisseaux; règles surabondantes; pertes vaginales; cystite; hémorroïdes; brûlures et affections oculaires; - plante en infusion: astringent; cicatrisant; laver eczémas; diminuer le saignement des plaies; tonique des organes génitaux;</p> <p>USAGE INTERNE: diarrhées, dysenteries; métrorragies, hémoptysies, hémorragies; pertes blanches; règles douloureuses; hémorroïdes, varices; difficultés de la miction des hommes âgés, cystite, prostate; métrorragie</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion: Une cuillerée à dessert de feuilles desséchées et émietées, en infusion pendant 20 minutes dans une tasse d'eau bouillante. Prendre 2 ou 3 tasses par jour entre les repas; ou 1 cuillerée à dessert de feuilles coupées ou de fleurs pour 1 tasse d'eau; bouillir et infuser 10mn; 2-3 tasses par jour entre les repas; - alcoolature: Faire macérer pendant 10 jours une certaine quantité de plantes fraîches dans le même poids d'alcool à 95°. Verser et filtrer. Prendre de 2 à 4 cuillerées à café par jour dans une tisane quelconque. Ou bien prendre 20 gouttes à l'heure jusqu'à un maximum de 10-15 g dans la journée. - teinture: Laisser macérer pendant 10 jours 30 g de feuilles desséchées et émietées dans 120 g d'alcool à 70°. Cette teinture sert à préparer la teinture composée suivante: teinture 100 g - sirop simple 50 g - eau 25 g. Pour arrêter les hémorragies utérines prendre une cuillerée toutes les demi-heures. (On prépare le sirop simple en dissolvant 30 g de sucre en 20 g d'eau.);</p> <p>- foie, insuffisance hépatique: sommités avant la floraison ou séchées et mondées dans les potages, ou une pointe de couteau de poudre dans l'alimentation; - insuffisance hépatique: sommités avant la floraison ou séchées et mondées dans les potages, ou une pointe de couteau de poudre dans l'alimentation; - énurésie: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour. Jamais le soir;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - leucorrhée: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn, en injections vaginales; ou décoction: faire bouillir pendant 10 minutes une poignée de plantes desséchées dans un litre d'eau; utiliser en injections; - séborrhée: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; pour applications locales;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: du printemps à la fin de l'été.</p> <p>CONSERVATION: faire sécher à l'ombre et conserver en sachets à l'abri de l'humidité.</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: dans l'hématurie (achillée mille-feuille, persil sauvage, lamier, sel, bouillis dans du lait)</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: vaso-constricteur pour les affections de l'appareil génital</p>
LAMIUM galeobdolon (L.) L. *subsp. galeobdolon	Lamier galéobdolon	<p>PROPRIETES: plante: diurétique, vulnérable, calmant, astringent, anticatharral.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - laryngite: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. Utiliser aussi pour les gargarismes;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - laryngite: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. Utiliser aussi pour les gargarismes;</p>

LAMIUM MACULATUM L.	Lamier maculé	PROPRIETES: - plante: anti catarrhal, antiscrofuleux
LAMIUM PURPUREUM L.	Lamier pourpre	PROPRIETES: - plante: astringent, vulnérable, anti catarrhal, antiscrofuleux. POSOLOGIE EXTERNE: - leucorrhée: infusion de 80g de sommités fleuries pendant 20mn; en injections vaginales; - otite: infusion de 80g de sommités fleuries pendant 20mn; en bains d'oreille; - otorrhée: infusion de 80g de sommités fleuries pendant 20mn; en bains d'oreille ou applications locales;
LANTANA camara Linn.	Lantane	PROPRIETES: feuilles: avec précaution: fièvres; affections des bronches; fièvres; - racine: maux d'estomac; coliques; désintoxiquant; abaisse la température. 1. Utilisation populaire Les feuilles sont couramment utilisées par les Wolof en qualité de boissons théiformes à propriétés béchiques. En Côte d'Ivoire, la préparation aqueuse des feuilles est employée sous forme de collyre pour soigner les ophtalmies. 2. Utilisation par les guérisseurs: Certains guérisseurs prescrivent les préparations aqueuses (macérées, décoctées, infusées) des inflorescences aux asthmatiques en raison de l'action calmante dans les crises de dyspnée et de suffocation. POSOLOGIE EXTERNE: - plaie: l'infusion ou la décoction aqueuse des feuilles, tiges et racines pourrait être utilisée comme antiseptique; ATTENTION: le fruit vert de Lantana est toxique. L'intoxication s'accompagne de vomissements, diarrhées et dans les cas graves, d'une gêne respiratoire qui peut être fatale. PHARMACOLOGIE: L'activité antibiotique des extraits aqueux de feuilles, tiges et racines s'est révélée positive sur les bacilles gram (+). Des produits extraits des feuilles ont montré une fugace activité anti-hypertensive;
LAPSANA COMMUNIS L. *subsp. communis	Lampsane commune,	PROPRIETES: plante: diurétique USAGE EXTERNE: suc: guérir les crevasses du mamelon; POSOLOGIE INTERNE: - cholécystite: 60 g par jour de jus de la plante; - lithiase biliaire: infusion de 40g de plante entière pendant 25mn; 3 tasses par jour; POSOLOGIE EXTERNE: - gerçures (mains, lèvres): infusion de 150g de plante entière pendant 3 heures; en applications locales;
LARIX DECIDUA MILLER	Mélèze	PROPRIETES: - cambium pulvérisé: diurétique, vulnérable; bronchites; inflammations urinaires; - substance sécrétée des feuilles: purgatif
LARIX laricina	Mélèze d'Amérique	PROPRIETES: - liber: accélère le renouvellement des tissus; ralentir les saignements; maux d'oreille; inflammations oculaires; - en lotion: ulcère suppurants; gangrène; démangeaisons; - extrait d'écorce: laxatif; diurétique; jaunisse; coliques; bu en thé léger, il combat la mélancolie; - résine mâchée: maux de gorge
LASERPITIUM GALLICUM L. *VAR. GALLICUM	Laser de France	PROPRIETES: - racine: échauffant, diurétique, détersif
LASERPITIUM LATIFOLIUM L.	Laser à feuilles larges	PROPRIETES: - racine, fruits: diurétique, stomachique
LASERPITIUM PRUTHENICUM L. *subsp. PRUTHENICUM	Laser de Prusse	PROPRIETES: - racine: diurétique, détersif, facilite la digestion
LASERPITIUM SILER L. *subsp. siler	Laser de montagne	PROPRIETES: - plante: stimulant, diurétique
LATHYRUS APHACA L. *VAR. APHACA	Gesse aphaca	PROPRIETES: ATTENTION, donne une maladie nerveuse: le lathyrisme
LATHYRUS CICERA L.	Gesse chiche, Jarosse	PROPRIETES: ATTENTION, donne une maladie nerveuse: le lathyrisme

LATHYRUS NIGER (L.) BERNH. *subsp. niger	Gesse noire	PROPRIETES: - racines: astringent, diurétique
LATHYRUS ODORATUS L.	Pois de senteur	POSOLOGIE INTERNE: - entérite: décoction de 40g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
LATHYRUS SATIVUS L.	Gesse cultivée	PROPRIETES: ATTENTION, donne une maladie nerveuse: le lathyrisme
LATHYRUS TUBEROSUS L.	Gesse tubéreuse	PROPRIETES: dysenterie
LATHYRUS VERNUS (L.) BERNH. *subsp. vernus	Gesse du printemps	PROPRIETES: - racines: astringent, diurétique; - racines réduites en poudre: résolutif
LAURUS NOBILIS L.	Laurier sauce	<p>PROPRIETES: stimulant; stomachique; carminatif; antiseptique; antispasmodique; expectorant; diurétique; emménagogue; stimulant des fonctions digestives; sudorifique; - feuilles favorisent la digestion, mais légèrement narcotiques;</p> <p>USAGE INTERNE: dyspepsies atoniques; fatigue (grippe...); flatulences, fermentations intestinales; bronchites chroniques, états grippaux; hydropisie; rhumatismes; insomnies; règles douloureuses</p> <p>USAGE EXTERNE: huile des fruits: rhumatismes; angines, infections bucco pharyngées, sinusites; règles douloureuses</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - aérophagie: infusion de 20g de feuilles; infuser 20mn; 2 tasses par jour après les repas principaux; ou 1-2 feuilles ou 1 pointe de couteau de poudre de feuilles dans la cuisson des légumes; - aigreurs d'estomac; 5 à 10 baies par litre d'eau; bouillir 1mn et infuser 10mn; 2-3 tasses par jour; - apéritif: infusion de 3-4 feuilles (10-20g) dans 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour: avant les repas; - asthénie: infusion de 20 g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. Infusion de 100 g de feuilles pendant 30 mn: utiliser 1 litre d'infusion dans l'eau du bain; l'effet de ce bain est stimulant et énergétique; - ballonnements; 5 à 10 baies par litre d'eau; bouillir 1mn et infuser 10mn; 2-3 tasses par jour; - bronchite chronique: infuser 40 g de feuilles pendant 10 mn; 3 tasses par jour sucrées avec du miel; - digestif: infusion de 3-4 feuilles (10-20g) dans 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour: après les repas; - digestion, stimulant des fonctions digestives: 1-2 feuilles ou 1 pointe de couteau de poudre de feuilles dans la cuisson des légumes; ou infusion de 20g de feuilles; infuser 20mn; 2 tasses par jour après les repas principaux; - estomac, aigreurs d'estomac; 5 à 10 baies par litre d'eau; bouillir 1mn et infuser 10mn; 2-3 tasses par jour; - gastrospasme: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour; - grippe: infusion de 20g de feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour; - hydropisie abdominale ou ascite: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour; - météorisme: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - stimulant des fonctions digestives: 1-2 feuilles ou 1 pointe de couteau de poudre de feuilles dans la cuisson des légumes; ou infusion de 20g de feuilles; infuser 20mn; 2 tasses par jour après les repas principaux; - sudorifique: décoction de 30g de bois de laurier et 30g de bois de buis pour 1.5 litre d'eau, bouillir 10mn;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - abcès: décoction de 10 feuilles pour 1 tasse d'eau; bouillir 3mn; en compresses chaudes; - angines: décoction de 10 feuilles pour 1 tasse d'eau; bouillir 3 mn, en gargarisme et lavages de bouche; - abcès: décoction de 10 feuilles pour 1 tasse d'eau; bouillir 3mn; en compresses chaudes; - décoction de feuilles dans l'eau du bain: combat les douleurs des membres; - huile essentielle diluée: entorses et rhumatismes articulaires, mais risque d'irritation de la peau; - feuilles faiblement insecticides; asthénie; contusions; fatigue; lumbago; torticolis; - contusion: décoction de 50 g de feuilles; bouillir 5 mn; applications locales; - fatigue: décoction de 100g de baies; bouillir 20mn; mettre les feuilles dans l'eau du bain;</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - infections bucco pharyngées: décoction de 10 feuilles pour 1 tasse d'eau; bouillir 3 mn, en gargarisme et lavages de bouche; - lumbago: faire cuire dans la proportion de 5% des baies ou feuilles avec de l'huile d'olive; en frictions locales; - névralgies: décoction de 10 feuilles pour 1 tasse d'eau; bouillir 3mn; en compresses chaudes; - pharynx, infections bucco pharyngées: décoction de 10 feuilles pour 1 tasse d'eau; bouillir 3 mn, en gargarisme et lavages de bouche; - plaies: désinfection: décoction avec 5 feuilles pour 1 tasse d'eau; bouillir 5mn; - sinusites: décoction de 10 feuilles pour 1 tasse d'eau; bouillir 3 mn en compresses sur le front; - torticolis: faire cuire les baies dans de la graisse ou de l'huile d'olive; en frictions locales;
<p>LAVANDULA angustifolia Mill. *subsp. angustifolia L., LAVANDULA OFFICINALIS CHAIX *VAR. OFFICINALIS</p>	<p>Lavande officinale, Aspic</p>	<p>PROPRIETES: antispasmodique; sédatif du système nerveux central; antiseptique; diurétique; stomachique; cholagogue; cholérétique (améliore le flux biliaire); sudorifique; vermifuge; stimulant; tonique; migraine; lymphatisme; freine le tonus neurovégétatif, principalement le système sympathique;</p> <p>- huile essentielle: antiseptique; légèrement sédatif; antalgique sur piqûres d'insectes; relaxant dans bain; brûlures; maux de gorge; maux de tête; rhumatismes; insomnie; dépression; hypertension; congestion lymphatique; mauvaise digestion; troubles menstruels; vermifuge;</p> <p>USAGE INTERNE: manque d'appétit; flatulence; coliques; hydropisie; troubles hépatiques de la rate;</p> <p>USAGE EXTERNE: essence de lavande: parasiticide; antiseptique; cicatrisant; efficace contre la migraine</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 pointe de couteau de sommités en poudre pour parfumer les mets; - antispasmodique: feuilles et sommités fleuries légèrement infusées: 1 cuillerée à café par tasse d'eau bouillante; - calmant, tranquillisant, insécurité: infusion de 40 g de fleurs pendant 10 mn; 2 tasses par jour; - fatigue: (infusion de 40g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour avec du miel; - hoquet: infusion de 40g de fleurs pendant 10mn; par cuillerées; - hypochondrie: infusion de 40g de fleurs pendant 15mn; 2-3 tasses par jour; - insomnie: infusion de 50g de fleurs pendant 20mn; 1 tasse avant le coucher. <p>Contre-indication en cas d'inflammations viscérales;</p> <ul style="list-style-type: none"> - irritabilité: infusion de 50g de fleurs de lavande dans 1 litre d'eau pendant 5mn; 3-4 tasses par jour dont 1 au coucher; attention à ne pas consommer de cette infusion à haute dose; - laryngite: infusion de 50g de fleurs fraîches pendant 15mn; 2-3 tasses aussi chaudes que possible, sucrées avec du miel -de lavande-, par jour loin des repas; - nausées: infusion de 40g de fleurs pendant 15mn; 1-2 tasses par jour; - névralgie: infusion de 50g de fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour; - pharyngite: infusion de 50g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour. Aussi en gargarismes; - pieds: gonflement: infusion de 100g de fleurs pendant 40mn; verser l'infusion dans 2.5l d'eau tiède; en bains de pieds. Infusion de 30g de fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour; - rhume: infusion de 50g de fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour avec du miel; - sédatif: feuilles et sommités fleuries légèrement infusées: 1 cuillerée à café par tasse d'eau bouillante; - spasme nerveux: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 2 tasses par jour; ou feuilles et sommités fleuries légèrement infusées: 1 cuillerée à café par tasse d'eau bouillante; - toux persistante: infusion de 40g de fleurs pendant 10mn; 2 tasses par jour avec du miel; - tranquillisant, insécurité: infusion de 40 g de fleurs pendant 10 mn; 2 tasses par jour; - vomissement nerveux: infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 2 tasses par jour; <p>CONTRE-INDICATION: en cas d'inflammations du tube digestif;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - eczéma sec (sécheresse extrême de la peau): huile de lavande: 1 poignée de fleurs fraîches macérées dans 1l d'huile d'olive, dans un bocal transparent au soleil durant

		<p>2-3 jours; filtrer et bien exprimer le suc des fleurs; recommencer 4-5 fois avec des poignées de fleurs nouvelles jusqu'à ce que l'huile soit bien parfumée; appliquer sur la peau en massages légers;</p> <ul style="list-style-type: none"> - insecte, piqûres d'insecte: frotter avec feuilles; - pharyngite: infusion de 50g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour. Aussi en gargarismes; - pieds: gonflement: infusion de 100g de fleurs pendant 40mn; verser l'infusion dans 2.5l d'eau tiède; en bains de pieds. Infusion de 30g de fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour; - piqûres d'insecte: frotter avec feuilles; - saignement de nez: 1 goutte d'huile dans la narine pour accélérer la cicatrisation et étancher le flot de sang; - sinusite: faire bouillir 1 bol d'eau; mettre de la lavande dans l'eau; retirer puis inhalation de la vapeur sous une serviette; <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - prévention des maladies du mouton - antipuces pour chat - huile d'aspic contre la gale <p>Médecine vétérinaire ancienne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - compose le baume tranquille - résolutif chez le chien: essence de lavande et de térébenthine - douleurs locales chez le cheval en friction: 900g alcoolat de lavande, 100g d'essence de térébenthine - feux liquides: 30g poudre de cantharide, 30g de poudre d'euphorbe, 625g d'essence de lavande, 315g d'huile d'olive - contre les seimes: essence d'aspic, teinture d'aloès, huile de pétrole, acide nitrique <p>Médecine vétérinaire moderne: antiseptique, cicatrisant</p>
LAVANDULA LATIFOLIA Medik.	Lavande à larges feuilles	<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles et sommités fleuries légèrement infusées: antispasmodique et sédatif
LAVANDULA STOECHAS L. *subsp. stoechas	Lavande Stoéchas	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: tonique, céphalique, asthme, catarrhe
LAVATERA OLBIA L.	Lavatère d'Hyères	<p>PROPRIETES: anti catarrhal, cataplasmes émollients</p>
LEDUM palustre L.	Ledum des marais	<p>PROPRIETES: thé: astringent; diaphorétique; diurétique; expectorant</p>
LEGOUSIA hybrida (L.) Delarbre	Spéculaire hybride	<p>PROPRIETES: astringent, vulnéraire</p>
LEGOUSIA speculum - veneris (L.) Chaix	Miroir de Venus	<p>PROPRIETES: astringent, vulnéraire</p>
LENS CULINARIS MEDIK.	Lentille comestible	<p>PROPRIETES: très nutritif et des plus digestibles; galactogène;</p> <ul style="list-style-type: none"> - farine: résolutif, cataplasmes, diarrhée; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - en salade avec huile d'olive; - en farine pour intellectuels et dyspeptiques; <ul style="list-style-type: none"> - chlorose: à consommer de différentes façons sans ajouter des aromates susceptibles de fermentations tels que oignons, persil, laurier..; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès chaud: cuite à l'eau et écrasée: en cataplasme - oreillons: appliquer des bouillies de lentilles pulvérisées, localement, comme cataplasme;
LEONURUS CARDIACA L. *subsp. cardiaca *var. cardiaca	Agripaume	<p>PROPRIETES: tonique; vermifuge; stimulant; apaise le coeur (palpitations) et relâche les tissus utérins; antispasmodique (en fin de grippe ou de bronchite); emménagogue;</p> <ul style="list-style-type: none"> - extraits de la plante entière: sédatif; réduire spasmes musculaires; régulariser la pression du sang et la tachycardie; tonifier le cœur; contracte l'utérus après la naissance; combat irrégularités menstruelles et symptômes de la ménopause; - Action sur le coeur et la circulation (autre nom de Cardiaque) - Troubles neurovégétatifs fonctionnels - Active dans la tachycardie de l'hyperthyroïdie - Utéro tonique - Sédatif <p>POSOLOGIE INTERNE:</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - aménorrhée: décoction de 50g de feuilles; bouillir 8mn; 2-3 tasses par jour; - angine de poitrine: décoction 3 fois par jour; - asthme: infusion ou tisane: 1 tasse d'eau bouillante sur 1-2 cuillères à café rases de plantes sèches (cardiaire et mélisse), laisser infuser 15mn, boire 3 fois par jour: la tisane de cardiaire et de mélisse associe les effets sédatifs de la cardiaire et les qualités d'antidépresseur de la mélisse; - bourdonnements d'oreille: infusion de 50 g de plante fleurie pendant 20 mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - dyspnée: infusion de 50g de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour; - épilepsie: infusion de 20g de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour; - éréthisme cardio-vasculaire (troubles du rythme cardiaque): infusion de 60g de plante fleurie pendant 15mn; 3 tasses par jour; - fourmillement: infusion de 60g de plante fleurie pendant 15mn; 3 tasses par jour; - hypertension artérielle: infusion de 50g de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour; - insuffisance cardiaque: infusion de 40g de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour; - maladie de Basedow ou goitre exophtalmique: infusion de 60g de plante fleurie pendant 15mn; 3 tasses par jour; - ménopause: infusion de 60g de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour; - palpitations dues au stress ou à l'anxiété: infusion; - plexalgie: infusion de 50g de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour; - psychose dépressive: infusion de 60g de plante fleurie pendant 15mn; 3 tasses par jour; - tonique du coeur: infusion de 50g de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour; <p>- ATTENTION: à éviter durant la grossesse;</p>
LEPIDIUM CAMPESTRE (L.) R. BR.	Passerage des champs	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: antiscorbutique, diurétique
LEPIDIUM GRAMINIFOLIUM L. *subsp. graminifolium	Passerage à feuilles de graminée	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: en Cilicie, contre la morsure des serpents
LEPIDIUM LATIFOLIUM L.	Passerage à larges feuilles	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: insecticide, stimulant, antiscorbutique, dangereux souvent par son action trop grande; rubéfier la peau; bronchite, asthme, modérer les palpitations du coeur
LEPIDIUM RUDERALE L.	Passerage des décombres	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: antiscorbutique, fébrifuge, fièvres intermittentes (Russie), insecticide
LEPIDIUM SATIVUM L. *subsp. sativum	Cresson alénois	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: antiscorbutique (le capitaine Cook préservait ses marins du scorbut grâce à cette espèce). <p>USAGE EXTERNE: feuilles contre sciatique;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dépuratif hépatique: consommer la plante en salade; - hyperthyroïdisme: 60-100g par jour de jus de feuilles fraîches;
LEPIDIUM squamatus Forskh.	Corne de cerf	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: diurétique, antiscorbutique; - cendres de la plante: calculs vésicaux
LEPIDIUM VIRGINICUM L.	Passerage de Virginie	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: hydropisie, catarrhes pulmonaires
LESPEDEZA capitata	Lespédéza	<p>PROPRIETES: diurétique, abaisse le taux d'urée (flavonoïdes); abaisse le taux de cholestérol; antidiabétique</p> <p>USAGE INTERNE: excès d'urée sanguine; néphrite chronique; oligurie; excès de cholestérol; diabète</p>
LEUCANTHEMUM vulgare Lam. *subsp. vulgare	Marguerite, Reine marguerite	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: diaphorétique; diurétique; - parties vertes et fleurs: tonique; antispasmodique dans le traitement des affections thoraciques; - distillat de la plante entière: conjonctivite; - fleurs et feuilles: plaies et contusions; - racine: sueurs de la tuberculose; <p>USAGE EXTERNE: plante: vulnérable (mais peut irriter la peau);</p>

		<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - excitant: infusion de 30g de capitules pendant 20mn; 3 tasses par jour; - vision: fortifiant: infusion de 30g de capitules pendant 20mn; 3 tasses par jour. <p>Aussi en applications locales;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - inflammation des yeux: infusion de 80g de capitules pendant 20mn; en bains et applications locales; - vision: fortifiant: infusion de 30g de capitules pendant 20mn; 3 tasses par jour. <p>Aussi en applications locales;</p>
LEVISTICUM OFFICINALE W.D.J. KOCH	Livèche	<p>PROPRIETES: diurétique; emménagogue; stimulant du tonus intestinal (carminatif) et des fonctions rénales; stomachique; carminatif; expectorant; favorise les règles; apéritif; antispasmodique; modificateur du terrain; dépuratif; excitant; emménagogue; digestif;</p> <ul style="list-style-type: none"> - racine: expectorant; sédatif; anticonvulsif; ulcères buccaux; amygdalites; bronchites; cystites; douleurs menstruelles; <p>USAGE INTERNE: goutte, rhumatisme; affections rénales en général: rétention d'urine, cystite, néphrite, albuminurie, insuffisance rénale; hydropisie, œdème des chevilles; insuffisance hépatique; règles insuffisantes; troubles digestifs, ballonnements; affections cardiaques; dermatoses; migraines;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction de 15-20g de la racine ou des feuilles pour 1 litre d'eau; 3 tasses par jour; - aérogastrie: infusion de 30g de racine; infuser 30mn; 2-3 tasses par jour; ou poudre de graine dans aliments ou infusion de 30g de racine; infuser 30mn; 2-3 tasses par jour; - dépuratif: infusion de graines: 1 cuillerée à café (5g) pour 1 tasse d'eau bouillante; 2-3 tasses par jour; - digestif: poudre de graine dans aliments; - diurétique: poudre de graine dans aliments; - emménagogue: infusion de graines: 1 cuillerée à café (5g) pour 1 tasse d'eau bouillante; 2-3 tasses par jour; - excitant: infusion de graines: 1 cuillerée à café (5g) pour 1 tasse d'eau bouillante; 2-3 tasses par jour; - gastralgie: infusion de 40g de racine pendant 25mn; 3 tasses par jour; - gastrosuccorrhée: infusion de 40g de racine pendant 25mn; 3 tasses par jour; - hydropisie hépatique: infusion de 40g de racine pendant 25mn; 3 tasses par jour loin des repas; - hypochlorhydrie: infusion de 40g de racine pendant 25mn; 3 tasses par jour; - météorisme: infusion de 40g de racine pendant 25mn; 3 tasses par jour; - spasme gastro-intestinal: infusion de 40g de racine pendant 25mn; 4 tasses par jour; - stomachique: poudre de graine dans aliments; <p>- ATTENTION: à éviter durant la grossesse et par les personnes souffrant d'affections rénales;</p>
LIATRIS spicata	Liatride	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - racine: diurétique; sudorifique; bactéricide; en décoction comme gargarisme; autrefois contre la gonorrhée
LIGUSTRUM lucidum Ait. f.	Troène de Chine	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruit: favorise la fonction rénale; fortifie les muscles et les os; rhumatismes; faiblesses du dos; faiblesse des genoux; palpitations; insomnie; augmente l'acuité visuelle et auditive; prévient le dessèchement des cheveux, leur grisonnement et leur chute;
LIGUSTRUM VULGARE L.	Troène	<p>PROPRIETES: astringent, cicatrisant;</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs: donnent une infusion huileuse qui diminue les brûlures du vent et du soleil; - fleurs et feuilles: antiscorbutique, abcès de la bouche; <p>USAGE INTERNE: diarrhées; angines, bronchites</p> <p>USAGE EXTERNE: aphtes; escarres; pertes blanches</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction de 50g pour 1 litre d'eau; bouillir 1mn; infuser 15mn; 2 verres par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - aphtes: décoction de fleurs et feuilles; en gargarismes; - glossite: décoction de 40g d'écorce; bouillir 10mn; en bains de bouche plusieurs fois par jour; - stomatite: décoction de 100g de feuilles; bouillir 10mn; en bains de bouche;
LILIUM CANDIDUM L.	Lis blanc	<p>PROPRIETES: dans une chambre à coucher, provoque des maux de tête, des vertiges, des syncopes;</p> <p>topique émollient; maturatif; brûlures; furoncles; acné;</p> <ul style="list-style-type: none"> - pétales marinés dans l'huile: eczéma, pansement de blessures; - l'eau distillée de fleurs: maladies d'yeux; - pulpe du bulbe cuit dans l'eau: résolutif, sur furoncles, sur panaris; <p>USAGE EXTERNE: plaies et contusions; brûlures; abcès, furoncles, panaris;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - bronchite sèche: décoction de 50 g de bulbe; bouillir 15 mn; 3 tasses par jour avec du miel; - énurésie: décoction de 40g de bulbe; bouillir 10mn; 2 tasses par jour. Jamais le soir; - rafraîchissant: décoction de 50g de bulbe; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès: application de l'oignon du lis cuit sous la cendre (renouveler toutes les 6 heures); ou faire mariner au printemps quelques pétales dans un alcool fort, eau de vie à 90° par exemple, 15 à 30 jours au minimum; couvrir la lésion de plusieurs de ces pétales pendant ¼ d'heure; renouveler 4 fois dans la journée jusqu'à ce que l'abcès perce; - brûlure: fleurs ou pétales frais macérés dans l'huile d'olive. - contusion: appliquer des fleurs de lis qu'on a fait tremper dans de l'eau de vie pendant au moins 6 heures; - cors: faire macérer quelque pétales de lis dans du vinaigre pendant 9 jours; appliquer ces pétales et les maintenir avec un pansement; renouveler l'opération tous les jours; - durillons: faire macérer quelque pétales de lis dans du vinaigre pendant 9 jours; appliquer ces pétales et les maintenir avec un pansement; renouveler l'opération tous les jours - émollient: infusion de 100g de bulbe pendant 2 heures; en applications locales; - engelures: fleurs de lis blanc macérées dans l'huile; en applications locales. Infusion de 120g de bulbe pendant 2 heures; en applications locales; - furoncle: application de l'oignon du lis cuit sous la cendre (renouveler toutes les 6 heures); - goître: faire cuire les racines écrasées et ajouter du miel ou du vinaigre: onguent très efficace; - hydropisie: décoction de 50g de bulbe; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - panaris: infusion de 120g de bulbe pendant 2 heures; en applications chaudes locales; ou application de l'oignon du lis cuit sous la cendre (renouveler toutes les 6 heures); - plaie: appliquer des fleurs de lis qu'on a fait tremper dans de l'eau de vie pendant au moins 6 heures; - urticaire: infusion de 60g de pétales pendant 25mn; en applications locales;
LILIUM MARTAGON L.	Lis martagon	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - bulbes: émollient; maturatif, diurétique, résolutif
LIMONIUM VULGARE MILLER	Statice limonium	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - parties souterraines: tonique, astringent. "Behen rouge" des anciens;
LINARIA ARVENSIS (L.) DESF.	Linaires des champs	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: détersif
LINARIA SUPINA (L.) Chaz. *subsp. supina	Linaires couchées	<p>PROPRIETES: anti hémorroïdaire; dépuratif; insecticide;</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs: émollient, diurétique, purgatif, résolutif, hydropisie <p>USAGE INTERNE: dermatoses, dartres; ictère</p> <p>USAGE EXTERNE: hémorroïdes</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dermatoses, dartres, ictère: décoction 15-20g par litre d'eau; - entérocologie: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 4 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - conjonctivite: inflammation de la paupière; engelures: infusion de 60 g de plante

		entière fraîche pendant 25 mn; compresses; - engelures: infusion de 100g de plante entière fraîche pendant 35mn; en applications locales; - hémorroïdes: cataplasmes cuits dans du lait: 50g par litre;
LINARIA TRIPHYLLA (L.) MILLER	Linaire à feuilles par trois	PROPRIETES: anti hémorroïdaire; dépuratif; insecticide; - fleurs: émollient, diurétique, purgatif, résolutif, hydropisie USAGE INTERNE: dermatoses, dartres; ictère USAGE EXTERNE: hémorroïdes POSOLOGIE INTERNE: - dermatoses, dartres, ictère: décoction 15-20g par litre d'eau; - entérocolite: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 4 tasses par jour; POSOLOGIE EXTERNE: - conjonctivite: inflammation de la paupière; engelures: infusion de 60 g de plante entière fraîche pendant 25 mn; compresses; - engelures: infusion de 100g de plante entière fraîche pendant 35mn; en applications locales; - hémorroïdes: cataplasmes cuits dans du lait: 50g par litre;
LINARIA VULGARIS MILLER *SUBSP. VULGARIS	Linaire commune	PROPRIETES: anti hémorroïdaire; dépuratif; insecticide; - fleurs: émollient, diurétique, purgatif, résolutif, hydropisie USAGE INTERNE: dermatoses, dartres; ictère USAGE EXTERNE: hémorroïdes POSOLOGIE INTERNE: - dermatoses, dartres, ictère: décoction 15-20g par litre d'eau; - entérocolite: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 4 tasses par jour; ATTENTION: Pas d'usage prolongé comme avec toutes les Scrofulariaceae; POSOLOGIE EXTERNE: - conjonctivite: inflammation de la paupière; engelures: infusion de 60 g de plante entière fraîche pendant 25 mn; compresses; - engelures: infusion de 100g de plante entière fraîche pendant 35mn; en applications locales; - hémorroïdes: cataplasmes cuits dans du lait: 50g par litre; Médecine vétérinaire empirique: arthrite, baisse d'état général chez les volailles (dans l'eau de boisson)
LINDERA benzoin	Benjoin	PROPRIETES: - écorce et rameaux: toux; rhume; dysenterie; fièvres
LINNAEA BOREALIS L.	Linnée boréale	PROPRIETES: diurétique
LINUM CATHARTICUM L. *VAR. CATHARTICUM	Lin purgatif	PROPRIETES: amer, purgatif, anthelminthique, hydropisie
LINUM USITATISSIMUM L.	Lin cultivé	PROPRIETES: purgatif; diurétique; vermifuge; dépuratif; tonique émollient (adouçissant, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur); laxatif; état inflammatoire des voies digestives et urinaires; - les acides gras de l'huile des graines pressées à froid réduisent les risques de thrombose et préviennent les carences nutritives; - Activités pharmacologique de la drogue: - Propriétés laxatives des principes actifs isolés - Huile: propriétés vitaminiques F USAGE INTERNE: constipation; inflammation des voies digestives (entérites, gastrites); inflammation des voies urinaires (pyélite, cystite, blennorragie) USAGE EXTERNE: inflammations: furoncles, abcès; affections cutanées (dartres, eczéma) POSOLOGIE INTERNE: - macération de 3 cuillerées à soupe de graines dans 1 litre d'eau chaude; macérer toute la nuit; 3-4 tasses dans la journée;

		<p>- angine; congestion; gastrite; gastro-colite; inflammation; intoxication intestinale; néphrite; péritonite; rafraîchissant;</p> <p>- bronchite: infusion de 30 g de grains pendant 6 heures; 3 tasses par jour;</p> <p>- congestion: infusion de 40 g de plante entière pendant 20 mn; 1 tasse le matin à jeun;</p> <p>- digestion: inflammation des voies digestives: infusion de 10-20g de graines pour 1 litre d'eau, infuser 5mn;</p> <p>- gastrite: infusion de 30g de grains pendant 6 heures; 3 tasses par jour;</p> <p>- gastro-colite: infusion de 20g de grains pendant 3 heures; 2 tasses par jour;</p> <p>- inflammation: infusion de 20g de grains pendant 6 heures; 2 tasses par jour;</p> <p>- inflammation des voies digestives et des voies urinaires: infusion de 10-20g de graines pour 1 litre d'eau, infuser 5mn;</p> <p>- intoxication intestinale: infusion de 30g de grains pendant 6 heures; 2 tasses par jour;</p> <p>- laxatif: 1 cuillerée de graine le matin; ou graines broyées et mélangées à un yaourt;</p> <p>- néphrite: infusion de 20g de grains pendant 3-4 heures; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- péritonite: infusion de 30g de grains pendant 6 heures; 3 tasses par jour;</p> <p>- rafraîchissant: prendre 1 cuillerée de grains avec un peu de sucre, le soir avant le coucher;</p> <p>- voies urinaires: inflammation des voies urinaires: infusion de 10-20g de graines pour 1 litre d'eau, infuser 5mn;</p> <p>- ATTENTION: une absorption excessive peut causer un empoisonnement;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- abcès, maturatif: cataplasmes avec de la farine de lin bien fraîche: 15-25g de farine délayée dans 1/2 litre d'eau privée de ses éléments calcaires; faire bouillir pour épaissir (prendre 1 décoction de racine de guimauve en guise d'eau). Farine de fenugrec est supérieure;</p> <p>- abcès chaud: graines broyées en farine; placée dans un récipient creux; y ajouter de l'eau assez chaude en remuant; pâte obtenue placée entre 2 compresses et le tout appliqué, tiède, sur l'abcès;</p> <p>- adénite, maturatif: cataplasmes avec de la farine de lin bien fraîche: 15-25g de farine délayée dans 1/2 litre d'eau privée de ses éléments calcaires; faire bouillir pour épaissir (prendre 1 décoction de racine de guimauve en guise d'eau). Farine de fenugrec est supérieure;</p> <p>- eczéma: 50g de graines de lin dans 1l d'eau froide; faire chauffer et laisser chauffer 2mn avant de retirer du feu; ajouter à l'eau du bain ou en compresse;</p> <p>- émollient: infusion de 50g de grains pendant 4-5 heures; en applications locales;</p> <p>- entérite: infusion de 20g de grains pendant 6 heures; 2 tasses par jour. Verser l'eau bouillie qui contient les grains et couvrir. Infusion de 80g de grains pendant 5 heures; pour lavements;</p> <p>- inflammation utérine: infusion de 100g de grains pendant 6 heures; en lavements internes;</p> <p>- torticolis: faire cuire la farine de lin dans du vinaigre; en cataplasme;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <p>- comme rafraichissant (compose les mashes chez le cheval)</p> <p>- poil brillant du bovin: graines de lin avec du son</p> <p>- contre la gale: huile de lin</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne:</p> <p>- émollient: graines entières en décoction (10g/l), cataplasme de graines moulues</p> <p>- contre les indigestions, les entérites des adultes, les cystites: par voie buccale</p> <p>- contre les coliques: en lavement</p> <p>Médecine vétérinaire moderne:</p> <p>- Même usages qu'en médecine humaine, chez les grands herbivores exclusivement (voies orale, rectale, locale)</p> <p>Décocté (10 g de graines entières par litre)</p> <p>Vache, cheval: 20 à 25 litres</p> <p>- Entre dans la composition des mashes</p> <p>- fil de lin utilisé pour les sutures en chirurgie</p>
LIPPIA citriodora Lmk.	Verveine citronnelle,	<p>PROPRIETES: stomachique; digestif (comme la mélisse); amère; astringent; tonique; antispasmodique; fébrifuge; congestion des bronches; congestion du nez; soulage indigestions; soulage nausées;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p>

		<p>- angoisse: infusion de 15g par litre d'eau (3-4g par tasse d'eau), infuser 10mn;</p> <p>- haleine fétide: décoction de 50g de verveine odorante ou citronnelle pour 1 litre d'eau; tremper à froid 15 minutes, porter à ébullition et laisser bouillir quelques secondes; infuser 10 minutes; plusieurs tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- peau, adoucissant: infusion de feuilles ajoutée à un vinaigre de fleurs;</p> <p>- stress: décoction de verveine ajoutée à l'eau du bain;</p> <p>- yeux bouffis: infusion de feuilles;</p>
LIQUIDAMBAR orientalis	Copalme d'Orient	<p>PROPRIETES:</p> <p>- résine: expectorant; usages dermatologiques; bronchites (en inhalations); antiparasitaire</p>
LITHOSPERMUM ARVENSE L.	Grémil des champs	<p>PROPRIETES: autrefois: anti calculeux</p>
LITHOSPERMUM OFFICINALE L.	Grémil officinal	<p>PROPRIETES: diurétique; freinateur hypophysaire;</p> <p>- fruits: diurétique, anti calculeux (autrefois);</p> <p>USAGE INTERNE: lithiases biliaire et urinaire; rhumatismes; goutte</p> <p>USAGE EXTERNE: corps étrangers oculaires</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion de 2 cuillerées à soupe de plante entière par tasse; infuser 10mn; 1 tasse après les repas</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- en cas de corps étranger dans l'œil, placer sous la paupière une graine sèche: l'humidité fait apparaître à sa surface une membrane mucilagineuse et le corps étranger, happé et fixé par elle, est expulsé avec la graine</p>
LITHOSPERMUM purpurocaeruleum L.	Grémil rouge-bleu	<p>PROPRIETES: émollient</p>
LITTORELLA uniflora (L.) Ascherson	Littorelle des étangs	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles: astringent, vulnéraire, anti-ophtalmique</p>
LOBELIA inflata	Lobélie enflée	<p>PROPRIETES: expectorant; active la respiration; diaphorétique; dépuratif; antispasmodique respiratoire; tonique circulatoire, vasoconstricteur ou vasoconstricteur;</p> <p>- plante fumée: asthme; bronchite; accroître l'efficacité mentale;</p> <p>Historique: Les Indiens d'Amérique du Nord attribuaient les mêmes propriétés magiques que le tabac. Ils fumaient donc la lobélie dans des rites de guérison. Ils l'utilisaient aussi comme vomitif, et dans de nombreuses autres applications.</p> <p>- la lobélie stimule le centre respiratoire du cerveau ce qui rend la respiration plus puissante et plus profonde, de même, elle favorise l'expulsion du mucus. Avec ses propriétés antispasmodiques, elle soigne l'asthme et les bronchites chroniques. On l'utilise aussi pour arrêter de fumer, car elle procure les mêmes effets que le tabac (agit chimiquement comme la nicotine sur le cerveau) sans pour autant entraîner de dépendance. La lobéline aurait même été appelée "l'alcaloïde qui dégoûte du tabac", à la suite d'expérimentations faites sur des fumeurs. De plus, la lobélie, détend les muscles des bronchioles alors que le tabac rétracte les bronches.</p> <p>USAGE INTERNE:</p> <p>- asthme; emphysème; coqueluche surtout accompagnés de fatigue cardiaque;</p> <p>- tabac: se désaccoutumer du tabac: fumer ses feuilles;</p> <p>- CONTRE-INDICATIONS: anesthésie au chloroforme; tout comme le tabac, la lobélie est toxique et vomitive à forte dose.</p>
LOBULARIA maritima (L.) Desv. *subsp. maritima	Corbeille d'argent	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: affections scorbutiques, catarrhes</p>
LONAS annua (L.) Vines & Druce, ARTEMISIA ANNUA L.	Armoise annuelle	<p>PROPRIETES: jaunisse; dysenterie; fièvres; problèmes de peau; stoppe le saignement; favorise le développement musculaire malgré d'éventuels effets secondaires; paludisme;</p> <p>- graines: maladies des yeux;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- indigestion: infusion de 20g de sommités fleuries et feuilles pendant 10mn, 20mn avant repas;</p> <p>- indigestion nerveuse: infusion de 20g de sommités fleuries et feuilles pendant 10mn; 3 tasses par jour;</p>

LONICERA ALPIGENA L.	Chèvrefeuille des Alpes	PROPRIETES: - fruits: purgatif, émétique
LONICERA CAPRIFOLIUM L.	Chèvrefeuille commun	PROPRIETES: voir aussi LONICERA periclymenum; diurétique; antiseptique, détersif USAGE INTERNE: oliguries; colibacillose; angines POSOLOGIE INTERNE: - infusion de 10-20g de feuilles par litre; 3 tasses par jour; - asthme: infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; sucrer avec du miel; 2-4 tasses par jour loin des repas; - convulsions: infusion de 40 g de fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - diurétique: décoction de 50 g de feuilles; bouillir 10mn; par cuillerées. Infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hémicrânie: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - laryngo-trachéite: infusion de 50g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour avec du miel; - ménopause avec dystonie neuropsychique: décoction de 60g de feuilles; bouillir 5mn; 2 tasses par jour. Infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - rhume des foins: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - toux d'irritation: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; POSOLOGIE EXTERNE: - décoction de 10-20g de feuilles par litre en gargarismes; - gingivite: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; en bains de bouche; - hoquet: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; par cuillerées; - laryngo-trachéite: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; ajouter du miel; en gargarismes; - palpitations: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - plaie torpide: décoction de 60g de feuilles et fleurs; bouillir 10mn; en applications locales;
LONICERA ETRUSCA SANTI	Chèvrefeuille d'Etrurie	PROPRIETES: voir LONICERA periclymenum
LONICERA JAPONICA THUNBERG *var. japonica *fa. japonica	Chèvrefeuille du Japon	PROPRIETES: - fleurs et tiges: diarrhée; diurétique; fièvre; modifie le taux de sucre sanguin; antibactérien; antiviral; grippe; toux; laryngite; furoncles; glandes lymphatiques enflées; intoxications alimentaires; efficace contre la salmonellose (intoxication alimentaire) et nombre d'infections à streptocoques et staphylocoques; mastite (gonflement douloureux des seins); angine virale ou bactérienne; conjonctivite; dysenteries violentes; infections urinaires bactériennes; fièvres dues à la chaleur en été ATTENTION: agit contre les infections graves sans tonifier; contre indiqué sur les plaies non purulentes, mais disperse le liquide;
LONICERA PERICLYMENUM L.	Chèvrefeuille périclymène	PROPRIETES: - fleurs: anti-ophtalmique; - feuilles: gargarismes; - fruits: diurétique, anti catarrhal
LONICERA XYLOSTEUM L.	Chèvrefeuilles des haies	POSOLOGIE INTERNE: - fruits: purgatif, émétique; - lithiase vésicale: décoction de 60g d'écorce des rameaux; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;
LOTUS CORNICULATUS L. *SUBSP. CORNICULATUS ASCH.-GR.	Lotier corniculé	PROPRIETES: analogues à celles de la passiflore; antispasmodique: pour insomnies et palpitations; sédatif; réduire spasmes musculaires; tonique cardiaque; régulateur du système nerveux végétatif; astringent; vulnéraire; USAGE INTERNE: dystonies neurovégétatives, insomnies; angoisses des psychasthéniques; états dépressifs; tachycardie; USAGE EXTERNE: compresses pour réduire les inflammations cutanées; POSOLOGIE INTERNE: - infusion de 10g de fleurs pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 1 tasse 3-4

		<p>fois par jour dont 1 au coucher;</p> <ul style="list-style-type: none"> - angoisse: infusé (50 g/litre; infusion de 15 min): 250 ml/jour; - asthénie: infusion de 50 g de fleurs pendant 18 mn; 2-3 tasses par jour; - dystonie neuro-végétative: infusion de 50g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - insomnies: infusé (50 g/litre; infusion de 15 min): 250 ml/jour; - palpitations (voie orale): infusé (50 g/litre; infusion de 15 min): 250 ml/jour; - troubles nerveux: insomnies, palpitations (voie orale), angoisses, dystonies neuro végétatives: infusé (50 g/litre; infusion de 15 min): 250 ml/jour;
LOTUS maritimus L. *var.maritimus	Téragonolobe siliqueux	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: astringent, vulnéraire
LOTUS ORNITHOPODIOIDES L.	Lotier faux ornithope	<p>PROPRIETES: astringent, vulnéraire. Cette plante ne peut aucunement guérir la rage</p>
LOTUS tetragonolobus L.	Téragonolobe pourpre	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: astringent, vulnéraire
LOTUS ULIGINOSUS Schkuhr	Lotier des marais	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: astringent, vulnéraire
LUFFA cylindrica	Eponge végétale	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs et courges macérées: gorge; problèmes pulmonaires; - fibre antalgique du fruit: saignements utérins; hémorroïdes; dysenterie
LUNARIA ANNUA L. *subsp. annua	Monnaie du pape	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - graines: apéritif, vulnéraire
LUPINUS ALBUS L.	Lupin blanc	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - graines en poudre sur les dermatoses croûteuses; - farine des graines: résolutif; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - oreillons: appliquer localement des bouillies de grains pulvérisés comme cataplasme;
LUPINUS POLYPHYLLUS LINDL.	Lupin	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - graines en poudre sur les dermatoses croûteuses; exfoliant; resserrer les pores
LUZULA PILOSA (L.) WILLD.	Luzule du printemps	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - parties souterraines: maladies de reins, maladies de la vessie
LYCIUM BARBARUM L.	Lyciet commun	<p>PROPRIETES: antispasmodique; diurétique; expectorant; modérateur du parasympathique; tonique pour le 3° âge; faiblesse générale; acouphène; céphalée récurrente; impuissance; éjaculation précoce; états de convalescence; vision déficiente; inflammations et douleurs, dorsalgies;</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruit: apaise les yeux enflammés, traite les troubles visuels, prévient les vertiges, vision faible ou trouble, yeux secs ou douloureux. <p>USAGE INTERNE: toux spasmodiques (coqueluches); irritation laryngée des orateurs; hypertonie gastrique; sueurs des tuberculeux; dysménorrhées; prostatisme;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - yeux, soupe pour les yeux: jeter 25g de fruit du jasmin bâtard, 3 carottes hachées et 1 oignon émincé dans une casserole, verser 1/2 litre de bouillon de poulet ou de légumes, laisser mijoter le temps que les légumes soient cuits, filtrer et bien remuer: à consommer régulièrement pour l'énergie vitale et améliorer la vue;
LYCIUM CHINENSE MILLER	Lyciet de Chine	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - baies, écorce des racines, parfois feuilles: remonter le moral; tonifier le foie, les reins, le sang; pneumonie infantile; diabète; tuberculose; troubles de la vue résultant de malnutrition; - associé à d'autre plantes: ralentit le vieillissement; améliore le développement musculaire et prévient le grisonnement, les rides et la pigmentation
LYCOPERSICON esculentum Miller [nom. cons.], SOLANUM LYCOPERSICUM L.	Tomate	<p>PROPRIETES: énergétique; reminéralisant, revitalisant; équilibrant cellulaire; apéritif; rafraîchissant; antiscorbutique; anti-infectieux; désintoxiquant; alcalinisant des sangs trop acides; diurétique; dissolvant urique; éliminateur de l'urée; favorise l'exonération, par sa peau et ses graines; facilite la digestion des féculents et des amidons;</p> <ul style="list-style-type: none"> - pulpe en application: boutons; nettoyer les pores; corriger le PH de la peau; <p>USAGE INTERNE: asthénies; inappétence; intoxications chroniques; pléthore, états congestifs; hyper viscosité sanguine; artériosclérose; affections vasculaires; arthritisme, goutte; rhumatismes; azotémie; lithiases urinaires et biliaires,</p>

		<p>constipation; entérite, états inflammatoires du tractus digestif;</p> <p>USAGE EXTERNE: acné; piqûres d'insectes;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - arthrite: 150-200g par jour de jus de tomate frais; - asthme: 150-200g par jour de jus de tomate frais; - colite chronique: 100-150 g par jour de jus frais de tomate; - congestion: 150-200 g par jour de jus frais de tomate; - constipation: 150 g par jour de jus de tomate le matin à jeun; - cystite: fruits mûrs. 150 g par jour de jus de tomate; - dépuratif hépatique: infusion de 20g de feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour, ou 150-200g de jus de tomate mûre, si possible le matin. - dermatose: 150-200g par jour de jus de tomate frais; - diabète: 150-200g par jour de jus de tomate frais; - foie, dépuratif hépatique: infusion de 20g de feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour, ou 150-200g de jus de tomate mûre, si possible le matin. - gastrite: fruits mûrs; 150-200g de jus de tomate par jour; - goutte: boire 100-150g par jour de jus frais de tomate; - gravelle: 200-250g de jus de tomate par jour; - grippe: 100g par jour de jus de tomate; - haleine fétide: 100-200g de jus de tomates mûres le matin à jeun; - hypochlorhydrie: 100-200g par jour de jus de tomate; - inflammation aiguë des articulations: 150-200g par jour de jus de tomate frais; - inflammation chronique des articulations: 150-200g par jour de jus de tomate frais; - inflammation vésicale: 150g par jour de jus de tomate; - lithiase, lithiase biliaire, lithiase vésicale: 150-200g de jus de tomate fraîche par jour; - ménopause: 150-200g par jour de jus frais de tomate; - météorisme: 150-200g de jus frais de tomate par jour; - migraine: 150-200g par jour de jus de tomate frais; - néphrite: fruit mûrs. 100-150g par jour de jus de tomate; - obésité: 150-200g par jour de jus de tomate frais; - reconstituant: couper en lamelles fines une tomate et saupoudrer de sucre; le matin à jeun; ou en jus: 3 verres par jour pendant 3 semaines; - rhumatisme chronique: 150-200g par jour de jus de tomate; - urémie: 150-200g par jour de jus frais des fruits; - uricémie: 200-250g par jour de jus de tomate; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - acné: couper 1 tomate en fines tranches et les appliquer sur le visage sur les boutons durant 15 mn; rincer ensuite avec un savon surgras; le lendemain, renouveler l'opération en remplaçant la tomate par des feuilles d'oseille commune (<i>rumex acetosa</i>) froissées; faire alterner ces 2 traitements à raison de 2 applications journalières, 1 le matin, 1 le soir, jusqu'à la régression des boutons en quelques jours; - cors et durillons: couper 1 tomate cerise en 2; poser une moitié sur le cor; faire un bandage sans écraser la tomate; le lendemain matin, le cor sera décollé et ensuite tirer la racine avec une pince à épiler;
LYCOPODIUM clavatum	Lycopode en massue	<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cystalgie: infusion de 30 g de plante entière pendant 15 mn; 3 tasses par jour; - diathèse urique: infusion de 30g de plante entière pendant 15mn; 3 tasses par jour; - oreillons: infusion de 30g de plante entière pendant 15mn; 3 tasses par jour. <p>Infusion de 50-60g de plante entière pendant 25mn; en applications externes froides;</p> <ul style="list-style-type: none"> - strangurie: infusion de 30g de plante entière pendant 15mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aégilops: 60g de plante entière; infusion 25mn; pour applications locales; - érythème solaire: infusion de 50g de plante entière pendant 20mn; en applications locales; - gerçures: spores de la plante pour saupoudrer la peau des enfants; - oreillons: infusion de 30g de plante entière pendant 15mn; 3 tasses par jour. <p>Infusion de 50-60g de plante entière pendant 25mn; en applications externes froides;</p>
LYCOPUS EUROPAEUS L. *subsp. EUROPAEUS	Lycope d'Europe	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - parties aériennes: astringent; fébrifuge; sédatif; tonique du coeur; anxiété;

		tuberculose; palpitations
LYCOPUS virginicus	Lycope	PROPRIETES: sédatif; astringent; narcotique
LYSIMACHIA EPHEMERUM L.	Lysimaque éphémère	PROPRIETES: - feuilles en décoction: astringent, vulnérable, fébrifuge
LYSIMACHIA NEMORUM L. *subsp. nemorum	Lysimaque des bois	PROPRIETES: - plante: astringent, vulnérable
LYSIMACHIA NUMMULARIA L.	Lysimaque nummulaire	PROPRIETES: - plante: vulnérable, astringent, fébrifuge, antiscorbutique
LYSIMACHIA PUNCTATA L. *subsp. punctata	Lysimaque ponctuée	PROPRIETES: - plante: astringent, vulnérable, contusions; - décoction des feuilles: fébrifuge, antiscorbutique
LYSIMACHIA THYRSIFLORA L.	Lysimaque à fleurs à épi	PROPRIETES: - plante: astringent, vulnérable
LYSIMACHIA VULGARIS L. *subsp. vulgaris	Lysimaque commune, Chasse-bosse	PROPRIETES: - plante: astringent, vulnérable, contusions; - décoction des feuilles: fébrifuge, antiscorbutique
LYTHRUM HYSSOPIFOLIA L.	Salicaire à feuilles d'hysope	PROPRIETES: - plante: vulnérable, astringent, antiscorbutique
LYTHRUM portula (L.) D. A. Webb	Péplis pourpier	PROPRIETES: - plante: rafraîchissant
LYTHRUM SALICARIA L.	Salicaire officinale	PROPRIETES: Un glucoside puissamment hémostatique, la salicarine, un taux élevé de tanin, du mucilage, une résine spéciale font de la salicaire un excellent remède hémostatique. Elle est utilisée pour les diarrhées infectieuses, les hémorroïdes (usage interne en infusion). astringent; vulnérable; anti catarrhal; anti dysentérique; hémostatique; antiseptique, antibiotique; anti diarrhéique; - feuilles: astringent; resserrer la peau; atténuer les rides; - l'herbe: rend l'œil clair, réduit bouffissures et rougeurs de peau, rétrécit les capillaires, diminue les saignements de nez; - plante en fleur: désinfectant intestinal; diarrhées; intoxications alimentaires; typhus; fièvres; troubles hépatiques; nettoyer ulcères; en gargarismes contre maux de gorge; USAGE INTERNE: entérites hémorragiques ou tuberculeuses; entérites des nourrissons; dysenterie bacillaire; métrorragies USAGE EXTERNE: métrites, leucorrhées, vaginite, prurit vulvaire, ulcères de jambe, eczémas, intertrigo; démangeaisons POSOLOGIE INTERNE: - infusion d'1 poignée feuilles et fleurs pour 1 litre d'eau bouillante; infuser 20mn; prendre en 2 jours entre les repas; - diarrhée épidémique: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - gastrite: infusion de 20g de feuilles pendant 15mn; 3 tasses par jour; - sédatif: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; POSOLOGIE EXTERNE: - dermatoses: décoction de 2 poignées par litre d'eau; bouillir 5mn; en lavages; - ulcères: décoction de 2 poignées par litre d'eau; bouillir 5mn; en lavages; Médecine vétérinaire moderne: - anti diarrhéique, correcteur du fonctionnement digestif - utilisée essentiellement chez le chien, mêmes indications qu'en médecine humaine
MAGNOLIA grandiflora	Magnolia à grandes fleurs	PROPRIETES: - huile essentielle: spasmes d'estomac; ulcères peptiques; diarrhée; vomissements; toux; asthme; antiseptique contre la typhoïde, la malaria et la salmonellose; POSOLOGIE INTERNE: - grippe: infusion de 20g d'écorce pendant 10mn; 3 tasses par jour; - météorisme douloureux: infusion de 20g d'écorce pendant 10mn; 2-3 tasses par jour; ATTENTION: écorce: paralysant musculaire

<p>MAHONIA aquifolium (Pursh) Nutt.</p>	<p>Mahonia à feuilles de houx</p>	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruits bleus: laxatifs; reconstituent le sang;- racine: cholagogue; laxatif; tonique; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; - racine et drageons souterrains: affections dermatologiques; eczéma; acné; psoriasis; engelures; ouvrir l'appétit; supprimer les nausées; réduire les inflammations rhumatismales; tonique du foie; tonique du système digestif; - ATTENTION: à éviter durant la grossesse
<p>MALUS communis Poir.</p>	<p>Pommier commun</p>	<p>PROPRIETES: tonique musculaire et nervin; diurétique uricolytique; antirhumatismal; hypocholestérolémiant; rafraîchissant; digestif, stomachique, protecteur gastrique; antiseptique intestinal: favorise sécrétion d'une diastase intestinale bactéricide; stimulant et décongestionnant hépatique; laxatif; dépuratif sanguin; rajeunissant cellulaire;</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs: antitussif; - pommes en décoction: affections gastriques, pulmonaires et rénales; - gelée, sirop et sucre: pectoral; - pulpe cuite des pommes: cataplasmes anti-ophtalmiques; - écorce: tonique, astringent, fébrifuge; <p>USAGE INTERNE: asthénie physique et intellectuelle; surmenage, convalescence, grossesse; anémie, déminéralisation; rhumatisme, goutte; arthritisme; lithiase urinaire urique; oligurie; sédentarité, obésité, pléthore, prévention athérosclérose et infarctus; hépatisme; diarrhées et constipation, infections intestinales: colibacillose; herpès; états fébriles; ulcère gastrique, gastrite; affections bronchiques; insomnies, nervosisme, céphalées;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruit cru avec la peau; - compote: ajouter en début de cuisson le jus d'1/2 citron, et à la fin 1 noix de beurre avant de fouetter; <ul style="list-style-type: none"> - affections intestinales: infusion de 2 ou 3 pommes coupées en rondelles pour 1l d'eau, bouillir 15mn, boire à volonté; - artériosclérose: passer au mixer 2 pommes lavées et les manger en fin d'après-midi, pendant 15 jours; - bronchite: infusion de 2 ou 3 pommes coupées en rondelles pour 1l d'eau, bouillir 15mn, boire à volonté; - cirrhose graisseuse: découper 1 pomme bien lavée en tranches fines et la faire bouillir 10 mn dans 400 g d'eau; sucrer avec du miel; - colibacillose: couper la pomme bien lavée en fines lamelles avec la peau, faire bouillir 15 mn; boire pendant la journée; - convalescence: pommes cuites et sucrées; - cystite purulente: 150-200 g par jour de jus de pomme. Les fruits mûrs; - dépuratif: 1 pomme chaque matin; - enrouement: faire cuire des pommes reinettes -blanches de préférence-, -ou toute autre sorte- dans un peu d'eau; une fois bien cuites, les presser dans un linge pour en exprimer toute la substance; ajouter du sucre; plusieurs tasses par jour du jus ainsi obtenu, en gargarisme; - entérite: découper une pomme bien lavée avec la peau, la faire cuire 10mn dans ½ litre d'eau; ajouter 1 cuillerée de miel et 1-2g de réglisse en poudre; boire la matin à jeun; - faiblesse infantile: découper une pomme nettoyée en fine lamelles; bouillir 10mn dans 400g d'eau; ajouter 2 cuillerées de miel et faire bouillir à nouveau pendant 15mn; consommer dans la journée; - fatigue: boire tous les matins 1 grand verre de jus de pomme frais; - fatigue intellectuelle: en consommer en grande quantité; - goutte: faire bouillir une pomme lavée et coupée en lamelles dans ½ litre d'eau pendant 10mn; après ébullition, ajouter 1 cuillerée de miel; boire dans la journée; - grippe: jus de pomme chaud contre la fièvre; ou manger de ½ à 1 kg de pommes crues et râpées, à l'exclusion de toute autre nourriture, pendant 2-3 jours; - haleine fétide: mâcher ¼ d'heure une branche de persil frais; recracher puis manger une pomme; - hépatite: découper 1 pomme bien lavée et la faire cuire jusqu'à ébullition pendant 10mn dans ½ litre d'eau; ajouter 1 cuillerée de miel; boire le matin de préférence à jeun; - hypercholestérolémie: mixer 2 pommes lavées avec la peau; manger en fin d'après-midi pendant 15 jours; - inflammation vésicale: faire bouillir 1 grosse pomme lavée découpée en fines lamelles pendant 10mn dans 400g d'eau avec 2g de réglisse en poudre et 1 cuillerée

		<p>de miel; boire tiède dans la journée;</p> <ul style="list-style-type: none"> - intestin, affections intestinales: infusion de 2 ou 3 pommes coupées en rondelles pour 11 d'eau, bouillir 15mn, boire à volonté; - laxatif: 1 pomme chaque soir; - leucocytose: manger beaucoup de pommes passées au mixer; - mémoire, affaiblissement: faire fondre une pomme bien lavée et coupée en fines lamelles avec la peau, avec 10g de feuilles de mélisse dans ½ litre d'eau bouillante pendant 10mn; ajouter un peu de jus de citron, un peu de cannelle et 1 grosse cuillerée de miel; 3 verres par jour; - néphrite: 200g par jour de jus frais de pomme; dans ½ litre d'eau bouillante, mettre pendant 10mn une pomme bien lavée et hachée en fines lamelles, avec 10g de mélisse; boire dans la matinée; - rafraîchissant: décoction de 80g d'écorce du tronc en poudre; bouillir 20mn; 2 tasses par jour; - rhumatisme: infusion de 2 ou 3 pommes coupées en rondelles pour 11 d'eau, bouillir 15mn, boire à volonté; - rhumatisme articulaire aigu: décoction de 100g d'écorce du tronc; bouillir 20mn; 2 tasses par jour avec du jus de citron; - ulcère gastroduodéal: 100-150g de jus de pomme par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - enrouement: faire cuire des pommes reinettes -blanches de préférence-, -ou toute autre sorte- dans un peu d'eau; une fois bien cuites, les presser dans un linge pour en exprimer toute la substance; ajouter du sucre; plusieurs tasses par jour du jus ainsi obtenu, en gargarisme; - leucorrhée: décoction de 50g d'écorce du tronc et des rameaux; bouillir 20mn; en injections vaginales; ou jus de pomme; - paupières fatiguées: pulpe de pommes cuites à l'eau ou au four, ou jus de pomme: emplâtre ou compresse sur les paupières; - plaies atones: pomme pilée et cuite dans son jus en application, ou application de jus de pomme et d'huile d'olive à parties égales;
MALVA NICAENSIS ALL.	Mauve de Nice	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: aromatique, antispasmodique
MALVA SYLVESTRIS L. *SUBSP. SYLVESTRIS	Mauve sylvestre	<p>PROPRIETES: voies respiratoires; laxative; adoucissant; émolliente (adouçissante); calmant; pectoral; diurétique; béchique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: émollient; expectorant; - fleurs, feuilles et racine: soulager muqueuses; réduire inflammations; bronchite; irritations gastro-intestinales; - fleurs en infusion: maladies inflammatoires; - feuilles en décoction: cataplasmes émollients; <p>USAGE INTERNE: constipation chronique (atonique ou spasmodique), entérocolite (recommandé aux enfants et aux vieillards; stomatites, glossites, pharyngites; bronchites aiguës, rhumes; asthme; grippe</p> <p>USAGE EXTERNE: dermatoses, furoncles, abcès, tumeurs...; vaginite; aphtes, piqûres d'insectes (guêpes...)</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - adoucissant: infusion d'1 poignée (15g) de fleurs ou de feuilles (ou les deux) par litre d'eau; bouillir et infuser 10mn; à volonté; - annexite: infusion de 50g de feuilles et fleurs pendant 30mn; 2-3 tasses par jour; -: infusion d'1 poignée (15g) de fleurs ou de feuilles (ou les deux) par litre d'eau; bouillir et infuser 10mn; à volonté; - bronchite aiguë: infusion de 60g de feuilles pendant 30mn; 4 tasses par jour; ou expectoration: 7 à 8 g de fleurs pour ½ litre d'eau; - colite: infusion de 40 g de feuilles pendant 25 mn; 3 tasses par jour. Infusion de 40 g de fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour; ou infusion de 60g de feuilles pendant 30mn; 4 tasses par jour; ou expectoration: 7 à 8 g de fleurs pour ½ litre d'eau; - duodénite: inflammation du duodénum: infusion de 60g de feuilles pendant 30mn; 4 tasses par jour; ou expectoration: 7 à 8 g de fleurs pour ½ litre d'eau; - entérite: infusion de 50g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour. A consommer feuilles en salade ou cuites, en potage avec du riz bien cuit; - inflammation: infusion de 60g de feuilles pendant 25mn; 4 tasses par jour; - inflammation du duodénum: infusion de 60g de feuilles pendant 30mn; 4 tasses par jour; ou expectoration: 7 à 8 g de fleurs pour ½ litre d'eau; - intoxication intestinale: infusion de 60g de feuilles pendant 25mn; 2-3 tasses par jour;

		<p>- laryngite: infusion de 60g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour. Infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour. Consommer les feuilles aussi en salade, avec de l'huile et du citron, les mâcher longuement;</p> <p>- laxatif: feuilles et fleurs pulvérisées dans l'alimentation;</p> <p>- lymphangite: infusion de 50g de feuilles pendant 40mn; 3 tasses par jour. Aussi feuilles en salade avec huile, vinaigre et un peu de sel;</p> <p>- néphrite chronique (mal de Bright): infusion de 50g de feuilles pendant 35mn; 3 tasses par jour. Consommer les feuilles fraîches aussi en salade;</p> <p>- pyrosis: 50g de feuilles et fleurs; infuser 30mn; 2-3 tasses par jour loin des repas;</p> <p>- rafraîchissant: infusion de 50g de feuilles et fleurs pendant 30mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>- trachéo-bronchite: infusion de 60g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>- ATTENTION: à éviter en automédication car elle peut intervenir dans la régularisation de la glycémie;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- abcès: cataplasmes de feuilles avec farine de lin;</p> <p>- aphtes: bains de bouche: décoction de feuilles: 1 poignée par litre d'eau; bouillir 15mn;</p> <p>- blépharite: infusion de 40-80 g de feuilles, racines et fleurs fraîches pendant 20 mn; en bains;</p> <p>- dent: névralgies dentaires: laisser ramollir les fleurs dans de l'eau chaude, puis les mâcher longuement;</p> <p>- dermatose: cataplasmes de feuilles avec farine de lin;</p> <p>- émollient: infusion de 100g de feuilles pendant 60mn; en applications locales;</p> <p>- entorse: infusion de 150g de feuilles et fleurs pendant 90mn; en applications locales;</p> <p>- furoncle: cataplasmes de feuilles avec farine de lin;</p> <p>- gingivite: infusion de 100g de feuilles, fleurs et racine pendant 1 heure; en bains de bouche;</p> <p>- guêpe, piqûres de guêpes: suc de mauve fraîche;</p> <p>- névralgies dentaires: laisser ramollir les fleurs dans de l'eau chaude, puis les mâcher longuement</p> <p>- odontalgie: infusion de 100g de feuilles pendant 60mn; en bains de bouche et applications sur muqueuse buccale;</p> <p>- piqûres de guêpes: suc de mauve fraîche;</p> <p>- plaies infectées et douloureuses: en lavages décoction de feuilles: 1 poignée par litre d'eau; bouillir 15mn;</p> <p>- rhume: infusion de 100g de feuilles pendant 40mn; instillations nasales avec du jus de citron;</p> <p>- sinusite: infusion de 120g de feuilles fraîches pendant 60mn; pour fumigations;</p> <p>- suppuration: infusion de 100g de feuilles pendant 60mn; pour bains et applications;</p> <p>- tabagisme: soin de bouche: 40g de racines dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn; filtrer; bains de bouche tièdes;</p> <p>- tumeur: cataplasmes de feuilles avec farine de lin;</p> <p>- yeux, en lavages oculaires: décoction de feuilles: 1 poignée par litre d'eau; bouillir 15mn;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <p>- pour les mammites et dans les ophtalmies: infusion par voie externe</p> <p>- dans les états inflammatoires avec de la fièvre chez le mouton</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne: gastro-entérite du chien par voie interne</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: même usage que médecine humaine</p>
MARANTA arundinacea	Marante, Arrowroot	<p>PROPRIETES: appliqué sur piqûres d'insectes venimeux, morsures de serpent et blessures par flèches empoisonnées;</p> <p>- rhizome en poudre: cuit dans l'eau en bouillie: apaise et réduit l'irritation d'une entérite ou une diarrhée; mélangée à de la camomille séchée pour combattre le lichen vésiculaire</p>
MARRUBIUM VULGARE L.	Marrube commune, Bonhomme	<p>PROPRIETES: tonique; fluidifiant et aseptisant de l'infection pulmonaire, expectorant (comme la terpine), expulse le mucus; stomachique; dépuratif; diurétique; digestif; laxatif; relâche les muscles; stimulant du foie et du cœur; stimulant de l'appétit, stimulant hépatique; tonocardiaque; antitoxique, antiseptique; fébrifuge; amaigrissant; favorise les règles; sédatif; régularise tachycardie et arythmie cardiaque; adjuvant de la cicatrisation des lésions; détruit vers</p>

		<p>intestinaux; eczéma; zona; fièvre; proposée contre la malaria quand la quinine ne donne pas de résultat;</p> <p>USAGE INTERNE: inappétence (tuberculose); anémie; digestions difficiles; insuffisance biliaire; bronchites; asthme; tuberculose (s'opposerait aux germes qui favorisent l'action du B.K.); laryngite; arythmies extra systoliques; oliguries; infections fébriles (typhoïde); rhumatisme, arthritisme; sueurs profuses; obésité, cellulite; dermatoses, eczéma chronique; hystérie, affections nerveuses; insuffisances menstruelles;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - affections respiratoires: infusion: 1 cuillerée à soupe par tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 1 tasse avant les repas; - asthme: infusion: 1 cuillerée à soupe de feuilles par tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 1 tasse avant les repas: dégage les voies respiratoires; ou 30 g de plante dans 1 l d'eau froide et laisser macérer ¼ d'heure avant de porter sur le feu; laisser chauffer jusqu'au frémissement et éteindre le feu; attendre ¼ heure puis filtrer; 4-5 tasses tièdes par jour; - asthme catarrhal: infusion de 30 g de feuilles pendant 20mn; sucrer avec du miel; 2-3 tasses par jour, tiède, loin des repas; - cellulite: vin: macération de 60g de plante sèche dans 1 litre de vin blanc; laisser macérer 15 jours; filtrer; 1/2 verre avant les repas; - chlorose: infusion de 40 g de feuilles pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - cirrhose: infusion de 40 g de feuilles pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - gastrite: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hypochlorhydrie: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hypotonie digestive: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - obésité: vin: macération de 60g de plante sèche dans 1 litre de vin blanc; laisser macérer 15 jours; filtrer; 1/2 verre avant les repas; - respiration, affections respiratoires: infusion: 1 cuillerée à soupe par tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 1 tasse avant les repas; - rhume: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel et du jus de citron; - toux d'irritation: infusion de 50g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; - vomissement dû à la grossesse: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour;
MATRICARIA perforata Mérat	Matricaire inodore	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: insecticide, stomachique, tonique, vermifuge
MATRICARIA recutita L. *var. recutita, MATRICARIA CHAMOMILLA L.	Camomille allemande	<p>PROPRIETES: son nom provient de "matrix" pour marquer son intérêt dans les troubles de la menstruation ;</p> <p>amer; aromatique; résolutif; émollient; cardiaque; antispasmodique; contre maladies nerveuses; anxiété; tension; céphalées; insomnie; capitules en infusion: tonique; stomachique; apéritif; antispasmodique; carminatif; emménagogue; analgésique; fébrifuge (si concentration); vermifuge;</p> <ul style="list-style-type: none"> - essence: crises d'allergie; inflammations; ulcères; bactéricide; fongicide; contre les virus; régénération du foie; - essence diluée: antalgique; apaisant; renouvellement cellulaire sur les plaies; herpès; eczéma; infections; peaux irradiées; - Anti-inflammatoire et antiphlogistique (chamazulène, matricine et bisabolol) - Spasmolytique (bisabolol et dicycloéther polyinique plus actif que la papavérine) <p>Les flavonoïdes sont antispasmodiques (apigénine)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ulcéroprotecteur, bactéricide, fongicide (spiro-éthers, alpha-bisabolol et coumarines) - Carminative, stomachique, cholérétique - Hypnotique, anxiolytique sans effet anticonvulsivant ni myorelaxant (apigénine) <p>En applications locales, le bisabolol augmente le passage transcutané de drogues à absorption faible, il est anti-inflammatoire comme l'apigénine et la lutéoline qui ont la même activité que l'indométhacine</p> <p>Inhibition de la synthèse et de la libération des médiateurs de l'inflammation (prostaglandines, leucotriènes, bradykinine, histamine, sérotonine)</p> <p>Détoxification des toxines bactériennes</p> <p>Affinité d'extraits aqueux pour les récepteurs benzodiazépiniques centraux (apigénine = ligand compétitif);</p> <p>USAGE INTERNE: tonique; carminatif; migraines; gripes; stomachique</p> <p>USAGE EXTERNE: cicatrisant; antiphlogistique</p>

		<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aérogastrie: infusion de 20g de sommités fleuries; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour; - allergie: utilisation de l'essence; - apéritif: infusion de 4-5 têtes par tasse; - calmant, tranquillisant: infusion de 20-30 g de capitules pendant 15 mn; 2-3 tasses par jour; ou tisane de 2 cuillères à café de fleurs infusée dans un récipient fermé de façon à retenir la vapeur; - céphalée: les feuilles renferment une substance qui dilate les vaisseaux sanguins irriguant le cerveau; - dysménorrhée: infusion de 30g de capitules; infuser 15mn; 2-3 tasses par jour. Incompatibilité avec des sels d'argent, de mercure, du tanin, du quinquina; - fatigue: infusion de 20g de capitules pendant 15mn; 3 tasses par jour avec du miel; - grippe: infusion de 20g de capitules pendant 10mn; 3 tasses par jour; - hémicrânie et hémicrânie due au surmenage: infusion de 20g de capitules fleuries pendant 15mn; 2 tasses par jour. Incompatibilité avec du quinquina, des noix, du tanin, des sels d'argent et de mercure; - hypertension artérielle: infusion de 20-30g de capitules pendant 20mn; 3 tasses par jour; - insomnie: infusion de 20-30 g de capitules pendant 15 mn; 2-3 tasses par jour; - ménopause avec dystonie neuropsychique: infusion de 30g de capitules pendant 10mn; 3 tasses par jour; - néphrose: infusion de 20-30g de capitules pendant 15mn; 3 tasses par jour; - névralgie du trijumeau: infusion de 30g de capitules pendant 15mn; 3 tasses par jour; - stomacique: poudre de fleurs et de feuilles mélangée au miel; - stress dû à la ménopause: infusion de 30g de capitules pendant 15mn; 3 tasses par jour avec du miel; - tranquillisant: infusion de 20-30 g de capitules pendant 15 mn; 2-3 tasses par jour; ou tisane de 2 cuillères à café de fleurs infusée dans un récipient fermé de façon à retenir la vapeur; - vermifuge: décoction légère de 50g de plante par litre d'eau; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - coup de soleil: faire macérer 5 g de capitules avec 5 g de fleurs de lavande dans 1 litre d'eau pendant 10 jours; 4 tasses par jour; ou jeter 1 poignée de fleurs de camomille séchées dans un bol, verser lentement de l'eau bouillante sans cesser de remuer jusqu'à l'obtention d'une bouillie, laisser refroidir, envelopper dans une bande de coton et appliquer, laisser agir 1/2 heure; - couperose: 1 cuillerée à soupe de fleurs dans une tasse d'eau bouillante; laisser infuser 1 heure; filtrer et utiliser en compresses locales; - dartre: 1 cuillerée à soupe de fleurs dans une tasse d'eau bouillante; laisser infuser 1 heure; filtrer et utiliser en compresses locales; - eczéma: 1 cuillerée à soupe de fleurs dans une tasse d'eau bouillante; laisser infuser 1 heure; filtrer et utiliser en compresses locales; - hémorroïdes: décoction de 60 fleurs pour 1 litre d'eau; porter à ébullition et infuser 10mn; mêler cette infusion à l'eau du bain; - inflammation des yeux: infusion de 80g de capitules pendant 20mn; en bains et applications locales; - névralgie: décoction de 60-80g de capitules; bouillir 10mn; en applications locales; ou jeter 1 poignée de fleurs de camomille séchées dans un bol, verser lentement de l'eau bouillante sans cesser de remuer jusqu'à l'obtention d'une bouillie, laisser refroidir, envelopper dans une bande de coton et appliquer, laisser agir 1/2 heure; - orgelet: infusion en application pour résorber le gonflement; - sinusite: infusion de 100g de capitules pendant 25mn; pour fumigations; ou jeter 1 poignée de fleurs de camomille séchées dans un bol, verser lentement de l'eau bouillante sans cesser de remuer jusqu'à l'obtention d'une bouillie, laisser refroidir, envelopper dans une bande de coton et appliquer, laisser agir 1/2 heure; - yeux: irritation, fatigue, faiblesse: infusion de 100g de capitules pendant 25mn; en applications locales; ou jeter 1 poignée de fleurs de camomille séchées dans un bol, verser lentement de l'eau bouillante sans cesser de remuer jusqu'à l'obtention d'une bouillie, laisser refroidir, envelopper dans une bande de coton et appliquer, laisser agir 1/2 heure;
Maytenus senegalensis (LAM)	Maytenus	<p>PROPRIETES:</p> <p>Utilisation populaire</p> <p>Au Sénégal, l'indication majeure de Maytenus senegalensis est celle du "diangara</p>

		<p>du Cayor". Les racines, principales drogues de la plante sont prescrites pour les diarrhées infantiles. Elles sont considérées par les Sérères comme une véritable panacée pour les enfants et la femme. Les feuilles sont recommandées pour les maux de dents, les stomatites, les gingivites et les maladies oculaires.</p> <p>Utilisation par les guérisseurs: Certains guérisseurs sénégalais ont signalé l'efficacité du Maytenus sur la bilharziose et l'ulcère gastrique. Les guérisseurs de la lèpre du village de Rom-Nam (Sénégal), associent à leur traitement, les racines de <i>Maytenus senegalensis</i>.</p> <p>Au Bénin, le macéré aqueux des feuilles avec les noix rouges de cola est utilisé contre la dysenterie.</p> <p>En Tanzanie, les écorces de racine de la plante sont utilisées contre les diarrhées, la fièvre, les rhumatismes, la contraception et le cancer. Contre les pneumonies, la décoction aqueuse de racines est administrée et en association avec les racines d'<i>Ampelocissus africana</i>, la préparation est indiquée dans les aménorrhées.</p> <p>PHARMACOLOGIE: L'espèce tanzanienne s'est révélée antibactérienne vis-à-vis des <i>Staphylococcus aureus</i>, <i>Echerichia coli</i> et <i>Nesseria gonorrhoeae</i> (5). Il a été démontré une activité anti-cancéreuse pour laquelle le dulcitol serait responsable.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- faire décocter quelques brins de racines dans 1/2 litre d'eau et boire dans la journée</p> <p>- diarrhée: Piler quelques feuilles fraîches qu'il faut mélanger à une bouillie de mil et en prendre une ou deux fois par jour.</p>
MEDICAGO ARBOREA L. *subsp. arborea	Luzerne en arbre, C'était le "Cytise" des anciens	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles: diurétique, vulnéraire</p>
MEDICAGO SATIVA L. *SUBSP. SATIVA	Luzerne cultivée	<p>PROPRIETES: tonique; diurétique; diminuer la sécrétion des androgènes (hormones mâles) dans les deux sexes; astringent; amère; son alcalinité participe à désintoxiquer l'organisme, à stimuler le foie; contre anémie, ulcères, diabète, hémorragie, arthrite, sciatique, rhumatismes; stimule les fonctions de l'hypophyse et renferme des agents antifongiques;</p> <p>- feuilles: faire chuter le taux de cholestérol et déboucher les artères obstruées de dépôts lipidiques;</p> <p>- germes: neutralisent les substances cancérogènes dans le colon en les coagulant et en accélérant leur évacuation de l'organisme;</p> <p>- feuilles et graines: diurétique, vulnéraire;</p> <p>En phytothérapie, elle est appréciée pour ses qualités reminéralisantes (elle contient d'importantes quantités de fer, de calcium, de magnésium et de potassium), et nutritives, mais aussi récemment pour son action antihémorragique, grâce à la vitamine K, et anti-cholestérol, grâce au coumestrol, un œstrogène végétal.</p> <p>Indications traditionnelles :</p> <ul style="list-style-type: none"> • ongles cassants et cheveux ternes, fourchus et cassants (recalcification), • fatigue, asthénie, anémie, spasmophilie, • ménopause et ostéoporose (fortification des os) : richesse en minéraux dont le calcium, • excès de cholestérol (réduction du taux), • mauvaise haleine et les odeurs corporelles offensantes, • désintoxications et maladies de la peau (régénération des tissus cellulaires), • infections, bronchite, asthme, • prostatite, troubles de la vessie, • maladies virales et bactériennes. <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- atrophie hépatique: 20-50 g de jus des feuilles fraîches;</p> <p>- cholestérol: jeter 2 cuillères à café d'herbe dans 1 tasse d'eau bouillante, infuser 15 minutes, 3 tasses par jour;</p> <p>- diabète: infusion: 2 cuillères à café d'herbe dans 1 tasse d'eau bouillante, infuser 15 minutes, 3 tasses par jour;</p> <p>- foie, atrophie hépatique: 20-50 g de jus des feuilles fraîches;</p> <p>- foie, insuffisance hépatique: 30-50g de jus de feuilles fraîches par jour;</p> <p>- haleine, rafraîchir l'haleine: une gorgée d'infusion;</p> <p>- insuffisance hépatique: 30-50g de jus de feuilles fraîches par jour;</p> <p>- oedème: 40g par jour de jus des feuilles fraîches;</p> <p>- purpura: 30-60g par jour de jus de feuilles fraîches;</p>

		<p>- rafraîchir l'haleine: une gorgée d'infusion; - rupture des vaisseaux capillaires: 30-60g par jour de jus frais de feuilles fraîches;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - saignement de nez: jus extrait des feuilles fraîches pressées; en applications locales;</p> <p>ATTENTION: les graines renferment un taux élevé de canavanine qui, par absorption, pourraient générer un dérèglement de la composition sanguine (plaquettes et globules blancs). La plante renferme également des saponines pouvant altérer les hématies; mais bien dosée, la luzerne ne représente aucun danger particulier. En cas de grossesse ou d'allaitement, ne consommer que sur avis médical.</p> <p>ASSOCIATION: fenugrec, ail, gingembre, safran, curcuma</p>
MELALEUCA alternifolia	Mélaleuque, Bois blanc	<p>PROPRIETES: - huile: antiseptique puissant et immunostimulant; actif contre bactéries, virus et mycoses telles que le muguet et le "pied d'athlète"; lutte contre les refroidissements; grippe; verrues; poireaux; acné</p>
MELALEUCA bracteata	Arbre à thé, Mélaleuque	<p>PROPRIETES: - huile des feuilles: stimulant léger; éloigne les insectes</p>
MELALEUCA cajuputi	Cajeput	<p>PROPRIETES: - huile: insecticide; stimulant; antiseptique gastro-intestinal; combat la douleur; purifie l'air</p>
MELALEUCA leucadendron	Cajaput	<p>PROPRIETES: - feuilles broyées: antidouleur; contre maux de tête</p>
MELALEUCA viridiflora	Niaouli	<p>PROPRIETES: - huile de niaouli: renforce le système immunitaire; antiseptique spécifique des infections pulmonaires et ORL; régénérateur des tissus en cas de blessures et d'acné; freine le système parasymphatique; l'application en couche avant une irradiation au cobalt contre le cancer réduirait les brûlures;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - acné: huile de niaouli;</p>
MELAMPYRUM ARVENSE L. *SUBSP. ARVENSE BVRD.	Mélampyre des champs	<p>POSOLOGIE EXTERNE: - folliculite: décoction de 60g de grains; bouillir 10mn; en applications locales;</p>
MELAMPYRUM PRATENSE L.	Mélampyre des prés	<p>POSOLOGIE EXTERNE: - inflammation externe: décoction de 60g de grains; bouillir 10mn; en applications sur parties atteintes;</p>
MELIA AZEDARACH L.	Mélia azédarach	<p>PROPRIETES: - plante: insecticide; - fleurs et folioles: stomachique, tonique, anti hystérique; - écorce racine: scrofules, lèpre; - huile des graines: antifongique; antiviral; lèpre; affections de la peau; coups de soleil; - feuilles: antiseptique; tonique; fébrifuge; - écorce: tonique; fébrifuge; - racines: tonique; fébrifuge; - un composé à base d'huile de graines détruit certaines bactéries et plus de 200 espèces d'insectes, dont les sauterelles et les mites, sans danger pour l'homme</p>
MELILOTUS ALBUS Medikus	Mélilot blanc	<p>PROPRIETES: voir MELILOTUS altissimus; Note: Le Melilotus albus remplace en tout et pour tout le Melilotus Officinalis, à fleurs jaunes et le Melilotus altissimus, à fleurs blanches. Le mélilot est donc recommandé contre les affections urinaires purulentes, pour stimuler l'émission d'urine, contre les états anxieux et les insomnies, pour calmer les toux quinteuses et, selon certains auteurs, lorsqu'il y a un danger immédiat ou probable d'embolies; par exemple, à la suite de cures antibiotiques massives et prolongées.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - teinture: broyer 20 g de fleurs desséchées et les laisser macérer pendant 10 jours dans 80 g d'alcool à 60e. Prendre 10 ou 15 gouttes deux fois par jour dans une tisane ou un peu d'eau. - poudre: piler au mortier une certaine quantité de fleurs desséchées et absorber de une demi à une cuillerée à café, deux ou trois fois par jour, avec du miel, de la confiture ou n'importe quel autre excipient.</p>

		<p>- insomnie: infusion: verser une tasse d'eau bouillante sur deux cuillerées à café de fleurs desséchées et laisser reposer 10 minutes. Prendre deux ou trois tasses par jour en dehors des repas. Une tasse doit être consommée une demi-heure avant de se coucher pour favoriser le sommeil;</p> <p>- insomnie des enfants: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 20mn; quelques cuillerées;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- yeux: collyre: infusion: mettre en infusion pendant une demi-heure deux cuillerées à soupe de fleurs desséchées dans une tasse d'eau bouillante. Filtrer soigneusement et laver plusieurs fois les yeux, contre les conjonctivites, les blépharites, etc. On peut aussi réduire la dose de moitié et ajouter une cuillerée d'euphrase;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: en été, lorsque la plante est épanouie.</p> <p>CONSERVATION: faire sécher à l'ombre et conserver en récipients fermés, à l'abri de la lumière, de la poussière et de l'humidité.</p>
MELILOTUS ALTISSIMUS THUILL.	Mélilot élevé	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: résolutif, émollient, calmant, sédatif, antispasmodique. En infusion contre dysenterie, irritations intestinales;</p> <p>- plante fleurie: emplâtres et cataplasmes contre rhumatismes et tumeurs inflammatoires;</p> <p>- en lotion: résolutif, collyre contre inflammation des yeux;</p> <p>- graines: gargarismes;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- teinture: broyer 20 g de fleurs desséchées et les laisser macérer pendant 10 jours dans 80 g d'alcool à 60e. Prendre 10 ou 15 gouttes deux fois par jour dans une tisane ou un peu d'eau.</p> <p>- poudre: piler au mortier une certaine quantité de fleurs desséchées et absorber de une demi à une cuillerée à café, deux ou trois fois par jour, avec du miel, de la confiture ou n'importe quel autre excipient.</p> <p>- insomnie: infusion: verser une tasse d'eau bouillante sur deux cuillerées à café de fleurs desséchées et laisser reposer 10 minutes. Prendre deux ou trois tasses par jour en dehors des repas. Une tasse doit être consommée une demi-heure avant de se coucher pour favoriser le sommeil;</p> <p>- insomnie des enfants: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 20mn; quelques cuillerées;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- yeux: collyre: infusion: mettre en infusion pendant une demi-heure deux cuillerées à soupe de fleurs desséchées dans une tasse d'eau bouillante. Filtrer soigneusement et laver plusieurs fois les yeux, contre les conjonctivites, les blépharites, etc. On peut aussi réduire la dose de moitié et ajouter une cuillerée d'euphrase;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: en été, lorsque la plante est épanouie.</p> <p>CONSERVATION: faire sécher à l'ombre et conserver en récipients fermés, à l'abri de la lumière, de la poussière et de l'humidité.</p>
MELILOTUS ITALICUS (L.) LAM.	Mélilot d'Italie	<p>PROPRIETES: voir MELILOTUS altissimus</p>
MELILOTUS OFFICINALIS Lam.	Mélilot commun	<p>PROPRIETES:</p> <p>- graines: antiseptique;</p> <p>- feuilles en tisane: indigestion; maux de tête; insomnies; stress musculaire; sédatif doux;</p> <p>- feuilles en cataplasme: antiseptique;</p> <p>- fleurs en infusion puis diluées: lotion oculaire;</p> <p>- Antispasmodique (voie orale)</p> <p>- Diurétique (voie orale)</p> <p>- Anti-inflammatoire (voie orale)</p> <p>- hypnotique</p> <p>- Anti-agrégant plaquettaire</p> <p>- sympatholytique</p> <p>- Propriétés dues principalement à la coumarine:</p> <p>véinotonique</p> <p>vasculoprotecteur</p>

diminue la stase veineuse et les oedèmes dues à une insuffisance veineuse
On utilise le mélilot en pharmacie comme correcteur de goût et aromate.

USAGE INTERNE: diurétique; insomnie des enfants, vieillards, convalescents; nervosisme, mélancolie; toux spasmodique; affections urinaires; entérite, dysenteries; troubles de la ménopause; pléthore, hypertension artérielle; phlébites, périphlébites, risques d'embolies; antispasmodique, calmant du sympathique; sédatif, somnifère; diurétique; antiseptique des voies urinaires; anticoagulant; réduit les risques de thrombose et lutte contre l'œdème lymphatique; antispasmodique; émollient; coliques néphrétiques;

USAGE EXTERNE: affections oculaires, conjonctivites, blépharites; plaies, névrites, douleurs rhumatismales; érysipèle; anti-ophtalmique; émollient, résolutif; varices;

POSOLOGIE INTERNE:

- teinture: broyer 20 g de fleurs desséchées et les laisser macérer pendant 10 jours dans 80 g d'alcool à 60°. Prendre 10 ou 15 gouttes deux fois par jour dans une tisane ou un peu d'eau.

- poudre: piler au mortier une certaine quantité de fleurs desséchées et absorber de une demi à une cuillerée à café, deux ou trois fois par jour, avec du miel, de la confiture ou n'importe quel autre excipient;

- colique néphrétique: infusion de 40 g de sommités fleuries pendant 20 mn; 3 tasses par jour;

- dépression nerveuse: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;

- diurétique: infusion d'1 cuillerée à dessert par tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour entre les repas; ou poudre de fleurs et de feuilles dans l'alimentation;

- dysménorrhée: infusion de 30g de sommités fleuries; infuser 20mn; 2-3 tasses par jour;

- dyspepsies avec céphalées: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;

- infarctus pulmonaire: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;

- insomnie: infusion: verser une tasse d'eau bouillante sur deux cuillerées à café de fleurs desséchées et laisser reposer 10 minutes. Prendre deux ou trois tasses par jour en dehors des repas. Une tasse doit être consommée une demi-heure avant de se coucher pour favoriser le sommeil;

- insomnie des enfants: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 20mn; quelques cuillerées;

- phlébite: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;

POSOLOGIE EXTERNE:

- blépharites: infusion à 20g pour 100g d'eau: en collyre, lavages et bains d'yeux;
- conjonctivites: infusion à 20g pour 100g d'eau: en collyre, lavages et bains d'yeux;

- névrites, algies rhumatismales, tumeurs: infusion en compresses chaudes.

- cicatrisant des plaies: infusion en lotions tièdes; insomnie des enfants

- yeux: blépharites, conjonctivites: infusion à 20g pour 100g d'eau: en collyre, lavages et bains d'yeux;

- yeux: collyre: infusion: mettre en infusion pendant une demi-heure deux cuillerées à soupe de fleurs desséchées dans une tasse d'eau bouillante. Filtrer soigneusement et laver plusieurs fois les yeux, contre les conjonctivites, les blépharites, etc. On peut aussi réduire la dose de moitié et ajouter une cuillerée d'euphrase;

ATTENTION: n'utiliser que du mélilot frais ou desséché dans de bonnes conditions;

PERIODE de RECOLTE: en été, lorsque la plante est épanouie.

CONSERVATION: faire sécher à l'ombre et conserver en récipients fermés, à l'abri de la lumière, de la poussière et de l'humidité.

Médecine vétérinaire moderne: stomachique et arôme agréable

Médecine vétérinaire homéopathique: consolidation du traitement des épistaxis

MELISSA OFFICINALIS L.
*subsp. officinalis,

Mélisse officinale

PROPRIETES: antispasmodique (augmenterait le flux biliaire); sédatif; cordial; vulnéraire; syncopes; vertiges; hypocondrie; palpitations du coeur; stomachique; carminatif; diaphorétique; action tonique sur le cerveau, cœur, utérus, appareil digestif; stimulant physique et intellectuel; sudorifique; vermifuge; migraine, névralgies; palpitation; nervosité;

- Eau de Mélisse des Carmes: antispasmodique; stomachique;
- feuilles en tisane: sédatif; tonique; maux de tête; indigestions; nausées;
- extraits: antiviraux; détruisent les germes portés par l'oxygène et peuvent éviter l'infection des plaies en cicatrisation;
- huile essentielle: rafraîchissant; antidépresseur; eczémas; allergies; relaxant;
- Bactériostatique: Huile Essentielle
- Antiviral acides phénols
- Eupeptique
- Sédatif du système nerveux
- Spasmolytique
- Cholérétique
- Vulnéraire
- Anti-inflammatoire des muqueuses digestives et bronchiques
- Sympatholytique

USAGE INTERNE: migraine (due à de mauvaises digestions); névralgies (faciales, dentaires, de l'oreille, de la tête); émotivité; crises nerveuses, convulsions, épilepsie; syncopes, vertiges, bourdonnements d'oreilles; spasmes (asthme, digestif, cardiaque); déficience intellectuelle (mémoire), mélancolie; indigestions; règles douloureuses; anémie; régime dépressif, surmenage;

USAGE EXTERNE: piqûres d'insectes (guêpes...)

POSOLOGIE INTERNE:

- infusion d'1 cuillerée à dessert de sommités fleuries par tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 3 tasses par jour; 20g pour 1 litre de vin blanc; bouillir 2-3mn; 1/2 verre 2 fois par jour;
- plante mondée: parfumer salades, crudités;
- aérophagie: infusion de 20g de sommités fleuries et feuilles; infuser 15mn; 2-4 tasses par jour;
- angoisse: infusion de 20g de sommités fleuries pendant 15mn; 2-3 tasses par jour loin des repas;
- anorexie persistante: infusion de 30g des sommités fleuries et feuilles pendant 16mn; 4 tasses par jour
- antispasmodique: feuilles et sommités fleuries en infusion;;
- apoplexie: infusion de 20g de sommités fleuries et de feuilles pendant 15mn; 2-4 tasses par jour;
- atonie musculaire: infusion de 20-30 g de sommités fleuries et feuilles pendant 15 mn; 3-4 tasses par jour;
- cauchemar: infusion de 30 g de sommités fleuries et feuilles pendant 20 mn; 3 tasses par jour;
- céphalée due à la neurasthénie: infusion de 30 g de sommités fleuries et de feuilles pendant 15 mn; 3 tasses par jour;
- chlorose: infusion de 20 g de sommités fleuries et de feuilles pendant 15 mn; 2 tasses par jour;
- convulsions: infusion de 30 g de sommités fleuries et feuilles pendant 15 mn; 4 tasses par jour;
- digestif: feuilles et sommités fleuries en infusion;
- dysménorrhée: infusion de 20g de sommités fleuries et feuilles; infuser 15mn; 3-4 tasses par jour;
- dystonie neuro-végétative: infusion de 30g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn; 4 tasses par jour;
- faiblesse des membres: infusion de 50g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn;
- frigidité: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas;
- gastralgie par pyrosis: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour;
- hyperexcitabilité:; infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour avec du miel;
- hypocondrie: infusion de 30g de feuilles pendant 10mn; 3 tasses par jour loin des repas;
- indigestion avec diarrhée: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour;

		<ul style="list-style-type: none"> - insomnie: infusion de 30g de feuilles pendant 10mn; 1 tasse avant le coucher; - intoxication due au tabac: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - maladie de Basedow ou goitre exophtalmique: infusion de 20g de sommités fleuries et feuilles pendant 15mn; 4 tasses par jour; - malaise général: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; - mélancolie: infusion de 40g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - migraine: infusion de 10g de sommités fleuries pour ½ litre pendant 15mn; 3 tasses par jour; - myocardite: infusion de 30g de feuilles pendant 10mn; 3 tasses par jour; - palpitations: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; - prostatorrhée: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour avec un peu de jus d'agrumes; - sédatif: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour; - spasmes: feuilles et sommités fleuries en infusion; - surmenage intellectuel: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; - syncope: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; - tabagisme: infusion de 30g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - tonique: faire macérer 60g de feuilles et sommités fleuries séchées dans 1 litre de vin doux naturel pendant 8 jours; 2 verres par jour; - tristesse: faire macérer 60g de sommités fleuries et de feuilles sèches dans 1 litre de vin blanc sec pendant 6 jours; 2 verres par jour; - varice: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour avec jus de citron; - vertige: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 2-3 tasses par jour; - vomissement nerveux: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - calmant contre troubles nerveux et spasmes, règles douloureuses: feuilles de mélisse en décoction dans un grand bain; - engorgement mammaire: feuilles en compresse; - ecchymoses: feuilles en compresse; - faiblesse des membres: 3 tasses par jour. Décoction de 100g de sommités fleuries et feuilles; bouillir 10mn; en applications locales; - guêpes, piqûres de guêpes: suc de mélisse fraîche. - insectes, piqûres d'insecte: frotter avec feuilles; - leucoplasie: infusion de 30-40g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn; en bains; - migraines: huile de mélisse en frictions. - piqûres de guêpes: suc de mélisse fraîche. - piqûres d'insecte: frotter avec feuilles; - règles douloureuses: feuilles de mélisse en décoction dans un grand bain; - rhumatismes: huile de mélisse en frictions. - spasmes, calmant contre spasmes: feuilles de mélisse en décoction dans un grand bain; - stomatite ulcéreuse: infusion de 50g de sommités fleuries et feuilles pendant 30mn; en bains de bouche; - troubles nerveux, calmant contre troubles nerveux: feuilles de mélisse en décoction dans un grand bain; <p>Médecine vétérinaire ancienne: compose la liqueur de fowler (1g anhydride arsénieux, 1g de carbonate de potassium, 3g d'alcool de mélisse composé, d'alcool à 90°C, 100g d'eau distillée) contre les emphysèmes du cheval: les propriétés eupnéiques et tonique de la mélisse s'ajoute à celle de l'arsenic (qui attention est toxique)</p>
<p>MELITTIS melissophyllum L. *subsp. melissophyllum</p>	<p>Mélitte à feuilles de mélisse</p>	<p>PROPRIETES: âcre; aromatique; apéritif; antispasmodique; diurétique; sudorifique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: stimulant, vulnérable, diurétique, anticatharral; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - angoisse: infusion de 50g pendant 20mn; 2-3 tasses par jour loin des repas; - pleuralgie: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;
MENTHA AQUATICA L. *subsp. aquatica	Menthe aquatique	<p>PROPRIETES: stomachique; astringent; cholagogue; antispasmodique; stimulant; émétique;</p> <p>- feuilles: frottées sur la peau atténuent un peu la douleur causée par les piqûres des guêpes ou des abeilles.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: feuilles: infusion stimulante, digestive, carminative</p>
MENTHA ARVENSIS L.	Menthe des champs	<p>PROPRIETES: On appliquait sur les seins engorgés des femmes qui allaitaient un cataplasme fait d'un mélange de menthe fraîche, pilée et de racine de froment. En usage interne, elle passe pour arrêter la sécrétion lactée et les nourrices en usaient au moment du sevrage.</p> <p>" L'huile de baume " s'obtenait par macération au soleil, pendant le mois succédant à la récolte, des sommités de menthe dans de l'huile d'olive. On l'employait sur les plaies.</p> <p>La menthe est antiseptique. Les médecins du moyen âge avaient l'habitude de visiter les pestiférés bien protégés par la menthe.</p> <p>plante: stomachique, antispasmodique;</p> <p>- feuilles en tisane: fièvre; rhume; mal de mer;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: feuilles: infusion stimulante, digestive, carminative</p>
MENTHA cervina L.	Menthe des cerfs	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: tonique, stomachique, antispasmodique</p>
MENTHA LONGIFOLIA (L.) HUDS. *SUBSP. LONGIFOLIA	Menthe douce	<p>PROPRIETES: On appliquait sur les seins engorgés des femmes qui allaitaient un cataplasme fait d'un mélange de menthe fraîche, pilée et de racine de froment. En usage interne, elle passe pour arrêter la sécrétion lactée et les nourrices en usaient au moment du sevrage.</p> <p>" L'huile de baume " s'obtenait par macération au soleil, pendant le mois succédant à la récolte, des sommités de menthe dans de l'huile d'olive. On l'employait sur les plaies.</p> <p>La menthe est antiseptique. Les médecins du moyen âge avaient l'habitude de visiter les pestiférés bien protégés par la menthe.</p> <p>- plante: stomachique, antispasmodique;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dyspepsies gastro-intestinales: infusion de 15g de sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; - excitant: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel; - faiblesse musculaire: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 2 tasses par jour loin des repas; - flatulence: infusion de 20g de sommités fleuries et feuilles pendant 10mn; 3 tasses loin des repas; - gastralgie: infusion de 20g de sommités fleuries et feuilles pendant 15mn; 3 tasses par jour loin des repas; - gastrite due à une hyposécrétion: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 1 tasse après chaque repas et à 17 heures; - hémicrânie: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour; - impuissance: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 1 tasse le soir, 20mn avant le coucher; - insuffisance hépatique: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour; - météorisme: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour; - migraine: infusion de 15g de feuilles et sommités fleuries pour ½ litre pendant 15mn; 3 tasses par jour; - myocardite: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; - nausées: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 2 tasses par jour; - palpitations: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; - spasme: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; - tabagisme: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - tonique du coeur: infusion de 15g de feuilles et sommités fleuries pendant 15mn; 2-3 tasses par jour avec du miel;

		<p>- vertige d'origine gastrique: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- vomissement, vomissement nerveux: infusion de 20g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; à ne pas prendre le soir;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- oreillons: infusion de 50g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; en applications locales;</p> <p>- piqûres d'insecte: frotter avec feuilles;</p> <p>- pyorrhée alvéo-dentaire: masser longuement les gencives avec les feuilles fraîches;</p>
MENTHA piperita Huds.	Menthe poivrée	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Décontracturant musculaire - Antispasmodique digestif - Stimule la sécrétion biliaire et les autres sécrétions digestives, - Facilite l'expulsion des gaz - Diaphorétique <p>Propriétés spécifiques de l'HE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stimulante générale et tonique, un peu excitante sur le plan nerveux - Antispasmodique (lève le spasme du sphincter d'Oddi induit par la morphine) - Antiseptique, fongicide - Rafraîchissante et anesthésiante de la peau, à utiliser en rhumatologie dans ce but - Vaso-constrictive au niveau nasal <p>USAGE INTERNE: coliques néphrétiques; colique utérine</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - bronchite: infusion; - carminatif: feuilles en infusion; - colique intestinale: infusion de 15 g de feuilles et fleurs pour ½ litre d'eau pendant 15 mn; 3 tasses par jour; - colique néphrétique: infusion de 15 g de sommités fleuries pendant 15 mn; 3 tasses par jour; - colique utérine: infusion de 15 g de sommités fleuries pendant 15 mn; 3 tasses par jour; - digestif: feuilles en infusion; - douleurs du bas ventre: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - flatulence: infusion de 20g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour; - gastrite due à une hyposécrétion: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 15mn; 1 tasse après les principaux repas et vers 17 heures; - hyperhidrose: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; - hypotonie entérique: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour; - indigestion: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour; - insomnie: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 15mn; 1 tasse avant le coucher; - intoxication: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour; - mal des transports: mâcher des feuilles fraîches ou boire une infusion; - mauvaise haleine: infusion de 20g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour; - somnolence après les repas: 20-30g de feuilles par litre d'eau; infusion 10mn; tasse après les repas; au bout d'1 mois, les somnolences devraient disparaître; - stimulant: feuilles en infusion; - tonique: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour avec miel et une tranche de citron; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - crampes musculaires: feuilles en cataplasme; - névralgies dentaires: huile sur parties atteintes; - sciatique: frictionner la partie atteinte avec une préparation d'huile essentielle de menthe <p>Médecine vétérinaire ancienne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - spasmes intestinaux, indigestion des veaux par surcharge, météorisation: infusion - menthol: antiseptique, fumigation contre le coryza, inflammation des premières

		<p>voies respiratoires</p> <ul style="list-style-type: none"> - anti vomitif: 1g de menthol dans 30g d'alcool à 50°C (5 gouttes pour un chien) - antiprurigineux: vaseline mentholée au 1/100 <p>Médecine vétérinaire moderne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - antiseptique, analgésiant externe (baume tranquille) - stomachique, cholérétique - antiseptique interne
MENTHA PULEGIUM L. *subsp. pulegium	Menthe pouliot	<p>PROPRIETES: On appliquait sur les seins engorgés des femmes qui allaitaient un cataplasme fait d'un mélange de menthe fraîche, pilée et de racine de froment. En usage interne, elle passe pour arrêter la sécrétion lactée et les nourrices en usaient au moment du sevrage.</p> <p>" L'huile de baume " s'obtenait par macération au soleil, pendant le mois succédant à la récolte, des sommités de menthe dans de l'huile d'olive. On l'employait sur les plaies.</p> <p>La menthe est antiseptique. Les médecins du moyen âge avaient l'habitude de visiter les pestiférés bien protégés par la menthe.</p> <p>USAGE INTERNE: bronchites; coqueluche; insuffisance biliaire; atonie gastrique; tonique; antispasmodique; stomachique; expectorant; emménagogue; cholagogue; béchique; facilite les menstruations;</p> <p>USAGE EXTERNE: éloigne les puces;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - asthme: infusion d'1 cuillerée à dessert par tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour, avant, entre ou après les repas, selon les cas; - carminatif: feuilles en infusion; - digestif: feuilles en infusion; - stimulant: feuilles en infusion; - toux bronchitique: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour avec du miel; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - asthme: inhalation de feuilles de menthe, 1 poignée dans 1l d'eau bouillante et respirer les vapeurs qui s'en dégagent; ou 5 à 10 gouttes d'huile essentielle dans un bol et recouvrir d'eau bouillante;
MENTHA REQUIENII BENTHAM	Menthe de Corse	<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: infusion stimulante, digestive, carminative
MENTHA spicata L. *subsp. spicata	Menthe verte, Menthe crépue	<p>PROPRIETES: On appliquait sur les seins engorgés des femmes qui allaitaient un cataplasme fait d'un mélange de menthe fraîche, pilée et de racine de froment. En usage interne, elle passe pour arrêter la sécrétion lactée et les nourrices en usaient au moment du sevrage.</p> <p>" L'huile de baume " s'obtenait par macération au soleil, pendant le mois succédant à la récolte, des sommités de menthe dans de l'huile d'olive. On l'employait sur les plaies.</p> <p>La menthe est antiseptique. Les médecins du moyen âge avaient l'habitude de visiter les pestiférés bien protégés par la menthe.</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: infusion stimulante, digestive, carminative
MENTHA suaveolens Ehrh. *subsp. suaveolens	Menthe à feuilles rondes	<p>PROPRIETES: On appliquait sur les seins engorgés des femmes qui allaitaient un cataplasme fait d'un mélange de menthe fraîche, pilée et de racine de froment. En usage interne, elle passe pour arrêter la sécrétion lactée et les nourrices en usaient au moment du sevrage.</p> <p>" L'huile de baume " s'obtenait par macération au soleil, pendant le mois succédant à la récolte, des sommités de menthe dans de l'huile d'olive. On l'employait sur les plaies.</p> <p>La menthe est antiseptique. Les médecins du moyen âge avaient l'habitude de visiter les pestiférés bien protégés par la menthe.</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: stomachique, antispasmodique; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - gastrite: infusion de 60g de rhizome et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;
MENTHA X gentilis	Menthe noble	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: infusion stimulante, digestive, carminative
MENYANTHES TRIFOLIATA L.	Ményanthe trifolié, Trèfle	<p>PROPRIETES: Le trèfle d'eau porte aussi le nom de " trèfle à la fièvre " qui lui fut donné par les habitants des contrées marécageuses et insalubres où il était</p>

	d'eau	<p>couramment utilisé contre les excès du paludisme, réputation usurpée cependant. tonique amer; stomachique; dépuratif; fébrifuge; excitant du sympathique, modérateur du parasympathique; apéritif; antiscorbutique; antimigraineux; vermifuge; favorise les règles; purgatif; rhumatismes; stabiliser les menstruations irrégulières; stimuler l'une des 2 branches du système sympathique; asthme; allergies;</p> <p>- feuilles froissées sur les fluxions;</p> <p>- feuilles: tonique, amer, fébrifuge, antiscorbutique, astringent, diurétique.</p> <p>Indications: On utilise cette plante contre les digestions difficiles, le manque d'appétit, les dyspepsies, les migraines dues à la mauvaise digestion, les règles irrégulières, les rhumatismes et les douleurs de toute nature.</p> <p>A des doses très élevées, le trèfle d'eau peut avoir des propriétés émétiques.</p> <p>Historique: Pendant une épidémie de scorbut, en 1918, le remède employé était constitué par des extraits de cette plante. Les résultats obtenus furent excellents.</p> <p>USAGE INTERNE: inappétence; anémie; dyspepsies; rachitisme; scorbut; rhumatismes, goutte; dermatoses (dartres); migraines postprandiales; règles insuffisantes; parasites intestinaux; fièvres intermittentes</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion: Laisser macérer pendant 10 minutes deux cuillerées de feuilles desséchées et broyées dans une tasse d'eau bouillante; ou infusion d'1 cuillerée à dessert de plante fraîche par tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 3 tasses par jour avant les repas;</p> <p>- teinture: Laisser macérer pendant 10 jours 20 g de feuilles desséchées et broyées dans 80 g d'alcool à 60e. Prendre de 30 à 40 gouttes avant les repas dans un peu d'eau ou une autre boisson.</p> <p>- vin: Laisser macérer pendant 10 jours 50 g de feuilles sèches dans un litre de bon vin blanc. Prendre deux ou trois petits verres par jour, avant ou après les repas, selon l'effet que l'on désire obtenir.</p> <p>- poudre: Piler au mortier les feuilles desséchées ou même le rhizome. Prendre une cuillerée à café deux ou trois fois par jour, avec de la confiture, du miel ou tout autre excipient.</p> <p>- vin (professeur A. Robin): Verser un demi-litre de vin blanc bouillant sur 50 g de feuilles desséchées, et laisser macérer pendant une demi-heure. Prendre une ou deux cuillerées avant les repas.</p> <p>- gastrosuccorrhée: infusion de 50g de plante pendant 20mn; 1 tasse après les repas;</p> <p>- hyperthyroïdisme: infusion de 60g de plante pendant 5mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- hypotonie digestive: infusion de 60g de plante pendant 14mn; 1 tasse après les repas ou 10mn avant;</p> <p>- insuffisance hépatique: infusion de 50g de plante pendant 15mn; 1 tasse aux repas;</p> <p>- prurit d'origine hépatique: infusion de 50g de plante entière pendant 20mn; 1 tasse par jour aux repas. Faire macérer 45g de trèfle en poudre dans 1 litre de vin blanc sec pendant 8 jours; 1 verre par jour aux repas;</p> <p>ATTENTION: des doses excessives peuvent causer vomissements et diarrhée;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: on cueille le rhizome en automne, les feuilles, du printemps à la fin de l'été, pendant la floraison.</p> <p>CONSERVATION: on utilise le rhizome à l'état frais; desséché, on en fait de la poudre. Sécher les feuilles à l'ombre et les conserver en sachets à l'abri de la lumière et de l'humidité.</p>
MERCURIALIS ANNUA L. *SUBSP. ANNUA	Mercuriale annuelle	<p>PROPRIETES: diurétique; purgatif; anti-laiteux</p> <p>USAGE INTERNE: constipations (femmes enceintes); suppression de la sécrétion lactée chez les nourrices</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- décoction d'1 poignée (30g) de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 15mn; 2-4 tasses par jour;</p> <p>- suc exprimé: 30-100g dans du bouillon</p>
MERCURIALIS PERENNIS L.	Mercuriale vivace	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plantes: purgatif</p>
MESEMBRIANTHEMUM	Ficoïde glaciale	<p>PROPRIETES: contre la dysenterie et l'hydropisie</p>

NODIFLORUM L.		
MESPILUS GERMANICA L.	Néflier commun	<p>PROPRIETES: tonique astringent intestinal; régulateur intestinal; diurétique;</p> <p>- feuilles: astringent (par le tanin);</p> <p>- fruits: diarrhée, dysenterie;</p> <p>USAGE INTERNE: entérites, diarrhées, dysenteries;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- diarrhées: fruit: 200 à 300g de nèfles très blettes et pelées chaque matin;</p> <p>- goutte: boire le matin à jeun 1 verre de vin blanc (dans lequel macération 24h des noyaux de nèfles pilés: 1 poignée par litre de vin);</p> <p>- gravelle: boire le matin à jeun 1 verre de vin blanc (dans lequel macération 24h des noyaux de nèfles pilés: 1 poignée par litre de vin);</p> <p>- inflammation de la bouche: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; à utiliser aussi pour des bains de bouche;</p> <p>- lombalgies: boire le matin à jeun 1 verre de vin blanc (dans lequel macération 24h des noyaux de nèfles pilés: 1 poignée par litre de vin);</p> <p>- tonique du cerveau: consommer en grande quantité les fruits mûrs;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- inflammation de la bouche: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; à utiliser aussi pour des bains de bouche;</p>
MESUA ferrea	Arbre de fer	<p>PROPRIETES:</p> <p>- étamines aromatiques: contre fièvres;- bourgeons: dysenterie; astringent;</p> <p>- fleurs: toux catarrheuses; troubles mentaux;</p> <p>- graines: eczéma; rhumatismes;</p> <p>- fruit vert, écorce astringente et gingembre: sudorifique;</p> <p>- fleurs et feuilles contre morsures de serpent et piqûres de scorpions</p>
MEUM ATHAMANTICUM JACQ. *subsp. athamanticum	Méum faux athamanthe	<p>PROPRIETES: apéritif; expectorant; antiseptique;</p> <p>- tiges souterraines et racines: âcre, indigestions, anti catarrhal</p>
MICHELIA champaca	Michelie	<p>PROPRIETES:</p> <p>- écorce: fièvres;</p> <p>- racines: purgatif; abcès;</p> <p>- fleurs: troubles rénaux;</p> <p>- huile de fleurs: inflammation des yeux</p>
MICROMERIA graeca (L.) Benth. ex Rchb. *subsp. graeca	Sarriette de Grèce	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: tonique</p>
MICROMERIA marginata (Sm.) Chater	Sarriette petit poivre	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: aromatique, tonique</p>
MIRABILIS JALAPA L.	Belle de nuit	<p>PROPRIETES:</p> <p>- racine: purgatif; inflammation; active circulation; amygdalite; infections urinaires; rétention d'eau; gale; eczéma;</p> <p>- feuilles en cataplasmes: sur abcès;</p> <p>- fleurs blanches en jus: crachements de sang;</p> <p>- ATTENTION: à proscrire durant la grossesse</p>
MOLOPOSPERMUM PELOPONNESIACUM (L.) W.D.J.Koch *subsp. peloponnesiacum	Moloposperme du Péloponèse	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: narcotique, brûlures;</p> <p>USAGE EXTERNE: feuilles contre brûlures</p>
MONARDA DIDYMA L.	Monarde	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles macérées dans l'huile: soins des cheveux;</p> <p>- feuilles: sur boutons; inhalées contre rhume; infusées contre nausées, flatulences et insomnie</p>
MONESSES uniflora (L.) A. Gray	Pyrole à une fleur	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles: vomitif, maux d'intestin, ophtalmies</p>
MONODORA myristica	Monodore	<p>PROPRIETES:</p> <p>- graines: rôties et pilées: sur blessures;</p> <p>- graines mâchées et étalées sur le front: maux de tête;</p> <p>- graines écrasées: insecticide;</p> <p>- racine mâchée: maux de dents</p>
MONOTROPA HYPOPITYS L. *subsp. HYPOPITYS	Monotrope sucepin	<p>PROPRIETES: antispasmodique; expectorant</p> <p>USAGE INTERNE: coqueluche, toux spasmodique; bronchites chroniques</p>
MONSTERA deliciosa	Monstera	<p>PROPRIETES:</p> <p>- graines: purgatif puissant</p>

Moringa oleifera (LAM)	moringa	<p>PROPRIETES:</p> <p>1. Utilisation populaire: Les feuilles sont utilisées par les populations villageoises comme condiment dans le couscous. Dans plusieurs pays africains, la racine et les graines pilées sont utilisées pour purifier l'eau de consommation.</p> <p>2. Utilisation par les guérisseurs: Au Sénégal, la racine réduite en poudre est utilisée dans le traitement des états févrioux, des céphalées et des névralgies par prise nasale; en cataplasme, elle est indiquée dans les rhumatismes et les douleurs articulaires.</p> <p>Les crises épileptiques, l'hystérie et les douleurs abdominales sont traitées par une décoction aqueuse sucrée de racines, d'écorces, de feuilles et de fleurs.</p> <p>DE LA PRADILLA indique que le dépôt de feuilles fraîches pilées sur les abcès pour hâter leur maturation et favoriser l'expulsion des corps étrangers.</p> <p>Une gomme blanche retirée du tronc est mélangée à l'eau et utilisée contre la dysenterie à Madagascar, elle est réputée antifebrile, diurétique et comme remède contre l'asthme.</p> <p>A la Réunion, la bouillie des feuilles, fleurs et fruits est employée contre l'hypertension artérielle.</p> <p>Au Bénin, le suc des feuilles instillé dans les yeux soulage les céphalées et les convulsions et l'ingestion du macéré aqueux des tiges feuillées calme les ophtalmies.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - asthme: inciser le tronc de l'arbre et recueillir une petite cuillerée de gomme à mélanger dans 250 ml d'eau. Boire en une seule fois. - dysenterie: inciser le tronc de l'arbre et recueillir une petite cuillerée de gomme à mélanger dans 250 ml d'eau. Boire en une seule fois. - fièvre: inciser le tronc de l'arbre et recueillir une petite cuillerée de gomme à mélanger dans 250 ml d'eau. Boire en une seule fois. <p>ATTENTION: consommés en grande quantité, les fruits peuvent entraîner des effets toxiques.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - champignons de la peau: laver à l'eau bouillante quelques écorces de racine et les appliquer en cataplasme sur les parties atteintes. - plaies: laver à l'eau bouillante quelques écorces de racine et les appliquer en cataplasme sur les parties atteintes. <p>PHARMACOLOGIE: des propriétés antiscorbutique, bactéricide, fongicide, hypotensive et rubéfiante ont été prouvées au laboratoire.</p>
MORUS ALBA L.	Mûrier blanc	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles et écorce des racines: diurétique; expectorant; résolutif; régulateur de la pression sanguine; - extraits: faire baisser le taux de glycémie; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - hypertension artérielle: infusion de 50g de feuilles pendant 15mn; 2-3 tasses par jour
MORUS NIGRA L.	Mûrier noir	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruit: tonique; rafraîchissant; maux de gorge; maux de poitrine; dépuratif; laxatif (à maturité); astringent (fruit vert); antiscorbutique; - feuilles: antidiabétique; hypoglycémiant; - écorce de la racine: purgatif; vermifuge; laxatif; - usage externe: antiseptique sur les complications cutanées: furoncles, anthrax; <p>USAGE INTERNE: asthénie; diathèse hémorragique; constipation, entérite; affections pulmonaires; diabète;</p> <p>USAGE EXTERNE: angines, stomatites, aphtes;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - calmant, tranquillisant: décoction de 60 g de racine et d'écorce; bouillir 10 mn; 2 tasses par jour; - constipation: fruit bien mûr; - diabète: feuilles en infusion; - hypoglycémiant: décoction de 50g de feuilles; bouillir 3mn; 3 tasses par jour; - tranquillisant: décoction de 60 g de racine et d'écorce; bouillir 10 mn; 2 tasses par jour;

		<p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - angine: suc extrait des fruits avant complète maturité contient 20 à 25g d'acide citrique par litre: sirop astringent pour gargarismes; ou gargarismes avec infusion de feuilles; - aphte: suc extrait des fruits avant complète maturité contient 20 à 25g d'acide citrique par litre: sirop astringent pour gargarismes; ou bains de bouche avec infusion de feuilles; - stomatite: suc extrait des fruits avant complète maturité contient 20 à 25g d'acide citrique par litre: sirop astringent pour gargarismes; ou bains de bouche avec infusion de feuilles;
MUSA paradisiaca	Banane	<p>PROPRIETES: très nutritif et digeste (très mûr); favorable aux systèmes osseux, à la croissance, à l'équilibre nerveux; asthénies</p> <p>USAGE INTERNE: par sa richesse en hydrates de carbone, à déconseiller aux diabétiques;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - bronchite: Brésil: passer au tamis des bananes bien mûres, 2 ou 3 par tasse, et les jeter dans de l'eau très chaude et sucrée, pour obtenir une boisson épaisse; - gastro-entérite: manger des bananes très mûres calment la nausée, constipent légèrement et permettent de rétablir la flore intestinale; - vitamines: le matin, écraser 1 banane dans une assiette, la délayer dans 2 cuillerées à café de miel et 1 cuillerée à café de crème fraîche;
MUSA sapientum	Arbre de la connaissance	<p>PROPRIETES: très nutritif et digeste (très mûr); favorable aux systèmes osseux, à la croissance, à l'équilibre nerveux; asthénies</p> <p>USAGE INTERNE: par sa richesse en hydrates de carbone, à déconseiller aux diabétiques</p>
MUSCARI COMOSUM (L.) Miller	Muscari à toupet	<p>PROPRIETES: bulbe: stimulant; diurétique;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dysurie: décoction de 80g de bulbe frais; bouillir 15mn; 2 tasses par jour; - entérite chronique: décoction de 80g de bulbe frais; bouillir 14mn; 2 tasses par jour;
MYCELIS MURALIS (L.) Dumort	Laitue des murs	PROPRIETES: voir LACTUCA sativa
MYOSOTIS SCORPIOIDES (L.) HILL. *SUBSP. PALUSTRIS (L.) F. HERM.	Myosotis des marais	<p>PROPRIETES: mucilagineux; contre ophtalmies;</p> <p>USAGE INTERNE: infusion dans les asthénies, paralysies, constipation, hypotension;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aégilops: 50g de rhizome en décoction; bouillir 3-4mn; pour bains; - cornée, lésions traumatiques de la cornée: bouillir 5mn, 40g de rhizome; en bains. Ou 50g de rhizome en décoction; bouillir 3-4mn; pour bains. Ou bouillir 5mn, 80g de rhizome; comme collyre et applications locales, plusieurs fois par jour; - yeux, lésions traumatiques de la cornée: bouillir 5mn, 40g de rhizome; en bains. Ou 50g de rhizome en décoction; bouillir 3-4mn; pour bains. Ou bouillir 5mn, 80g de rhizome; comme collyre et applications locales, plusieurs fois par jour;
MYOSOTIS SYLVATICA (EHRH.) HOFFM. *SUBSP. ALPESTRIS SCHMIDT *var. suaveolens G.B.	Myosotis alpestre	PROPRIETES: maladies des yeux; cicatrisation des plaies; saignements de nez
MYOSOTIS SYLVATICA (EHRH.) HOFFM. *SUBSP. SYLVATICA	Myosotis des forêts	PROPRIETES: sirop: douleurs de poitrine
MYRICA cerifera	Myrte bâtarde	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - écorce des racines: tonifiant; astringent; antibactérien; stimule la circulation du sang; stimule le drainage lymphatique; combat les infections intestinales; combat les infections gastriques; - feuilles en tisane: contre fièvres
MYRICA gale L.	Myrica galé	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - résine des feuilles: émétique; purgatif; mais elle pourrait provoquer à dose élevée des troubles digestifs et nerveux; - feuilles: stimulant, cordial, stomachique; - écorce: astringent;

		<p>- odeur: chasse les moustiques</p> <p>USAGE INTERNE: écorce, feuilles et cire: tisane astringente et tonique;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - céphalée due à une dyspepsie: infusion de 20-30 g de feuilles pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - dyspepsies avec douleurs: infusion de 20-30 g de feuilles pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - hyperacidité gastrique: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - hypotonie cardio-vasculaire: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; <p>ATTENTION :</p> <p>Ne pas ingérer l'huile essentielle.</p> <p>Ne pas utiliser le myrte bâtard en usage interne durant la grossesse ou l'allaitement</p>
MYRICARIA GERMANICA (L.) DESV. *var. germanica	Myricaire d'Allemagne	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - écorce racine: astringent
MYRISTICA fragrans Houttuyn	Muscadier	<p>PROPRIETES: stimule l'appétit et la digestion, digestif; carminatif; stimulant; -noix: augmente les effets toxiques et soporifiques de l'alcool; flatulences; nausée; apaise et favorise l'endormissement; contre l'insomnie et autres troubles du sommeil; diarrhées et vomissements; renforce le coeur et régule la menstruation; à petites doses agit sur l'estomac, facilite la digestion et stimule l'appétit en chassant les flatulences ou les acidités gastriques; contre troubles rénaux;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: digestif, carminatif, stimulant: poudre ou noix râpée dans l'alimentation</p> <p>ATTENTION: consommer 2 noix de muscade peut entraîner la mort. Elle renferme aussi des pouvoirs hallucinogènes</p> <p>ASSOCIATION: balsamine, laurier, cannelle, cumin, lavande</p>
MYROXYLON pereirae	Baumier du Pérou	<p>PROPRIETES: balsamique; antiseptique; antiparasitaire; cicatrisant; dermatologie;</p> <p>USAGE INTERNE: quelquefois dans la tuberculose; leucorrhées</p> <p>USAGE EXTERNE: topique (gale, ulcères douloureux, fistules anales, leucoplasie buccale); tuberculose laryngée, osseuse, ganglionnaire</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pilules de 0.05 ou 0.10g - 0.25 à 1g par jour <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pommade à 1 ou 2%:- tout en étant peu toxique, il peut provoquer une irritation rénale ou intestinale, même en applications externes
MYROXYLON toluiferum	Baumier de Tolu	<p>PROPRIETES: baume de Tolu: balsamique; antiseptique; expectorant; rhume; toux; modificateur des sécrétions bronchiques et urinaires;</p> <p>USAGE INTERNE: bronchites, trachéites; laryngite tuberculeuse; cystites; pyélonéphrites</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pilule à 0.10g: 3 à 12 par jour; - émulsion du Codex, à 20 pour 1000, la plus active: 2 à 4 cuillerées à café par jour dans une infusion chaude; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - teinture alcoolique: mélanger avec teinture de benjoin, d'eucalyptus pour inhalations; <p>- SYNERGIQUES balsamiques: baume du Pérou, benjoin, térébenthine, copahu</p>
MYRRHIS ODORATA (L.) SCOP.	Cerfeuil musqué	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: tonique; diurétique; - racines et fruits: expectorant, diurétique - racine en infusion mêlée à de l'eau de vie: tonique général, faiblement antiseptique; digestif; - feuilles en infusion: combat l'anémie des personnes âgées

MYRTUS communis L.	Myrte	<p>PROPRIETES: astringent (tanin); antiseptique bronchique (huile essentielle); expectorant; tonique; balsamique; antiputride; hémostatique; désinfectant; diurétique; apéritif;</p> <p>- feuilles: antiseptique; astringent; en décoction pour contusions et hémorroïdes;</p> <p>- huile essentielle des feuilles est source du myrtol: gingivite;</p> <p>- baies: astringent;</p> <p>USAGE INTERNE: bronchites, dilatations bronchiques; catarrhes muco-purulents des voies respiratoires et urinaires; tuberculose pulmonaire; rhinorrhée; sinusites, otites; diarrhées; prostatites; pertes blanches; hémorroïdes</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- angine: décoction de 10g de feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- antiseptique: infusion d'1 cuillerée à café de feuilles (25g par litre d'eau) pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- apéritif: saupoudrer les aliments;</p> <p>- bronchite: décoction de 10 g de feuilles; bouillir 5 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- désinfectant: infusion d'1 cuillerée à café de feuilles (25g par litre d'eau) pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- diarrhée: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. Décoction de 80g de baies; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- diurétique: saupoudrer les aliments;</p> <p>- dysenterie: décoction de 10g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- excitant: décoction de 10g de feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel;</p> <p>ATTENTION: l'emploi abusif de cette plante provoque des céphalées et des nausées;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- leucorrhée: bouillir 5mn, 30g de feuilles; en injections vaginales;</p> <p>- lymphadénite: décoction de 30g de feuilles; bouillir 5mn; en applications locales;</p> <p>- otorrhée: décoction de 30g de feuilles; bouillir 5mn; bains ou applications locales;</p> <p>- plaies suppurantes: infusion de feuilles en compresses ou lavages;</p>
NANDINA DOMESTICA THBG.	Bambou sacré	<p>PROPRIETES:</p> <p>- racines et tiges: faire tomber la fièvre; sédatif léger; apaiser la toux en cas de grippe, bronchite, coqueluche; tonifier l'estomac; diminuer la diarrhée après une indigestion ou une gastro-entérite; fortifier les muscles endoloris après une blessure</p>
NARCISSUS poeticus L.	Narcisse des poètes	<p>PROPRIETES: autrefois bulbe et fleurs: épilepsie, convulsions, fièvres intermittentes;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- décoction: Bulbe desséché: 2 g à bouillir pendant quelques minutes dans une tasse d'eau. Ne pas dépasser trois tasses par jour et bien espacées.</p> <p>- poudre: Piler au mortier la même quantité de bulbe desséché avec deux ou trois fleurs. Prendre sur la pointe d'un couteau, deux ou trois fois par jour, contre les convulsions.</p> <p>- infusion: Faire infuser pendant 10 minutes une cuillerée à café de fleurs desséchées dans une tasse d'eau bouillante. Prendre à cuillerées dans le courant de la journée.</p> <p>PERIODE de RECOLTE: à la fin de l'été.</p> <p>CONSERVATION: on emploie généralement les bulbes frais. Pour les conserver, les couper au milieu et les faire sécher au soleil ou au four. Sécher les fleurs à l'ombre.</p>
NARCISSUS pseudonarcissus L. *subsp. pseudonarcissus	Narcisse des bois	<p>PROPRIETES: antispasmodique; vomitif doux; anti diarrhéique;</p> <p>- autrefois bulbe et fleurs: épilepsie, convulsions, fièvres intermittentes;</p> <p>USAGE INTERNE: asthme; coqueluche, toux convulsives; troubles nerveux, convulsions; diarrhée chronique; chorée;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion d'1 cuillerée à café pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; par cuillerées à soupe dans la journée;</p> <p>- chorée: infusion de 10-20 g de fleurs pendant 15 mn; 2 tasses par jour;</p> <p>CONTRE-INDICATION: en cas de faiblesse, d'angoisse, de psychose dépressive;</p>

NARCISSUS tazetta L. *subsp. tazetta	Narcisse à bouquet	PROPRIETES: autrefois bulbe et fleurs: épilepsie, convulsions, fièvres intermittentes;
NARCISSUS X-ODORUS L.	Narcisse odorant	PROPRIETES: autrefois bulbe et fleurs: épilepsie, convulsions, fièvres intermittentes;
NARTHECIUM OSSIFRAGUM (L.) Hudson	Narthécium ossifrage	PROPRIETES: - plante: diurétique. Autrefois passait pour donner le piétin aux moutons qui la broutaient;
NASTURTIUM OFFICINALE R. BR. *subsp. officinale *var. officinale	Cresson de fontaine	PROPRIETES: apéritif; tonique; reminéralisant; antianémique; antiscorbutique; stomachique; dépuratif; diurétique; hypoglycémiant; expectorant; sudorifique; vermifuge; antidote de la nicotine; stimulant de la vitalité de bulbe pileux; antidiabétique; vermifuge; désintoxique et purifie le sang; éclaircit la peau; - plante pilée: application en cataplasme pour cicatriser ulcères scorbutiques et scrofuleux; - ATTENTION: feuilles crues: troubles urinaires. Parfois le cresson peut être contaminé par la Douve du Foie; laver les feuilles à l'eau vinaigrée et les cuire; USAGE INTERNE: inappétence; asthénie; lymphatisme; scorbut; anémie; tuberculose; bronchites, affections pulmonaires; dermatoses (eczéma, gale, dartres); lithiases biliaires, affections hépatiques; rhumatisme; parasites intestinaux; hydropisie; diabète; cancers; lithiases urinaires, affections urinaires (rétention d'urine); USAGE EXTERNE: alopecies, affections du cuir chevelu; plaies atones, ulcères; POSOLOGIE INTERNE: - suc: Contre les maladies des bronches, Leclerc et Valnet conseillent de prendre le suc de la plante fraîche en raison de 60 à 150 g par jour à plusieurs reprises, dans de l'eau ou dans tout autre liquide froid. (On trouve le suc dans les herboristeries ou dans les magasins de produits diététiques.) - macération: Laisser macérer pendant une nuit 100 g de plantes fraîches dans un litre d'eau et en boire trois ou quatre petits verres dans la journée. - sirop: Délayer une certaine quantité de suc de la plante fraîche, obtenu en pressant la plante, ou acheté chez l'herboriste, dans la même quantité de sirop. (Pour préparer un sirop simple: délayer 665 g de sucre dans 335 g d'eau (ou fraction), porter à ébullition puis filtrer à travers une toile.) Prendre 4 ou 5 cuillerées par jour. - anémie: plante en salade; - antidiabétique: infusion de 5g de feuilles par tasse d'eau bouillante; - antiscorbutique: infusion de 5g de feuilles par tasse d'eau bouillante; - bronchite catarrhale, bronchite chronique: 80-160 g par jour de jus frais de la plante entière sans la racine, - carie des os: consommer en salade la plante entière fraîche. 50-150 g de jus par jour; - cystite: préparer 1 soupe de cresson à boire matin et soir; - dépérissement: consommer les feuilles en salade. 100-150g de jus par jour; - dépuratif: infusion de 5g de feuilles par tasse d'eau bouillante; - désintoxication: suc de cresson: 60 à 150g par jour dans de l'eau ou un bouillon froid. Un verre au réveil; - diabète: antidiabétique: infusion de 5g de feuilles par tasse d'eau bouillante; - diurétique: infusion de 5g de feuilles par tasse d'eau bouillante; ou décoction: 1 poignée de cresson, 3 oignons, 2 navets pour 1l d'eau; 3 verres par jour entre les repas; - engorgement du foie: plante entière fraîche; consommer en salade; - faiblesse générale: manger en salade la plante entière; - faiblesse musculaire: 80-150g de jus frais des feuilles et sommités fleuries; - fortifiant des gencives: consommer les feuilles en salade assaisonnées d'huile, de jus de citron et de sel; mâcher très lentement; - gingivite: mâcher du cresson cru provenant de cressonnière; - haleine fétide: manger du cresson et boire beaucoup d'eau en dehors des repas; - hydropisie cardiaque: à consommer en salade ou bien boire 100g de jus de feuilles par jour; - hypo ménorrhée: en salade ou 120g de jus de feuilles par jour; - intoxication due au tabac: 100-150g de jus de partie aérienne de plante fraîche. Infusion de 60g de partie aérienne séchée pendant 20mn; 3 tasses par jour; - lymphatisme: la plante entière fraîche en salade; - maigreux: cresson frais avec huile d'olive vierge et sel. Aussi 100g par jour de jus frais; - mauvaise haleine: cresson cru;

		<ul style="list-style-type: none"> - minéralisant: consommer la plante entière fraîche en salade; - prostate: hypertrophie et congestion: cru en salade; - rétention d'urine: 1/2 verre de suc et huile d'amandes douces ou d'olive à parties égales; - tabagisme: consommer la plante entière fraîche en salade. Boire aussi 150g de jus de cresson frais par jour; - toux rebelle: 150g par jour de jus de cresson de la plante entière fraîche, avec du miel; - urine, rétention d'urine: 1/2 verre de suc et huile d'amandes douces ou d'olive à parties égales; - vermifuge: suc de cresson: 60 à 150g par jour dans de l'eau ou un bouillon froid. Un verre au réveil; - vertige: manger en salade la plante entière. Ou boire 100g de jus frais par jour; <p>- ATTENTION: feuilles crues: troubles urinaires; l'abus de cresson (ou la présence d'une prédisposition individuelle) peut provoquer des cystites. Parfois le cresson peut être contaminé par la Douve du Foie; laver les feuilles à l'eau vinaigrée et les cuire;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès: application de feuilles fraîches broyées (cicatrisant); - abcès chaud: application des feuilles fraîches de cresson; - alopecie: frictions avec le suc (fortifie, arrête la chute des cheveux). - anthrax: application de feuilles fraîches broyées (cicatrisant); - aphtes: mâcher du cresson frais très bien lavé et passer le jus sur les aphtes avec la langue; - cheveux: frictions avec le suc (fortifie, arrête la chute des cheveux). - phlegmons: application de feuilles fraîches broyées (cicatrisant); - plaies atones: application de feuilles fraîches broyées (cicatrisant); - taches de rousseur: mélanger 60g de cresson avec 30g de miel; filtrer dans un linge; utiliser matin et soir en lotion; ou 3 parties de suc et 1 partie de miel; agiter; lotions avec 1 tampon de coton matin et soir; laisser sécher; laver à l'eau; <p>PERIODE de RECOLTE: du printemps jusque tard dans l'été, selon la latitude et l'altitude.</p> <p>CONSERVATION: le cresson ne s'emploie qu'à l'état frais.</p>
NEATOSTEMA apulum (L.) I. M. Johnst	Néatostème de la Pouille	PROPRIETES: autrefois contre piqûre des scorpions
NELUMBO nucifera	Lotus du Nil	<p>PROPRIETES: rééquilibrant du vago-sympathique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - racine en bouillie: combat la nausée; - graines: tonique cardiaque; - feuilles: rafraîchissant; soulagent les coups de soleil; réduire la fièvre; - fleurs, filaments et suc: astringent; tonifier le cœur; <p>USAGE INTERNE: éréthisme nerveux des surmenés, spasmes, asthme; insomnies</p>
NEOTTIA NIDUS-AVIS (L.) L. C. M. Richard	Néottie nid d'oiseau	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - parties souterraines: vermifuge
NEPETA CATARIA L.	Népéta chataire	<p>PROPRIETES: antispasmodique (modérateur de l'excitabilité réflexe); anti hystérique; stimulant; stomachique; carminatif; emménagogue;</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles et sommités florales: diminuer rhumes; réduire la température; calmer estomacs surmenés; maux de tête; irritations du cuir chevelu; émollient; sédatif; apaiser nourrissons qui ont des coliques; - feuilles appliquées en cataplasme sur contusions; - Diaphorétique et fébrifuge - Facilite l'expulsion des gaz et la digestion <p>Les iridoïdes tirent leur nom de celui des fourmis Iridomirmex qui possèdent ces molécules jouant un rôle dans leurs mécanismes de défense, beaucoup d'entre eux sont anti-inflammatoires.</p> <p>Usages: La cataire soigne les spasmes des voies digestives (facilite la digestion, favorise l'expulsion des gaz, soigne les indigestions, les coliques) et respiratoires (hoquet). Elle calme la douleur et fait baisser la fièvre. Elle est d'ailleurs utile contre les rhumes et les gripes. En voie externe, elle soigne les rhumatismes, l'arthrite et les hémorroïdes.</p> <p>USAGE INTERNE: spasmes des voies digestives; spasmes des voies respiratoires (hoquet); coqueluche; ictère; hystérie</p>

		<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aménorrhée: 1 cuillerée à soupe de feuilles et sommités fleuries par tasse; infuser 10mn; 1-3 tasses par jour; - aménorrhée asthénique: infusion de 30g de sommités fleuries; infuser 25mn; 2-3 tasses par jour; - digestif: 1 cuillerée à soupe par tasse; infuser 10mn; 1-3 tasses par jour; - dyspnée due à l'emphysème: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 25mn; 3 tasses par jour; - hyperchlorhydrie: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hyperexcitabilité: infusion de 50g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - toux persistante: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel;
NEPETA lanceolata Lamk.	Népéta à feuilles lancéolées	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: stimulant, antispasmodique
NERIUM OLEANDER L. *subsp. oleander	Laurier rose	<p>PROPRIETES: se rapprochant de celles du strophantus: tonocardiaque (renforce et ralentit le coeur, élève la tension artérielle); diurétique indirect;</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: âcre, sternutatoire, vomitif, purgatif; <p>USAGE INTERNE: hyposystolie; myocardites séniles (tachyrythmie)</p> <p>USAGE EXTERNE: dermatoses prurigineuses, cancers ulcérés, contusions; antiparasites, insecticide;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cancers ulcérés: macération de 20g de feuilles pulvérisées dans l'eau; en lotions; ou infusion 125g de feuilles pour 1 litre; en compresses; - contusions: macération de 20g de feuilles pulvérisées dans l'eau; en lotions; ou infusion 125g de feuilles pour 1 litre; en compresses; - gale: macération de 20g de feuilles pulvérisées dans l'eau; en lotions; ou infusion 125g de feuilles pour 1 litre; en compresses; - teigne: macération de 20g de feuilles pulvérisées dans l'eau; en lotions; ou infusion 125g de feuilles pour 1 litre; en compresses; <p>ATTENTION: feuilles, fleurs, écorce et bois, frais ou séchés, sont toxiques à très faible dose (1 seule feuille peut être mortelle pour l'homme)</p>
NICOTIANA TABACUM L.	Tabac	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles séchées narcotiques quand on les fume; - feuilles en cataplasme: entorses; coupures; morsures infectées; peaux à problèmes; - jus des feuilles en application externe: névralgies faciales; - feuilles mouillées: hémorroïdes <p>- décoction en compresses comme parasiticide (danger car quelques égratignures suffisent à laisser pénétrer le poison dans l'organisme)</p>
NIGELLA ARVENSIS L. *subsp. arvensis	Nigelle des champs	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - graines: emménagogue; galactagogue; diurétique; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - bronchorrhée: infusion de 40 g de graines pendant 25mn; 3 tasses par jour; - oligurie: infusion de 40g de graines pendant 25mn; 2-3 tasses par jour;
NIGELLA DAMASCENA L.	Nigelle de Damas	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - graines en infusion dans du vin: tonique; stimulant; emménagogue; galactagogue; diurétique; digestif; - graines réduites en poudre ("graines bénites"): sternutatoire;
NIGELLA SATIVA L.	Nigelle cultivée	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - graines: emménagogue; galactagogue; diurétique; carminatif; emménagogue; vermifuge; hypotenseur; digestif; problèmes intestinaux; - graines moulues chaudes: dans préparation de sels inhalés pour retrouver l'odorat; <p>POSOLOGIE INTERNE: macération de graines dans vin blanc: tonique; stimulant; utiliser les graines dans l'alimentation</p>
NUPHAR LUTEA (L.) SM.	Nénuphar jaune	<p>PROPRIETES: voir NYMPHAEA alba. rhizome: anaphrodisiaque; antispasmodique; astringent;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p>

		<p>- éréthisme génital ou sexuel: infusion de 30g de fleurs pendant 25mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- nymphomanie: infusion de 40g de fleurs pendant 25mn; 3 tasses par jour;</p>
NUPHAR PUMILA (Timm) DC.	Nénuphar nain	PROPRIETES: voir NYMPHAEA alba
NYMPHAEA ALBA L. *subsp. ALBA	Nénuphar blanc	<p>PROPRIETES:</p> <p>- rhizome: anaphrodisiaque; antispasmodique; astringent;</p> <p>- fleurs et racines: calmant sexuel; antispasmodique; hypnotique; rafraîchissant; léger tonique cardiaque et respiratoire; astringent;</p> <p>Historique: On disait jadis du nénuphar qu'il était ami des humides séjours, destructeur des plaisirs et poison de l'amour ". Les Romains lui reconnaissaient le pouvoir de chasser l'insomnie érotique et les santons de l'Egypte s'en servaient pour mieux supporter l'abstinence du célibat;</p> <p>USAGE INTERNE: éréthisme génital (priapisme, nymphomanie, pollutions nocturnes); insomnies; syndromes anxieux; dysenterie; toux; cystites, néphrites</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion: 30 g de rhizome desséché et concassé (trois cuillerées) en infusion dans un litre d'eau bouillante. Laisser reposer, puis boire tiède: 5 ou 6 petits verres pendant la journée, édulcorés avec du miel.</p> <p>- infusion d'1 cuillerée à café de fleurs ou de racine pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour entre les repas, dont 1 au coucher;</p> <p>- éréthisme génital ou sexuel (priapisme, nymphomanie, pollutions nocturnes): infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas;</p> <p>- nymphomanie: infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- priapisme; infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas;</p> <p>- pollutions nocturnes: infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- infusion: 30 g de rhizome desséché et concassé (trois cuillerées) en infusion dans un litre d'eau bouillante. Laisser reposer, pour des rinçages de la bouche et pour des injections vaginales</p> <p>PERIODE de RECOLTE: automne avancé.</p> <p>CONSERVATION: extraire les rhizomes de l'eau, les laisser égoutter puis sécher à l'ombre. Conserver en faisceaux.</p>
NYMPHOIDES PELTATA (S. G. Gmelin) KUNTZE	Nymphoïdes	<p>PROPRIETES: stimulant gastrique;</p> <p>- feuilles: amer, fébrifuge;</p> <p>USAGE INTERNE: inappétence; dyspepsie; aérophagie</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- aérophagie: infusion de 5 feuilles pour 1 tasse d'eau bouillante; 1 tasse avant ou après les repas</p>
OCYMUM basilicum L.	Basilic	<p>PROPRIETES: stimulant; rafraîchissant; diurétique; maux de tête, migraine; calme angoisse et neurasthénie; sudoripare; fébrifuge; antibactérien; antiseptique; antifongique; antispasmodique; rhumes; toux; asthme; sinusite; céphalée; arthrite; rhumatisme; fièvre;</p> <p>- vin de feuilles: tonique; aphrodisiaque;</p> <p>- feuilles: vermifuge; teigne; piqûres d'insectes; acné;</p> <p>- feuilles en infusion: bactéricide; digestif;</p> <p>- huile essentielle inhalée: rafraîchit l'esprit; stimule l'odorat affaibli par une infection virale;</p> <p>- huile essentielle: dans les huiles de massage: tonique nerveux; détendre les muscles contractés;</p> <p>1. Utilisation populaire:</p> <p>Les feuilles sont utilisées dans toute l'Afrique de l'Ouest en infusion pour le traitement des fièvres et des maux de dents. La plante fleurie fraîche est employée en boisson théiforme comme stimulant de la digestion et antispasmodique.</p> <p>2. Utilisation par les guérisseurs:</p> <p>Aux îles de la Réunion, O. basilicum est utilisé contre les insomnies, les angoisses, les migraines, les maux de tête, la fièvre, l'hypertension et la diarrhée.</p> <p>En Inde, le basilic est utilisé contre la typhoïde. Pour cela, mélanger 10 g de feuilles avec 5 poivres noires et 100 ml d'eau. Préparer une décoction et sucrer avec</p>

du sucre cristallin. Donner au malade une bonne dose 3 fois par jour pendant 5 jours. Tout aliment solide est retiré pendant le régime.

Aux Caraïbes, l'infusion aqueuse de la plante entière est prescrite dans le traitement des problèmes de foie et de la vésicule biliaire.

USAGE INTERNE: tonique; nervosité; faiblesse; angoisse; insomnie; surmenage; atonie intestinale: infusion de 30g de feuilles et sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour;

POSOLOGIE INTERNE:

- acné: infuser 3 cuillères à café de feuilles séchées dans une tasse d'eau bouillante; reposer 20 minutes; boire 3 tasses par jour comme traitement interne bactérien;
- atonie intestinale: infusion de 30 g de feuilles et sommités fleuries pendant 15 mn; 3 tasses par jour;
- angoisse: porter à ébullition 25 g de feuilles fraîche dans ½ litre d'eau; couvrir et faire frémir 10 mn; filtrer et laisser refroidir; boire en plusieurs fois dans la journée;
- céphalée due à une dyspepsie: infusion de 40 g de feuilles et sommités fleuries pendant 15 mn; 3 tasses par jour;
- constipation: faire macérer 3 jours une poignée de feuilles de basilic dans 1 litre de vin rouge; ajouter à cela une quantité égale d'huile d'olive; prendre 1 verre à porto de ce mélange 4 fois par jour au début de chaque repas;
- digestion: faire infuser 15 g de plante fraîche dans 1 l d'eau pendant 3 mn, boire 250 ml après les repas;
- diurétique: infusion de 20-50g de plante par litre d'eau bouillante;
- dyspepsie: infusion de 40g de feuilles et de sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour loin des repas;
- épilepsie: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour;
- faiblesse générale: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- hoquet: infusion de 40g de sommités fleuries et feuilles pendant 15mn; par cuillerées;
- hystérie: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour;
- insomnie: feuilles à consommer en grande quantité avec tous les aliments et surtout avec la salade;
- insomnie des alcooliques: infusion de 40g de feuilles pendant 15mn; 1 tasse avant le coucher;
- maux de tête: infusion de 20-50g de plante par litre d'eau bouillante;
- migraine: infusion de 20-50g de plante par litre d'eau bouillante;
- rafraichissant: infusion de 20-50g de plante par litre d'eau bouillante;
- stimulant: infusion de 20-50g de plante par litre d'eau bouillante;
- surmenage intellectuel: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour avec du miel;
- tête, mal de tête: infusion de 20-50g de plante par litre d'eau bouillante;
- tonique: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour;
- tonique des nerfs: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour avec du citron et du miel;
- vertige d'origine gastrique, vertige d'origine nerveuse: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour;
- vomissement nerveux: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 10mn; 3 tasses par jour;

POSOLOGIE EXTERNE:

- acné: infuser 3 cuillères à café de feuilles séchées dans une tasse d'eau bouillante; reposer 20 minutes; appliquer au coton sur la peau fraîchement lavée, ou boire 3 tasses par jour comme traitement interne bactérien;
- aphtes: mâcher les feuilles crues de basilic frais ou décoction de 100g par litre en gargarismes;
- plaies: tremper des feuilles fraîches dans de l'eau bouillante et appliquer-les sur les plaies à défaut de produits antiseptiques;
- rhume de cerveau: respirer la poudre des feuilles réduites en poudre;

- **ATTENTION:** le basilic doit être manipulé avec précaution car il stimule les sécrétions hypophysaires; les femmes enceintes et les personnes à peau sensible doivent l'éviter; à très forte dose (500 g de suc par litre d'eau), le basilic peut provoquer un blocage rénal.

ASSOCIATION: camphre, romarin, genévrier, citron, eucalyptus, myrrhe, lavande,

		<p>bergamote, citron vert, sauge sclérée.</p> <p>PHARMACOLOGIE: Les propriétés antimicrobienne, antispasmodique, antihelminthique, eupeptique, insecticide et stimulante ont été testées et prouvées expérimentalement</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: stomachique, tonique</p>
OCYMUM gratissimum	Basilic des Indes	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante entière: douleurs rhumatismales et coxo-lombaires; - feuilles: toux; rhume; coqueluche; abaisser la fièvre en favorisant la transpiration; morsures de serpent; diarrhée; gale (feuilles appliquées fraîches); - jus des feuilles: soulager les yeux
OENANTHE aquatica (L.) Poiret	Ciguë aquatique, Oenanthe aquatique	<p>PROPRIETES: fruits: carminatif; diurétique; diaphorétique; expectorant; gangrène; sédatif; asthme;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - bronchite humide: infusion de 60 g de fruits pendant 20 mn; 3 tasses par jour ou quelques cuillerées avec du miel; - dyspnée due à des flatulences: infusion de 40g de fruits pendant 20mn; 3 tasses par jour; - fermentation intestinale: infusion de 40g de fruits pendant 15mn; 3 tasses par jour; - hydropisie abdominale ou ascite: infusion de 50g de fruits pendant 15mn; 3 tasses par jour; - toux bronchitique: infusion de 50g de fruits pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel;
OENANTHE FISTULOSA L. *subsp. fistulosa	Oenanthe fistuleuse	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: diurétique
OENOTHERA BIENNIS L.	Onagre commune	<p>PROPRIETES: racines irritant la gorge si consommées seules; antispasmodique; combattre l'hyperactivité; schizophrénie; arthrite; alcoolisme; anorexie nerveuse; maladie de Parkinson; diminuer la surproduction de certains anticorps; anti-phlogistique; sédatif du pneumogastrique; antispasmodique; anti-phlogistique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - racines ou sommités florales bouillies dans du miel: sirop calmant la toux; - huile des graines, riche en acides gras nécessaires à la santé de la peau et en acide gamma linoléique, atténue le syndrome prémenstruel et l'eczéma allergique, fait baisser la tension et améliore la mobilité des globules rouges dans la sclérose en plaques; - la plante traite de nombreux syndromes prémenstruels (irritabilité, tension mammaire, rétention d'eau...), ainsi que les règles douloureuses. Elle a aussi un effet bénéfique sur le système cardio-vasculaire, mais aussi en cas de troubles digestifs (états inflammatoire, gastro-entérite, spasmes gastriques...) ou d'asthme. <p>L'acide linoléique (acide gras polyinsaturé) comporte: 18 carbones, 2 doubles liaisons, et appartient à la famille Oméga 6 = 18: 2, n-6;</p> <p>Un régime contenant plus de 12 p.cent de la ration calorique totale en acide linoléique entraîne une baisse du cholestérol-HDL, par un mécanisme de déplétion des LDL en esters de cholestérol, et par inhibition de la synthèse hépatique des lipoprotéines riches en apo B</p> <p>L'acide gamma-linolénique est précurseur de prostaglandines (PGE1)</p> <p>action très favorable sur la glande mammaire</p> <p>USAGE INTERNE: cystites; états inflammatoires gastro-intestinaux, spasmes gastriques; troubles entéro-rénaux; asthme, coqueluche; fièvre typhoïde;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - entérite muco-membraneuse: infusion de 60g de racine pendant 30mn; 3 tasses par jour loin des repas;
OLEA EUROPAEA L. *SUBSP. EUROPAEA *var. europaea	Olivier d'Europe	<p>PROPRIETES: nutritif; draineur hépatique et biliaire (cholagogue et cholérétique); laxatif; résolutif; tonique; astringent; hypotensif; liniment;</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: hypotenseur par vasodilatation périphérique, sans effet cardio-dépresseur (action favorable sur l'hypertension artérielle), diurétiques, antidiabétiques; antiseptique; fébrifuge; facilite les fonctions hépatiques; - résine du bois: inhalations anti-bronchiques; - écorce: fébrifuge, antiscrofuleux; <p>USAGE INTERNE: insuffisance hépatique; lithiase et boue biliaire; constipation spasmodique; conseillée aux diabétiques; hypertension et ses troubles; athérosclérose; excès d'urée sanguine; lithiase urinaire; pléthore; angine de poitrine (usage prolongé); action favorable sur l'hypertension artérielle;</p>

USAGE EXTERNE: abcès, furoncles; anémie; eczémas, crevasses, dartres; algies diverses; rachitisme; pyorrhée; chute des cheveux;

POSOLOGIE INTERNE:

- infusion de 30 à 80g de feuilles par litre d'eau; bouillir et infuser 10mn; 3 tasses ou plus avant les repas (boire chaud);
- poudre de feuilles: 1 cuillerée à dessert dans l'alimentation ou mélangée au miel;
- athérosclérose: huile dans la cuisine;
- artériosclérose: infusion de 50 g de feuilles pendant 25mn; 2-3 tasses par jour;
- astringent: décoction de 15-60g de feuilles, d'écorce ou d'olives vertes par litre d'eau;
- bronchite: infusion de 60 g de feuilles pendant 20 mn; 2-3 tasses par jour loin des repas;
- calculs biliaires: 2 cuillerées à soupe dans l'alimentation;
- cholagogue: 1-2 cuillerées d'huile, additionnée de jus de citron ou d'orange, ½ heure avant les principaux repas;
- cirrrose graisseuse: 1 cuillerée d'huile d'olive vierge avant chaque repas;
- constipation: prendre 1 cuillerée d'huile d'olive avant les repas; ou chaque matin à jeun; ou 1 à 2 cuillerée à soupe d'huile le matin, on peut y ajouter du jus de citron;
- diurétique: décoction de 15-60g de feuilles, d'écorce ou d'olives vertes par litre d'eau;
- entérite: 1 cuillerée d'huile 15mn avant chaque repas;
- foie: insuffisance, congestion: 1 cuillerée à soupe ½ heure avant le petit déjeuner;
- hypertension artérielle, hypertension due à la ménopause: infusion de 50g de feuilles pendant 30mn; 3-4 tasses par jour entre les repas ou comme boisson; (dans l'hypertension, alterner les cures de fleurs d'aubépine et les cures de feuilles d'olivier);
- hypotenseur: décoction de 15-60g de feuilles, d'écorce ou d'olives vertes par litre d'eau;
- inflammation vésicale: 1 cuillerée d'huile avant les principaux repas;
- lithiase biliaire: 35-60g par jour d'huile d'olive, si possible à jeun;
- maigreur: 1 cuillerée d'huile recueillie en pressant les fruits, 5 minutes avant chaque repas;
- spasme: infusion de 60g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour;
- tonique: décoction de 15-60g de feuilles, d'écorce ou d'olives vertes par litre d'eau;
- ulcère gastroduodéal: 1 cuillerée d'huile avant les repas;
- vaso-dilatateur ou vasodilatateur: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour;

POSOLOGIE EXTERNE:

- soins de la peau (visage, corps);
- abcès: olive mûre pilée, en cataplasmes;
- algies rhumatismales: 1 tête d'ail pour 200g d'huile, laisser macérer 2 ou 3 jours: frictions et massages;
- arthrite: faire tiédir de l'huile d'olive parfumée d'un jus de citron; masser délicatement 10-15 mn les articulations; mettre une bande sur la partie douloureuse et la garder toute la nuit; le matin, boire un mélange de vinaigre de cidre et de miel dans un grand verre d'eau tiède;
- chutes de cheveux: friction le soir pendant 10 jours avec de l'huile d'olive; s'envelopper la tête pour la nuit, shampooing le lendemain;
- brûlures: mélanger 45 g d'huile d'olive et 45 g de vin rouge; en application sur les brûlures. Ajouter 50 g d'huile d'olive à 1 blanc d'œuf; appliquer;
- cheveux ternes: mélanger 1 jaune d'œuf, 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive et 1 cuillerée à soupe d'eau de vie ou d'alcool blanc à 70-80°; remuer le tout pour une mixture homogène; masser le cuir chevelu pour imprégner la totalité des cheveux; puis rincer abondamment;
- coup de soleil: appliquer des compresses d'huile d'olive;
- entorses: 1 tête d'ail pour 200g d'huile, laisser macérer 2 ou 3 jours: frictions et massages;
- furoncle: maturatif: olive mûre pilée, en cataplasmes;
- névrites: 1 tête d'ail pour 200g d'huile, laisser macérer 2 ou 3 jours: frictions et massages;
- oreilles bouchées: mettre chaque soir ½ cuillerée d'huile d'olive sur une petite boule de coton; l'introduire dans l'oreille; le matin, rincer avec un jus de citron; durant 4-5 jours; si après ce traitement les oreilles sont toujours bouchées, faire quelques injections d'eau tiède à l'aide d'une petite poire;

		<ul style="list-style-type: none"> - panaris: décoction de 100g de feuilles; bouillir; bouillir 20mn; en applications chaudes locales; - phlébite: huile d'olive pour applications locales; - pyorrhée: huile en massage des gencives; - rhumatisme, algies rhumatismales: 1 tête d'ail pour 200g d'huile, laisser macérer 2 ou 3 jours: frictions et massages;
OMPHALODES VERNA MOENCH	Omphalodès du printemps	PROPRIETES: adoucissant; légèrement astringent
ONONIS ROTUNDIFOLIA L.	Ononis à feuilles rondes	PROPRIETES: voir ONONIS vulgaris
ONONIS spinosa L. *subsp. maritima (Dumort. ex Piré) P.Fourn. *var. procurrens (Wallr.) Burnat	Arrête-boeuf, Bougrane	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles et fleurs: diurétique; sédatif des voies urinaires; sudorifique; astringent; - racine: diurétique; apéritif; rhume; hydropisie; cholagogue; dépuratif; <p>USAGE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles, fleurs et racine: lithiase rénale et hépatique; cystites (infections des voies urinaires); rhumatisme; - racine: congestion du foie; ictère; <p>USAGE EXTERNE: feuilles, racine et fleurs: angines</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles et fleurs: infusion de 30g par litre d'eau; 3 tasses par jour entre les repas. - racine: décoction d'1 poignée pour 1 litre d'eau; bouillir 5mn avec menthe, sauge, petite centaurée, genièvre ou anis pour aromatiser; boire en 24 heures; - aérocolie: racine: décoction d'1 poignée pour 1 litre d'eau; bouillir 5 mn avec menthe, sauge, petite centaurée, genièvre ou anis pour aromatiser; boire en 24 heures; - colite: décoction de 40 g de racine; bouillir 10 mn; 2 tasses par jour loin des repas; - dépuratif du sang: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour loin des repas; - diathèse urique: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - gravelle: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - hoquet: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour loin des repas; - inflammation de l'urètre: décoction de 60g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - lithiase biliaire; lithiase rénale; lithiase vésicale: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - néphrite: décoction de 60g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - oxalurie: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour; - prostate: hypertrophie et congestion: décoction de 60g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - rhumatisme chronique: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour avec du jus de citron; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - angines: infusion de feuilles et fleurs en gargarismes;
ONONIS SPINOSA L. *SUBSP. SPINOSA	Ononis épineux	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - racine: diurétique; - feuilles et fleurs: astringent; <p>- VOIR ONONIS vulgaris;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - hydropisie, hydropisie rénale: décoction de 60g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour;
ONOPORDUM ACANTHIUM L. *SUBSP. ACANTHIUM	Onopordon acanthe	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - racine en décoction: réduit les pertes de mucosités; - jus de feuilles: sur les ulcères cutanés; - plante: diurétique, stomachique; - fruits: pleurésie
OPHIOPOGON japonicus	Muguet du Japon	PROPRIETES: après une maladie fébrile; en cas de bouche sèche, de soif intense, ou de fièvre récurrente; toux sèches avec ou sans crachats; vomissements stériles et langue brillante et légèrement chargée; contre le diabète pour éclaircir la vue et renforcer les lombaires

OPOPANAX CHIRONIUM (L.) W.D.J. KOCH	Opopanax de Chiron	PROPRIETES: - plante: anti catarrhale
OPUNTIA caespitosa Raf. ex Ser.	Figuier de Barbarie	PROPRIETES: nutritif; astringent; - suc: vermifuge, purgatif; - tiges: rhumatismes, goutte; USAGE INTERNE: diarrhées, dysenteries USAGE EXTERNE: tiges coupées en 2 dans le sens de la longueur: cataplasmes sur brûlures; abcès; douleurs rhumatismales POSOLOGIE INTERNE: fruit: ne consommer que le suc (action constipante des graines) POSOLOGIE EXTERNE: - abcès, algies rhumatismales, dysenterie: feuilles: topique, en cataplasmes (broyées et débarrassées de leurs épines;
OPUNTIA monacantha (Willd. ex Schltr.) Haworth.	Cactier, Cactus	USAGE EXTERNE: - tiges coupées en 2 dans le sens de la longueur: cataplasmes sur brûlures; abcès; douleurs rhumatismales
OPUNTIA tuna (L.) Miller	Cactier, Cactus	USAGE EXTERNE: - tiges coupées en 2 dans le sens de la longueur: cataplasmes sur brûlures; abcès; douleurs rhumatismales
OREOSELINUM nigrum Delarbre	Peucédan des montagnes	PROPRIETES: - plante et fruits: fièvre, ictérie
ORIGANUM dictamnus L.	Origan	USAGE INTERNE: feuilles et sommités fleuries: infusion antispasmodique, digestive; aérogastrie; anorexie; asthénie; bronchite humide; enrouement; rhumatisme; POSOLOGIE INTERNE: - bronchite humide: infusion de 30 g de sommités fleuries pendant 20 mn; 3 tasses par jour avec du miel;
ORIGANUM majorana L.	Marjolaine	PROPRIETES: antispasmodique; stomachique; carminatif; expectorant; tonique; calmant; diurétique; sudorifique; crampes d'estomac; maladies nerveuses; coliques néphrétiques; - feuilles en tisane: digestif; apaise flatulences; rhumes; maux de tête; calme nerfs; hâte les menstruations; - huile essentielle des feuilles et sommités fleuries: antioxydant; ralentit le vieillessement de la peau; antivirale; antispasmodique; stimule la circulation locale; USAGE INTERNE: digestif; aérophagie; fermentation intestinale POSOLOGIE INTERNE: - aérophagie: infusion de 5-10g par litre d'eau; stimulant: infusion de 20-50g par litre d'eau; - antispasmodique: infusion de 5-10g de feuilles et sommités fleuries par litre d'eau; - asthme: 1 cuillère à café de fleurs séchées infusée 10mn dans 1 tasse d'eau bouillante; 2-3 tasses par jours à la fin des repas; - asthme catarrhal: infusion de 20 g de plante fleurie pendant 20mn; sucrer avec du miel; 2-3 tasses par jour, tiède, loin des repas; - calmant: infusion de 5-10g de feuilles et sommités fleuries par litre d'eau; - digestif: infusion de 5-10g de feuilles et sommités fleuries par litre d'eau; - migraine: infusion de 20g de plante pour ½ litre d'eau pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - somnifère: infusion de 5-10g de feuilles et sommités fleuries par litre d'eau; - spasmes: infusion de 5-10g de feuilles et sommités fleuries par litre d'eau; - stimulant: infusion de 20-50g de fleurs par litre d'eau pendant 20mn; 3 tasses par jour; POSOLOGIE EXTERNE: - douleurs intercostales: faire macérer 10 jours les feuilles à 35% dans de l'huile; en applications locales; - torticolis: infusion de 100g de plante fleurie pendant 30mn; en applications locales; Médecine vétérinaire empirique: contre le tournis du mouton (coupure à l'oreille et friction de marjolaine)

		Médecine vétérinaire homéopathique: sédatif sexuel pour les femelles
ORIGANUM prismaticum Gaud.	Origan	POSOLOGIE INTERNE: feuilles et sommités fleuries: infusion antispasmodique, digestive
ORIGANUM VULGARE L. *subsp. VULGARE	Origan	<p>PROPRIETES: antispasmodique; apéritif; stimulant; stomachique; stimule digestions lentes, estomacs paresseux; élimine la constipation; carminatif; expectorant; tonique; tonique expectorant contre la toux; toux sèches: asthme, coqueluche, bronchite; voies respiratoires; troubles gastriques et intestinaux; diarrhée; aérophagie; insomnie; anxiété; régime dépressif;</p> <p>- "thé rouge": tonique; antitussif; spasmes musculaires; maux de tête; nervosité; douleurs menstruelles;</p> <p>- feuilles: antiseptique; s'appliquent sur enflures; rhumatismes; torticolis; mâchées pour apaiser les maux de dents;</p> <p>- l'huile essentielle: antiseptique; elle pénètre les muscles mais irrite la peau et les muqueuses (à éviter dans les massages);</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- aérogastrie: infusion de 20g de sommités fleuries; infuser 20mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- aérophagie: infusion d'1 cuillerée à soupe par tasse, 3 tasses par jour après les repas;</p> <p>- anorexie: infusion de 30 g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- antispasmodique: 2-4g de poudre de fleurs desséchées par jour; ou infusion d'1 cuillerée à soupe de feuilles et sommités fleuries par tasse, 3 tasses par jour après les repas;</p> <p>- anxiété: 2-4g de poudre de fleurs desséchées par jour;</p> <p>- bronchite humide: infusion de 30 g de sommités fleuries pendant 20 mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>- dépression, régime dépressif: 2-4g de poudre de fleurs desséchées par jour;</p> <p>- digestif: infusion d'1 cuillerée à soupe de feuilles et sommités fleuries par tasse, 3 tasses par jour après les repas;</p> <p>- engorgement du foie: infusion de 20g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- enrouement: infusion de 20g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel;</p> <p>- hémicrânie nerveuse: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 15mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- insomnie: 2-4g de poudre de fleurs desséchées par jour;</p> <p>- hydropisie abdominale ou ascite: infusion de 30g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour</p> <p>- régime dépressif: 2-4g de poudre de fleurs desséchées par jour;</p> <p>- rhumatisme: décoction de 30g de sommités fleuries; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- spasmes: 2-4g de poudre de fleurs desséchées par jour;</p> <p>- tonique: 2-4g de poudre de fleurs desséchées par jour;</p> <p>- toux sèches: infusion d'1 cuillerée à soupe de feuilles et sommités fleuries par tasse, 3 tasses par jour après les repas;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- carie: le jus frais introduit sur un coton dans une dent cariée calme l'élanement.</p> <p>- névralgie: décoction de 50g de sommités fleuries; bouillir 15mn; en applications locales;</p> <p>- torticolis: un remède classique de guérisseurs campagnards contre le torticolis consiste à chauffer à la poêle des sommités d'origan hachées, fraîches de préférence, et à les appliquer chaudes, en compresses, sur le cou.</p> <p>- zones douloureuses: sommités fleuries après infusion, étalées encore chaudes sur une gaze, en cataplasme;</p>
ORMENIS nobilis (L.) Coss. & Germ.	Camomille romaine	<p>PROPRIETES: Dans le jardin: "médecin" des autres plantes: elle fait revivre les plus mal en point; anti-inflammatoire; analgésique; désinfectant; infections urinaires; urticaire; maux de dents; maux d'oreilles; irritation des mamelons; névralgie faciale; maux de tête; douleurs accompagnées de tension nerveuse et d'anxiété; améliore digestion et soulage ballonnements; calme insomnies; douleurs de règles et migraines prémenstruelles; inflammations oculaires; apaise peaux irritées</p> <p>- plante: vulnérable, vermifuge, contre maladies de l'intestin;</p> <p>- capitules en infusion: tonique; apéritif; antispasmodique; stomachique; carminatif; emménagogue; analgésique; fébrifuge (en concentration); digestif; réconfortant; sédatif; supprime la nausée;</p>

- fleurs en cataplasme: eczéma, plaies;
- fleurs en décoction: entretient et éclaircit les cheveux blonds;
- dans le bain: adoucit et blanchit la peau endommagée par le vent et le soleil;
- sachets ayant servi à l'infusion: réduire l'inflammation oculaire et cernes;
- Tonique amer
- Eupéptique (flavonoïdes, Huile Essentielle)
- Antispasmodique

USAGE EXTERNE: cicatrisant; antiphlogistique

POSOLOGIE INTERNE:

3 cuillerée à soupe de sommités pour 1/4 litre d'eau bouillante et laisser infuser 10mn: pour symptômes aggravés;

- analgésique: 5 capitules pour 1 tasse d'eau bouillante et laisser infuser 10mn, à boire avant les repas;
 - antispasmodique: 5 capitules pour 1 tasse d'eau bouillante et laisser infuser 10mn, à boire avant les repas;
 - carminatif: 5 capitules pour 1 tasse d'eau bouillante et laisser infuser 10mn, à boire avant les repas;
 - courbatures musculaires: décoction de 50 g de camomille dans 1 litre d'eau froide porté lentement à ébullition; laisser bouillir 15 mn à feu doux; retirer du feu et passer; bain chaud avec cette décoction pendant 20 mn;
 - digestif: 5 capitules pour 1 tasse d'eau bouillante et laisser infuser 10mn, à boire avant les repas;
 - gastrospasme: infusion de 20g de capitules pendant 15mn; 2 tasses par jour.
- Incompatibilité avec du quinquina, du tanin et des sels d'argent; ou 5 capitules pour 1 tasse d'eau bouillante et laisser infuser 10mn, à boire avant les repas;
- ménopause avec dystonie neuropsychique: infusion de 20g de capitules pendant 10mn; 2 tasses par jour. Incompatibilité avec de la gélatine, des sels d'argent, du tanin, des noix et du quinquina;
 - tonique: 5 capitules pour 1 tasse d'eau bouillante et laisser infuser 10mn, à boire avant les repas;

POSOLOGIE EXTERNE:

- conjonctivite: 50g sommités fleuries pour 1l d'eau bouillante, infuser 10mn puis filtrer soigneusement: lotion;
- crevasse: décoction de 50 g de fleurs séchées pour 1 litre d'eau; laisser bouillir 10 mn puis retirer du feu; une fois tiède, filtrer et en compresse durant 20 mn;
- démangeaisons de la peau: décoction de 30 g de fleurs séchées pour 1 litre d'eau; laisser bouillir 10 mn puis retirer du feu; une fois tiède, filtrer et en compresse durant 20 mn;
- eczéma: 50g de fleurs séchées dans 1l d'eau froide; faire chauffer et éteindre dès les premiers bouillons; infuser 20mn puis filtrer; appliquer en compresses;
- herpès: cataplasme avec des fleurs de camomille séchées et hachées finement, mélangées à de l'eau tiède; poser sur l'éruption; laisser en place quelques minutes; renouveler l'opération plusieurs fois par jour;
- névralgie du trijumeau: infusion de 150g de capitules pendant 20mn; compresses locales tièdes;
- sinusite: infusion de 100-120g de capitules pendant 25mn; pour fumigations;

Médecine vétérinaire empirique:

- infusion: en tant que vulnérable sur les lésions eczémateuses
- lavement contre la météorisation
- calmant, emménagogue lors d'accouchement des chiennes primipares (10 capitules par bol d'eau, infusion laissée à discrétion)
- vermifuge

Médecine vétérinaire ancienne:

- indigestion de veaux (lait bouilli coupé à moitié d'une infusion de tilleul, camomille, menthe, et sauge)
- infusion comme collyre résolutif

Médecine vétérinaire moderne:

- tonique amer
- Carnivores: Indications analogues à celles de la médecine humaine

Médecine vétérinaire homéopathique:

- Chamomilla est caractérisée par une irritabilité nerveuse avec intolérance à la plus petite douleur

		<ul style="list-style-type: none"> - diarrhées des oiseaux de volière (selles aqueuses, brûlantes, verdâtres ou jaunâtres, d'odeur sulfureuses se produisant surtout la nuit) - coliques spasmodiques des animaux agités, hypersensibles à la palpation - troubles du caractère chez le chiot lors du changement de dentition
ORNITHOGALUM PYRENAICUM L.	Ornithogale des Pyrénées	PROPRIETES: - bulbe: résolutif
OROBANCHE alba Stephan ex. Willd.	Orobanche du thym	PROPRIETES: - bases des tiges: antispasmodique, maladies nerveuses, dérangements de l'intestin; - plante et racine: par voie externe: cataplasme fort et astringent; - par voie interne: sédatif; laxatif doux; stimule le tonus musculaire après une maladie affaiblissante ou un infarctus léger
OROBANCHE ramosa L. *subsp. ramosa	Orobanche du chanvre	PROPRIETES: - base des tiges: maladies nerveuses
OROBANCHE RAPUM-GENISTAE (DE L'OBEL) THUILLIER *SUBSP. RAPUM-GENISTAE	Orobanche du genêt,	PROPRIETES: - plante: astringent
OROBANCHE rubens Wallr.	Orobanche rouge	PROPRIETES: - bases des tiges: maladies nerveuses, maux d'intestin
ORTHILIA secunda (L.) House *subsp. secunda	Pirole unilatérale	PROPRIETES: - plante: maladies de l'intestin
ORYZA SATIVA L.	Riz cultivé	POSOLOGIE INTERNE: - chlorose: consommer en potage, à l'état de riz complet, en ajoutant un peu de persil haché; - diarrhée: cuit ou cuire 1 poignée de riz dans ¾ litre d'eau et boire l'eau de cuisson; - entérite: faire bouillir longuement les grains de riz dans beaucoup d'eau; lorsque le riz est bien cuit, le manger avec du beurre cru et du fromage; utiliser l'eau pour des lavements émollients; - gastro-entérite: faire bouillir le riz très lentement dans beaucoup d'eau; consommer le riz et utiliser l'eau de cuisson pour lavements; - maigreux: consommer les grains cuits dans du lait ou bien dans du bouillon obtenu avec de la viande grasse; - rafraîchissant: faire bouillir longuement les grains dans beaucoup d'eau; boire l'eau de cuisson; POSOLOGIE EXTERNE: - entérite: faire bouillir longuement les grains de riz dans beaucoup d'eau; lorsque le riz est bien cuit, le manger avec du beurre cru et du fromage; utiliser l'eau pour des lavements émollients; - gastro-entérite: faire bouillir le riz très lentement dans beaucoup d'eau; consommer le riz et utiliser l'eau de cuisson pour lavements; - inflammation des seins: cataplasmes faits avec la farine des grains; à appliquer sur les seins;
OTANTHUS maritimus (L.) Hoffmanns et Link. *subsp. maritimus	Diotis blanc	PROPRIETES: - plante: maux de reins, hémoptysie, douleurs inflammatoires
OXALIS ACETOSELLA L.	Oxalis petite oseille	PROPRIETES: anti-infectieux; purifie le sang au printemps; diurétique; astringent; - feuilles infusées: fièvre; troubles urinaires; en usage externe: nettoie exanthèmes et furoncles; - feuilles: acidulé, rafraîchissant, antiseptique, antiscorbutique, styptique, diurétique; - ATTENTION: la plante ne doit pas être utilisée en cas de gastrite, rhumatisme ou goutte; USAGE INTERNE: ulcération de la bouche et de la gorge; scorbut USAGE EXTERNE: abcès froids POSOLOGIE INTERNE: - décoction: laisser macérer pendant une heure ou deux une poignée de feuilles fraîches émiettées dans un litre d'eau froide. Faire bouillir brièvement et filtrer. En consommer deux ou trois tasses par jour; - catarrhe chronique: la plante entière fraîche. - lymphatisme: 40g de jus par jour; ou infusion de 40g de plante fraîche pendant 25mn; 3 tasses par jour; - ulcérations de la bouche: feuilles fraîches mâchées ou en salade;

		<p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès froids, traitement d'appoint: facilite la suppuration: feuilles cuites en cataplasme; - ATTENTION: la plante ne doit pas être utilisée en cas de gastrite, rhumatisme ou goutte; <p>PERIODE de RECOLTE: du printemps à la fin de l'été.</p> <p>CONSERVATION: on n'utilise que la plante fraîche: la dessiccation lui ôte toute sa valeur thérapeutique.</p>
OXALIS pes-caprae L.	Oxalis penchée	PROPRIETES: voir OXALIS acetosella
PAEONIA alba	Pivoine blanche	PROPRIETES: - racine: tonique du foie; combat cirrhose; congestion utérine; anémie; embellit la peau
PAEONIA lactiflora	Pivoine blanche	PROPRIETES: - racine: immunostimulante; réduit pression sanguine; douleurs; spasmes; inflammations; active l'apport de sang à l'utérus; spasmes abdominaux; crampes dans mains et pieds; règles irrégulières ou douloureuses; saignements utérins; pertes vaginales; écoulements de sperme
PAEONIA mascula (L.) Miller *subsp. mascula	Pivoine corail	PROPRIETES: - racines: sédatif, antispasmodique
PAEONIA OFFICINALIS L. *subsp. OFFICINALIS	Pivoine officinale	<p>PROPRIETES: antispasmodique;</p> <p>- racine: on taillait la racine en perles sur lesquelles les enfants se faisaient les dents; antispasmodique; troubles mentaux; troubles nerveux; épilepsie;</p> <p>Le paenolol est: Anti-inflammatoire (inhibe l'oedème à la carraghénine), Antispasmodique, Antiulcéreux, Inhibe la sécrétion d'acide chlorhydrique, Antihistaminique</p> <p>La paeoniflorine est: Un sédatif prolongeant la durée du sommeil, Analgésique, Antispasmodique bronchique, Facilite l'expulsion du placenta après l'accouchement;</p> <p>USAGE INTERNE: états sympathicotoniques; tachycardie réflexe, émotivité; épilepsie; coqueluche; convulsions; éclampsie; hépatomégalie; ménopause; nausées de grossesse; plexagie; tachycardie;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - convulsions: décoction de 60 g de racine; bouillir 10 mn; 2 tasses par jour; - éclampsie: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hépatomégalie: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - ménopause: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour loin des repas; - nausée de grossesse: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour; - plexalgie: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - tachycardie: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour avec du jus de citron; <p>Risques: en cas de surdosage, vomissements et diarrhées;</p>
PAEONIA suffruticosa	Pivoine	PROPRIETES: - écorce de racine: "refroidit" le sang; active la circulation; contre caillots des plaies; irrégularités menstruelles; fièvres; furoncles; antiseptique; hypotenseur
PALIURUS SPINA-CHRISTI MILL.	Paliure épine du Christ	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: diurétique éliminateur de l'urée et de l'acide urique; astringent; s'oppose au cholestérol; hypotenseur; - racines et feuilles: anti catarrhal, diarrhée; - graines: affections des poumons. <p>USAGE INTERNE: excès d'urée, acide urique, cholestérol; lithiases urinaires; hypertension</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - macération de fruits dans du vin blanc - affections urinaires: infusion de 30g de fruits séchés pour 1 litre d'eau; 3-4 tasses par jour;

PANAX ginseng C. A. Meyer	Ginseng	<p>PROPRIETES: Ne suivre que des cures très courtes;</p> <ul style="list-style-type: none"> - stimulant physique et psychique, défatiguant, stimulant général; réduit stress physique, mental et émotionnel; tonicardiaque; action favorable sur le cholestérol: active les échanges (glycogène, diurèse avec élimination d'urée); revitalisant; aphrodisiaque; accroît l'efficacité des systèmes endocrinien, métabolique, circulatoire et digestif; tonique pulmonaire; vasomoteur; apéritif; stomachique; fébrifuge; antalgique (douleurs rhumatismales); reconstituant; action sur le système central, effet sur les fonctions cérébrales, processus d'excitation et relaxation (cortex); augmentation des globules rouges oxygénants et des leucocytes; élimine toxines; action sur le rythme cardiaque et respiratoire; - Adaptogène: améliore les performances physiques et intellectuelles, augmente la résistance de l'organisme de manière aspécifique, immunostimulant - Stimulation de l'activité cérébrale via l'hypophyse - Action sur le GABA, augmentation du taux sanguin de dopamine - Amélioration de la capacité de mémorisation - Anabolisant (parenté des ginsénosides avec certaines hormones stéroïdiennes) - Diminution de la perméabilité capillaire dans les inflammations expérimentales (ginsénoside Ro), inhibition de l'agrégabilité plaquettaire et de la formation de thromboxane - Chez le sportif, augmentation de la capacité d'absorption de l'oxygène, réduction du taux de lactates sanguin, baisse de la fréquence cardiaque - Abaisse le cholestérol et augmente la tolérance au glucose (glycanes), peut permettre chez le sujet âgé la diminution des doses d'antidiabétiques (action lente à se manifester) - Activité psychosomatique importante; <p>USAGE INTERNE: fatigue générale (physique et intellectuelle); convalescence après maladies graves; impuissance; frigidité; affections pulmonaires (pleurésies); inappétence; atonie gastrique; sénescence, tremblements séniles; artériosclérose (vertiges, éblouissements, céphalées, bourdonnements d'oreille); syndromes vasculaires; affections fébriles; affections psychosomatiques;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 100mg de racine en poudre ou 300mg de racine coupée pour une décoction; - acouphène: 10g racines à ½ litre d'eau; faire bouillir 15mn; laisser infuser 10mn; filtrer; 1 tasse le matin, 1 tasse à midi; ou teinture mère: 15-25 gouttes dans un peu d'eau, 3 fois par jour, pendant 4 à 6 semaines; <p>ATTENTION: ne pas consommer en cas de grossesse; peut accroître anxiété et irritabilité; à éviter en cas d'hypertension; ne pas consommer à forte dose conjointement avec des excitants.</p>
PANCRATIUM MARITIMUM L.	Pancrais maritime, Lis Matthiole	<p>PROPRIETES</p> <ul style="list-style-type: none"> - bulbe: purgatif, vomitif
PANDANUS odoratissimus	Arbre impudique	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: lèpre; syphilis; gale; - huile essentielle: stimulant; antiseptique; maux de tête; rhumatismes
PANICUM MILIACEUM L. *subsp. miliaceum	Millet commun	<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - entérite chronique: décoction de 40g de grains; bouillir 5mn; 3 tasses par jour avec du miel; - gastrite: décoction de 40g de grains; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - troubles de la grossesse: les grains combler les carences de la femme enceinte et contribuent à la défense contre les infections; - rhumatisme: décoction de 40g de grains; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - stomatite rebelle: décoction de 100g de grains; bouillir 10mn; en bains de bouche;
PAPAVER ARGEMONE L. *SUBSP. ARGEMONE	Pavot argemone	PROPRIETES: voir PAPAVER rhoeas
PAPAVER DUBIUM L. *subsp. dubium	Pavot douteux	PROPRIETES: voir PAPAVER rhoeas
PAPAVER HYBRIDUM L.	Pavot hybride	PROPRIETES: voir PAPAVER rhoeas
PAPAVER RHOEAS L. *subsp. rhoeas	Coquelicot	<p>PROPRIETES: béchique; expectorant, sédatif de la toux, pectoral; diaphorétique; narcotique léger; antispasmodique; adoucissant, calmant; sudorifique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - pétales: en infusion: adoucissant, sudorifique, calmant, doux; Les pétales sont fragiles et il faut les faire sécher avec soin avant de les utiliser.

		<p>USAGE INTERNE: insomnies (pour personnes délicates, enfants, vieillards); toux spasmodiques (coqueluche, asthme); bronchites, pneumonie, pleurésie; fièvres éruptives; laxatif; calmant;</p> <p>USAGE EXTERNE: angines; inflammation des paupières</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion d'1 pincée de fleurs sèches par tasse d'eau bouillante (10-15g par litre d'eau); infuser 10mn; 3 tasses par jour; - graines comestibles; - coqueluche ou toux spasmodiques: infusion de 10 g de pétales pendant 20 mn; 2-3 tasses par jour; ou sirop - insomnie, insomnie des enfants: infusion de 10g de pétales pendant 20mn; 1 tasse avant le coucher; - stress: décoction d'1 grosse poignée de pétales de coquelicot; mettre dans le réfrigérateur; en cas de stress, ½ verre, plusieurs fois par jour si nécessaire; - toux d'irritation: infusion de 10g de pétales pendant 20mn; 2 tasses par jour avec du miel; - toux spasmodiques: infusion de 10 g de pétales pendant 20 mn; 2-3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès dentaire: 20 g pour 1 litre d'eau; infuser 10 mn; filtrer: en compresses; - conjonctivite: chaque jour: 20 g fleurs pour 1 litre d'eau bouillante; infuser 10 mn, filtrer: compresses tièdes; - inflammations oculaires: 20 g fleurs pour 1 litre d'eau; infuser 10mn; filtrer: en cataplasmes; - yeux, inflammations oculaires: 20 g fleurs pour 1 litre d'eau; infuser 10mn; filtrer: en cataplasmes;
PAPAVER SOMNIFERUM L.	Pavot somnifère	<p>PROPRIETES: analgésique, sédatif de la douleur; soporifique; béchique; antitussif; modérateur des sécrétions intestinales, biliaires, rénales: anti diarrhéique; antispasmodique; hypnotique; eupnéique; calmant après une phase euphorique et excitante des diverses fonctions.</p> <p>- les propriétés sédatives du pavot sont précédées d'une excitation nerveuse, musculaire, des fonctions circulatoires et respiratoires, intellectuelles.</p> <p>USAGE INTERNE: toutes les douleurs (spasmes viscéraux, tumeurs, névralgies); anxiété; insomnies dues à la douleur; hémoptysies; diarrhées, dysenterie; affections pulmonaires</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - calmant: décoction d'1 tête de pavot débarrassée de ses semences, bouillie 2mn dans 1/2 litre d'eau; 1/2 verre; - hypnotique: décoction d'1 tête de pavot débarrassée de ses semences, bouillie 2mn dans 1/2 litre d'eau; 1/2 verre; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction d'1 tête de pavot débarrassée de ses semences, bouillie 2mn dans 1/2 litre d'eau en gargarismes; - fongosite: utiliser le jus de la plante entière fraîche pour des applications. <p>Pommade: mélanger 50g de jus à 150g de graisse de porc; chauffer au bain marie; en applications locales;</p> <p>- CONTRE-INDICATIONS: états infectieux (diminue les réactions de défense et entrave l'élimination des déchets); perméabilité rénale déficiente; maladies aiguës, syndromes congestifs; tuberculose avancée;</p>
PARIETARIA OFFICINALIS L.	Pariétaire officinale	<p>PROPRIETES: plante fraîche: diurétique (présence conjuguée des nitrates et des flavonoïdes); adoucissant; dépuratif; émollient, résolutif</p> <p>USAGE INTERNE: affections des voies urinaires (lithiases, oligurie, néphrite, cystite, coliques néphrétiques); lithiase biliaire; rhumatismes</p> <p>USAGE EXTERNE: hémorroïdes; contusions</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion d'1 poignée (25g) de plante dans 1 litre d'eau; bouillir et infuser 10mn; boire en 2 jours entre les repas (aromatiser au citron);

		<p>- suc: 25 à 100g en plusieurs fois dans la journée;</p> <p>- bronchectasie: infusion de 40 g de plante entière pendant 20 mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- bronchite: infusion de 40 g de plante entière pendant 25 mn; 4 tasses par jour. Faire macérer 35 g de la plante en poudre dans 1 litre de vin rouge pendant 10 jours; 2 verres par jour;</p> <p>- colite chronique: infusion de 40 g de plante entière sans racine pendant 20 mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- entérite chronique: infusion de 40g de partie aérienne entière fraîche pendant 20mn; 4 tasses par jour avec du miel;</p> <p>- gastrite: infusion de 40g de partie aérienne entière pendant 20mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- gravelle: infusion de 40g de partie aérienne de la plante fraîche pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- hydropisie: infusion de 40g de partie aérienne pendant 20mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- lithiase: infusion de 40g de plante entière pendant 20mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- néphrite: infusion de 40g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- oligurie: infusion de 40g de plante entière pendant 20mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- prostate: hypertrophie et congestion: infusion de 40g de plante fraîche pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- toux d'irritation: infusion de 40g de partie aérienne pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>- toux rebelle: 80g par jour de jus de plante aérienne fraîche, avec du miel;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- angine: gargarisme: infusion de 60g de plante entière pendant 18mn;</p> <p>- contusions: cataplasmes émollients;</p> <p>- hémorroïdes: cataplasmes émollients;</p> <p>- utérus, inflammation utérine: infusion de 60g de partie aérienne entière pendant 20mn; en lavages internes;</p>
PARIS QUADRIFOLIA L.	Paris à quatre feuilles	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: émétique, rage, épilepsie, maladies mentales, convulsions des enfants;</p> <p>- racine: toxique; narcotique; goutte; crampes; rhumatismes; spasmes;</p> <p>- graines et feuilles en jus: tumeurs;</p> <p>- plante fraîche: antidote de l'arsenic;</p> <p>- suc des fruits: inflammation des yeux</p>
Parkinsonia aculeata (L.)	Genêt épineux	<p>PROPRIETES:</p> <p>Utilisation populaire: Les macérés ou décoctés aqueux des rameaux feuillés sont utilisés pour arrêter les diarrhées banales et dysentériques.</p> <p>Les infusions des feuilles, des graines, des fleurs et de l'écorce sont administrées en boisson, ou utilisées en bain contre la fièvre intermittente.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- diarrhée: laisser macérer pendant 24 heures dans 1 litre d'eau une tasse de poudre de feuilles séchées et pilées. Boire dans la journée.</p> <p>- dysenterie: laisser macérer pendant 24 heures dans 1 litre d'eau une tasse de poudre de feuilles séchées et pilées. Boire dans la journée.</p> <p>- fièvre: faire une infusion aqueuse de 30 g de feuilles et fleurs fraîches. Boire et utiliser l'infusion tiède en massage;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- fièvre: faire une infusion aqueuse de 30 g de feuilles et fleurs fraîches. Boire et utiliser l'infusion tiède en massage;</p> <p>Toxicologique: La toxicité des dérivés flavonosides est très faible.</p> <p>PHARMACOLOGIE: d'après KERHARO certains hétérosides se sont révélés diurétique et anti-urémique.</p>
PARNASSIA PALUSTRIS L.	Parnassie des marais	<p>PROPRIETES: amer, astringent, diurétique, diarrhées, maladies des yeux. Cette plante n'a pas un large emploi thérapeutique. Seul un petit nombre de personnes, même parmi les populations alpines, y ont recours. Quelques vieillards se souviennent qu'on l'utilisait jadis (de même que le Cerinthe glabra) dans les cas de folie.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- angoisse: décoction de 30g de plante entière; bouillir 6mn; 2-3 tasses par jour loin des repas;</p> <p>- astringent: infusion: verser un litre d'eau bouillante sur une cuillerée à café de</p>

		<p>plantes desséchées et broyées. Laisser reposer 10 minutes et prendre 4 ou 5 tasses par jour (C'est, en pratique, une infusion avec 30 g de plantes sèches par litre d'eau bouillante.);</p> <p>- céphalée due à une hépatite: de 20 g de plante entière; bouillir 5 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- diurétique: infusion: verser un litre d'eau bouillante sur une cuillerée à café de plantes desséchées et broyées. Laisser reposer 10 minutes et prendre 4 ou 5 tasses par jour (C'est, en pratique, une infusion avec 30 g de plantes sèches par litre d'eau bouillante.);</p> <p>- dystonie neuro-végétative: décoction de 30g de plante entière; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- gastro-colite: décoction de 40g de plante entière; bouillir 5mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- hépatomégalie: décoction de 40g de plante entière; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- indigestion: décoction de 40g de plante entière; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- lithiase biliaire: décoction de 40g de plante entière; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- nausées: décoction de 40g de plante entière; bouillir 5mn; maximum de 2 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- lésions cutanées: bouillir 10mn, 100g de plante entière; applications locales;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: de l'été jusqu'au début l'automne.</p> <p>CONSERVATION: faire sécher à l'ombre et conserver en sachets à l'abri de la poussière et de l'humidité.</p>
PARONYCHIA ARGENTEA (POURR.) LAM.	Paronyque argentée	PROPRIETES: fébrifuge; contre panaris
PARONYCHIA KAPELA (HACQUET) KERNER *SUBSP. KAPELA	Paronyque en tête	PROPRIETES: fébrifuge en infusion
PARTHENOCISSUS QUINQUEFOLIA (L.) PLANCHON	Vigne vierge	PROPRIETES: - écorce, rameaux: tonique; astringent; expectorant
PASSIFLORA edulis	Passiflore	<p>PROPRIETES:</p> <p>Il combat l'insomnie et améliore la qualité du sommeil. Agit aussi sur le stress et l'anxiété grâce à ses propriétés relaxantes et calmantes. Ses vertus tranquillisantes et anxiolytiques n'entraînent pas d'accoutumance. La passiflore apaise aussi les rages de dents, les maux de têtes et les douleurs menstruelles.</p> <p>- plante entière: sédatif, sans effet secondaire dépressif; antispasmodique; soulager yeux gonflés ou irrités;</p> <p>- racine: tonique général;</p> <p>- feuilles; sédatif ne créant ni accoutumance ni état dépressif; insomnie; anxiété; limiter le rythme cardiaque; tension trop élevée; spasmes nerveux de l'asthme et de l'épilepsie; irritations intestinales;</p> <p>- feuilles en compresse: apaiser brûlures et irritations de la peau;</p> <p>USAGE INTERNE: insomnies; états nerveux (angoisses, hystérie, palpitations); neurasthénie; excitation cérébrale, épilepsie; trouble de la ménopause;</p> <p>USAGE EXTERNE: infusion d'1 cuillerée à dessert par tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour, entre les repas, dont 1 au coucher; ou 10-15g à ½ litre d'eau bouillante; infuser 10mn, filtrer; 2 tasses par jour</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- acouphène: 10-15 g à ½ litre d'eau bouillante; infuser 10 mn, filtrer; 2 tasses par jour;</p> <p>- aérophagie: à ¼ litre d'eau qui vient de bouillir ajouter 5g ou une bonne cuillère à café; laisser infuser 10mn; répartir en 2 prises, une après chaque repas;</p> <p>- agitation: infusion de 20g de feuilles et fleurs; infuser 20mn; 2-3 tasses par jour loin des repas;</p> <p>- angine de poitrine, sédatif: 15 g de fleurs et feuilles pour ½ litre d'eau bouillante; infuser 10mn; filtrer; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- asthénie psychique: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- dystonie neuro-végétative: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- éréthisme: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- excitation nerveuse: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses</p>

		<p>par jour;</p> <ul style="list-style-type: none"> - hyperexcitabilité: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; - insomnie des alcooliques, insomnie des convalescents, insomnie nerveuse: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 1 tasse avant le coucher; - mélancolie: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - ménopause avec dystonie neuropsychique: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - névralgie: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - névrose d'angoisse: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - palpitations: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - sédatif: infusion de 20-30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - surmenage intellectuel: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel d'acacia; - vertige d'origine nerveuse: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - vomissement nerveux: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;
PASTINACA SATIVA L. *SUBSP. SATIVA	Panais cultivé	<p>PROPRIETES: diurétique; détoxiquant; antirhumatismal; emménagogue</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dans les potages; - sédatif: infusion de 50g de partie aérienne pendant 25mn; 3 tasses par jour;
PEDICULARIS PALUSTRIS L. *subsp. palustris	Pédiculaire des marais	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: astringent, diurétique, insecticide
PEDICULARIS SYLVATICA L.	Pédiculaire des bois	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: astringent, diurétique, insecticide
PELARGONIUM capitatum	Geranium rosat	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: tonique; antifongique; antidépressive; antiseptique; eczéma; troubles hormonaux; - feuilles dans masques faciaux: équilibre la séborrhée
PELARGONIUM graveolens	Geranium rosat	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - essence: tonique; astringent; antiseptique
PELARGONIUM odorantissimum	Geranium	<p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - gingivorragie: infusion de 80g de la partie aérienne de la plante entière pendant 25mn; en bains de bouche; - hémorroïdes saignantes: infusion de 80g de plante aérienne pendant 20mn; en lavements;
PELARGONIUM radula	Géranium	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - essence: tonique; astringent; antiseptique
PENTAGLOTTIS sempervirens (L.) Tausch ex L.H. Bailey	Buglosse toujours verte	<p>PROPRIETES: émollient, expectorant</p>
PERILLA frutescens	Pérille,	<p>graine dans la prévention des allergies. Quelques principes actifs polyphénoliques ont été identifiés : la lutéoline, l'acide rosmarinique, le chrysoériol et l'apigénine, fonctionnant en synergie avec les flavonoïdes de la plante.</p> <p>On peut décrire l'activité du perilla, contrôlée in vitro et vivo, par les points suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> inhibition de la 5-lipoxygénase responsable de la réponse inflammatoire à partir de l'acide arachidonique, un acide gras de la filière W6 extrait des membranes cellulaires. L'activité anti-inflammatoire s'observe également dans l'hypersensibilité de type 4 comme dans l'eczéma de contact. inhibition de la libération d'histamine, le principal médiateur responsable des désagréments observés dans l'allergie typique, l'hypersensibilité de type 1. normalisation de la production des IgE (souvent excessive chez l'allergique) par les lymphocytes B, qui va de paire avec une stimulation des lymphocytes T supresseurs. <p>Ainsi, les graines de perilla, utilisées empiriquement il y a 2,000 ans dans la Médecine Traditionnelle Chinoise, toujours présentes dans l'art culinaire asiatique d'aujourd'hui, nous offrent une parade naturelle, confirmée, aujourd'hui par l'immunologie moderne.</p> <p>En Europe, ce sont surtout les graines qui ont intéressé les scientifiques. Des études ont montré que les graines de périlla avait une composition riche en acides gras</p>

		<p>indispensables (ou essentiels) que sont l'acide alpha-linoléique et l'acide alpha-linolénique. Avec un taux particulièrement élevé en acide alpha-linolénique (< 60 %)</p> <p>Tout au long de notre vie, notre alimentation doit impérativement et régulièrement nous apporter ces deux acides gras. Ceux-ci conduisent, après leur absorption, à la synthèse spécifique d'acides gras poly-insaturés à plus longue chaîne que l'on retrouve dans toutes les membranes biologiques, l'acide arachidonique et l'acide docosahexaénoïque ou DHA. Les membranes du cerveau et de la rétine se distinguent par leur exceptionnelle richesse en DHA, dont il a été démontré qu'elle contrôlait les fonctions cognitives et visuelles.</p> <p>En Chine, les feuilles de périlla sont employées dans le traitement des infections respiratoires causées par un refroidissement et contre les troubles digestifs (nausées, vomissements). Les graines, récoltées à maturité et séchées au soleil puis grillées, sont employées pour combattre les toux grasses où elles favorisent l'élimination des glaires ainsi que dans le traitement de l'asthme.</p>
PERSEA americana	Avocat	<p>PROPRIETES: aliment presque complet, très digestible, équilibrant nerveux; anticobacillaire (augmente l'acidité urique);</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: diurétique; en infusion: allègent le foie; réduisent l'hypertension; - écorce et feuilles: affections de l'estomac; affections de la poitrine; agissent sur la menstruation; - graines: dysenterie; <p>USAGE INTERNE: croissance, convalescence, grossesse; surmenage, nervosisme; colibacillose; affections gastriques, intestinales, hépato biliaires</p>
PETASITES albus (L.) Gaertn.	Pétasite blanc	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: expectorantes
PETASITES hybridus (L.) Gaertner B. Meyer et Scherb. *subsp. hybridus	Pétasite officinal	<p>PROPRIETES: antispasmodique; diurétique; diaphorétique; emménagogue; éruptions cutanées;</p> <ul style="list-style-type: none"> - rhizome: amer; aromatique; vermifuge; cardiotonique; diurétique; expectorant; toux; - tige souterraine: teigne; peste; - feuilles et fleurs: astringent; saignements; varices; - feuilles fraîches: sudorifique, expectorant, astringent; - infusion: scarlatine, fièvres pernicieuses; <p>USAGE EXTERNE: vulnéraire;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction: Faire bouillir pendant quelques minutes deux cuillerées à café de rhizomes desséchés et finement concassé dans une tasse d'eau. Laisser refroidir, couler et prendre 2 ou 3 tasses par jour entre les repas. Edulcorer avec du miel. Le rhizome peut être remplacé par des feuilles, en même quantité. - teinture: Laisser macérer pendant 10 jours, dans 80 g d'alcool à 700, 20 g de fleurs (ou de feuilles, ou de rhizomes). Prendre 2 ou 3 cuillerées par jour diluées dans du lait ou dans une autre boisson chaude. Edulcorer avec du miel et consommer entre les repas. - infusion: Verser une tasse d'eau bouillante sur une cuillerée à café de fleurs desséchées et concassées; laisser reposer, couvert, pendant 10 minutes. Couler, édulcorer avec du miel et prendre 3 ou 4 tasses par jour pour calmer la toux. - asthme: infusion de 20 g de fleurs pendant 20mn; sucrer avec du miel; 2-3 tasses par jour loin des repas; - dysménorrhée: décoction de 40g de rhizome; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - hypo ménorrhée: décoction de 40g de rhizome et feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - hypotonie digestive: décoction de 40g de rhizome et de feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - lymphangite: infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - trachéite: infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion: La préparation obtenue en laissant reposer pendant une demi-heure une cuillerée de feuilles desséchées dans une tasse d'eau bouillante sert à rincer la bouche, faire des gargarismes, des injections, désinfecter ou laver certaines dermatoses.

		<p>- abcès: feuilles fraîches concassées, entre deux toiles;</p> <p>- stomatite: décoction de 50g de rhizome et feuilles; bouillir 10mn; en bains de bouche;</p> <p>- ulcères: feuilles fraîches concassées, appliquées entre deux toiles, sur les ulcères, pour en favoriser la cicatrisation;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: extraire le rhizome au début du printemps; cueillir les fleurs un peu avant la complète floraison et les feuilles, en été.</p> <p>CONSERVATION: faire sécher les différentes parties à l'ombre, dans un lieu aéré. Conserver les feuilles et les fleurs surtout, en récipients fermés, à l'abri de la lumière, de l'humidité et de la poussière.</p>
PETRORHAGIA prolifera (L.) Link. P. W. Ball et Heywood	Oeillet prolifère	PROPRIETES: névralgies;
PETROSELINUM crispum (Miller) Fuss	Persil frisé	<p>PROPRIETES:</p> <p>- racines, feuilles, fruits en petite quantité: diurétique; emménagogue; dépuratif; stomachique; carminatif; stimulant</p> <p>USAGE EXTERNE: cataplasmes de feuilles: anti-galactogène; cicatrisant</p>
PETROSELINUM sativum Hoffm.	Persil	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: stimulant général et nerveux; antianémique, antirachitique, antiscorbutique, antixérophtalmique; apéritif; stomachique; détoxiquant; dépuratif: antiseptique du sang, du tube digestif, des voies urinaires; vaso-dilatateur ou vasodilatateur; hydropisie; jaunisse; toux; asthme; diurétique: eau, urée, acide urique, chlorures; régulateur des règles; régénérateur capillaire; stimulant des fibres musculaires lisses: intestinales, urinaires, biliaires, utérines; vermifuge; anti-laiteux; résolutif;</p> <p>- feuilles en infusion: tonique pour les cheveux, la peau et les yeux;</p> <p>- feuilles, racines et graines: diurétique; aromatique; bon pour la peau; limiter la libération d'histamine; rhumatismes; digestif; tonifier les muscles utérins après un accouchement;</p> <p>- feuilles en cataplasme: atténuer foulures et coupures, résolutif;</p> <p>- racines: laxatif doux, apéritif;</p> <p>USAGE INTERNE: anémie, croissance, troubles de la nutrition; asthénie; manque d'appétit; dyspepsies, flatulences, putréfaction intestinale; vices du sang, pléthore, cellulite; fièvres intermittentes, infections; hépatisme; nervosisme; rhumatismes, goutte, règles douloureuses; atonie de la vésicule biliaire; parasites intestinaux; diurétique; stomachique; carminatif; emménagogue; aphrodisiaque; expectorant;</p> <p>USAGE EXTERNE: engorgement laiteux; pertes blanches; contusions; plaies, piqûres d'insectes; ophtalmies; névralgies; taches de rousseur;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion d'1 cuillerée à café de graines ou de feuilles par tasse d'eau;</p> <p>- plante fraîche ou séchée en additif alimentaire; 2g de poudre de feuilles par jour;</p> <p>- accélérateur circulation du sang: infusion de 20 g de graines pendant 15 mn; 4 tasses par jour; en additif alimentaire; 2g de poudre de feuilles par jour;</p> <p>- aménorrhée: décoction de 30g de racine; bouillir 12mn; 2-3 tasses par jour; ou plante fraîche; ou séchée en additif alimentaire; 2g de poudre de feuilles par jour;</p> <p>- cellulite: persil cru;</p> <p>- circulation du sang, accélérateur circulation du sang: infusion de 20 g de graines pendant 15 mn; 4 tasses par jour; en additif alimentaire; 2g de poudre de feuilles par jour;</p> <p>- engorgement du foie: infusion de 10g de grains pendant 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- engorgement de la rate: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; par cuillerées;</p> <p>- foie, engorgement du foie: infusion de 10g de grains pendant 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- gastralgie: infusion de 40g de graines pendant 15mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- haleine, mauvaise haleine: persil cru;</p> <p>- hydropisie, hydropisie abdominale ou ascite, hydropisie hépatique: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- insuffisance cardiaque: dans 1 litre de vin de Bourgogne -Côte de Beaune ou Côte des Nuits-, 10 tiges de persil frais avec leurs feuilles et leurs fruits; amener lentement à ébullition et laisser bouillir 10mn -la mousse est normale-; ajouter 300g de miel et laisser bouillir encore 4-5mn; passer puis verser dans des bouteilles de verre rincées avec de l'alcool fort; mettre un bouchon étanche; en cas de problèmes cardiaques, 1 cuillerée à soupe tous les matins ou 1-2 verres au cours du</p>

		<p>repas;</p> <ul style="list-style-type: none"> - ivresse: respirer le jus de persil ou le persil frais bien haché; - lithiase rénale: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour ou par cuillerées; - lithiase urinaire: décoction: 50g de semences ou racines ou feuilles pour 1l d'eau, bouillir 5mn, infuser 15, 2 tasses par jour avant repas; - mauvaise haleine: persil cru; - oligurie: décoction: 50g de semences ou racines ou feuilles pour 1l d'eau, bouillir 5mn, infuser 15, 2 tasses par jour avant repas; - paludisme: décoction: 50g de semences ou racines ou feuilles pour 1l d'eau, bouillir 5mn, infuser 15, 2 tasses par jour avant repas; - rate, engorgement de la rate: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; par cuillerées; - règles douloureuses: infusion de 20-25 feuilles fraîches de persil dans ½ litre d'eau bouillante; infuser 5-10mn; boire tout au long de la journée au moment des douleurs; - règles, troubles: décoction: 50g de semences ou racines ou feuilles pour 1l d'eau, bouillir 5mn, infuser 15, 2 tasses par jour avant repas; - rhumatisme: décoction: 50g de semences ou racines ou feuilles pour 1l d'eau, bouillir 5mn, infuser 15, 2 tasses par jour avant repas; - rougeole: décoction de 250g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - sang, accélérateur circulation du sang: infusion de 20 g de graines pendant 15 mn; 4 tasses par jour; en additif alimentaire; 2g de poudre de feuilles par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - blessure: feuilles froissées en pansement antiseptique et cicatrisant; - cheveux, chute des cheveux: réduire en poudre de la graine de persil et saupoudrer abondamment le cuir chevelu en le frictionnant; dormir ainsi; se laver les cheveux le lendemain matin avec un shampoing doux et renouveler le soir une nouvelle friction; ainsi durant 15 jours; - dent, névralgies dentaires: appliquer sur la dent un coton imbibé de suc de persil sur la gencive; - haleine fétide: mâcher ¼ d'heure une branche de persil frais; recracher puis manger une pomme; - hématome: mélange de persil et de beurre, l'appliquer en cataplasme; ou alors faire cuire dans du vin des feuilles de persil frais puis les appliquer en cataplasmes; à renouveler plusieurs fois par jour; - hypergalactie: appliquer les feuilles hachées sur le sein; - insecte, piqûre d'insecte: feuilles froissées en pansement antiseptique et cicatrisant; - larmolement: presser les feuilles et les tiges hachées, et, avec le jus avec un tampon, baigner les yeux - névralgies dentaires: appliquer sur la dent un coton imbibé de suc de persil sur la gencive; - ophtalmie: instillation de quelques gouttes de jus de persil frais, 2-3 fois par jour; - piqûres de moustique: localement écraser des feuilles; - piqûre d'insecte: feuilles froissées en pansement antiseptique et cicatrisant; - plaie: feuilles froissées en pansement antiseptique et cicatrisant; - plaie rebelle: décoction de 100g de feuilles; bouillir 10mn; en applications locales; - saignement de nez: décoction de 60g de racine; bouillir 10mn; en bains et applications locales; - taches de rousseur: tremper 50g de persil dans un verre d'eau pendant 2 heures; utiliser ensuite en lavage du visage; ou décoction d'un gros bouquet de persil qui aura bouilli 15mn dans ½ litre d'eau; laver avec cette décoction tiède; - yeux, ophtalmie: instillation de quelques gouttes de jus de persil frais, 2-3 fois par jour;
PEUCEDANUM GALLICUM LATOURRETTE	Peucedan de France	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - tige souterraine et racine: diurétique, stomachique, antiscorbutique
PEUCEDANUM OFFICINALE L. *subsp officinale	Peucedan officinal	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - tige souterraine et racine: diurétique, digestif, antiscorbutique, gale
PHASEOLUS VULGARIS L.	Haricot	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - gousse: reconstituant, stimulant nerveux; diurétique; dépuratif; anti-infectieux; réduire l'hypertension; réguler le métabolisme du sucre dans le sang; tonique hépatique et du pancréas; propriétés tonocardiaques des "fils"; - grain, cosse: nutritif; énergétique; reconstituant; réparateur du système nerveux; - cosse: certaines albuminuries; diabète; insuffisance hépatique; <p>USAGE INTERNE: gousse: convalescences, croissance, surmenage; lithiase</p>

		<p>rénale; oliguries; albuminurie; rhumatisme, goutte; diabète; carences</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - jus des gousses vertes: 1/2 verre par jour; - 1 poignée ou 2 de cosses fraîches pour 1 l d'eau, bouillir 2mn, laisser macérer toute la nuit; à volonté; - ou 1 poignée de cosses sèches à laisser tremper 6 heures avant de faire la décoction; <ul style="list-style-type: none"> - albuminurie: 1 poignée (50g) de cosses de haricots séchées, faire bouillir 5mn dans 1 litre d'eau; infuser 20mn; 1 ou 2 bols par jour; ou poignée ou 2 de cosses fraîches pour 1 l d'eau, bouillir 2mn, laisser macérer toute la nuit; à volonté; ou 1 poignée de cosses sèches à laisser tremper 6 heures avant de faire la décoction; - asthénie des diabétiques: décoction de 60 g de gousse; bouillir 12mn; 2-3 tasses par jour; - hydropéricarde: décoction de 60g de cosse; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hydropisie rénale: décoction de 60g de cosse; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hyperglycémie: décoction de 60g de cosses; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - minéralisant: consommer les haricots verts en salade; - néphrite gravidique: décoction de 50g de cosse égrenée; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - rhumatisme articulaire subaigu: décoction de 60g de cosses; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - érysipèle: jus de la cosse à utiliser pour applications locales; - ulcère: pansement plongé dans l'eau de cuisson comme un bon cataplasme;
PHILADELPHUS CORONARIUS L.	Seringa odorant	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs: tonique
PHILLYREA ANGUSTIFOLIA L.	Phillyrée à feuilles étroites	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: diurétique, fièvres intermittentes; - fleurs: cataplasmes: maux de tête
PHILLYREA LATIFOLIA L.	Phillyrée à larges feuilles	<p>PROPRIETES: voir PHILLYREA angustifolia</p>
PHILLYREA media L.	Phillyrée intermédiaire	<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aménorrhée: absence de règles, en dehors de l'état de grossesse et chez une femme en âge d'être réglée: décoction de 50g de feuilles; bouillir 8mn; 2-3 tasses par jour;
PHLOMIS HERBA-VENTI L. *subsp. herba-venti	Phlomis herbe au vent	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: stimulant
PHLOMIS LYCHNITIS L.	Herbe aux mèches	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles et fleurs: stimulant; - décoction des feuilles: calmer les nerfs
PHOENIX dactylifera	Dattier, Palmier dattier	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruit: datte: très nutritif et énergétique; tonique musculaire et nerveux; reminéralisant; prévention du vieillissement; dans sirops contre catarrhe; légèrement laxatif; <p>USAGE INTERNE: croissance, convalescence, grossesse; asthénie physique et intellectuelle; entraînement sportif; déminéralisation; tuberculose; anémies; sénescence;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruit tel quel; - poudre de noyau en cachets à 0,50g: 8 à 10 par jour; <ul style="list-style-type: none"> - expectorant: décoction de 50g de dattes fraîches ou séchées dans 1 litre d'eau; laisser refroidir et boire par petites tasses; - fragilité infantile: dattes à consommer en grande quantité; - grossesse, troubles de la grossesse: consommer en grande quantité les fruits mûrs; - reconstituant: consommer les fruits en grande quantité, y compris en cas de grossesse; - rhume de poitrine: décoction de 60g de fruits: dattes; bouillir 25mn; 5 tasses par jour; - sédatif: consommer les dattes en grande quantité; - troubles de la grossesse: consommer en grande quantité les fruits mûrs; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p>

		- angine: faire bouillir 5-6 fruits pendant 10mn dans 300g d'eau en gargarisme
PHRAGMITES australis (Cav.) Steudel *subsp. australis	Roseau commun	PROPRIETES: parties souterraines: diurétique, anti-laiteux; POSOLOGIE INTERNE: - oxalurie: décoction de 40g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
PHYLLOSTACHYS NIGRA (LODD.) MUNRO	Phyllostachys noir	PROPRIETES: - racines: fébrifuge; diurétique; anxiété; agitation infantile; - rhizome associé à d'autres plantes: affections rénales; - sève chaude des tiges: faire tomber la fièvre
PHYSALIS ALKEKENGI L. *var. alkekengi,	Alkékenge, Coqueret	PROPRIETES: - fruits: diurétique uricolytique (qui élimine l'acide urique); laxatif; diaphorétique; fébrifuge, évacuation de la bile; rafraîchissant; - décoction fruits: coliques néphrétiques, rhumatismes; - racine: apéritif (dangereux). USAGE INTERNE: goutte, rhumatismes goutteux; coliques néphrétiques, lithiases urinaire, urique et oxalique; oliguries; hydropisie; ictère; hépatisme POSOLOGIE INTERNE: - décoction: 20 à 60g de baies desséchées dans 1 litre d'eau, bouillir 5mn, infuser 10mn; boire par tasses en 24 heures; même emploi des feuilles et des tiges; - baies fraîches ou en confiture: 10 à 20g; - vin d'alkékenge diurétique: 30g de tiges entières avec feuilles et fruits dans 1 litre de vin blanc; laisser macérer 8 jours; passe; 1 verre par jour; - poudre de baies dans l'alimentation comme apport de vitamines; - colique néphrétique: infusion de 40 g de fruits; bouillir 5 mn, laisser reposer 15 mn; 3 tasses par jour; puis évacuation des sédiments dans coliques néphrétiques: 15g de baies pour ½ litre d'eau; bouillir 15mn; infuser 10mn; filtrer; le tout réparti dans la journée; - dénutrition: infusion de 40g de fruits pendant 10mn; 3 petites tasses par jour; - gravelle oxalique, gravelle urique: décoction de 60g de fruits; bouillir 2mn, laisser reposer 15mn; 3 tasses par jour; - hydropéricarde: infusion de 40g de fruits; bouillir 5mn, laisser reposer 10mn; 3 tasses par jour. Faire macérer dans 1 litre de vin blanc sec, 40g de rameaux et de fruits, puis filtrer; 80-100g par jour en 2 fois; - hydropisie abdominale ou ascite: décoction de 60g de fruits; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - inflammation: infusion de 60g de fruits, laisser bouillir 10mn et reposer 10mn; 3 tasses par jour; - lithiase: infusion de 50g de fruits; bouillir 5mn et laisser reposer 15mn; 3 tasses par jour; - néphralgie: infusion de 60g de fruits; bouillir 2mn, laisser reposer 10mn; 2-3 tasses par jour; - néphrite: infusion de 30g de fruits; bouillir 2mn et laisser reposer 10mn; 3 tasses par jour; - oligurie: infusion de 50g de fruits; bouillir 5mn et reposer 10mn; 3 tasses par jour. Faire macérer pendant 8 jours dans 1 litre de vin blanc sec 40g de rameaux et de fruits; 2 verres par jour; - oxalurie: décoction de 60g de fruits; bouillir 2mn et reposer 10mn; 2-3 tasses par jour; ATTENTION: Les fruits immatures sont toxiques;
PHYTEUMA ORBICULARE L. *SUBSP. ORBICULARE	Raiponce orbiculaire	PROPRIETES: astringent, vulnérable, détersif
PHYTEUMA SPICATUM L. *subsp. SPICATUM	Raiponce en épi	PROPRIETES: astringent, vulnérable, détersif
PHYTOLACCA AMERICANA L.	Phytolaque américaine	PROPRIETES: - racines, feuilles et fruits: purgatif; provoquent une dépression générale, des difficultés respiratoires - Les fruits désinfectent les eaux infestées par les Schistosomes - En cataplasmes: maladies de peau, ulcères, plaies - En usage interne: vomitif - A faible dose: antiviral, immunostimulant - Antiparasitaire POSOLOGIE INTERNE:

		<p>- hyperthyroïdisme: décoction de 10g de racine; bouillir 10mn; 1-2 tasses par jour. Intoxication en cas de dépassement de dose;</p> <p>ATTENTION: !!! Plante toxique à n'utiliser qu'en dilutions (ne pas utiliser pendant la grossesse);</p>
PICEA EXCELSA (LAM.) LK.	Epicéa commun	<p>PROPRIETES: tonique; expectorant;</p> <p>- feuilles: expectorantes, diaphorétiques; sédatives dans l'eau du bain L'épicéa donne un goudron qui agit sur certaines dermatoses, et qui est diurétique et tonique. Cette résine (poix de Bourgogne) modifie l'activité des muqueuses intestinales et urinaires. Elle est un rhumatologue précieux. Elle apaise les douleurs qui affectent le nerf sciatique. En bains de vapeurs résineux, l'épicéa agit efficacement sur les rhumatismes musculaires et articulaires.</p>
PICRIS ECHIOIDES L.	Picris vipérine	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: vermifuge;</p> <p>- racine douce et mucilagineuse: résolutif;</p> <p>- feuilles: amères</p>
PILIOSTIGMA Reticulatum (D.C.) HOSCHT	Piliostigma	<p>PROPRIETES:</p> <p>Piliostigma reticulatum est considéré comme un grand médicament de la pharmacopée sénégalaise. Les guérisseurs utilisent les feuilles contre les rhumes, les ophtalmies, la toux, les bronchites, les céphalées, les névralgies dentaires et les oreillons (ces trois dernières affections sont désignées en langue wolof sous le nom de "borom bop").</p> <p>Les écorces sont prescrites contre la diarrhée, la dysenterie, les maux de dents, les rhumatismes et les ulcères sous forme de décocté aqueux. En usage externe, l'emploi de feuilles et d'écorces est général comme hémostatique, antiseptique, cicatrisant sur les plaies, blessures, chancres syphilitiques, coupures et lépromes. Pour cela, on l'associe à l'écorce de Tamarindus indica (Tamarinier) et à des gousses d'Acacia nilotica (Nebneb).</p> <p>Les jeunes bourgeons et les toutes jeunes feuilles seraient apéritifs. En effet, leur macéré est fréquemment recommandé par les guérisseurs diola et toucouleur contre le rachitisme, le kwashiorkor et l'anorexie des bébés. En association avec d'autres plantes, elle est utilisée pour les affections générales.</p> <p>Au Burkina Faso, le Père DE LA PRADILLA prescrit en lavements la tige feuillée du Piliostigma reticulatum en association avec le Cissus gracilis, le Tapinanthus bangwensis et le Guiera senegalensis pour traiter les accès palustres.</p> <p>Comme anti-diarrhéiques, les écorces, les tiges et racines de Piliostigma reticulatum sont utilisés.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- dent, maux de dents: décocter 30 g de feuilles dans un litre d'eau, utiliser en gargarisme plusieurs fois par jour.</p> <p>- maux de dents: décocter 30 g de feuilles dans un litre d'eau, utiliser en gargarisme plusieurs fois par jour.</p> <p>- rhumatisme: Plonger les pieds endoloris dans la préparation</p> <p>Toxicologie: Une étude faite à Dakar a prouvé que le piliostigma reticulatum n'est toxique qu'à forte dose et par voie intrapéritonéale.</p> <p>PHARMACOLOGIE: les activités antibiotique et antipaludique des extraits étudiées par Karel et Spencer n'ont pas donné de résultats probants. Par contre, les propriétés anti-inflammatoire, antiseptique et rafraîchissante ont été démontrées. L'activité antitussive de l'extrait lyophilisé des feuilles testée sur des cobayes s'est révélée positive.</p> <p>Clinique: Un sirop antitussif élaboré à partir de feuilles sèches testé sur 23 tuberculeux a montré une nette amélioration de la toux chez 78 %.</p>
PILOCARPUS jaborandi	Pilocarpe	<p>PROPRIETES: sudorifique; facilite la salivation; purgatif; émétique; parasympathicomimétique (s'oppose à l'action exagérée du sympathique)</p> <p>USAGE INTERNE: grippe; bronchite aiguë, pleurésie; néphrite chronique; névralgies rhumatismales et goutteuses</p> <p>USAGE EXTERNE: alopecie</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion de 2 cuillerées à café de feuilles coupées par litre d'eau; 2 tasses par jour entre les repas</p>
PIMPINELLA ANISUM L.	Anis	<p>PROPRIETES: stimulant (puis sédatif); stomachique; carminatif; antispasmodique;</p>

		<p>diurétique; expectorant; quintes de toux d'irritation ou bronchiques; galactagogue; digestif; graines ajoutées à la cuisson ou en infusion: digestif; nausées; flatulences; coliques;</p> <p>Hoeffler le conseille à titre d'excitant pour provoquer les règles.</p> <p>Bossu l'ordonne pour calmer les coliques des nourrissons; en prenant, une infusion de graines, le lait de la nourrice a une odeur spéciale.</p> <p>Cazin dit que la semence d'anis employée sous forme de cataplasme fait disparaître les engorgements laiteux.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aérogastrie: infusion de 50g de fruits; infuser 50mn; 3 tasses par jour - asthme catarrhal: infusion de 50 g de fruits pendant 60mn; sucrer avec du miel; 2-3 tasses par jour loin des repas - bradypepsie: décoction de 50 g de fruits; bouillir 5 mn; 2 tasses par jour; - colique intestinale: infusion de 60 g de graines pour ½ litre d'eau pendant 15 mn; 3 tasses par jour; - coliques venteuses: les semences d'anis (10 à 15 gr.) bouillies dans un litre d'eau, dix minutes, ou en liqueur; - cystite purulente: infusion de 60 g de fruits pendant 60 mn; 3 tasses par jour; - estomac, fortifiant: les semences d'anis (10 à 15 gr.) bouillies dans un litre d'eau, dix minutes, ou en liqueur; - fortifiant estomac: les semences d'anis (10 à 15 gr.) bouillies dans un litre d'eau, dix minutes, ou en liqueur; - insomnie: infusion de 13g de grains dans 50g d'alcool à 70°, pendant 10 jours; filtrer et conserver dans 1 bouteille; 10 gouttes aussitôt la fin du repas du soir; - lait, augmentation du lait chez les nourrices: les semences d'anis (10 à 15 gr.) bouillies dans un litre d'eau, dix minutes, ou en liqueur; - météorisme douloureux: infusion de 60g de fruits pendant 60mn; 3 tasses par jour; - rubéole: moudre quelques graines, laisser reposer 30minutes dans de l'eau bouillante, puis prendre par cuillerées; - sédatif: infusion de 60g de fruits pendant 60mn; 2-3 tasses par jour; - spasme gastro-intestinal: infusion de 50g de fruits pendant 60mn; 3 tasses par jour; - stimulant: infusion 1 cuillerée à café de semences par tasse; - vertige d'origine gastrique: infusion de 60g de fruits pendant 60mn; 3 tasses par jour; <p>Risques</p> <ul style="list-style-type: none"> - Contre indiqué aux allergiques à l'anis ou à l'anéthol; - Effet secondaire: occasionnellement, réaction allergiques de la peau, des voies respiratoires et du tractus gastro-intestinal; - A de forte dose et prolongées, est un stupéfiant, ralentit la circulation, entraîne une parésie musculaire, une congestion cérébrale et des troubles d'absinthisme chronique; <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - galactogène chez la vache (80 à 100g de fruits/jour), la chèvre (20 à 30g de fruits/jour) - macération dans le vin blanc contre la météorisation <p>Médecine vétérinaire ancienne: macération alcoolique pour les indigestions</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: stomachique et tonique</p>
PIMPINELLA MAJOR (L.) HUDS. *subsp. MAJOR	Grande pimprenelle	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - racines: antispasmodique; diurétique; diaphorétique; carminatif; stomachique; astringent; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - bradypepsie: infusion de 50 g de racine pendant 40 mn; 3 tasses par jour; - gastrosuccorrhée: infusion de 60g de racine pendant 30mn; 3 tasses par jour; - laryngo-trachéite: infusion de 60g de racine pendant 30mn; 3 tasses par jour avec du miel; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - stomatite: décoction de 80g de racine; bouillir 10mn; en bains de bouche;
PIMPINELLA SAXIFRAGA L. *SUBSP. SAXIFRAGA THLNG. *VAR. SAXIFRAGA	Pimprenelle saxifrage	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - racines: antispasmodique; diurétique; diaphorétique; carminatif; stomachique; astringent;

		<ul style="list-style-type: none"> - fruits: galactagogue; - plante: apéritif, stomachique, vulnérable, tonique, sudorifique, anti ophtalmique <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - hydronéphrose: décoction de 60g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hypersécrétion prostatique: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hypochole: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - lithiase rénale: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - néphrorragie: décoction de 50g de plante entière; bouillir 10mn; par cuillerées toutes les heures;
PINARDIA coronaria (L.) Less.	Chrysanthème à couronne	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: émollient. - fleurs: contre ictère
PINGUICULA LUSITANICA L.	Grassette du Portugal	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs: purgatif, insecticide
PINGUICULA VULGARIS L.	Grassette commune	<p>PROPRIETES: propriétés à rapprocher de celles du droséra: équilibrant des fonctions neurovégétatives, calmant; antipyrétique; vulnérable; vomitif; purgatif;</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: expectorant; <p>USAGE INTERNE: sympathicotonie, nervosisme; toux (coqueluche); coqueluche ou toux spasmodiques; emphysème pulmonaire; glossalgie; pharyngite; rhino-pharyngite; rhume des foins; spasme;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - coqueluche ou toux spasmodiques: infusion de 20 g de feuilles pendant 30 mn; 2-3 tasses par jour avec du miel; - emphysème pulmonaire: infusion de 20g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; - glossalgie: infusion de 15g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour; - pharyngite: infusion de 20g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour. Aussi en gargarismes; - rhino-pharyngite: infusion de 20g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel; - rhume des foins: infusion de 20g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour avec du jus d'agrumes et du miel. Aussi en instillations nasales avec du jus de citron; - spasme: infusion de 20g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; - toux spasmodiques: infusion de 20 g de feuilles pendant 30 mn; 2-3 tasses par jour avec du miel; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aphonie: infusion de 10-20g de feuilles pendant 25mn en gargarismes; - pharyngite: infusion de 20g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour. Aussi en gargarismes; - rhume des foins: infusion de 20g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour avec du jus d'agrumes et du miel. Aussi en instillations nasales avec du jus de citron;
PINUS MONTANA MILL. *RACE MONTANA	Pin de montagne	<p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rhume: infusion de 200g de feuilles pendant 30mn; instillations nasales avec du jus de citron;
PINUS mughus Scop.	Pin mugho	<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - grippe: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas;
PINUS PINASTER SOLAND.	Pin des Landes	<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - affections respiratoires, laryngo-trachéite: infusion de 50g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; ou mettre 1 bonne poignée de bourgeons récoltés au printemps dans 1 litre d'eau; macérer 1 heure; puis porter à ébullition et laisser bouillir 2 mn; retirer du feu et laisser reposer 10 mn puis filtrer; 3-4 tasses par jour;
PINUS PINEA L.	Pin pignon	<p>PROPRIETES: très nutritif;</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: expectorant; antiseptique; <p>USAGE INTERNE: autrefois: contre paralysies; impuissance; tuberculose; affections pulmonaires</p>
PINUS SYLVESTRIS L.	Pin sylvestre	<p>PROPRIETES: Il est utilisé contre les rhumatismes, la toux, la pneumonie. Les bourgeons de pin traitent les voies respiratoires.</p> <ul style="list-style-type: none"> - huile de pin (distillation des aiguilles, rameaux, et cônes): expectorant en inhalation contre bronchite et rhume; - huile extraite du bois: calme les douleurs;

		<p>- goudron extrait des racines: stimulant de la pousse des cheveux;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- affections respiratoires: mettre 1 bonne poignée de bourgeons récoltés au printemps dans 1 litre d'eau; macérer 1 heure; puis porter à ébullition et laisser bouillir 2 mn; retirer du feu et laisser reposer 10 mn puis filtrer; 3-4 tasses par jour;</p> <p>- goutte: infusion de 30g de bourgeons pendant 20mn; 3 tasses par jour. Contre-indication en cas de lésions rénales;</p> <p>- respiration, affections respiratoires: mettre 1 bonne poignée de bourgeons récoltés au printemps dans 1 litre d'eau; macérer 1 heure; puis porter à ébullition et laisser bouillir 2 mn; retirer du feu et laisser reposer 10 mn puis filtrer; 3-4 tasses par jour;</p> <p>- rhumatisme arthritique: infusion de 30g de bourgeons et feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- leucorrhée: bouillir 6-7mn, 60g de feuilles; en injections vaginales;</p> <p>- rhinite, désinfection: 40-50g de bourgeons dans 1 litre d'eau; macérer à froid durant 1 heure; chauffer jusqu'à ébullition et faire bouillir 2mn; infuser 10mn; faire une inhalation de 10mn;</p>
PIPER longum L.	Poivrier long	<p>PROPRIETES:</p> <p>- fruit: piquant; stimule la chaleur; décongestionnant; expectorant; analgésique; chauffant; stimule la circulation; asthme; bronchite; maux de gorge; troubles digestifs; troubles biliaires; stimuler la formation de salive et des sucs gastriques; digestif; diurétique; flatulence; coliques; rhumatismes; maux de tête; diarrhée;</p> <p>- huile essentielle en huile de massage: stimulant; tonique;</p> <p>USAGE EXTERNE: arthrite, douleurs musculaires: action chauffante de l'huile;</p> <p>USAGE INTERNE: eupeptique; rhumes; fièvre; maux de dents; diarrhées; constipation.</p> <p>POLOGIE INTERNE:</p> <p>- gorge, maux de gorge: 1,5 tasse d'eau bouillante avec 1/2 cuillère à café de poivre long et 1/2 cuillère à café de sel gemme; couvrir et laisser reposer 15 minutes; sans les résidus, boire chaud;</p> <p>- hoquet: 1,5 tasse d'eau bouillante avec 1/2 cuillère à café de poivre long et 1/2 cuillère à café de sel gemme; couvrir et laisser reposer 15 minutes; sans les résidus, boire chaud;</p> <p>- maux de gorge: 1,5 tasse d'eau bouillante avec 1/2 cuillère à café de poivre long et 1/2 cuillère à café de sel gemme; couvrir et laisser reposer 15 minutes; sans les résidus, boire chaud;</p> <p>- sinusite: 1,5 tasse d'eau bouillante avec 1/2 cuillère à café de poivre long et 1/2 cuillère à café de sel gemme; couvrir et laisser reposer 15 minutes; sans les résidus, boire chaud;</p> <p>- toux: 1,5 tasse d'eau bouillante avec 1/2 cuillère à café de poivre long et 1/2 cuillère à café de sel gemme; couvrir et laisser reposer 15 minutes; sans les résidus, boire chaud;</p> <p>ATTENTION: hacher le poivre long avec des gants pour éviter les brûlures (en cas de brûlure des doigts, laver plusieurs fois avec du vinaigre puis rincer); L'huile de poivre peut entraîner d'importantes douleurs si elle entre en contact avec les muqueuses</p> <p>ASSOCIATION: poivre commun, fenugrec, gingembre, curcuma</p>
PIPER methysticum	Kava	<p>PROPRIETES: bactéricide; antiputride; sédatif (cystite, prostatique...); Calmant, antistress, favorise le sommeil et augmente l'activité onirique</p> <p>Historique: Les aborigènes d'Océanie utilisent le Kava au cours de certains rites culturels et sociaux, et aussi pour communiquer avec leurs divinités en raison des propriétés psychotrope du kava kava.</p> <p>Informations: Le kava et ses propriétés relaxantes ont l'avantage d'agir sur les nerfs de la colonne vertébrale et non sur le cerveau.</p> <p>Usages: Pour calmer et stimuler. Il agit comme un antistress. Quand on mâche la racine, il soulage les maux de dents et de gencives grâce à son action anesthésiante. Utilisé aussi en tant qu'euphorisant. Il est aussi agréable de boire une tasse de kava avant d'aller se coucher car il facilite le sommeil et augmente l'activité onirique chez la majorité des personnes.</p> <p>Effets: analgésique, anesthésique, anxiolytique, somnifère, stimulant, euphorisant, aphrodisiaque, narcotique, relaxant, aphrodisiaque.</p>

		<p>USAGE INTERNE: blennorragie; prostatites, cystites; priapisme</p> <p>USAGE EXTERNE: vaginites; salpingites; métrites</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - décoction de 20g de racine pour 300g d'eau; 2 tasses par jour; (il est préférable de couper l'eau avec du lait pour une action plus efficace, d'autre part certains boivent leur kava avec une boule de glace comme un milk-shake!). On peut mâcher la racine.</p> <p>Mises en garde: Utilisation régulière limitée à 4 semaines. Déconseillé pendant la grossesse. A forte dose (>20g/personne): état euphorique et aphrodisiaque, possibilité d'intoxication à très forte dose.</p>
PIPER nigrum L.	Poivrier commun	<p>PROPRIETES: -Alcaloïdes: bactéricide: pipérine; favorise l'hématopoïèse; stimule le système nerveux et la bile; fait fondre les graisses; contre indigestions chroniques, colopathie, sinusite; stimule la vascularisation des capillaires aux extrémités du corps; - fruit: stimuler la formation de salive et des sucs gastriques; digestif; diurétique; flatulence; coliques; rhumatismes; maux de tête; diarrhée;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - coupures non profondes: obstruer la coupure, à condition que ses bords soient nets, de poivre réduit en poudre fine - application indolore car le poivre n'est excitant que sur les muqueuses-; ou poivre en cataplasme; - pour une perte de poids: huile essentielle en huile de massage: mélanger 10 gouttes d'huile de lavande, 10 gouttes d'huile de poivre commun, 5 gouttes d'huile de bois de santal, 5 gouttes d'encens et 100 ml d'huile d'amande, conserver dans un bocal opaque: à utiliser en massage sur les zones sensibles; - stimulant: huile essentielle en huile de massage: mélanger 10 gouttes d'huile de lavande, 10 gouttes d'huile de poivre commun, 5 gouttes d'huile de bois de santal, 5 gouttes d'encens et 100 ml d'huile d'amande, conserver dans un bocal opaque: à utiliser en massage sur les zones sensibles; - tonique: huile essentielle en huile de massage: mélanger 10 gouttes d'huile de lavande, 10 gouttes d'huile de poivre commun, 5 gouttes d'huile de bois de santal, 5 gouttes d'encens et 100 ml d'huile d'amande, conserver dans un bocal opaque: à utiliser en massage sur les zones sensibles;</p> <p>ATTENTION: ne pas utiliser en cas d'inflammation des organes digestifs</p> <p>ASSOCIATION: orange, gingembre, cyprès, anis, bois de santal, citron, basilic</p>
PISTACIA LENTISCUS L.	Pistachier lentisque	<p>PROPRIETES: - pistaches: régime fortifiant, astringent, stomachique; - mastic: expectorant; maux de dents; maux d'oreille; goutte; rhumatismes; galles produites par un insecte, l'aplonoura lentisci: astringent;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - fortifiant: graine et huile des graines; - gencive: mâcher le bois fortifie les gencives;</p>
PISTACIA TEREBINTHUS L.	Pistachier térébinthe	<p>PROPRIETES: - écorce: astringent; - fruits: rafraîchissant; - feuilles: contre l'albuminurie</p>
PISTACIA VERA L.	Pistachier cultivé	<p>PROPRIETES: jadis: antivenimeuse; tonique; hépatique; analeptique; - huile: émollient</p>
PISUM SATIVUM L. *SUBSP. SATIVUM *var. SATIVUM	Petit pois	<p>PROPRIETES: énergétique; favorise l'évacuation intestinale;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - frais: très digeste et balai de l'intestin (contre-indiqué aux entéritiques);</p>
PLANTAGO afra L.	Plantain d'Afrique	<p>PROPRIETES: - racine et feuilles: astringent, vulnérable. - graines en collyre: émollient</p>
PLANTAGO ALPINA L. *subsp. alpina	Plantain des Alpes	<p>PROPRIETES: - plante: astringent</p>
PLANTAGO BELLARDII ALL. *subsp. bellardii	Plantain de Bellardi	<p>PROPRIETES: - plante: astringent, vulnérable, anti-ophtalmique</p>
PLANTAGO CORONOPUS L.	Plantain corne de	<p>PROPRIETES: bronchorrhée; laryngite;</p>

*SUBSP. CORONOPUS	cerf	<ul style="list-style-type: none"> - feuilles et racines: astringent; - feuilles: vulnéraire; - graines: pour collyres <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - bronchorrhée: décoction de 40 g de plante entière; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour - laryngite: décoction de 60g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
<p>PLANTAGO LANCEOLATA</p> <p>L. *subsp.lanceolata</p> <p>*var.lanceolata</p>	Plantain à feuilles lancéolées	<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - voir PLANTAGO major; - infusion: verser un litre d'eau bouillante sur une bonne poignée de plantes desséchées, réduites en menus morceaux, et laisser reposer 12 heures. Prendre 4 ou 5 petites tasses par jour entre les repas. - infusion: verser un litre d'eau bouillante sur 100 g de plantes desséchées et broyées. Laisser refroidir puis filtrer et prendre 3 ou 4 tasses par jour. - suc: hacher et piler au mortier une certaine quantité de plantes fraîches et extraire le suc par torsion. Prendre 4 ou 5 cuillerées par jour, et même davantage. <p>- affections appareil respiratoire: sirop: additionner le suc précité d'une égale quantité de sucre et faire cuire lentement jusqu'à ce que l'on obtienne le sirop. Deux ou trois cuillerées par jour;</p> <p>- enfants, fortifier les enfants: sirop: additionner le suc précité d'une égale quantité de sucre et faire cuire lentement jusqu'à ce que l'on obtienne le sirop. Deux ou trois cuillerées à café par jour;</p> <p>- fortifier les enfants: sirop: additionner le suc précité d'une égale quantité de sucre et faire cuire lentement jusqu'à ce que l'on obtienne le sirop. Deux ou trois cuillerées à café par jour;</p> <p>- hémophilie: infusion de 50g de feuilles pendant 25mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- hydropisie abdominale ou ascite: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- respiration, affections appareil respiratoire: sirop: additionner le suc précité d'une égale quantité de sucre et faire cuire lentement jusqu'à ce que l'on obtienne le sirop. Deux ou trois cuillerées par jour;</p> <p>- rhino-pharyngite: infusion de 60g de feuilles pendant 35mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - acné: faire bouillir pendant 10 mn, 30 g de plantain dans ½ l d'eau; filtrer; appliquer en compresses, lavages; - blessure: feuilles fraîches concassées et réduites en bouillie en pansement; - insecte, piqûres d'insecte: feuilles fraîches concassées et réduites en bouillie en pansement; - yeux: verser un litre d'eau bouillante sur une bonne poignée de plantes desséchées, réduites en menus morceaux, et laisser reposer 12 heures pour lavages; - piqûres d'insecte: feuilles fraîches concassées et réduites en bouillie en pansement; - plaie: feuilles fraîches concassées et réduites en bouillie en pansement; <p>PERIODE de RECOLTE: du printemps à l'automne.</p> <p>CONSERVATION: faire sécher à l'ombre et conserver à l'abri de la lumière et de l'humidité.</p> <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - antivenimeux, cicatrisant - feuilles écrasées sur le bovin réduit les piqûres d'insectes - favorise la mue des canaris (avec une alimentation riche en carottes, pommes, bananes) <p>Médecine vétérinaire ancienne: collyre pour les conjonctivites et les blépharites accidentelle (poussières): infusion</p>
<p>PLANTAGO MAJOR</p> <p>L. *subsp. MAJOR</p>	Plantain majeur,	<p>PROPRIETES: Les campagnards utilisaient autrefois couramment les feuilles pilées avec de l'huile de millepertuis ou de fleurs de lis blanc, sur les furoncles, les abcès, les plaies.</p> <p>Les deux plantains ont les mêmes propriétés: anti diarrhéique, expectorant, adoucissant, cicatrisant.</p> <p>Les feuilles fraîches de plantain sécrètent un mucilage qui ne guérit pas les piqûres de vipère comme le prétendent les sorciers mais qui apaise les piqûres de guêpes,</p>

abeilles, moustiques.

De longue date, cette plante est avec le bleuet un anti ophtalmique bien connu: le plantain, disait-on, convenait aux yeux noirs, le bleuet aux yeux bleus.

- semences: diurétique; éliminateur de l'urée, de l'acide urique et des chlorures;
- feuilles et racines: astringent, vulnéraire, anti-ophtalmique;
- graines: émollient;
- racine: fièvres intermittentes;- usage externe: cicatrisant;
- feuilles en cataplasme: hâtent la cicatrisation des plaies; expectorant; infections urinaires; brûlures; piqûres d'abeilles et de guêpes; hémorroïdes; conjonctivites;
- tisane de feuilles: désintoxiquant; ulcères tuberculeux; diarrhée;

USAGE INTERNE: faiblesse générale, maigreur; retard de développement infantile (pour certains, comparable à l'huile de foie de morue); hémorragies (métrorragies, hémoptysies...); hémophilie; tuberculose, bronchites chroniques; pharyngite, laryngite; néphrites; diarrhées, dysenterie; pertes blanches; astringent; émollient; expectorant; dépuratif; hémostatique, augmente la coagulabilité sanguine; purificateur du sang, des poumons, de l'estomac; anti-ophtalmique; calmant; adoucissant; affection des voies respiratoires; dysenterie;

USAGE EXTERNE: cicatrisant; contre piqûres d'insectes; conjonctivites, inflammation des paupières; plaies, coupures, ulcères de jambe; gingivites; darts, dermatoses croûteuses; métrites; piqûres d'insectes, morsures de vipère;

POSOLOGIE INTERNE:

- macération de 30 à 60g de feuilles dans 1 litre d'eau; bouillir 1mn; macérer toute la nuit; boire en 24 heures;

- décoction de 5g de racines ou de feuilles par tasse d'eau, 3 tasses par jour;

- infusion de 10g de feuilles pour 100g d'eau; 2-4 tasses par jour;

- allergie: feuille: anti-inflammatoire, antihistaminique;

- dépuratif: poudre de racine et de plante comme additif alimentaire;

- diurétique; éliminateur de l'urée, de l'acide urique et des chlorures: décoction de 10g de semences pour 1 litre d'eau;

- dysenterie: décoction de racine ou de feuilles dans du vin; ou poudre de racine et de plante comme additif alimentaire;

- enfant, faiblesse infantile: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour;

- faiblesse infantile: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour;

- hémoptysies, leucorrhées: 40 à 100g de suc;

- infections: tisane corsée (2 cuillères à café par tasse) pour la plupart des infections; à consommer sans modération;

- laryngite: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour;

- lymphatisme: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour;

- rhino-pharyngite: infusion de 60g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;

POSOLOGIE EXTERNE:

- darte: cataplasmes de feuilles broyées;*

- dent, névralgie dentaire: macération ou infusion en gargarismes et bains de bouche;

- insecte, piqûres d'insectes: feuilles froissées en frictions;

- laryngite: macération ou infusion en gargarismes et bains de bouche;

- morsure de vipère: feuilles fraîches froissées, excellent pansement;

- névralgie dentaire: macération ou infusion en gargarismes et bains de bouche;

- pleurésie: envelopper la poitrine d'une compresse humide à base de plantain broyé;

- piqûres d'insectes: feuilles froissées en frictions;

- ophtalmie: macération ou infusion en lavages oculaires;

- pityriasis: cataplasmes de feuilles broyées;

- trachéite: envelopper une feuille de plantain humide broyée et appliquer sur la gorge;

- ulcère de jambe: feuilles fraîches froissées, excellent pansement;

- vipère, morsure de vipère: feuilles fraîches froissées, excellent pansement;

- yeux, ophtalmie: macération ou infusion en lavages oculaires;

Médecine vétérinaire empirique:

- antivenimeux, cicatrisant

- feuilles écrasées sur le bovin réduit les piqures d'insectes

- favorise la mue des canaris (avec une alimentation riche en carottes, pommes, bananes)

		Médecine vétérinaire ancienne: collyre pour les conjonctivites et les blépharites accidentelle (poussières): infusion
PLANTAGO MARITIMA L. *subsp. maritima	Plantain maritime	PROPRIETES: - plante: astringent
PLANTAGO MEDIA L. *subsp. MEDIA	Plantain moyen	PROPRIETES: - graines en décoction: diurétique; - feuilles en cataplasme: piqûres d'abeilles et de guêpes; - feuilles: astringent, vulnérable, anti-ophtalmique, POSOLOGIE INTERNE: - hémophilie: infusion de 50g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; - hémorragie anale: infusion de 50g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. Utiliser aussi en lavements; - laryngite: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 2-3 tasses par jour. Utiliser aussi comme gargarisme; - obésité: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - reconstituant: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; - rhino-pharyngite: infusion de 50g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour; POSOLOGIE EXTERNE: laryngite; oreillons; yeux - hémorragie anale: infusion de 50g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. Utiliser aussi en lavements; - laryngite: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 2-3 tasses par jour. Utiliser aussi comme gargarisme; - oreillons: infusion de 100g de feuilles pendant 30mn; en applications locales; - yeux: irritation, fatigue, faiblesse: désinfecter les feuilles et les appliquer directement sur les yeux;
PLANTAGO ovata	Plantain	PROPRIETES: - graines et leur enveloppe rose: diarrhées; constipation
PLANTAGO scabra Moench *subsp. scabra	Plantain des sables	PROPRIETES: - feuilles: astringent, vulnérable. - Graines en collyre: émollient, adoucissant POSOLOGIE INTERNE: - gastrite: infusion de 50g de grains pendant 15mn; 3 tasses par jour; - grippe: décoction de 20g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; POSOLOGIE EXTERNE: - conjonctivite: infusion de 100 g de grains pendant 5 heures; compresses;
PLANTAGO sempervirens Crantz	Plantain cynops	PROPRIETES: - parties souterraines et feuilles: vulnérable; cicatrisant; anti ecchymotique; astringent; anti-ophtalmique. - Graines: émollient
PLATANUS ACERIFOLIA (Aiton) WILLD.	Platane commun	POSOLOGIE EXTERNE: - engelures: décoction de 100g de feuilles; bouillir 10mn; baigner les parties atteintes;
PLUMBAGO EUROPAEA L.	Plumbago d'Europe	PROPRIETES: le nom de plumbago vient de ce qu'on croyait cette plante capable de guérir le saturnisme; - parties souterraines: émétique; bouillies avec de l'huile: gale; - racine et feuilles: autrefois cancer. USAGE INTERNE: carie dentaire; USAGE EXTERNE: gale, dartres, teigne; POSOLOGIE INTERNE: - contre caries: mâcher la plante; POSOLOGIE EXTERNE: gale, dartres, teigne: infusion pour lavages, compresses;
PLUMBAGO zeylanica	Plumbago de Ceylan	PROPRIETES: - feuilles: usage externe: rhumatismes; usage interne: vertige; miction douloureuse; - racine: accroît la capacité digestive; combat la dysenterie; contre calvitie; abortive à forte dose; en infusion froide contre grippe; - pâte de racines: détruire les bactéries et les unicellulaires; vésicant; manifestations dermatologiques chroniques

PNEUMUS boldus	Boldo	<p>PROPRIETES: pour le tube digestif; cholagogue (stimule la sécrétion de la bile); carminatif; stimule la digestion; diurétique; stimulant général; hypnotique</p> <p>USAGE INTERNE: congestion du foie; insuffisances hépatiques, cholécystites et leurs multiples conséquences; lithiases biliaires; infections urinaires, cystites; insomnies des hépatiques</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion de 2 cuillerées à soupe de feuilles pour 1 litre d'eau; 2 tasses par jour avant les repas;</p> <p>SYNERGIQUES: huile d'olive, artichaut, combretum, romarin;</p> <p>ATTENTION: A doses élevées: hypnotique et anesthésique au niveau du système nerveux central; L'huile Essentielle de Boldo provoque, au-delà de 0,3G des vomissements et de la diarrhée A très fortes doses, la boldine peut engendrer des convulsions; Cycle menstruel, contraception, grossesse, allaitement;</p>
PODOPHYLLUM peltatum	Podophylle d'Amériquele, Rizome	<p>PROPRIETES: cholagogue purgatif sans constipation secondaire</p> <p>USAGE INTERNE: constipation habituelle surtout chez les paralytiques; lithiase biliaire;</p>
POLEMONIUM CAERULEUM L.	Polémoine bleue	<p>PROPRIETES: - plante entière: astringent; dépuratif du sang; syphilis; rage</p>
POLYGALA amarella Crantz	Polygale amère	<p>PROPRIETES: amer, tonique, phtisie</p>
POLYGALA VULGARIS L. *SUBSP. VULGARIS	Polygala commune	<p>PROPRIETES: expectorant; fluidifiant bronchique; stomachique; galactagogue; diurétique; tonique respiratoire, de l'estomac et des nerfs; purgatif; sudorifique; émétique; phtisie.</p> <p>USAGE INTERNE: bronchites chroniques, pneumonie, grippe, coqueluche; tuberculose pulmonaire; asthme humide; rhumatisme</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - décoction de 100g de racine pour 1 litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 10mn; 3-4 tasses par jour; - ou décoction de 100g de racine; bouillir 5mn; 5-8 cuillerées par jour;</p> <p>- agalactie: décoction de 150g de racine; bouillir 8mn; 6-10 cuillerées par jour; - asthme catarrhal: décoction de 150 g de racine; bouillir 10mn; sucrer avec du miel; 5-6 cuillerées par jour, tiède, loin des repas; - bronchiolite: décoction de 150 g de racine; bouillir 10-12 mn; 5-10 cuillerées par jour; - hyperacidité gastrique: décoction de 100g de racine; bouillir 10mn; 6-8 cuillerées par jour; - hypocholie: décoction de 100g de racine; bouillir 10mn; 6 cuillerées par jour; - indigestion: décoction de 100g de racine; bouillir 5mn; 5-10 cuillerées par jour; - toux bronchitique: décoction de 100g de racine; bouillir 10mn; 6-8 cuillerées par jour avec du miel;</p> <p>- CONTRE-INDICATIONS: lésions du tube digestif; hémoptysies;</p>
POLYGONATUM MULTIFLORUM (L.) ALL.	Sceau de Salomon multiflore	<p>PROPRIETES: astringent; tonique; émétique; adoucissant;</p> <p>USAGE EXTERNE: rhizome: contre contusions, ecchymoses, rhumatismes;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion: Verser une tasse d'eau bouillante sur une demi-cuillerée à dessert de rhizome desséché et concassé et laisser macérer pendant 10 minutes. Prendre deux tasses par jour. - vin: Laisser macérer pendant 10-12 jours 30 g de rhizomes desséchés et broyés finement dans un litre de bon vin blanc. Verser et prendre un ou deux petits verres par jour.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - arthrite: appliquer directement sur la peau un peu de rhizome frais, concassé, et garder le plus longtemps possible; ou décoction: faire bouillir pendant 10 minutes 50 g de rhizome desséché. Appliquer en compresses; - ecchymose: appliquer directement sur la peau un peu de rhizome frais, concassé,</p>

		<p>et garder le plus longtemps possible; ou décoction: faire bouillir pendant 10 minutes 50 g de rhizome desséché. Appliquer en compresses;</p> <p>- rhumatisme: appliquer directement sur la peau un peu de rhizome frais, concassé, et garder le plus longtemps possible; ou décoction: faire bouillir pendant 10 minutes 50 g de rhizome desséché. Appliquer en compresses;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: en automne.</p> <p>CONSERVATION: faire sécher au soleil et conserver en sachets à l'abri de la poussière et de l'humidité.</p>
POLYGONATUM ODORATUM (Müller) Druce	Sceau de Salomon	<p>PROPRIETES:</p> <p>- rhizome: astringent; tonique; émétique; résolutif (anti-inflammatoire et hémolytique), analogue au tamier; réduit les contusions; accélère la cicatrisation des petites plaies; antipyrétique; fièvre; bouche sèche; toux chroniques; rhumatisme;</p> <p>- fruits et tiges souterraines: émétique, purgatif;</p> <p>- tiges souterraines: rhumatisme, goutte;</p> <p>USAGE EXTERNE: rhizome: contre contusions, ecchymoses, rhumatismes; panaris, abcès, anthrax;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- érysipèle: infusion de 40g de rhizome pendant 30mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- toux chronique: décoction de 30g de rhizome; bouillir 10mn; par cuillerées avec du miel;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- cataplasme de rhizome frais cuit sans eau et réduit en pâte;</p> <p>- abcès chaud: en compresses, en cataplasme; cataplasme de rhizome frais cuit sans eau et réduit en pâte;</p> <p>- décoction de 50g pour 1 litre d'eau; érythème; gonagre; panaris; synovite</p> <p>- érythème: décoction de 150g de rhizome; bouillir 10-15mn; en applications locales;</p> <p>- gonagre: décoction de 100g de rhizome; bouillir 15mn; en compresses. Utiliser la poudre de pulpe fraîche pour des cataplasmes;</p> <p>- panaris: décoction de 150g de rhizome; bouillir 15mn; en applications chaudes locales;</p> <p>- synovite: décoction de 150g de rhizome; bouillir 10mn; pour applications locales;</p>
POLYGONATUM VERTICILLATUM (L.) ALL.	Sceau de Salomon verticillé	<p>PROPRIETES: astringent; tonique; émétique</p> <p>USAGE EXTERNE:</p> <p>- rhizome: contre contusions, ecchymoses, rhumatismes</p>
POLYGONUM AMPHIBIUM L.	Renouée aquatique	<p>PROPRIETES:</p> <p>- racines: dépuratif; plante diurétique et employée contre la gravelle</p>
POLYGONUM aviculare L. *subsp. aviculare	Renouée des oiseaux	<p>PROPRIETES: La plante est officinale depuis l'antiquité. Les vieux auteurs la vantaient comme hémostatique: son suc arrêterait le saignement de nez. La plante est en fait une bonne cicatrisante. Elle est aussi très efficace contre les diarrhées, les dysenteries, les entérites etc. tonique astringent; diurétique; dépuratif; hémostatique; vulnéraire; antidiabétique; réfrène les sécrétions intestinales;</p> <p>- feuilles en infusion, au Cap contre l'hydropisie, dans l'Inde contre les maux intestinaux;</p> <p>- graines émétiques et purgatives;</p> <p>- Expectorant, sécrétolytique</p> <p>- Astringent, hémostatique (petite quantité de tanins)</p> <p>- Diurétique, calme la soif des diabétiques</p> <p>- Tonique, augmente la résistance de l'organisme</p> <p>les extraits de Renouée sont des inhibiteurs de l'enzyme de conversion de l'angiotensine (par les tanins), et inhibiteurs de l'agrégation des thrombocytes par les flavonoïdes;</p> <p>USAGE INTERNE: diarrhées, entérites, dysenteries; pertes blanches; hémorroïdes; hémorragies diverses (poumons, tube digestif, utérus); tuberculose pulmonaire et rénale; diabète; albuminurie; lithiase biliaire et urinaire, goutte, rhumatismes; oligurie;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion d'1 cuillerée à dessert par tasse d'eau; bouillir 2mn; infuser 20mn; 2-4</p>

		<p>tasses par jour (on peut édulcorer avec du sirop de coing);</p> <ul style="list-style-type: none"> - albuminurie: infusion d'1 cuillerée à dessert par tasse d'eau; bouillir 2mn; infuser 20mn; 2-4 tasses par jour (on peut édulcorer avec du sirop de coing); - caries: appoint reminéralisant: 50g de plante entière dans 1 litre d'eau; bouillir 15mn; filtrer; 3-4 tasses par jour; - dent, caries: appoint reminéralisant: 50g de plante entière dans 1 litre d'eau; bouillir 15mn; filtrer; 3-4 tasses par jour; - douleurs dues à des calculs: infusion de 60g de partie aérienne pendant 20mn; 3 tasses par jour; - entérite muco-membraneuse des enfants: infusion de 50g de plante entière pendant 30mn; 2 tasses par jour; - fistule: infusion de 60g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - gravelle oxalique: infusion de 50g de plante entière pendant 25mn; 3 tasses par jour; - hémorragie: infusion de 60g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hyperazotémie: décoction de 40 g de rhizome; bouillir 5mn; 2 tasses par jour; - lipémie: décoction de 40g de rhizome; bouillir 5mn; 2 tasses par jour; - lithiase biliaire: infusion de 50-60g de plante entière pendant 25mn; 3 tasses par jour; - lithiase vésicale: décoction de 40g de graines; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - néphrite bacillaire: infusion de 50g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - prostate: hypertrophie et congestion: infusion de 60g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - prurit d'origine hépatique: infusion de 60g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - rhumatisme articulaire aigu: infusion de 60g de plante pendant 20mn; 3 tasses par jour; - rupture des vaisseaux capillaires: décoction de 40g de rhizome; bouillir 5mn; 3 tasses par jour. Contre-indication en cas de grossesse; - urémie: décoction de 30g de rhizome; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - lymphadénite: infusion de 100g de plante entière pendant 25mn; en applications locales; - vision: fortifiant: infusion de 100g de plante entière pendant 25mn; en applications locales; <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - diarrhée de porc: en décoction - diarrhée des veaux: P.bistorta en infusion - une poignée de P.hydropiper sous le selle des chevaux contre la fatigue, et contre les ulcères de la couronne et du sabot des chevaux
<p>POLYGONUM BISTORTA L. *subsp. bistorta</p>	<p>Renouée bistorte</p>	<p>PROPRIETES: tonique; astringent (dans les diarrhées; intestin, voies génitales); modificateur des muqueuses; vulnérable; rééquilibrer la flore intestinale en cas de mycoses;</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles et racines: astringent; cicatriser les coupures; - racine en gargarisme: ulcères de la bouche; catarrhe; saignement des gencives; - infusion: lavements contre diarrhée; <p>C'est un astringent employé comme succédané du Ratanhia. La souche tordue explique son nom.</p> <p>Au Moyen-âge, on la pensait capable de favoriser la conception, car en resserrant l'utérus, elle aurait permis de retenir la semence;</p> <p>USAGE INTERNE: diarrhées, dysenterie; métrorragies; pertes blanches; urétrites; hémorroïdes; aphtes; tuberculose; fièvres intermittentes (associée à la gentiane)</p> <p>USAGE EXTERNE: plaies; stomatites, pharyngites; urétrites, pertes blanches; hémorroïdes, diarrhées</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction de 30g pour 1 litre d'eau; bouillir 5 mn; 4 tasses par jour; - vin: macérer 24h, 125g de racine concassée dans 250g d'alcool à 45°; ajouter du vin rouge de Bordeaux pour amener à 1 litre; laisser macérer 4 jours; passer; de 50 à 100g par jour; <ul style="list-style-type: none"> - cystite: infusion de 60 g de plante entière pendant 20 mn; 3 tasses par jour avec du miel;

		<p>- gastrorragie: décoction de 50g de rhizome; bouillir 10mn; par cuillerées dans la journées;</p> <p>- incontinence urinaire: décoction de 20g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- inflammation de la bouche: décoction de 20g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; utiliser sous forme aussi de bains de bouche;</p> <p>- laryngite: infusion de 30g de rhizome pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- pyélite: infusion de 60 g de plante entière pendant 20 mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- angine: gargarisme: 2 poignées par litre d'eau; bouillir 15mn;</p> <p>- antiseptique: compresse: 2 poignées par litre d'eau; bouillir 15mn;</p> <p>- aphtes: 50 g racine pour 1 litre d'eau; porter à ébullition; bouillir 5 mn; infuser 15mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour; ou gargarisme: 2 poignées par litre d'eau; bouillir 15mn;</p> <p>- bouche, inflammation de la bouche: décoction de 20g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; utiliser sous forme aussi de bains de bouche;</p> <p>- cicatrisant: compresse: 2 poignées par litre d'eau; bouillir 15mn;</p> <p>- diarrhée: 2 poignées par litre d'eau; bouillir 15mn;</p> <p>- fortifier les gencives: gargarisme: 2 poignées par litre d'eau; bouillir 15mn;</p> <p>- gencive, les fortifier: gargarisme: 2 poignées par litre d'eau; bouillir 15mn;</p> <p>- hémorroïde: lavements: 2 poignées par litre d'eau; bouillir 15mn;</p> <p>- inflammation de la bouche: décoction de 20g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; utiliser sous forme aussi de bains de bouche;</p> <p>- plaie, antiseptique et cicatrisant: compresse: 2 poignées par litre d'eau; bouillir 15mn;</p> <p>- stomatite: bains de bouche: 2 poignées par litre d'eau; bouillir 15mn;</p>
POLYGONUM HYDROPIPER L.	Renouée poivre d'eau	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles: rubéfiant; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; tonique astringent; hémostatique; dépuratif; diurétique; sédatif;</p> <p>- le suc des sommités est employé contre la goutte, ce suc occasionne la rubéfaction de la peau;</p> <p>USAGE INTERNE: hémorragies (utérines, gastriques, intestinales, vésicales, pulmonaires); fibromes utérins; hémorroïdes, varices, varicocèle; lithiase urinaire;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- endométrite: infusion de 2 pincées de plante coupée pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; par cuillerées à soupe dans la journée; ou infusion de 30g de plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE VETERINAIRE:</p> <p>- plante en décoction pour soigner les plaies des chevaux</p>
POLYGONUM PERSICARIA L.	Renouée persicaire	<p>USAGE INTERNE:</p> <p>- plante: détersif, astringent, vulnéraire; maladies de rein; goutte; scorbut; hémorragies; maux de dents; hydropisie hépatique;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- hydropisie hépatique: infusion de 40g de partie aérienne pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- lithiase biliaire: infusion de 40g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- lymphadénite: infusion de 30g de plante entière pendant 30mn; 3 tasses par jour;</p>
POLYGONUM VIVIPARUM L.	Renouée vivipare	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: astringent</p>
POLYSTICHUM filix mas	Fougère mâle	<p>PROPRIETES:</p> <p>- tige souterraine: vermifuge;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- ténia, ténifuge, vers solitaire: sous forme de capsules dosées à 0.5g;</p> <p>Risques: toxicité possible; photosensibilisation;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: contre les puces pour les carnivores (litière de fronde de fougère)</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne:</p> <p>- contre la douve des ruminants: extrait éthéré (16 à 19% de filicine brute, 30ml/bovin et 5ml/ovin): 30ml/bovins, 5 ml/ovin émulsionné dans 150 ml ou 25 ml</p>

		<p>d'huile d'olive.</p> <p>- contre l'ascaridiose des chevaux: 3g d'acide arsénieux, 5g de fougère mâle, 3g de baies de genièvre, 2g de charbon végétal, pulvérisé pour un paquet par jour pendant 5 jours, purgation saline (sulfate de soude) le 6eme jour;</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: anthelminthique pour porcs, lapins, volailles</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: ténifuge</p>
PONCIRUS trifoliata (L.) Raf.	Poncirus	<p>PROPRIETES:</p> <p>- zeste séché et fruit non mûr: digestif; congestion pulmonaire; oppressions autour du coeur; oppressions au ventre</p>
POPULUS ALBA L.	Peuplier blanc	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles: fébrifuge</p>
POPULUS BALSAMIFERA L.	Peuplier baumier	<p>PROPRIETES:</p> <p>- résine des bourgeons: antiseptique; expectorant; fébrifuge; stimulant; analgésique (sirops contre la toux, onguents dermatologiques, onguents rhumatologiques); escarres; infections opiniâtres; abcès postopératoires;</p> <p>- écorce: douleurs rhumatismales; douleurs urinaires</p>
POPULUS NIGRA L.	Peuplier commun	<p>PROPRIETES:</p> <p>- bourgeons résineux: diurétique; diaphorétique; expectorant; antiseptique; diurétique, éliminateur de l'acide urique; antiputride urinaire; aseptisant et fluidifiant des sécrétions bronchiques; sudorifique; tonique; vulnéraire;</p> <p>- Feuilles d'usage identique à celui de l'écorce de Saule</p> <p>- Draineur articulaire</p> <p>- Les bourgeons sont diurétiques, uricosuriques et antiseptiques, fluidifiants par leur Huile Essentielle (utilisés traditionnellement dans les affections bronchiques)</p> <p>CHARBON VEGETAL: bois de peuplier calciné; absorbant des gaz intestinaux, des toxines microbiennes, des poisons divers; ballonnements; diarrhées putrides, colites; intoxications (alimentaires ou autres);</p> <p>USAGE INTERNE: rhumatismes, goutte; névralgies, arthralgies; affections urinaires; bronchites chroniques; tuberculose; dermatoses; plaies, ulcères atones</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion de 2 cuillerées à soupe de bourgeons dans 1/2 litre d'eau bouillante; infuser 15mn; 3 tasses par jour</p> <p>- dyspepsies avec douleurs: le charbon végétal tiré de la plante; 1 cuillerée par jour;</p> <p>- tonique: vin: 100g de bourgeons concassés macérés 10 jours dans 1 litre de vin, avec 40g d'écorce d'orange amère; 1 verre à madère avant les 2 grands repas;</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne:</p> <p>- calmant pour les abcès, les congestions mammaires lors d'une gestation nerveuse chez la chienne, du prurit dans les eczemas: pommade de bourgeons de peupliers (bourgeons de peupliers de l'année, feuilles séchées de belladone, de jusquiame, de morelle, de pavot, d'alcool à 25° et d'axonge)</p> <p>- charbon végétal: usage externe, absorbant et désodorisant pour les plaies de mauvaise nature; usage interne, pour les affections gastro-intestinales avec des diarrhées fétides, antidote de nombreuses intoxications (phosphore, arsenic, mercure, plomb, chloral, digitaline, morphine, strychnine)</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: calmant</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: action sur la vascularisation sanguine (gemmothérapie);</p>
POPULUS TREMULA L.	Peuplier tremble	<p>PROPRIETES: compose le remède de Bach contre peurs irrationnelles et anxiété;</p> <p>- bourgeons résineux: diurétique; diaphorétique; expectorant; antiseptique;</p> <p>- écorce: fébrifuge; stomachique; tonique;</p> <p>- Feuilles d'usage identique à celui de l'écorce de Saule</p> <p>- Draineur articulaire</p> <p>- Les bourgeons sont diurétiques uricosuriques et antiseptiques, fluidifiants par leur Huile Essentielle (utilisés traditionnellement dans les affections bronchiques)</p> <p>USAGE INTERNE: bois calciné donne le "Charbon Végétal": antiseptique de l'intestin;</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne:</p>

		<p>- calmant pour les abcès, les congestions mammaires lors d'une gestation nerveuse chez la chienne, du prurit dans les eczémas: pommade de bourgeons de peupliers (bourgeons de peupliers de l'année, feuilles séchées de belladone, de jusquiame, de morelle, de pavot, d'alcool à 25° et d'axonge)</p> <p>- charbon végétal: usage externe, absorbant et désodorisant pour les plaies de mauvaise nature; usage interne, pour les affections gastro-intestinales avec des diarrhées fétides, antidote de nombreuses intoxications (phosphore, arsenic, mercure, plomb, chloral, digitaline, morphine, strychnine)</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: calmant</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: action sur la vascularisation sanguine (gemmothérapie)</p>
PORTULACA OLERACEA L.	Pourpier commun	<p>PROPRIETES: émollient; vermifuge; dépuratif; diurétique; légèrement hypnotique; rafraîchissant; augmente la coagulabilité du sang; affections des voies digestives et urinaires; vermifuge; astringent; antiscorbutique; diarrhée; fièvre; faiblesses cardiaques;</p> <p>- graine et fruit: difficultés respiratoires;- jus: maladies de peau;</p> <p>- feuilles en cataplasme: apaisant;</p> <p>USAGE INTERNE: inflammations digestives, respiratoires, urinaires: cystites; parasites intestinaux; lithiases urinaires; oliguries; hémorragies: hémoptysies, hématuries, hémophilie;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion de 20 à 30g pour 1l d'eau: 3 à 4 tasses par jour; en salades, seul ou en association, et dans les potages;</p> <p>- angine: à consommer en salade;</p> <p>- bronchite: à consommer en salade;</p> <p>- entérite: en salade ou bien cuites, avec un peu de beurre cru et de fromage;</p> <p>- foie, insuffisance hépatique: infusion de 40g de feuilles fraîches pendant 25mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- gastrite: feuilles à consommer en salade; mâcher très lentement;</p> <p>- hydropisie rénale: infusion de 50g de partie aérienne pendant 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- inflammation de l'urètre: feuilles à consommer en salade; mâcher lentement;</p> <p>- insuffisance hépatique: infusion de 40g de feuilles fraîches pendant 25mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- lipémie: infusion de 60g de feuilles fraîches pendant 25mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- sédatif: infusion de 50g de feuilles pendant 25mn; ajouter un bouillon végétal; 3 tasses par jour;</p>
POTAMOGETON PERFOLIATUS L.	Potamot perfolié	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles: dartres, ulcères</p>
POTENTILLA ALBA L.	Potentille blanche	<p>PROPRIETES: voir POTENTILLA erecta</p>
POTENTILLA ANSERINA L. *subsp. anserina	Potentille ansérine	<p>PROPRIETES: propriétés analogues à celles de la tormentille (POTENTILLA erecta); appliquée sur les zones sensibles, la plante fraîche apaise la douleur;</p> <p>- racines charnues: astringent; tonique; antispasmodique; diurétique; stomachique;</p> <p>- feuilles et fleurs: astringent; tonique; antispasmodique; stomachique; stimulant et antispasmodique de l'utérus;</p> <p>- sommités florales: antiseptique; astringent; réduire saignements et inflammations;</p> <p>- sommités florales en tisane: gastrite; catarrhe; diarrhée;</p> <p>- sommités florales en gargarisme: maux de gorge;</p> <p>- sommités florales en lotion: apaise rougeurs de la peau, taches de son, coup de soleil;</p> <p>USAGE INTERNE: diarrhées, dysenterie; hémoptysies; pertes blanches; règles douloureuses; crampes d'estomac; angine de poitrine; convulsions; incontinence d'urine</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion de 30 g par litre d'eau; faire donner un bouillon, infuser 10mn; 3 tasses par jour entre les repas;</p> <p>- ou décoction de 40 g de plante entière; bouillir 10 mn; 4 tasses par jour. On peut renforcer l'effet en ajoutant 10g de valériane par litre d'infusion;</p> <p>- crampes d'estomac: décoction de 50 g de plante entière; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- crampes musculaires: décoction de 40 g de plante entière; bouillir 10 mn; 3 tasses</p>

		<p>par jour; - crampes nocturnes: décoction de 50 g de plante entière; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour; - diarrhée, feuilles et les fleurs en infusion, 20 à 30 grammes pour un litre d'eau - hémorragie: décoction de 40g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - lithiase vésicale: décoction de 40g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - plexalgie: décoction de 40g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - déchaussement des dents: infusion de 40g de plante entière pendant 10mn; en bains de bouche; - gencives, raffermir les gencives: racine mâchée de temps en temps; - gingivite: décoction de 80g de plante entière; bouillir 10mn; en bains de bouche; - odontalgie: décoction de 80g de plante entière; bouillir 10mn; en bains de bouche et applications sur muqueuse buccale; - odontorragie: décoction de 100g de plante entière; bouillir 10mn; bains de bouche; - posthite: décoction de 100g de plante entière; bouillir 10mn; applications locales;</p>
POTENTILLA ARGENTEA L.	Potentille argentée	<p>PROPRIETES: - racines: astringent, vulnérable, dessicatif.</p> <p>USAGE INTERNE: Ricard dit que la décoction d'argentine peut être employée comme tonique dans la diarrhée chronique. On emploie les feuilles et les fleurs en infusion, 20 à 30 grammes pour un litre d'eau, contre la diarrhée.</p> <p>USAGE EXTERNE: La racine d'argentine est un bon remède pour les dents et raffermi les gencives. Il suffit d'en mâcher un morceau de temps en temps. Noyel dit que le sue des feuilles appliquées sur le front arrête l'hémorragie du nez. Julien de Fontenelle rapporte que l'argentine a été recommandée contre la jaunisse, le scorbut et l'hydropisie</p>
POTENTILLA erecta (L.) Räusch. *subsp. erecta, POTENTILLA TORMENTILLA (L.) NECKER	Potentille tormentille	<p>PROPRIETES: - rhizome: astringent; vulnérable; styptique; stomachique; diarrhée; scorbut; tonique et excitant; hémostatique; fébrifuge; cicatrisant (usage externe)</p> <p>USAGE INTERNE: diarrhées, dysenterie; tuberculose (hémoptysies); néphrites; métrites, pertes blanches; hémophilie; incontinence d'urine</p> <p>USAGE EXTERNE: contusions; brûlures; ulcères atones, aphtes, ulcérations de la bouche; pertes blanches;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - décoction de 15-30g pour 1 litre d'eau; bouillir et infuser 10mn; boire en 2 jours; - vin: 70g de racine de tormentille dans 1 litre de vin de Porto; laisser macérer 1 semaine; filtrer; 1-3 verres à Bordeaux par jour;</p> <p>- incontinence urinaire: infusion de 20g de racine pendant 25mn; par cuillerées; - syncope: infusion de 20g de racine pendant 30mn; par cuillerées;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - aphtes: décoction: 50g pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn en gargarismes; - bouche, ulcération de la bouche: décoction: 50g pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn en gargarismes; - brûlure: décoction: 50g pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn en compresse; - contusion: décoction: 50g pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn en compresses; - ecchymose: décoction de 100g de racine; bouillir 10mn; en applications locales; - gencive, ramollissement des gencives: décoction: 50g pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn en gargarismes; - gingivorragie: décoction de 100g de racine; bouillir 10mn; en bains de bouche; - leucorrhée: décoction de 60g de plante entière; bouillir 10mn; en injections vaginales; - néphralgie: décoction de 40g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour ou par cuillerées; - odontalgie: racine en poudre à appliquer sur les dents cariées; - odontorragie: décoction de 100g de racine; bouillir 10mn; en bains de bouche; - pharyngite catarrhale: infusion de 30g de racine pendant 30mn; en gargarismes;</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - ramollissement des gencives: décoction: 50g pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn en gargarismes; - ulcération de la bouche: décoction: 50g pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn en gargarismes; - ulcère atone: décoction: 50g pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn en lotions;
POTENTILLA FRUTICOSA L.	Potentille frutescente	PROPRIETES: voir POTENTILLA erecta
POTENTILLA palustris (L.) Scop.	Comaret des marais	PROPRIETES: - parties souterraines: astringent
POTENTILLA REPTANS L.	Potentille rampante	<p>PROPRIETES: analogues à celles de la tormentille (POTENTILLA erecta): astringent; fébrifuge; cicatrisant; vulnéraire.</p> <p>USAGE INTERNE: diarrhées non inflammatoires; états fébriles</p> <p>USAGE EXTERNE: angines; aphtes, ulcérations de la bouche</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - décoction de 50g de racine par litre d'eau; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- hémorroïdes saignantes: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- hypo ménorrhée: décoction de 40g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- laryngite: décoction de 40g de racine; bouillir 5-6mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- trachéite chronique: décoction de 40g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: décoction en gargarismes, lavages de bouche; angine muco-membraneuse (gargarisme: décoction de 100g de racine; bouillir 10mn); - glossite: décoction de 60g de racine; bouillir 10mn; en bains de bouche;</p>
POTENTILLA RUPESTRIS L. *SUBSP. RUPESTRIS	Potentille des rochers	PROPRIETES: voir POTENTILLA erecta
PRIMULA AURICULA L. *SUBSP. AURICULA	Primevère auricule	PROPRIETES: - racines: phtisie; - suc de la plante: engelures, abcès
PRIMULA ELATIOR (L.) Hill *SUBSP. ELATIOR	Primevère élevée	PROPRIETES: expectorant; diurétique; antispasmodique; analgésique
PRIMULA FARINOSA L. *subsp. FARINOSA	Primevère farineuse	PROPRIETES: - parties souterraines: faciliter la respiration
PRIMULA veris L. *subsp. veris	Primevère officinale	<p>PROPRIETES: Réputé autrefois pour soigner la paralysie de la langue et le bégaiement, le coucou était appelé " herbe à la paralysie " .</p> <p>- pétales: sédatif; diminuer la production d'histamine et détruire les radicaux libres qui font vieillir la peau; spasmes; inflammations;</p> <p>- fleurs en tisane: tension; maux de tête; sommeil agité; rhume; stress nerveux;</p> <p>- fleurs en lotion: boutons; rides; coups de soleil;</p> <p>- racine: expectorant, sternutatoire, migraine, maladies de poitrine, paralysie, expulsion des mucosités; diurétique; réduire fluxions ou spasmes; contient des composés du type de l'aspirine;</p> <p>- racine en décoction: bronchite chronique; .</p> <p>USAGE INTERNE: grippe, bronchites, pneumonie, coqueluche; lithiase urinaire; céphalées, migraines; névralgies, rhumatismes, goutte; vertiges; hystérie, chorée, convulsions infantiles; vomissements; expectorant, affection des voies respiratoires, bronchites, coqueluche, grippe; diurétique; antispasmodique; analgésique; vermifuge;</p> <p>USAGE EXTERNE: anti ecchymotique; contusions; hémolytique; pétales: sédatif; diminuer la production d'histamine et détruire les radicaux libres qui font vieillir la peau; spasmes; inflammations;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - affection respiratoire, affection des voies respiratoires: 1 cuillerée à café de poudre de racine en additif alimentaire à chaque repas; ou décoction d'1 cuillerée à dessert de racine par tasse d'eau (20-30g par litre d'eau), bouillir 2mn, infuser 10mn, 3 tasses par jour entre les repas; ou infusion d'1 cuillerée à dessert (5g) de plante coupée ou de fleurs par tasse d'eau bouillante, infuser 10mn, 1 tasse après les repas;</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - asthénie psychique: infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - asthme: décoction de 30 g de racine; bouillir 8 mn; 2-4 tasses par jour, tiède, loin des repas; - céphalée due à la neurasthénie: décoction de 20 g de fleurs; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour; - douleurs dues à la goutte: décoction de 40g de rhizome; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - épilepsie: infusion de 20g de fleurs pendant 25mn; 3 tasses par jour; - hémiplégié: décoction de 40g de racine; bouillir 5mn; 4 tasses par jour; - hyperexcitabilité: infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; - hystérie: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - indigestion nerveuse: infusion de 20g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - insomnie: infusion de 20g de fleurs pendant 30mn; 1 tasse avant le coucher; - ménopause avec dystonie neuropsychique: décoction de 30g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - migraine: infusion de 5g de sommités fleuries pour ½ litre pendant 20mn; 3 tasses par jour; - plexalgie: infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - respiration, affections respiratoires: 1 cuillerée à café de poudre de racine en additif alimentaire à chaque repas; ou décoction d'1 cuillerée à dessert de racine par tasse d'eau (20-30g par litre d'eau), bouillir 2mn, infuser 10mn, 3 tasses par jour entre les repas; ou infusion d'1 cuillerée à dessert (5g) de plante coupée ou de fleurs par tasse d'eau bouillante, infuser 10mn, 1 tasse après les repas; - rhumatisme arthritique: décoction de 30g de rhizome et fleurs; bouillir 10mn; 3 tasses par jour. Infusion de 20g de fleurs pendant 30mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - rhumatisme articulaire aigu: décoction de 40g de rhizome; bouillir 5mn; 3 tasses par jour avec beaucoup de jus de citron; - sédatif: infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - vertige, vertige d'origine nerveuse: décoction de 40g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - contusions: décoction de 100g de racine pour 1 litre d'eau, réduite d'1/3; - ecchymose: décoction de 30g de fleurs; bouillir 10mn; en applications locales;
PRIMULA vulgaris Huds. *subsp. vulgaris	Primevère acaule	<p>PROPRIETES: voir PRIMULA officinalis;</p> <ul style="list-style-type: none"> - expectorant; diurétique; antispasmodique; analgésique; - fleurs et feuilles: purifier le sang; - fleurs en tisane: faiblement sédatif; maux de tête; - racine en décoction: expectorant; toux; - feuilles séchées puis trempées en lotion: soulage yeux irrités; - jus de feuilles: boutons; <p>USAGE EXTERNE: anti ecchymotique</p>
PRUNELLA grandiflora (L.) Schöller	Brunelle à grandes fleurs.	<p>PROPRIETES: astringent; hémostatique;</p> <p>USAGE EXTERNE: vulnéraire;</p>
PRUNELLA VULGARIS L. *subsp. vulgaris	Brunelle officinale	<p>PROPRIETES: astringent; fébrifuge; hémostatique; hypoglycémiant; détersif; réguler les sécrétions pancréatiques exocrines; contre diarrhées;</p> <ul style="list-style-type: none"> - parties aériennes: astringent; antiseptique; cicatrisant; réduire pression sanguine; maux de gorge; saignement des gencives; hémorroïdes; troubles menstruels; - épis floraux: antiseptique; rafraîchissant; stimuler le foie; stimuler la vésicule biliaire; hypertension; conjonctivite; <p>USAGE INTERNE: diabète;</p> <p>USAGE EXTERNE: vulnéraire; plaies; angines, glossites, stomatites;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - tonique de l'estomac: infusion de 40g par litre d'eau; 3-4 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cicatrisant des plaies: plante écrasée en application; - décoction: 40g par litre d'eau, en gargarismes, lavages de bouche
PRUNUS ARMENIACA L.	Abricotier	<p>PROPRIETES: très nutritif, très digérable à maturité complète, antianémique, équilibrant nerveux, apéritif, augmente les réactions naturelles de défense, astringent donc anti diarrhéique frais, laxatif sec;</p>

		<p>USAGE INTERNE: asthénie physique et intellectuelle (états dépressifs), anémie, nervosisme, insomnies, inappétence, convalescences, diarrhées, constipation;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - anémie, convalescence: le fruit tel quel, très mûr, compotes, jus; - sédatif: fruits mûrs et séchés; en grande quantité;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: peau du visage: jus tonifiant;</p>
PRUNUS AVIUM (L.) L. *var. AVIUM	Merisier	<p>PROPRIETES: "queues de cerise": diurétique;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - bradypepsie: décoction de 40 g d'écorce; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour loin des repas; - dyspepsies hyper chlorhydriques: décoction de 40g d'écorce; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p>
PRUNUS BRIGANTIACA VILL.	Prunier de Briançon	<p>PROPRIETES: - "huile de marmotte" extraite des fruits: contusions</p>
PRUNUS CERASUS L. *subsp. CERASUS	Cerisier griottier	<p>PROPRIETES: dépuratif puissant, détoxiquant; reminéralisant; énergétique musculaire et nervin; anti-infectieux; augmente les réactions naturelles de défense; rafraîchissant; sédatif nervin; régulateur hépatique et gastrique; diurétique sédatif des voies urinaires); antirhumatismal, antiarthritique; laxatif; rajeunissant tissulaire;</p> <p>USAGE INTERNE: pléthore, artériosclérose, obésité; déminéralisation, retards de croissance; hépatisme; rhumatisme, goutte; arthritisme; lithiases urinaire et biliaire; fermentations intestinales; constipation; prévention du vieillissement; insuffisances rénales; néphrites, cystites; lithiases urinaire; œdèmes (cardiopathies);</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion d'1 poignée de queues par litre d'eau; bouillir 10mn; 1/2 litre par jour; (lorsque les pédoncules sont secs, les faire macérer au préalable, pendant 12 heures, dans de l'eau froide).</p> <p>- déchets, élimine déchets: 1 ou 2 journées de cure de cerises ou de jus, exclusivement; - dépuratif, dépuratif organique: 30 g de queues de cerises écrasées au broyeur; les jeter dans 1 litre d'eau froide; couvrir et porter l'ensemble doucement à ébullition; laisser bouillir ½ heure puis retirer du feu; filtrer; 1 verre matin et soir en dehors des repas; cure de 2-3 semaines à renouveler tous les 3 mois; ou 1 ou 2 journées de cure de cerises ou de jus, exclusivement; - diathèse urique: décoction de 40g de pédoncules des fruits; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - diurétique: décoction de 40 g de pédoncules des fruits -queues des cerises-; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - dyspeptique: fruit cuit: compotes, confitures; - gravelle oxalique: décoction de 50g de pédoncules des fruits; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hydarthrose: décoction de 50g de pédoncules des fruits; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hydropisie: décoction de 40g de pédoncules des fruits; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hydropisie hépatique: décoction de 50g de pédoncules des fruits; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - insuffisance rénale: décoction de 60g de pédoncules des fruits; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - néphrose: décoction de 40g de pédoncules des fruits; bouillir 10-12mn; 3 tasses par jour; - obésité: décoction de 50g de pédoncules des fruits; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec jus de citron; - oligurie: décoction de 50g de pédoncules des fruits; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - uricémie: décoction de 50g de pédoncules des fruits; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et mie;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - algie rhumatismale: huile extraite de l'amande du noyau; - migraine: emplâtres de cerises écrasées sur le front; - peau, soin de la peau: emplâtres de cerises écrasées sur le visage et sur le cou:</p>

		<p>soins de la peau (tonifiant des téguments fatigués); - rhumatisme, algie rhumatismale: huile extraite de l'amande du noyau; - soin de la peau: emplâtres de cerises écrasées sur le visage et sur le cou: soins de la peau (tonifiant des téguments fatigués); - taches cutanées: huile extraite de l'amande du noyau; - verrue: huile extraite de l'amande du noyau;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: diurétique pour les bovins Médecine vétérinaire ancienne: diurétique pour les néphrites aiguës, les cystites (queues de cerises)</p>
PRUNUS DOMESTICA L. *SUBSP. DOMESTICA	Prunier cultivé	<p>PROPRIETES: - prune: énergétique; stimulant nerveux et régénérateur des nerfs; diurétique; laxatif; désintoxiquant; décongestionnant hépatique; - pruneau: très nutritif; tonique nervin; laxatif: amollit et fluidifie les viscères; - feuilles: diurétique; laxatif; fébrifuge; vermifuge; - fruit séché: laxatif;</p> <p>USAGE INTERNE: prune: asthénie; anémie; surmenage; goutte, rhumatisme; athérosclérose; constipation; intoxication alimentaire; hépatisme; tempérament bilieux; - pruneau: sportifs, enfants; régimes hypo-azotés pour rhumatisants, gouteux, artérioscléreux, néphrotiques; surmenage; constipation; hémorroïdes; tempérament bilieux; - feuilles: diurétique; laxatif; fébrifuge; vermifuge;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - prune: fruit: à jeun et avant les repas; - le jus pour une action plus intense: 1 verre avant les 3 repas; - pruneau: compotes;</p> <p>- constipation: faire cuire des pruneaux, puis boire le jus et manger les pruneaux; ou faire tremper des pruneaux crus dans de l'eau froide pendant 24 heures après les avoir incisés au couteau: 4 à 10 pruneaux au petit déjeuner; ou faire cuire des pruneaux dans un mélange d'eau et de vin rouge, y ajouter de la cannelle et un zeste de citron et du sucre de canne: consommer comme un dessert; ou à jeun manger des prunes fraîches avec du pain de seigle; ou tremper le soir quelques pruneaux dans un bol d'eau: le lendemain à jeun, manger les pruneaux et boire l'eau de trempage; - dépuratif du sang: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; ou décoction de 25 à 30g de feuilles pour 1l d'eau;</p>
PRUNUS domestica L. *subsp. insititia (L.) Bonnier & Layens	Prunier à greffer	<p>PROPRIETES: - fleurs: légèrement purgatif; - racines et écorces des branches: astringent; réduire hémorragies; réduire fièvres</p>
PRUNUS dulcis (Mill.) D. A. Webb.	Amandier	<p>PROPRIETES: très nutritif, aliment équilibré; énergétique, surtout nervin; rééquilibrant nerveux; reminéralisant; antiseptique intestinal; plus digestible si amande légèrement grillée; émollient; calmant; diurétique; fébrifuge; purgatif; vermifuge;</p> <p>USAGE INTERNE: grossesse et allaitement, asthénie physique et intellectuelle, pratique des sports, affections nerveuses, inflammations et spasmes de la gorge, des voies urinaires, génito-urinaires et gastro-intestinales, tendance aux infections, lithiase urinaire, déminéralisation, convalescence, croissance, constipation et putréfaction intestinale, peut être consommée par les diabétiques;</p> <p>USAGE EXTERNE: dermatoses, brûlures, crevasses, peaux sèches, otalgies</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: LAIT D'AMANDES: contre spasmes et inflammation de l'estomac, de l'intestin, des voies urinaires, les palpitations, les toux quinteuses, les convalescents et les enfants; HUILE D'AMANDES DOUCES: purgatif doux (60g.), laxatif, contre engorgement bronchique, toux quinteuses, favorise l'élimination des calculs urinaires;</p> <p>- cerveau, tonique: manger 6-20 amandes par jour avec des figues et du miel; - convalescence: manger les graines (6 à 15 par jour); - coqueluche: feuilles et fleurs en infusion: 30g de feuilles et 15g de fleurs pour 1 litre d'eau, infuser 10mn, 1 tasse avant chaque repas, 4 tasses entre les repas; ou 2 poignées de coques par litre d'eau, bouillir 20mn, par petites tasses dans la journée; - foie, insuffisance hépatique: feuilles et fleurs en infusion: 30g de feuilles et 15g</p>

		<p>de fleurs pour 1 litre d'eau, infuser 10mn, 1 tasse avant chaque repas;</p> <ul style="list-style-type: none"> - fragilité infantile: fruits secs à consommer en grande quantité. Contre-indication chez les sujets ayant les reins malades; - intoxication intestinale: faire macérer 100g d'amandes hachées finement, toute la journée dans 1 assiette creuse, avec 800g d'eau tiède, puis filtrer; boire dans la journée; - maigreux: utiliser les amandes torréfiées et pulvérisées, à la place du café, avec du lait entier; - tonique du cerveau: manger 6-20 amandes par jour avec des figues et du miel; - toux quinteuse: feuilles et fleurs en infusion: 30g de feuilles et 15g de fleurs pour 1 litre d'eau, infuser 10mn, 4 tasses entre les repas; <p>POSOLOGIE EXTERNE: HUILE D'AMANDES DOUCES: <ul style="list-style-type: none"> - eczéma sec, brûlures, érysipèle, prurits, crevasses, entretien des peaux sèches: application 15 à 20 minutes 2 ou 3 fois par semaine; - otalgie, otite: quelques gouttes d'huile dans l'oreille au coucher; </p> <p>Médecine vétérinaire empirique: purgatif pour le bétail: jus d'amande amère, ou directement l'amande amère (pas plus d'une amande pour 20kg), ou émulsion (6g d'amandes pour 100ml d'eau; pas plus de 10ml/10kg)</p>
PRUNUS LAUROCERASUS L.	Laurier cerise	<p>PROPRIETES: <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: antispasmodique; sédatif nerveux; stimulant de la respiration (à cause de l'acide cyanhydrique); action comparable à celle des anesthésiques (entraîne la faiblesse musculaire, une diminution des battements du cœur); </p> <p>USAGE INTERNE: spasmes et douleurs; spasmes du tube digestif et des bronches; asthme; toux nerveuse; palpitations; insomnie; vomissements de la grossesse;</p> <p>USAGE EXTERNE: dartres, irritations cutanées;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: <ul style="list-style-type: none"> - arthrite goutteuse: décoction de 50g de pédoncules; bouillir 14mn; 3 tasses par jour; </p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: <ul style="list-style-type: none"> - 1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 3mn; en compresses sur le front, poitrine, estomac, intestin, selon le cas; - transpiration des pieds: décoction de 80g de baies écrasées; bouillir 10mn; en bains de pieds; - INCOMPATIBILITE: calomel (production de cyanure de mercure, très toxique); </p>
PRUNUS MAHALEB L.	Cerisier mahaleb	<p>PROPRIETES: <ul style="list-style-type: none"> - bois: rage (anciennement et avec erreur) </p>
PRUNUS PADUS L. *subsp. padus	Cerisier putiet	<p>PROPRIETES: <ul style="list-style-type: none"> - écorce: amer, astringent, pour remplacer le "Quinquina" </p>
PRUNUS PERSICA ((L.) Batsch *VAR. PERSICA	Pêcher commun	<p>PROPRIETES: énergétique; stomachique; diurétique; laxatif léger;</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles et fleurs: antispasmodique; sédatif; laxatif doux; expectorant; vermifuge; diurétique; - au printemps fleurs roses solitaires: parasites intestinaux; - fleurs sous forme de sirop: laxatif, vermifuge; <p>USAGE INTERNE: dyspepsies; hématuries; lithiases urinaires; goutte; constipation (des enfants surtout); coqueluche; arthritisme; parasites intestinaux;</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs: sédatives; antispasmodiques; laxatives; - feuilles: vermifuges; <p>USAGE EXTERNE: feuilles en cataplasmes contre cancers ulcérés; brûlures, contusions;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: <ul style="list-style-type: none"> - colère des enfants: infusion d'1 pincée à 1 cuillerée à soupe de fleurs par tasse (selon l'âge); infuser 10mn; 1/2 à 2 tasses par jour; - coqueluche: infusion de 40 g de fleurs pendant 20 mn; 2 tasses par jour avec du miel; - purgatif: décoction de 60g de feuilles fraîches par litre d'eau; - toux spasmodiques: infusion de 40 g de fleurs pendant 20 mn; 2 tasses par jour avec du miel; </p>

		<p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - brûlures et contusions: feuilles hachées + persil + huile d'olive en cataplasmes; - cancers ulcérés: cataplasmes de feuilles; - gingivite: rinçage de la bouche avec une tisane chaude de noyaux de pêche, 3 fois par jour;
PRUNUS SEROTINA EHRH.	Cerisier d'automne	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - écorce: aromate; sédatif de la toux
PRUNUS SPINOSA L.	Prunellier	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - prunelles: tonique général; astringent; anti diarrhée. - feuilles et écorce; propriétés hypoglycémiantes; astringent; asthme; hydropisie; antidiabétique; fébrifuge; antiasthmatique. - fleur: laxatif; diurétique; dépuratif (rhumatisme, goutte); - écorce: fébrifuge; - feuilles: dépuratif; <p>USAGE INTERNE: fatigue générale; croissance; furonculose; acné</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruit: décoction d'1 poignée par litre d'eau; bouillir quelques minutes; à volonté; - infusion d'1 cuillerée à dessert de feuilles, racine, écorce par tasse d'eau; bouillir 2mn; infuser 10mn; 2 tasses entre les repas; - calcul, douleurs dues à des calculs: décoction de 30g d'écorce; bouillir 5mn; 2 tasses par jour; - dépuratif: infusion d'1 cuillerée à dessert de fleurs (5g); - diurétique, laxatif: infusion de 5g de fleurs par tasse; - douleurs dues à des calculs: décoction de 30g d'écorce; bouillir 5mn; 2 tasses par jour; - fébrifuge: décoction de 30g d'écorce par litre d'eau; - laxatif léger: 2g de poudre de fleurs à chaque repas en additif alimentaire; - tonique de l'estomac: infusion de 30g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; - tonique des nerfs: consommer les fruits secs en grande quantité; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - angine herpétique: en gargarisme: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn;
PSEUDOFUMARIA lutea (L.) Borkh.	Corydalle jaune	<p>PROPRIETES: Autrefois l'herboristerie populaire l'utilisait comme vermifuge. Le bulbe est utilisé en médecine: il est efficace contre la tension artérielle et la maladie de Parkinson mais il peut être toxique car il contient des alcaloïdes.</p> <ul style="list-style-type: none"> - goutte
PSIDIUM guayava L.	Goyave	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruit: légèrement laxatif; - décoction de feuilles et écorce: indigestions; diarrhées; - feuilles bouillies avec de la citronnelle: toux; - racine pilée: dysenterie; - feuilles: mâchées: maux de dents. <p>1. Utilisation populaire:</p> <p>L'usage anti diarrhée des racines, feuilles et fruits verts se retrouve presque dans tous les pays du Caraïbes, en Amérique tropicale et en Afrique. Pour cela, le jus de fruit est consommé nature ou additionné de sel ou de sucre ou encore c'est la feuille qui est utilisée sous forme de décoction ou d'infusion aqueuse sucrée ou salée, par voie orale.</p> <p>Les indications contre le choc émotionnel sont également retrouvées. Dans ce cas, c'est la feuille écrasée qui est utilisée en inhalation, en friction ou en décoction sucrée ou salée par voie orale. Le bourgeon foliaire décocté est indiqué dans les vomissements. Le fruit mûr est utilisé comme laxatif.</p> <p>2. Utilisation par les guérisseurs:</p> <p>Au Sénégal, Jean Ndiaye, guérisseur à Rufisque recommande la décoction de jeunes feuilles fraîches dans 1,5 l d'eau en cas de diarrhée infantile. Filtrer la préparation et faire boire avec du sucre.</p> <p>Au Cameroun, les feuilles fraîches sont indiquées dans les dysenteries. Pour cela, piler les feuilles, additionner de l'eau et filtrer. La solution obtenue est administrée aux malades.</p> <p>Au Burkina Faso, le Père DE LA PRADILLA prescrit comme anti diarrhée les jeunes feuilles de goyavier en association avec celles du mangifera indica et celles de Combretum chasalense. Il recommande les feuilles de goyavier et les bases enflées des tiges avec les racines de Cymbopogon schoenanthus contre la giardiase. En Inde, la décoction des feuilles est conseillée pour arrêter les vomissements</p>

		<p>provoqués par le choléra et pour soigner certaines maladies du système nerveux. Au Ghana, les feuilles mâchées servent à calmer les gages de dents.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - diarrhée: faire bouillir 15 g de feuilles dans un litre d'eau. Consommer jusqu'à 1 litre avec ou sans sucre dans la journée</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - plaie: à défaut d'une pommade antibiotique, les feuilles préalablement ébouillantées peuvent être appliquées en cataplasme sur les plaies infectées.</p> <p>Toxicologie: A forte dose, l'administration des préparations de <i>Psidium guajava</i> peut entraîner de la constipation en raison de la présence des tanins.</p> <p>PHARMACOLOGIE: Les activités antibiotiques et anti diarrhéiques très souvent signalées par les guérisseurs ont été testées au labo et se sont révélées positives. La propriété sédative a été démontrée. Clinique: Selon Fortin et coll. le décocté aqueux des feuilles en cataplasme, possède un pouvoir antimicrobien manifeste contre les organismes Gram (+) et Gram (-). Ainsi, à défaut d'une pommade antibiotique, les feuilles préalablement ébouillantées peuvent être appliquées en cataplasme sur les plaies infectées.</p>
PTELEA TRIFOLIATA L.	Frêne à trois feuilles	<p>PROPRIETES: - écorce de la racine: amère; aromatique; tonique; stomachique</p>
PTEROCARPUS santalinus	Ptérocarpe	<p>PROPRIETES: - poudre et copeaux de bois: astringent; inflammations; fièvres; piqûres de scorpion</p>
PTEROSELINUM austriacum (Jacq.) Rchb.	Peucédan d'Autriche	<p>PROPRIETES: - plante: stomachique, hydropisie</p>
PULICARIA DYSENTERICA (L.) Bernhardi	Pulicaire dysentérique	<p>PROPRIETES: - plante: dysenterie, aromatique. - Fleurs: vulnéraire. - Parties souterraines: mucilagineux, amer, âcre</p>
PULICARIA VULGARIS Gaertner	Pulicaire commune	<p>PROPRIETES: - plante: insecticide</p>
PULMONARIA OFFICINALIS L.	Pulmonaire officinale	<p>PROPRIETES: - feuilles: pectoral, émollient, diurétique; autrefois contre la phtisie; NOTES: les marques de la feuille ressemblent à des expectorations et rappellent l'usage de la plante;</p> <p>USAGE INTERNE: affections bronchiques; hémoptysies</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion d'1 poignée de feuilles ou de sommités fleuries par litre d'eau; bouillir; infuser 10mn; 3 verres par jour;</p> <p>- angine: décoction de 100g de sommités fleuries; bouillir 10mn; avec un jus de citron; - atonie vésicale: décoction de 40-50 g de feuilles et fleurs; bouillir 8-10 mn; 3 tasses par jour; - bronchectasie: décoction de 60 g de feuilles et fleurs; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour; - catarrhe: décoction de 50 g de feuilles et de fleurs; bouillir 5 mn; 3 tasses par jour; - entérocologie: décoction de 50g de feuilles et fleurs; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hydropisie rénale: décoction de 60g de fleurs; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - lymphatisme: décoction de 40g de feuilles et fleurs; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - strangurie: décoction de 60g de feuilles et fleurs; bouillir 5mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - toux asthmatique, toux rebelle: décoction de 60g de feuilles et fleurs; bouillir 5mn; 3 tasses par jour avec du miel; - trachéite chronique: décoction de 40g de feuilles et fleurs; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - engelures: compresses de décoction de 50g pour ½ litre d'eau; bouillir ½ heure;</p>
PULMONARIA tuberosa Schrank	Pulmonaire tubéreuse	voir PULMONARIA officinalis

<p>PULSATILLA VULGARIS Miller</p>	<p>Anémone pulsatile</p>	<p>PROPRIETES: antispasmodique (diminue l'irritabilité du système nerveux); action sédative particulière sur l'appareil génital; - parties aériennes séchées: sédatif; calmer douleurs; stress nerveux; spasmes; tension; maux de tête; maux d'oreilles; surmenage; névralgie; - infusions: paralysie, maladies de la peau, coqueluche; - Antibactérien Gram+ et -, Antimitotique (Protoanémone) - Antispasmodique - Sédatif des douleurs utérines - Inhibiteur du péristaltisme intestinal Applications - Toux de la coqueluche, Asthme (antispasmodique) - Aménorrhées, Dysménorrhées - Spasmes gastro-intestinaux - Règles douloureuses (d'origine utérine) - Homéopathie</p> <p>USAGE INTERNE: spasmes nerveux divers, notamment des organes génitaux (ovarite, orchite); spasmes gastro-intestinaux (G. Parturier); coryza spasmodique; toux spasmodiques (coqueluche, asthme); éréthisme cardio-vasculaire; règles douloureuses (d'origine utérine); migraines; névralgies; certaines névroses;</p> <p>USAGE EXTERNE: dartres, taches de rousseur (eau distillée d'anémone, en lotion)</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - plante entière fraîche en infusion à 5g par litre d'eau, 2-3 tasses par jour; - La plante fraîche est un poison, elle est légèrement vésicante et de saveur brûlante (mais la dessiccation la rend inoffensive)</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - feuilles broyées en sinapisme;</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne: compose la liqueur de fowler</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: contre la stase veineuse</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: - action sur le système veineux, les organes génitaux - caractérisé par la frilosité, grande variabilité des symptômes, état catarrhal des muqueuses, type lymphatique, peureux, à robe claire - pour la grossesse nerveuse de la chienne peureuse aux symptômes instables, les mammites interstitielles des bovins, l'alternance de diarrhée et de constipation, les bronchites à gros râles épais;</p>
<p>PUNICA GRANATUM L.</p>	<p>Grenadier commun</p>	<p>PROPRIETES: - écorce racine et graines: tonocardiaque; ténifuge, ténia; astringent; vermifuge; - fleurs: astringent; - écorce du fruit: dysenterie;</p> <p>USAGE INTERNE: écorce: asthénie; ténia, ascaris, bothriocéphale; dysenteries, diarrhées.- fleurs: leucorrhées; métrorragies;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - anorexie persistante: fruit à consommer en grande quantité; - bothriocéphales: décoction de 50 g d'écorce de racine; laisser macérer à froid 8 heures, puis réchauffer au bain-marie pour réduire la préparation des 2/3; 100 g en 3 fois toutes les 30 mn; 2 heures après, prendre un purgatif; - hémicrânie nerveuse: infusion de 30g de feuilles pendant 15mn; 3 tasses par jour; - ténia, ténifuge, vers solitaire: faire macérer 60-90g d'écorces sèches dans 300cc d'eau pendant 2 heures; réduire de moitié à feu doux puis à grand feu; boire la moitié au coucher et le reste le lendemain matin; 2 heures après la dernière prise, avaler 1 cuillerée à soupe d'huile de ricin pour purger; - vers solitaire: faire macérer 60-90g d'écorces sèches dans 300cc d'eau pendant 2 heures; réduire de moitié à feu doux puis à grand feu; boire la moitié au coucher et le reste le lendemain matin; 2 heures après la dernière prise, avaler 1 cuillerée à soupe d'huile de ricin pour purger;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - faiblesse des gencives: décoction de 50g d'écorce du fruit; bouillir 10mn; en bains de bouche;</p>

		<p>- polype: suc additionné de miel, instillé dans les narines, s'opposerait au développement des polypes;</p> <p>- CONTRE-INDICATIONS: enfants de moins de 5 ans; sujets déprimés, nerveux, femmes enceintes</p>
PYRACANTHA pauciflora (Poir.) M.Roem. [nom. cons. prop.]	Cotonéaster buisson ardent	<p>PROPRIETES:</p> <p>- fruits: tonique, astringent</p>
PYROLA CHLORANTHA Swartz	Pyrole à fleurs verdâtres	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: maladies de l'intestin</p>
PYROLA MINOR L.	Petite pyrole	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: maladies de l'intestin</p>
PYROLA ROTUNDIFOLIA L. *subsp. ROTUNDIFOLIA	Pyrole à feuilles rondes	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: vulnéraire, astringent, maladies d'intestin;</p> <p>- feuilles: astringent; diurétique; antiseptique des voies urinaires; vulnéraire;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- iritis: infusion de 100g de feuilles pendant 20mn; bains et applications locales;</p> <p>- plaie torpide: infusion de 100g de feuilles pendant 30mn; en applications locales;</p>
PYRUS COMMUNIS L.	Poirier commun	<p>PROPRIETES: propriétés analogues à celles de la busserole; diurétique uricolytique, éliminateur de l'acide urique, et antiputride; dépuratif; laxatif; reminéralisant, nutritif; stomachique; astringent; sédatif des voies urinaires; rafraîchissant;</p> <p>- écorce: tonique, astringent, fébrifuge;</p> <p>USAGE INTERNE: rhumatismes, goutte, arthritisme; asthénie psychique; surmenage, grossesse; anémie; tuberculose; diarrhées; oliguries; infections urinaires (colibacillose, cystite); lithiases urinaires</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- fruit: 2 à 3 livres par jour, avant repas;</p> <p>- jus: 2 à 3 verres par jour avant repas;</p> <p>- affections urinaires et prostatiques: infusion de 50g de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 20mn; 2-4 tasses par jour;</p> <p>- dépérissement: consommer le fruit en grande quantité;</p> <p>- diarrhée des enfants: poires râpées durant tout le temps de la diarrhée;</p> <p>- diurétique: poires séchées: 40 à 50g pour 1l d'eau, bouillir 1 heure;</p> <p>- énergétique: poires séchées: 40 à 50g pour 1l d'eau, bouillir 1 heure;</p> <p>- épuisement psychique et intellectuel: fruit à consommer en grande quantité;</p> <p>- fatigue intellectuelle: en consommer en grande quantité;</p> <p>- fragilité infantile: poires à consommer en grande quantité crue comme cuite;</p> <p>- hypertension artérielle: poires à consommer en grande quantité;</p> <p>- hypotension artérielle: poires à consommer en grande quantité;</p> <p>- lithiase urinaire: infusion de 50g de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 20mn; 2-4 tasses par jour;</p> <p>- prostate, affection prostatique: infusion de 50g de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 20mn; 2-4 tasses par jour;</p> <p>- prostate: hypertrophie et congestion: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- rafraîchissant: infusion de 100g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; ou poires séchées: 40 à 50g pour 1l d'eau, bouillir 1 heure;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- plaie atone: décoction de 50g d'écorce par litre d'eau, en lavages et pansements;</p> <p>- plaie rebelle: décoction de 50g de peau du fruit; bouillir 15mn; en applications locales;</p> <p>- ulcère: décoction de 50g d'écorce par litre d'eau, en lavages et pansements;</p>
PYRUS pyraester (L.) Du Roi *subsp. pyraester	Poirier de Piraster	<p>PROPRIETES:</p> <p>- les feuilles en décoction ont une action désinfectante des voies urinaires.</p>
QUERCUS CERRIS L.	Chêne chevelu	<p>PROPRIETES:</p> <p>- écorce et feuilles: astringent; tonique; antiseptique;</p> <p>- feuilles: compresses pour coupures.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- angine: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour;</p> <p>- aphte: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes</p>

		ou froids plusieurs fois par jour;
QUERCUS COCCIFERA L.	Chêne kermès	PROPRIETES: - écorce et feuilles: astringent; tonique; antiseptique; POSOLOGIE EXTERNE: - angine: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour; - aphte: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour;
QUERCUS diverses espèces	Chêne	PROPRIETES: - écorce et feuilles: astringent; tonique; antiseptique; POSOLOGIE EXTERNE: - angine: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour; - aphte: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour;
QUERCUS ILEX L. *subsp. ilex	Chêne vert	PROPRIETES: - écorce et feuilles: astringent; tonique; antiseptique; POSOLOGIE EXTERNE: - angine: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour; - aphte: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour;
QUERCUS infectoria	Chêne	PROPRIETES: - écorce et feuilles: astringent; tonique; antiseptique; POSOLOGIE EXTERNE: - angine: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour; - aphte: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour;
QUERCUS macrolepis	Chêne	PROPRIETES: - écorce et feuilles: astringent; tonique; antiseptique; POSOLOGIE EXTERNE: - angine: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour; - aphte: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour;
QUERCUS petraea Lieblein *subsp. petraea	Chêne sessile	PROPRIETES: - écorce et feuilles: astringent; tonique; antiseptique; POSOLOGIE EXTERNE: - angine: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour; - aphte: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour;
QUERCUS pubescens Willd. *subsp. pubescens [nom. cons.]	Chêne pubescent	PROPRIETES: - écorce et feuilles: astringent; tonique; antiseptique; POSOLOGIE EXTERNE: - angine: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour; - aphte: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour;
QUERCUS pyrenaica Willd.	Chêne des Pyrénées	PROPRIETES: - écorce et feuilles: astringent; tonique; antiseptique; POSOLOGIE EXTERNE: - angine: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour; - aphte: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour;
QUERCUS robur L. *subsp. robur	Chêne rouvre	PROPRIETES: les glands mélangés au chocolat après avoir été grillés et moulus, ils procurent une friandise antidiarrhéique.

- écorce et feuilles: astringent; tonique; antiseptique; anti diarrhéique; hémostatique; fébrifuge;
- poudre d'écorce: astringent, antiseptique, cicatrisant, détersif;
- en décoction contre diarrhée aiguë,
- en gargarisme: décoction de 100g d'écorce; bouillir 10mn: contre maux de gorge,
- en compresses sur brûlures et coupures,
- en onguent pour coupures et hémorroïdes;
- on les prise en cas de saignement de nez;

USAGE INTERNE: hémorragies (hémoptysies, intestinales, métrorragies); tuberculose; métrites, pertes blanches; diarrhées, dysenteries; gastralgies, atonie gastrique; faiblesse générale, lymphatisme; incontinence d'urine des enfants; fièvres paludéennes, augmentation de la rate;

USAGE EXTERNE: angines; ulcères atones, engelures, dermatoses, transpiration des pieds; fistules anales; hémorroïdes

POSOLOGIE INTERNE:

- diarrhée: décoction de 80g d'écorce des rameaux; bouillir 10mn; 4-5 cuillerées par jour;
- diarrhée opiniâtre: 1 poignée de feuilles par litre d'eau; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- engorgement des glandes: décoction de 20g de glands torréfiés; bouillir 10mn; 2 tasses par jour;
- énurésie: décoction de 80g d'écorce; bouillir 10mn; 3 tasses par jour. Jamais le soir;
- faiblesse générale: faire une sorte de café avec les glands torréfiés et ajouter du miel;
- gastralgies rebelles: 30g de poudre de glands par litre d'eau; infuser 10mn; 1 tasse sucrée après les repas;
- goitre: décoction de 80g de seconde écorce; bouillir 10mn; 4 cuillerées par jour;
- hémoptysie: 3g de poudre d'écorce avec du miel, le matin à jeun; ou 1 poignée de feuilles par litre d'eau; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- hémorragie: 1 poignée de feuilles par litre d'eau; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- incontinence urinaire: faire macérer 4 jours, 50g d'écorce coupée, dans 1 litre de vin rouge, puis filtrer; régulièrement 1 verre avant les repas; ou 1 poignée de feuilles par litre d'eau; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- leucorrhée: 1 poignée de feuilles par litre d'eau; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- métrorragie: 3g de poudre d'écorce avec du miel, le matin à jeun;
- selles sanglantes: 3g de poudre d'écorce avec du miel, le matin à jeun;
- tabagisme: décoction de 20g de glands torréfiés; bouillir 10mn; 2 tasses par jour avec du jus de citron;
- tonique: décoction de 80g d'écorce; bouillir 10mn; 7-8 cuillerées par jour avec du miel;
- tuberculose: 5g d'écorce par litre d'eau; bouillir 10mn; 3 tasses par jour entre les repas;

POSOLOGIE EXTERNE:

- angine: gargarismes plusieurs fois par jour: décoction de 100g d'écorce; bouillir 10mn; ou bains de bouche, gargarisme de 15g d'écorce des jeunes rameaux par litre d'eau en décoction;
- aphte: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour
- engelures, sueurs fétides des pieds: décoction d'écorce moulue en bains de pieds chauds de 20 à 30mn;
- faiblesse générale, rachitisme, lymphatisme; leucorrhée; pharyngite; stomatite;
- escarres: décoction de 200g d'écorce; bouillir 15mn; en applications locales;
- fistule de l'anus: décoction de 20g d'écorce; bouillir 20mn; en applications locales;
- goitre: décoction de 200g de seconde écorce; bouillir 15mn; en applications locales;
- inflammation des glandes: décoction de 50g de seconde écorce; bouillir 10mn; en applications locales;
- leucorrhée: bouillir 15mn, 20g d'écorce pulvérisée; en injections vaginales;
- pharyngite: décoction de 80g d'écorce; bouillir 10mn; en gargarismes; ou bains de bouche, gargarisme de 15g d'écorce des jeunes rameaux par litre d'eau en décoction;
- stomatite: décoction de 150g d'écorce en poudre; bouillir 20mn; en bains de bouche; ou bains de bouche, gargarisme de 15g d'écorce des jeunes rameaux par litre d'eau en décoction;

		-SYNERGIQUES: cachou, noyer, ratanhia, uva ursi, ronce, rose de Provins, cynorrhodons, tormentille, airelle, bistorte (tanin). Les inconvénients possibles sont ceux du tanin: irritation gastrique, vomissements, constipation
QUERCUS rotundifolia	Chêne à feuilles rondes.	PROPRIETES: - écorce et feuilles: astringent; tonique; antiseptique; POSOLOGIE EXTERNE: - angine: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour; - aphte: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour;
QUERCUS SUBER L.	Chêne liège	PROPRIETES: - écorce et feuilles: astringent; tonique; antiseptique; POSOLOGIE EXTERNE: - angine: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour; - aphte: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour;
QUERCUS TOZA BOSC. *VAR. TOZA	Chêne tauzin	PROPRIETES: - écorce et feuilles: astringent; tonique; antiseptique; POSOLOGIE EXTERNE: - angine: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour; - aphte: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour;
QUERCUS trojana	Chêne de Trojan.	PROPRIETES: - écorce et feuilles: astringent; tonique; antiseptique; POSOLOGIE EXTERNE: - angine: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour; - aphte: 100g écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn, filtrer: bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour;
RANUNCULUS ficaria L. *subsp. ficaria	Ficaire du printemps	PROPRIETES: diaphorétique; antispasmodique; antiscorbutique; tumeurs scrofuleuses; vésicatoire; hémorragies; analgésique; rubéfiant; décongestionnant; Les racines ressemblant à des hémorroïdes étaient préconisées, dans la médecine des signes, contre cette affection; USAGE INTERNE: hémorroïdes; USAGE EXTERNE: racines pour soulager hémorroïdes en onguent ou compresses; Risques: plante fraîche peut être irritante (protoanemonine), et dangereuse en usage interne (L. Girre);
RANUNCULUS SCCELERATUS L. *subsp. SCCELERATUS	Renoncule scélérate	son action vénéneuse produit une contraction spasmodique de la bouche et des joues (d'où l'expression: sourire sardonique)
RAPHANUS RAPHANISTRUM L. *SUBSP. RAPHANISTRUM	Radis ravenelle	PROPRIETES: - plante: irritant; - graines: rhumatismes. POSOLOGIE INTERNE: - cachexie: infusion de 40 g de racine de seconde année pendant 20 mn; 2-3 tasses par jour; - hyperacidité gastrique: infusion de 40g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour; POSOLOGIE EXTERNE: - gingivorragie: mâcher lentement la racine, surtout si les dents ont tendance à se déchausser;
RAPHANUS RAPHANISTRUM L. *SUBSP. SATIVUS L. *VAR. NIGER MILLER	Radis noir	PROPRIETES: cholécystokinétique: provoque le vidage de la vésicule biliaire; antiscorbutique: l'un des plus puissants; tonique respiratoire; stimulant de la cellule hépatique; apéritif et digestif; diurétique; antiallergique; sédatif nerveux; - Draineur hépatique, cholagogue et cholérétique

		<p>- Draineur et fluidifiant bronchique</p> <p>USAGE INTERNE: lithiase biliaire et urinaire; cholécystites; anémie; dyspepsies; insuffisance hépatique, foie colonial; affections pulmonaires, bronchites chroniques, asthme; coqueluche; goutte, rhumatismes, arthrites chroniques; rachitisme; allergies; scorbut; eczéma;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- cru en hors-d'œuvre;</p> <p>- suc fraîchement extrait: 20 à 50g par jour;</p> <p>- affections respiratoires: creuser 1 radis noir et le remplir de sucre; récolter le sirop qui s'en écoule; 3-4 cuillerées à café par jour;</p> <p>- allergie: cru en hors-d'œuvre;</p> <p>- anémie: faire bouillir 10-15g de racine de raifort coupée finement dans ½ litre d'eau pendant 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- asthme: creuser 1 radis noir et le remplir de sucre; récolter le sirop qui s'en écoule; 3-4 cuillerées à café par jour;</p> <p>- bronchite: découper des tranches fines de radis noir et de navet; les recouvrir de sucre candi, laisser macérer au moins 1 jour; 1 cuillerée à soupe de jus toutes les heures;</p> <p>- bronchite chronique: creuser 1 radis noir et le remplir de sucre; récolter le sirop qui s'en écoule; 3-4 cuillerées à café par jour;</p> <p>- fortifiant: dans 1 terrine, couches alternées de rondelles de radis noir et de sucre candi, le lendemain un sirop abondant est formé: 4 à 6 cuillerées à soupe par jour;</p> <p>- respiration, affections respiratoires: creuser 1 radis noir et le remplir de sucre; récolter le sirop qui s'en écoule; 3-4 cuillerées à café par jour;</p> <p>- toux: dans 1 terrine, couches alternées de rondelles de radis noir et de sucre candi, le lendemain un sirop abondant est formé: 4 à 6 cuillerées à soupe par jour;</p> <p>- troubles vésiculaires: cure de radis noir matin et soir pendant 1 semaine; croquer les radis avec un peu de sel ou les broyer pour boire un verre de jus avant chaque repas;</p> <p>- urticaire: le matin, manger des rondelles de radis noir et un cœur d'artichaut;</p> <p>- vésicule, troubles vésiculaires: cure de radis noir matin et soir pendant 1 semaine; croquer les radis avec un peu de sel ou les broyer pour boire un verre de jus avant chaque repas;</p> <p>- voies respiratoires: creuser 1 radis noir et le remplir de sucre; récolter le sirop qui s'en écoule; 3-4 cuillerées à café par jour;</p> <p>Risques: éviter en cas de gastrite; pas d'usage prolongé en cas d'affection thyroïdienne;</p>
RAPHANUS sativus L.	Radis	<p>PROPRIETES: apéritif; antiscorbutique; antirachitique; antiseptique général; draineur hépatique et rénal; pectoral;</p> <p>USAGE INTERNE: inappétence; scorbut; rachitisme, déminéralisation; fermentations intestinales; hépatisme, ictère; lithiase biliaire; arthrite, rhumatisme; affections pulmonaires, bronchites, asthme;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- cru en hors-d'œuvre: racine et feuilles;</p> <p>- autres utilisations: voir RAPHANUS niger;</p> <p>- coqueluche ou toux spasmodiques: couper le radis dans sa partie supérieure et avec une petite cuillère, creuser un trou que l'on remplira de sucre; répéter l'opération plusieurs fois par jour;</p> <p>- hypercholestérolémie: jus de radis à raison d'1 cuillerée à café avant chaque repas;</p> <p>- névrite: à consommer en salade;</p> <p>- polynévrite: à consommer en salade;</p> <p>- toux spasmodiques: couper le radis dans sa partie supérieure et avec une petite cuillère, creuser un trou que l'on remplira de sucre; répéter l'opération plusieurs fois par jour;</p>
RAUWOLFIA serpentina (L.) Benth. ex Kurz.	Rauwolfia	<p>PROPRIETES:</p> <p>- racine: hypotenseur; sédatif nerveux et psychique (sympathicolitique), son action semble liée à l'administration de ses alcaloïdes totaux;</p> <p>- La réserpine a beaucoup été utilisée dans les années 60 pour ses effets neuroleptiques et anti-hypertenseurs (déplétion en catécholamines, qui explique l'action sédatif et anti-hypertensive) idem rescinnamine et déséripidine</p> <p>- La raubasine (ajmalicine) est un spasmolytique alpha-bloquant, modérateur des</p>

		<p>centres vasomoteurs bulbaires</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'ajmaline est un anti-arythmique (ralentit la vitesse de dépolarisation des cellules auriculaires et ventriculaires) - La raubasine (ajmalicine) est extraite aussi de <i>Catharanthus roseus</i> - Manifestations délirantes des personnes âgées - Troubles du comportement - Suites de traumatismes crâniens et leurs séquelles neurologiques <p>USAGE INTERNE: hypertension (surtout de la grossesse, Basedow, ménopause); glaucome; insomnies nerveuses; certains troubles mentaux;</p> <p>Risques</p> <ul style="list-style-type: none"> - Effets parasymphomimétiques de la réserpine: somnolence, congestion nasale, hypersécrétion salivaire et gastrique, - Contre-indication: états dépressifs, association IMAO et lévo-dopa, ulcère gastro-duodéal en évolution
REICHARDIA PICROIDES (L.) ROTH.	Reichardie fausse picride	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: apéritif, un peu diurétique
RESEDA LUTEA L. *subsp. LUTEA	Réséda jaune	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: âcre, vulnérable, diurétique, sudorifique. <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - hyperazotémie: infusion de 60 g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - insuffisance hépatique: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;
RESEDA LUTEOLA (TOURN.) L. *subsp. luteola	Réséda des teinturiers	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - racine: apéritif, contre vers intestinaux
RESEDA ODORATA L.	Réséda odorant	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: appliquer sur les plaies
RESEDA PHYTEUMA L. *subsp. PHYTEUMA	Réséda raiponce	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: dépuratif, sudorifique
REYNOUTRIA japonica Houtt. *var. japonica	Renouée du Japon	<p>PROPRIETES: cette plante renferme des composés potentiellement actifs contre le cancer de l'estomac;</p> <ul style="list-style-type: none"> - rhizome et feuilles: activer la circulation du sang; éliminer les toxines; régénérer les tissus; - racines en décoction: hépatite; règles irrégulières; jaunisse; bourdonnements d'oreilles; - racines en lotion: arthrite rhumatoïde; - feuilles ou racines: brûlures; furoncles; morsures de serpent;
RHAMNUS ALATERNUS L. *subsp. alaternus	Nerprun alaterne	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: gargarismes contre angines
RHAMNUS CATHARTICA L.	Nerprun officinal	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruits: purgatif énergique, à réserver aux individus robustes qu'il est difficile d'émouvoir; diurétique; vermifuge; - l'écorce a une action comparable à celle de la bourdaine, mais mieux supportée; elle doit avoir 2 ans de séchage; <p>USAGE INTERNE: purgations dans: hypertension; congestion cérébrale (comme dérivatif); hydropisie; paralysies</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - suc: 13-30g par jour. - décoction de 30 baies par litre d'eau; bouillir 4-5mn; boire dans la journée avec du miel; - avaler 10-20 baies le matin avec un verre de tisane de racine de guimauve ou autre tisane émoulliente; <ul style="list-style-type: none"> - gastralgie: infusion de 30g d'écorce des caules pendant 20mn; 2 tasses par jour; - lactation, arrêter la lactation: infusion de feuilles; - urémie: 15-30g par jour du jus des fruits;
RHAMNUS lycioides L. *subsp. oleoides (L.) Jahand. & Maire	Nerprun faux olivier	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: maladies de la peau
RHAMNUS SAXATILIS JACQ. *SUBSP. INFECTORIA (L.) P. Fourn.	Nerprun des teinturiers	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruits: jaunisse
RHEUM officinale H. Bn.	Rhubarbe	<p>PROPRIETES: laxatif; astringent; tonique amer; rafraîchissant; constipation;</p>

	officinale	<p>troubles hépatiques aigus; maladies sévères de la vésicule biliaire; sensation de congestion et de ballonnement au niveau de l'estomac; acidité gastrique; gastro-entérite et intoxication alimentaire; goutte;</p> <p>- rhizome: purgatif; contre constipation; astringent; soulage diarrhée; apéritif et digestif en vin tonique; dissout les caillots de sang; dégage le foie; jaunisse; fièvre; douleurs abdominales;</p> <p>- en compresses antiseptiques et anti-inflammatoires sur furoncles, abcès, ulcères et brûlures.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- 1/2 cuillère à café de racine de rhubarbe par tasse d'eau.</p> <p>- constipation: infusion de racine 3 fois par jour;</p> <p>ATTENTION: Ne pas consommer durant la grossesse, en cas d'irritation des intestins ou de douleurs et de spasmes dus à des coliques. ne pas consommer de laxatifs à longs termes;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- abcès: feuilles en compresses antiseptiques et anti-inflammatoires;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: favorise la digestion</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne: poudre, teinture de rhizome</p> <p>- entérite, insuffisance hépatique</p> <p>- dyspepsie hypo chlorhydrique des carnivores</p> <p>- ictère des chevaux en lavement</p> <p>- indigestion par surcharge des lapins (5 à 10 gouttes de teinture/jour)</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: laxatif</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: contre les entérites, la pneumo-entérites chez le porc, diarrhée du jeune veau (5 CH)</p>
RHEUM RHAPONTICUM L.	Rhubarbe rhapsodique	<p>PROPRIETES: tonique amer: reconstituant, et antianémique; astringent à faibles doses; apéritif; cholagogue; antiputride; rafraîchissant; purgatif à dose suffisante; vermifuge;</p> <p>USAGE INTERNE: anémie, faiblesse générale; inappétence; atonie gastrique; hépatisme; constipation; parasitoses intestinales; diarrhée chronique, dysenteries</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- stimulant: infusion: 20g racine pour 1l d'eau, bouillir et infuser 10mn: 1 tasse avant les 2 repas;</p>
RHODIOLA rosea L.	Orpin rose	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: scorbut, mal de tête</p> <p>La Rhodiola rosea est une plante vivace qui pousse sur les sols sablonneux, rocheux, froids et secs des pentes sibériennes. Son utilisation médicinale remonte au médecin grec Dioscorides (77 avant JC). La tradition lui attribue le pouvoir d'accroître l'endurance, la longévité, la vigueur sexuelle et les capacités cognitives. Les premières études scientifiques russes et scandinaves validant ces applications ont commencé dans les années 1960. On considère depuis la Rhodiola rosea comme l'un des tout premiers adaptogènes (substances accroissant de manière générale et non spécifique la résistance de l'organisme aux divers stress qui l'affectent) au même titre que le ginseng, l'éleuthérocoque et l'ashwaganda.</p> <p>☐ Asthénie et dépression : les chercheurs soviétiques ont étudié à plusieurs reprises les effets psychostimulants de la Rhodiola rosea. L'un de ces essais a permis d'observer une atténuation des symptômes dans 64% des cas</p> <p>☐ Endurance : Rhodiola rosea permet d'accroître la résistance à l'effort et de réduire la durée du temps de récupération après un exercice intense</p> <p>☐ Stress : d'après une étude arménienne récente (2000) portant sur 56 médecins soumis à de longues heures de travail nocturne, 170 mg quotidiens de Rhodiola pendant deux semaines améliorent significativement les performances cognitives (mémoire, calcul mental, concentration, perception visuelle et auditive) malgré le stress et la fatigue. Dans une étude russe portant sur des étudiants en période d'examens, 100 mg par jour pendant 20 jours ont amélioré significativement le bien être et la forme physique tout en réduisant la fatigue. Les étudiants ont obtenu de meilleures notes mais les performances cognitives auraient été davantage</p>

		<p>améliorées par une dose supérieure. Une étude en double aveugle (2003) conclut qu'en situation de stress et de fatigue, la Rhodiola accroît significativement la capacité de travail intellectuel des sujets traités. Il a été démontré que la Rhodiola rosea permet de réduire la concentration de différents métabolites induits par le stress dans l'organisme, notamment la CRF (Corticotropin Releasing Factor) qui accroît la fatigue mentale et trouble la fonction sexuelle.</p> <p>☐ La Rhodiola fait revenir les règles chez 60% des femmes victimes d'aménorrhée et améliore significativement leur fertilité (étude russe sur 40 femmes)</p> <p>☒ La Rhodiola améliore la fonction sexuelle chez 70% des hommes souffrant de dysfonction érectile ou d'éjaculation précoce (étude russe sur 35 cas). En Sibérie, la Rhodiola est conseillée à la fois à ceux qui souffrent de troubles sexuels et à ceux qui n'en souffrant pas désirent simplement améliorer leurs performances... Il est d'ailleurs de tradition d'y offrir un bouquet de Rhodiola rosea aux jeunes mariés juste avant leurs nuits de noces.</p> <p>☒ La Rhodiola augmente les effets des médicaments anti-tumoraux et réduit leurs effets indésirables (études animales et étude humaine préliminaire)</p> <p>Attention : seuls des extraits standardisés de Rhodiola rosea ont été utilisés dans les études validant son efficacité. Un bon extrait, tel que celui que nous proposons (SuperSmart.com), doit contenir 3% de rosavine et environ 1% de salidroside. On évitera de prendre la Rhodiola le soir car celle-ci pourrait perturber le sommeil et on utilisera son bon sens pour adapter le dosage en cas d'utilisation conjointe d'autres stimulants.</p>
RHODODENDRON FERRUGINEUM L. *subsp. ferrugineum	Rhododendron ferrugineux	<p>PROPRIETES: infusion de feuilles ou extrait par l'huile: maladies de peau, maladies des reins, douleurs rhumatismales (assez dangereux).</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - rhumatisme articulaire aigu: infusion de 10g de feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour. Respecter les doses; - séborrhée: décoction de 20g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - séborrhée: décoction de 60g de feuilles; bouillir 15mn; applications locales ou bains;</p> <p>ATTENTION: Peut être très toxique</p>
RHODODENDRON HIRSUTUM L.	Rhododendron hérissé	<p>PROPRIETES: voir RHODODENDRON ferrugineum: mais cette espèce est encore plus toxique;</p> <p>ATTENTION: Peut être très toxique</p>
RHUS TYPHINA L.	Sumac amarante	<p>PROPRIETES: - fruits: diurétique; fébrifuge; tonique; rafraîchissant; - écorce: astringent; - feuilles: astringent; diurétique;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - gerçures: infusion de 150g de feuilles pendant 30mn; en applications locales; - plaie: décoction de 80g des feuilles; bouillir 5mn; en applications locales; - plaie torpide: infusion de 100g de feuilles pendant 30mn; en applications locales;</p>
RIBES NIGRUM L.	Cassis	<p>PROPRIETES: rhumatisme, arthritisme, goutte, diarrhée, hépatisme; scorbut, fatigue générale, surmenage; améliore la vision; affections urinaires; préventif des troubles vasculaires; troubles circulatoires veineux et capillaires, tonique circulatoire; maladies rhumatismales par son action anti-inflammatoire; diurétique éliminateur de l'urée et de l'acide urique; vermifuge; augmente la résistance des capillaires; astringent, anti diarrhéique; tonique nervin, stimule les défenses de l'organisme; stimulant hépatique, de la rate et des reins; antipaludéen; antiscorbutique; cicatrisant (usage externe);</p> <p>D'après DELAVEAU, les flavonoïdes agiraient selon 3 mécanismes: - ils inhiberaient la libération de l'histamine par les mastocytes alors mieux protégés, - ils stimuleraient la sécrétion des catécholamines considérées comme les hormones anti-inflammatoires - ils auraient une action antagoniste sur la catéchol- responsable de l'inactivation de la catécholamine anti-inflammatoire</p> <p>- tige et feuilles: diurétique, stomachique, hydropisie, arthritisme, goutte; - fruits verts: astringent, rafraîchissant; - fruits mûrs: laxatif, tonique, cordial, stomachique; - feuilles: boisson analogue au thé; - bourgeons: stimuler la sécrétion de cortisol qu niveau de la glande surrénale;</p>

		<p>USAGE INTERNE: rhumatismes; goutte; arthritisme (action comparable à l'harpagophytum); lithiases rénales; oliguries; prostatisme; hypertension; pléthore, artériosclérose; troubles circulatoires de la ménopause; lymphatisme; hépatisme, ictère; diarrhée, dysenterie; prophylaxie de la grippe; migraine; parasites intestinaux; renforce la résistance à la perméabilité des capillaires;</p> <p>USAGE EXTERNE: piqûres d'insectes; furoncles, abcès, contusions</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: infusion tonique et diurétique; - racine et tiges: 1 cuillerée à dessert par tasse; bouillir et infuser 10mn; 3 tasses par jour. - valeurs nutritives et toniques: fruits en gelée, compote; <ul style="list-style-type: none"> - affections urinaires: feuilles: infusion d'1 cuillerée à soupe par tasse (ou 30-50g par litre); 3-4 tasses par jour; - angine: manger des fruits et faire des gargarismes avec leur décoction (50g par litre d'eau, 2-3 tasses par jour); - anti diarrhéique: feuilles: infusion d'1 cuillerée à soupe par tasse (ou 30-50g par litre); 3-4 tasses par jour; - antirhumatismal: feuilles: infusion d'1 cuillerée à soupe par tasse (ou 30-50g par litre); 3-4 tasses par jour; - diarrhée, anti diarrhéique: feuilles: infusion d'1 cuillerée à soupe par tasse (ou 30-50g par litre); 3-4 tasses par jour; - diurétique: feuilles: infusion d'1 cuillerée à soupe par tasse (ou 30-50g par litre); 3-4 tasses par jour; - entérocélite: infusion de 60g de feuilles pendant 25mn; 2-3 tasses par jour; - faiblesse des os: consommer le fruit en grande quantité. Infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - gastrectasie: 80-200g de jus des fruits par jour; - inflammation de l'urètre: 60-120g par jour de jus de cassis; - lymphatisme: faire macérer 3 jours 500g de baies de cassis préalablement écrasées à la fourchette, dans 1 litre de vin rouge; passer le tout au tamis et ajouter un sirop de sucre; 1 verre seulement en cas de fatigue; - néphrite gravidique: 50-100g par jour de jus de cassis; - purpura: infusion de 50g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour. 100-200g par jour de jus de fruit frais; - rhumatisme: feuilles: infusion d'1 cuillerée à soupe par tasse (ou 30-50g par litre); 3-4 tasses par jour; - varice: 20g de feuilles dans ½ litre d'eau bouillante; infuser 10-15mn; filtrer; 1 grand bol matin et soir; - vessie, affection urinaire: feuilles: infusion d'1 cuillerée à soupe par tasse (ou 30-50g par litre); 3-4 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès: cataplasmes de feuilles froissées; (si les feuilles sont sèches, les tremper 15 à 30mn dans l'eau tiède); - furoncles: cataplasmes de feuilles froissées; (si les feuilles sont sèches, les tremper 15 à 30mn dans l'eau tiède); - insecte, piqûres d'insectes: froisser les feuilles de cassis et frotter l'endroit; - jambes lourdes: cures régulières de cassis, frais ou sec, matin et soir, 1 mois sur 3; - panaris: décoction de 100g de feuilles; bouillir 15mn; en applications chaudes locales; - piqûres d'insectes: froisser les feuilles de cassis et frotter l'endroit; - plaie: cataplasmes de feuilles froissées; (si les feuilles sont sèches, les tremper 15 à 30mn dans l'eau tiède); <p>Médecine vétérinaire empirique: infusion de feuilles ou fruits mélangés à du miel contre la fièvre du cheval</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: action antitoxique, antiallergique</p>
<p>RIBES RUBRUM L. *SUBSP. RUBRUM</p>	<p>Groseillier</p>	<p>PROPRIETES: apéritif (à jeun); digestif (fin des repas); tonique; rafraîchissant; laxatif; diurétique; dépuratif; hémostatique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruits: diarrhée, dysenterie; <p>USAGE INTERNE: inappétence; dyspepsies (insuffisance de suc gastrique); constipation; pléthore; arthritisme, rhumatisme, goutte; hydropsie; lithiase urinaire; affections fébriles; dartres; insuffisance et congestion hépatique, ictère;</p>

		<p>inflammations digestives et urinaires; tempérament bilieux;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - jus pur ou étendu d'eau: 100 à 500g par jour en 3 ou 4 fois; - gelée: exprimer le jus des groseilles et le mettre à feu doux avec 1 poids égal de sucre, porter lentement à ébullition, écumer 5 à 6mn plus tard; mettre en pots lorsque la consistance est suffisante. Meilleur avec 100g de framboises par kg de groseilles;</p> <p>- gastrite: le fruit; 60-120g de jus de fruit frais par jour;</p>
RIBES UVA-CRISPA L. *subsp. UVA-CRISPA	Groseillier à maquereau	<p>PROPRIETES: apéritif; reminéralisant; digestif; laxatif; diurétique; dépuratif; décongestionnant hépatique; - feuilles: phisie;</p> <p>USAGE INTERNE: inappétence, déminéralisation; constipation; pléthore; hépatisme; arthritisme, rhumatisme, goutte; inflammations digestives et urinaires; affections fébriles</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - jus: 100 à 300g par jour, en 2 ou 3 fois, dont 1 fois le matin à jeun, pur ou étendu d'eau</p>
RICINUS COMMUNIS L.	Ricin	<p>PROPRIETES: huile de ricin extraite des graines: laxatif et purgatif dans le cas d'empoisonnement; en onguent sur les yeux irrités; - feuilles en cataplasme: blessures; fièvre; - jus: dysenterie; - racine en infusion: maladies de peau; - graines écrasées: appliquées sur les paralysies faciales et les points d'énergie; Les principales parties de la plante utilisées en médecine populaire sont les feuilles et l'huile de la graine. Elles sont indiquées en Caraïbe contre les maladies suivantes: pneumopathie, brûlure, choc émotionnel, rhumatisme, maux de dents, maux d'oreilles et constipation. Dans tous les cas, les feuilles sont séchées, pulvérisées, chauffées ou pilées et utilisées en application locale(6). Au Sénégal, l'infusion des feuilles et la poudre des graines et racines sont utilisées dans les éruptions cutanées prurigineuses. En Casamance, les feuilles sont écrasées, mélangées aux tranches d'un jeune citron et frictionnant sur les tempes de l'enfant atteint de crises épileptiques. 2. Utilisation par les guérisseurs Au Mali, TRAORE cité par FORTIN signale que les amandes finement écrasées sont appliquées sur les cheveux infestés par les teignes et les poux de la tête. Les maux de dents sont traités avec un gargarisme d'eau chaude contenant en suspension des racines pulvérisées de ricin, des racines de Capsicum frutescens et de l'alun rouge. Des tradi-praticiens est-africains indiquent le mâchage des racines de ricin pour le traitement du ver de Guinée. La décoction aqueuse des racines soigne les désordres de l'estomac.</p> <p>USAGE INTERNE: - constipation (enfant, femmes enceintes, opérés, accouchées): faire bouillir pendant 10 à 15 mn, une graine décortiquée et pilée. Recueillir le liquide surnageant et donner une cuillère à café par jour à l'enfant et 2 à l'adulte;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - séborrhée: faire fondre une graisse quelconque dans l'huile de ricin; on obtient une pommade que l'on peut appliquer localement;</p> <p>Toxicologie: en raison de la présence de la ricinine, la graine est très toxique. L'ingestion de 3 graines entières peut entraîner la mort d'un enfant.</p> <p>PHARMACOLOGIE: les activités anticancéreuse, bactéricide, purgative, vulnéraire, antiseptique et antifongique ont été mises en évidence chez l'animal. Une propriété hypoglycémiant des racines est signalée par Dahr.</p>
ROBINIA PSEUDOACACIA L.	Robinier faux acacia	<p>PROPRIETES: - fleurs calmantes antispasmodique; tonique; maux de tête; anémie; - feuilles: antispasmodique; - écorce de la racine: émétique, purgatif.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - anémie: vin tonique de 15-20g de fleurs macérées dans 1 litre de vin; - cholécystite: infusion de 40 g de fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour;</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - hyperacidité gastrique: décoction de 15g d'écorce; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - hypotonie entérique: infusion de 50g de fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - maux de tête: 12g de fleurs pour 1 tasse d'eau bouillante; - tête, maux de tête: 12g de fleurs pour 1 tasse d'eau bouillante;
ROEMERIA HYBRIDA (L.) DC. *subsp. hybrida	Roémérie hybride	PROPRIETES: - plante: diurétique
RORIPPA AMPHIBIA (L.) BESSER	Roripa amphibie	PROPRIETES: - plante et parties souterraines: antiscorbutique; - graines: vers intestinaux
RORIPPA palustris (L.) Besser	Roripe	PROPRIETES: - tiges souterraines et racines: dépuratif
RORIPPA sylvestris (L.) Besser *subsp. sylvestris	Roripe des forêts	POSOLOGIE INTERNE: tonique; apéritif; digestif; dépuratif - asthénie: dépression de l'état général, entraînant des insuffisances fonctionnelles multiples: infusion de 50g de plante entière fleurie pendant 25mn; 2-3 tasses par jour;
ROSA CANINA L.	Eglantier commun	PROPRIETES: - feuilles: tonique; cicatrisant (usage externe); - fleurs: laxatif; tonique; - graines: diurétique; sédatif; - cynorrhodons: tonique; astringent; fortifiant, lassitude; dépuratif; contre diarrhées; hémostatique; diurétique; antianémique, antiscorbutique; vermifuge; affections des reins et de la vessie; Les cynorrhodons sont la base d'une tisane très populaire dans toute l'Europe centrale. Ils sont riches en vitamines, C surtout. USAGE INTERNE: fleurs, feuilles: asthénie; lithiase urinaire; - cynorrhodons: diarrhées, dysenteries; leucorrhées, gonorrhées; hémorragies diverses; lithiase urinaire; avitaminoses, croissance; asthénie; cure de printemps; ascaris; USAGE EXTERNE: fleurs, feuilles: plaies, ulcères atones, brûlures POSOLOGIE INTERNE: - infusion d'1 cuillerée à dessert de fleurs ou de feuilles coupées par tasse; infuser 10mn; 3-4 tasses par jour; - infusion - fleurs: laisser reposer pendant 10 minutes une cuillerée à dessert de fleurs desséchées dans une tasse d'eau bouillante. Prendre 3 ou 4 tasses par jour. - décoction de 100g d'écorce du fruit pour 1 litre (contient dans 1/3 de litre, 50mg de vitamine C, la dose nécessaire quotidienne à l'homme); - décoction: faire bouillir 25 cynorrhodons pendant quelques minutes dans un demi-litre d'eau. - infusion de 5 à 10 baies par tasse; bouillir 2mn; passer au linge fin; 3-4 tasses par jour, n'importe quand (particulièrement au petit déjeuner du matin); - affection rein: décoction d'1 cuillerée à soupe de fruits dans 1 tasse 1/2 d'eau, bouillir 10mn, 2 fois par jour; - affection vessie: décoction d'1 cuillerée à soupe de fruits dans 1 tasse 1/2 d'eau, bouillir 10mn, 2 fois par jour; - antiscorbutique: décoction de 2-3 enveloppes charnue des fruits par tasse; - astringent: décoction de 2-3 enveloppes charnue des fruits par tasse; - convalescence: élixir: laisser macérer pendant un mois 100 g de cynorrhodons desséchés avec 50 g de sucre dans 300 g d'alcool à 50e. Couler et additionner avec 200 g d'eau. Prendre à petits verres pour reprendre des forces (personnes âgées débiles et convalescents.); - diarrhée: 20-25 baies pour 1/2 litre d'eau; bouillir 2mn; passer; boire dans la journée; - diurétique: décoction de 2-3 enveloppes charnue des fruits par tasse; - dépuratif: faire cuire dans les compotes de fruit quelques cynorrhodons; ou décoction d'1 cuillerée à soupe de fruits dans 1 tasse 1/2 d'eau, bouillir 10mn, 2 fois par jour; - fatigue due à l'âge: 25g de fleurs et de feuilles dans 1/2 litre d'eau bouillante; infuser 10mn; filtrer; 2-3 tasses par jour; ou élixir: laisser macérer pendant un mois 100 g de cynorrhodons desséchés avec 50 g de sucre dans 300 g d'alcool à 50e. Couler et additionner avec 200 g d'eau. Prendre à petits verres pour reprendre des forces (personnes âgées débiles et convalescents.); - fortifiant: décoction de 2-3 enveloppes charnue des fruits par tasse; ou infusion: verser un litre d'eau bouillante sur 50 g de cynorrhodons desséchés et laisser reposer pendant une demi-heure. Prendre plusieurs tasses par jour; ou vin: laisser

		<p>macérer pendant 15 jours 100 g de cynorrhodons desséchés et concassés dans un litre de bon vin rouge capiteux. Filtrer et prendre à petits verres; ou élixir: laisser macérer pendant un mois 100 g de cynorrhodons desséchés avec 50 g de sucre dans 300 g d'alcool à 50e. Couler et additionner avec 200 g d'eau. Prendre à petits verres pour reprendre des forces (personnes âgées débiles et convalescents.);</p> <p>- gingivite: fruit de l'églantier, 5g d'écorce coupée en petits morceaux pour 100g d'eau; bouillir 10mn; infuser 5mn; filtrer: 1 tasse après les 2 grands repas - préparation pour 1 seule tasse;</p> <p>- gravelle: 1 pincée de poudre de fruits dans ½ verre de vin blanc, laisser reposer; remuer et boire au coucher jusqu'à la guérison;</p> <p>- hémorragie: infusion de 60g de réceptacles pendant 25mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- inflammation des paupières: infusion de 30g de pétales pendant 10mn; 3 tasses par jour. Infusion de 80g de pétales pendant 15mn; bains d'yeux et applications locales;</p> <p>- lassitude: décoction d'1 cuillerée à soupe de fruits dans 1 tasse 1/2 d'eau, bouillir 10mn, 2 fois par jour; ou élixir: laisser macérer pendant un mois 100 g de cynorrhodons desséchés avec 50 g de sucre dans 300 g d'alcool à 50e. Couler et additionner avec 200 g d'eau. Prendre à petits verres pour reprendre des forces (personnes âgées débiles et convalescents.);</p> <p>- lithiase rénale: infusion de 60g de réceptacles pendant 30mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- néphralgie: infusion de 60g de réceptacles pendant 25mn; 1-2 tasses par jour;</p> <p>- rein, affection rein: décoction d'1 cuillerée à soupe de fruits dans 1 tasse 1/2 d'eau, bouillir 10mn, 2 fois par jour;</p> <p>- tabagisme: 15g de cynorrhodons pour 1 litre d'eau; bouillir 15mn; filtrer; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- vessie, affection vessie: décoction d'1 cuillerée à soupe de fruits dans 1 tasse 1/2 d'eau, bouillir 10mn, 2 fois par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- brûlure: vinaigre - applications externes: verser un demi-litre de vinaigre bien chaud sur une belle poignée de pétales d'églantine dans une bouteille que l'on ferme. Exposer la bouteille au soleil pendant 15 jours puis filtrer. Employer en compresses;</p> <p>- conjonctivite: faire sécher les pétales de n'importe quelles roses; lors d'une conjonctivite, faire infuser 50 g de ces pétales dans 1 litre d'eau bouillante; laisser infuser 15 mn puis imbiber des compresses de cette infusion pour la placer sur les yeux;</p> <p>- goitre: décoction de 100g de galles; bouillir 10mn; en applications locales;</p> <p>- inflammation de l'arrière bouche: infusion de 40g de pétales pendant 15mn; en gargarismes plusieurs fois par jour;</p> <p>- inflammation des paupières: infusion de 30g de pétales pendant 10mn; 3 tasses par jour. Infusion de 80g de pétales pendant 15mn; bains d'yeux et applications locales;</p> <p>- paupières, inflammation des paupières: infusion de 30g de pétales pendant 10mn; 3 tasses par jour. Infusion de 80g de pétales pendant 15mn; bains d'yeux et applications locales;</p> <p>- urticaire: vinaigre - applications externes: verser un demi-litre de vinaigre bien chaud sur une belle poignée de pétales d'églantine dans une bouteille que l'on ferme. Exposer la bouteille au soleil pendant 15 jours puis filtrer. Employer en compresses;</p> <p>- yeux, - inflammation des paupières: infusion de 30g de pétales pendant 10mn; 3 tasses par jour. Infusion de 80g de pétales pendant 15mn; bains d'yeux et applications locales; ou faire sécher les pétales de n'importe quelles roses; lors d'une conjonctivite, faire infuser 50 g de ces pétales dans 1 litre d'eau bouillante; laisser infuser 15 mn puis imbiber des compresses de cette infusion pour la placer sur les yeux;</p> <p>- yeux fatigués et rouges: infusion - applications externes: verser un demi-litre d'eau bouillante sur deux cuillerées de pétales d'églantine desséchés et broyés et laisser reposer. Filtrer et employer en compresses;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: on cueille les fleurs lorsqu'elles vont éclore, les fruits vers la fin de l'été ou au début de l'automne.</p> <p>CONSERVATION: nettoyer les fleurs; les sécher à l'ombre et les conserver en récipient hermétiquement clos. Sécher les fruits (cynorrhodons) au soleil après les avoir débarrassés de leurs semences.</p>
ROSA ferruginea Vill. [nom. prop. rej. ?],	Rosier à feuilles rouges	PROPRIETES: voir ROSA gallica
ROSA GALLICA L.	Rosier de France	PROPRIETES:

		<p>- pétales: astringent; tonique; amer; catarrhes; phtisie; hydropisie; fortifiant; cicatrisant; anti diarrhéique;</p> <p>USAGE INTERNE: hémorragies; leucorrhées; diarrhées (y compris celles des enfants); tuberculose pulmonaire, asthme</p> <p>USAGE EXTERNE: aphtes; plaies fongueuses; inflammation des paupières;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion de 20g par litre d'eau (1 cuillerée à café par tasse), infuser 10mn, 3 tasses par jour avant les repas (on peut aussi manger les pétales écrasés avec du miel);</p> <p>- astringent: en confiture;</p> <p>- inflammation des paupières: infusion de 30g des pétales des boutons pendant 20mn; 3 tasses par jour; Infusion de 60g des pétales des boutons pendant 25mn; pour bains d'yeux et applications locales;</p> <p>- tuberculose: conserve de roses: 750g de sucre et 250g de pétales frais de boutons; ajouter de l'eau de rose pour obtenir une pâte semblable au miel; 50-100g par jour:</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- vinaigre rosat: 60g de pétales secs de roses rouges et 750g de vinaigre rouge fort; laisser macérer 1 semaine en agitant de temps en temps; passer et filtrer;</p> <p>- en gargarismes: 1-2 cuillerées à soupe de pétales par verre d'eau chaude;</p> <p>- angine: en bains de bouche: 2 ou 3 pincées de pétales pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn;</p> <p>- bouche, inflammation de l'arrière bouche: infusion de 40g de pétales des boutons pendant 20mn; en gargarismes;</p> <p>- conjonctivite: faire sécher les pétales de n'importe quelles roses; lors d'une conjonctivite, faire infuser 50 g de ces pétales dans 1 litre d'eau bouillante; laisser infuser 15 mn puis imbiber des compresses de cette infusion pour la placer sur les yeux;</p> <p>- inflammation de l'arrière bouche: infusion de 40g de pétales des boutons pendant 20mn; en gargarismes;</p> <p>- inflammation des paupières: infusion de 30g des pétales des boutons pendant 20mn; 3 tasses par jour; Infusion de 60g des pétales des boutons pendant 25mn; pour bains d'yeux et applications locales;</p> <p>- lavage oculaire: 2 ou 3 pincées de pétales pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn;</p> <p>- paupières, inflammation des paupières: infusion de 30g des pétales des boutons pendant 20mn; 3 tasses par jour; Infusion de 60g des pétales des boutons pendant 25mn; pour bains d'yeux et applications locales;</p> <p>- plaie atone: 2 ou 3 pincées de pétales pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; en compresses;</p> <p>- stomatite: bains de bouche: 2 ou 3 pincées de pétales pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn;</p> <p>- tabagisme: soin de bouche: 30g de pétales pour 1 litre d'eau bouillante; infuser 3mn; filtrer; bains de bouche tièdes;</p> <p>- ulcères: 2 ou 3 pincées de pétales pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; en compresses;</p> <p>- yeux, lavage oculaire: 2 ou 3 pincées de pétales pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn;</p>
ROSA PENDULINA L.	Rosier à fruits pendants	PROPRIETES: voir ROSA gallica
ROSA SEMPERVIRENS L.	Rosier toujours vert	PROPRIETES: voir ROSA gallica
ROSA X DAMASCENA MILL.	Rosier de Damas	<p>PROPRIETES: laxatif doux; légèrement purgatif; désinfectant intestinal; calmant</p> <p>USAGE INTERNE: constipation (enfants, vieillards, convalescents)</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- calmant: en aromatisant le thé;</p> <p>- conjonctivite: faire sécher les pétales de n'importe quelles roses; lors d'une conjonctivite, faire infuser 50 g de ces pétales dans 1 litre d'eau bouillante; laisser infuser 15 mn puis imbiber des compresses de cette infusion pour la placer sur les yeux;</p> <p>- désinfectant intestinal: 2-3 boutons dans les compotes de fruits;</p> <p>- laxatif: infusion de 30g de pétales pour 1/2 litre d'eau bouillante; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour;</p>

		<p>- purgatif léger: infusion de 30g de pétales pour 1/2 litre d'eau bouillante; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour;</p>
<p>ROSMARINUS OFFICINALIS L. *subsp. OFFICINALIS</p>	<p>Romarin</p>	<p>PROPRIETES: stimulant énergétique, éveille l'esprit; améliore la circulation; tonique amer doux; dépression; céphalées avec douleurs gastriques; céphalées liées au stress; digestion paresseuse; inflammation de la vésicule biliaire; lithiase; sensation de mal au foie; mauvaise circulation; cholagogue; cholérétique; stomachique; carminative; stimulant du système nerveux et de la circulation, palpitations, vertiges; régule et améliore le flux biliaire (pour digestion), hypertrophie du foie, cirrhoses; antispasmodique; diurétique; vermifuge; migraine;</p> <p>- feuilles: antiseptique; antioxydant; aide à la digestion des graisses;</p> <p>- fleurs fraîches distillées: soins oculaires; revigorant; antibactérien; antifongique; stimule le système nerveux central; stimule la circulation; en apaisant les douleurs musculaires;</p> <p>- rameaux fleuris: stomachique, excitant, contre la toux;</p> <p>- Cholagogue et Cholérétique: ac. rosmarinique</p> <p>- Diurétique: ac. phénols + flavonoïdes</p> <p>- Spasmolytique: extrait riche en flavonoïdes</p> <p>- Antiseptique, cicatrisant: Huile Essentielle</p> <p>- Sympatholytique et vagomimétique</p> <p>USAGE INTERNE: débilisés; convalescents; surmenés; affections hépatiques;</p> <p>USAGE EXTERNE: essence: cicatrisant; parasiticide</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion de 2 cuillerées à soupe de feuilles par tasse d'eau;</p> <p>- en poudre comme aromate;</p> <p>- atonie gastrique: infusion de 30 g de feuilles et fleurs pendant 18 mn; 3 tasses par jour. Faire macérer pendant 6 jours dans 1 litre de vin blanc sec des rameaux de romarin; 2 verres par jour;</p> <p>- asthme: 15g de sommités fleuries pour 1 litre d'eau;</p> <p>- cheveux: 2 tasses de tisane par jour pour prévenir la perte des cheveux due à une mauvaise circulation, stimule leur croissance après des séances de chimiothérapie;</p> <p>- athérosclérose: feuilles crues ou en infusion;</p> <p>- ballonnements: (bouillir 1 litre d'eau; éteindre; y jeter 50 g de romarin fleuri séché -ou frais-; infuser 10 mn; 1 tasse après chaque repas;</p> <p>- bronchite aiguë: 15 g de sommités fleuries pour 1/2 litre d'eau;*</p> <p>- carminatif: feuilles et sommités fleuries en infusion;</p> <p>- cholagogue: infusion de 30-40 g de feuilles et fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour; ou faire macérer 50 g de rameaux dans 950 g de vin blanc sec pendant 8 jours; 2 verres par jour;</p> <p>- cholécystite chronique: infusion de 40 g de feuilles et fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour; ou laisser macérer 50 g de rameaux et de feuilles de romarin en poudre dans 1 litre de vin blanc sec pendant 8 jours; 2 verres par jour;</p> <p>- colique hépatique: infusion de 40 g de feuilles et de fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- congestion cérébrale: infusion ou consommé frais;</p> <p>- coqueluche ou toux spasmodiques: infusion de 40 g de feuilles et de fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- digestif: feuilles et sommités fleuries en infusion;</p> <p>- diurétique: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 15mn; 2-3 tasses par jour; ou alors mettre 200 g de feuilles fraîches ou 60 g de feuilles séchées dans 1 litre de vin blanc; laisser macérer 15 jours en agitant de temps en temps; petit verre après le repas en digestif;</p> <p>- entérite: infusion de 50g de feuilles et fleurs pendant 25mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- épuisement psychique et intellectuel: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- excitant: infusion de 30g de fleurs et feuilles en poudre pendant 20mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel;</p> <p>- fatigue intellectuelle: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour. Faire macérer 50g de romarin en poudre pendant 8 jours dans 1 litre de vin blanc; 2 verres par jour;</p> <p>- fermentation intestinale: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- haleine, mauvaise haleine: infusion de 30g de feuilles, fleurs et sommités fleuries pendant 20mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- hémicranie: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- hépatomégalie: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par</p>

jour;

- hydropisie, hydropisie hépatique: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour. Faire macérer dans 1 litre de vin blanc, 50g de rameaux pendant 7 jours; filtrer; 2 petits verres par jour;
- indigestion: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- insuffisance hépatique: 50g de romarin fleuri sec ou frais dans 1 litre d'eau; faire bouillir l'eau, éteindre et y jeter le romarin; infusion 10mn; 1 tasse après chaque repas; en cas d'abus faits la veille, 1 tasse le matin à jeun;
- mauvaise haleine: infusion de 30g de feuilles, fleurs et sommités fleuries pendant 20mn; 2-3 tasses par jour;
- météorisme douloureux: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- migraine: fleurs et feuilles, infusion de 10g pour ½ litre pendant 20 mn; 3 tasses par jour;
- palpitations: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- pellicules: tisane, usage interne et usage externe;
- rétention d'urine: laisser infuser 50g de plante fraîche -ou séché fleuri) dans 1 litre d'eau bouillante à couvert pendant 10mn;
- rhumatisme articulaire aigu: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 25mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;
- stimulant: feuilles et sommités fleuries en infusion;
- surmenage intellectuel: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel. Faire macérer 5 jours dans 1 litre de vin blanc sec, 50g de romarin en poudre; 1 verre par jour;
- toux spasmodiques: infusion de 40 g de feuilles et de fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour;
- vertige d'origine gastrique: infusion de 40g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- vision: fortifiant: faire macérer 50g de feuilles hachées dans 1 litre de vin blanc pendant 3 jours, bien bouché et dans l'obscurité; 2-3 verres par jour;

ATTENTION: ne pas consommer à forte dose lors de grossesse; ne pas utiliser en traitement de céphalées et migraines dites "chaudes". Par contre les quantités agrémentant l'alimentation sont inoffensives.

POSOLOGIE EXTERNE:

- cheveux: associer à la prêle en cas de perte de cheveux due au stress et aux soucis;
- douleurs: en huile pour le massage;
- entorse: infusion de 100g de feuilles et fleurs pendant 10mn; en applications locales;
- gorge, mal de gorge: en gargarisme (remplace la sauge en cas de grossesse);
- grippe: faire brûler sur une plaque chaude feuilles et fleurs, et respirer le parfum;
- inflammations: en huile pour le massage;
- mal de gorge: en gargarisme (remplace la sauge en cas de grossesse);
- membres froids: en huile pour le massage;
- pellicules: tisane, usage interne et usage externe; ou vinaigre de romarin contre pellicules: verser 25g de romarin dans 1l de vinaigre de cidre, laisser reposer 2 semaines en remuant de temps en temps, filtrer et mettre en bouteille: ajouter 1-2 cuillère à l'eau de rinçage des cheveux; en cas de pellicules, masser soigneusement le cuir chevelu durant 20mn puis laver les cheveux;
- perte cheveux: associer à la prêle en cas de perte de cheveux due au stress et aux soucis;
- piqûres d'insecte: frotter avec feuilles;
- poches sous les yeux: décoction de 20g de feuilles et fleurs; bouillir 10mn; en applications locales;

Médecine vétérinaire empirique:

- Fièvre élevée: infusion
- Goutte des oiseaux: bains d'infusion

Médecine vétérinaire ancienne: compose le baume tranquille

Médecine vétérinaire moderne:

- antiseptique
- analeptique cardio-vasculaire
- tonique
- antiparasitaire
- contre la chute des poils

RUBIA TINCTORUM L.	Garance des teinturiers	<p>PROPRIETES: provoque le flux biliaire; laxatif; diurétique; anti-lithiasique urinaire; peut désintégrer, solubiliser et éliminer les calculs des phosphates et carbonates de calcium, d'ammonium, de sodium et de magnésium (surtout les phosphates ammoniaco-magnésiens); il faut en même temps traiter l'infection et rendre l'urine acide.</p> <p>- La garance n'a aucune action sur les calculs oxaliques et uriques;</p> <p>USAGE INTERNE: insuffisance biliaire; constipation; oliguries; excès d'urée; lithiase urinaire (surtout les phosphates); arthritisme; albuminurie; rachitisme;</p> <p>- Purgatif - Cholérétique - Diurétique - Emménagogue - Hypotenseur (feuille)</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion d'1 cuillerée à café de racine écrasée dans 1 tasse d'eau; bouillir et infuser 10mn; 2 tasses par jour entre les repas (préparation âcre);</p> <p>- dysménorrhée: décoction de 20g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - gastrectasie: décoction de 30g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - gastrospasme: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - insuffisance hépatique: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - lithiase biliaire: décoction de 30g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - lymphadénite: décoction de 30g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - ostéite: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>CONTRE-INDICATION: en cas d'albuminurie et d'hématurie</p>
RUBUS CAESIUS L.	Ronce des champs	VOIR RUBUS fruticosus
RUBUS fruticosus L.	Mûrier sauvage	<p>PROPRIETES: On obtient un breuvage assez voisin du thé en faisant infuser des feuilles de ronce pulvérisées dans de l'eau bouillante et c'est une boisson recommandée aux diabétiques.</p> <p>Les feuilles de ronce, très riches en tanin, sont astringentes et utilisées contre la diarrhée, la dysenterie, le diabète.</p> <p>Les fruits peuvent être utilisés en sirop contre la diarrhée.</p> <p>La décoction de jeunes pousses dans du vin est cicatrisante.</p> <p>- feuilles: astringent; détersif; dessicatif; dysenterie; maladies des yeux; laxatif à jeun; dépuratif; nutritif; hémostatique; antidiabétique; diurétique; tonique; dépuratif;</p> <p>- fleurs et feuilles: diarrhée; dysenterie; grippe; toux; maux de gorge; amygdalites;</p> <p>- fruits: astringent, rafraîchissant;</p> <p>- feuilles en gargarisme: affections de la gorge et des bronches;</p> <p>USAGE INTERNE: diarrhées, dysenteries; méno-métrorragies; affections pulmonaires; angines; hémoptysies, hématuries; hémorroïdes; pertes blanches; paludisme; diabète; dyspepsies; rhumatisme goutteux; anémie; oliguries; lithiase urinaire</p> <p>USAGE EXTERNE: angines, gingivites, glossites, pharyngites, névralgies dentaires; plaies atones</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: Il est nécessaire de passer les infusions et décoctions de feuilles à travers un linge fin, pour retenir les épines qu'elles portent;</p> <p>fruits: les mûres, on les consomme frais ou en conserve (compotes, gelées, confitures, sucs) et il s'agit d'un bon aliment très riche en vitamines, recommandable à tout le monde. Les mûres ont encore des propriétés astringentes et diurétiques en plus des propriétés antiscorbutiques très connues</p> <p>- fruit tel quel ou en décoction;</p> <p>- affection pulmonaire: sirop: 4 cuill. à soupe par jour;</p> <p>- angine: décoction de 40g de feuilles (une poignée) par litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 10mn; en boisson à volonté; ou sirop: 4 cuill. à soupe par jour;</p> <p>- cystite purulente: 150-200 g par jour du jus des fruits;</p> <p>- décalcification: décoction de 50g de feuilles; bouillir 10mn; 4 petites tasses par jour;</p> <p>- diabète: décoction de 40g de feuilles (une poignée) par litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 10mn; en boisson à volonté;</p>

- diarrhée: décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- diarrhée des bébés: sirop: 4 cuill. à soupe par jour;
- dysenterie: décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 4 tasses par jour;
- dyspepsie: de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; ou décoction de 40g de feuilles (une poignée) par litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 10mn; en boisson à volonté;
- gingivite: 5g d'écorce de cynorrhodon coupée en petits morceaux pour 100g d'eau; bouillir 10mn; infuser 5mn; filtrer: 1 tasse après les 2 grands repas - préparation pour 1 seule tasse;
- hématurie: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; ou: décoction de 40g de feuilles (une poignée) par litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 10mn; en boisson à volonté;
- hémoptysies: décoction de 40g de feuilles (une poignée) par litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 10mn; en boisson à volonté;
- hémorragie anale: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- insuffisance pancréatique: décoction de 60g de feuilles; bouillir 2mn; 3 tasses par jour;
- péritonite: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; 3-4 tasses par jour;
- poumons, affection pulmonaire: sirop: 4 cuill. à soupe par jour;
- pyrosis: décoction de 50g de feuilles par litre d'eau; bouillir 8mn; 2-3 tasses par jour;

POSOLOGIE EXTERNE:

- analgésiant: bourgeons récoltés au printemps, placés dans 1 flacon au soleil, laissent s'écouler un suc: pansements;
- angine: bourgeons récoltés au printemps, placés dans 1 flacon au soleil, laissent s'écouler un suc: en gargarismes et collutoires; ou décoction de 25g de feuilles par litre d'eau: en gargarismes;
- aphtes: 40-50 g de feuilles séchées pour 1 litre d'eau; bouillir 5mn; infuser 10mn, filtrer: 3-4 tasses par jour ou bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour;
- cicatrisant: bourgeons récoltés au printemps, placés dans 1 flacon au soleil, laissent s'écouler un suc: pansements;
- dent, névralgies dentaires: décoction de 60g de feuilles par litre en bains de bouche;
- diarrhée: décoction: faire bouillir une poignée de feuilles desséchées et broyées dans un litre d'eau jusqu'à ce qu'elle se réduise de moitié. Verser et prendre par cuillerées ou par petites tasses (deux ou trois);
- enrouement: 30g de feuilles à ½ litre d'eau; bouillir 15mn; filtrer; pour gargarisme;
- gingivite: décoction de 25g de feuilles par litre d'eau: en gargarismes; ou décoction: faire bouillir une poignée de feuilles desséchées et broyées dans un litre d'eau jusqu'à ce qu'elle se réduise de moitié, en gargarismes;
- glossite: décoction: faire bouillir une poignée de feuilles desséchées et broyées dans un litre d'eau jusqu'à ce qu'elle se réduise de moitié, en gargarismes;
- gorge, inflammation de la gorge: décoction: mettre 50g de feuilles de ronce dans 1 litre d'eau froide; couvrir; porter à ébullition et laisser bouillir à feu doux 15mn; passer; gargarismes toutes les heures; ou sirop: écraser des mûres pour faire ½ litre de jus; laisser reposer au frais 24 heures; exprimer le jus et ajouter 800g de sucre; chauffer le liquide jusqu'à ébullition et passer-le dès qu'il commence à bouillir, après l'avoir écumé; mettre en bouteille dès qu'il est froid; gargarismes plusieurs fois par jour;
- inflammation de la gorge: décoction: mettre 50g de feuilles de ronce dans 1 litre d'eau froide; couvrir; porter à ébullition et laisser bouillir à feu doux 15mn; passer; gargarismes toutes les heures; ou sirop: écraser des mûres pour faire ½ litre de jus; laisser reposer au frais 24 heures; exprimer le jus et ajouter 800g de sucre; chauffer le liquide jusqu'à ébullition et passer-le dès qu'il commence à bouillir, après l'avoir écumé; mettre en bouteille dès qu'il est froid; gargarismes plusieurs fois par jour;
- inflammation des yeux: décoction de 80g de feuilles; bouillir 10mn; en bains et applications locales;
- leucorrhée: décoction de 100g de feuilles; bouillir 10mn; en injections vaginales;
- névralgies dentaires: décoction de 60g de feuilles par litre en bains de bouche;
- pertes blanches: décoction: faire bouillir une poignée de feuilles desséchées et broyées dans un litre d'eau jusqu'à ce qu'elle se réduise de moitié, injections;
- plaie: bourgeons récoltés au printemps, placés dans 1 flacon au soleil, laissent s'écouler un suc: pansements;
- plaie atone: décoction de 25g de feuilles par litre d'eau: en compresses;
- plaie purulente: décoction de 100g de feuilles; bouillir 10mn; en applications locales;
- règles abondantes et prolongées: décoction: faire bouillir une poignée de feuilles

		<p>desséchées et broyées dans un litre d'eau jusqu'à ce qu'elle se réduise de moitié. Verser et prendre par cuillerées ou par petites tasses (deux ou trois);</p> <ul style="list-style-type: none"> - sécrétions vaginales abondantes: décoction: faire bouillir une poignée de feuilles desséchées et broyées dans un litre d'eau jusqu'à ce qu'elle se réduise de moitié, injections; - stomatite rebelle: décoction de 100g de feuilles; bouillir 10mn; en bains de bouche plusieurs fois dans la journée; ou décoction: faire bouillir une poignée de feuilles desséchées et broyées dans un litre d'eau jusqu'à ce qu'elle se réduise de moitié, en gargarismes; - suppuration: décoction de 100g de feuilles; bouillir 10mn; pour applications locales; - ulcère: décoction de 25g de feuilles par litre d'eau: en compresses; - vagin, sécrétions vaginales abondantes: décoction: faire bouillir une poignée de feuilles desséchées et broyées dans un litre d'eau jusqu'à ce qu'elle se réduise de moitié, injections; - yeux, inflammation des yeux: décoction de 80g de feuilles; bouillir 10mn; en bains et applications locales; <p>SYNERGIQUES antidiabétiques: aigremoine, bardane, eucalyptus, genièvre, géranium, lactucarium, myrtille, noyer, olivier, pervenche aquatique, renouée des oiseaux, scrofulaire;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: on cueille les feuilles au printemps et en été pendant la floraison, les fruits de l'été à l'automne.</p> <p>CONSERVATION: faire sécher les feuilles à l'ombre et les conserver en sachets à l'abri de la poussière. Quant aux fruits, on les consomme frais d'habitude ou bien en confiture ou réduits en suc.</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: contre la diarrhée du cheval: feuilles hachées dans l'eau de boisson</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - contre les aphtes, les angines: décoction de feuilles - collyre pour les corps étrangers dans l'oeil: jeunes pousses
RUBUS IDAEUS L.	Framboisier	<p>PROPRIETES: La pulpe de la framboise apaise l'inflammation des muqueuses buccales et les angines.</p> <p>Le sucre de la framboise étant de la lévulose, il est autorisé aux diabétiques.</p> <p>tonique; stomachique; apéritif; dépuratif; diurétique; laxatif; sudorifique; rafraîchissant; astringent (comme la ronce); digestif;</p> <ul style="list-style-type: none"> - framboise: anémie; - feuilles: astringent, détersif, dessicatif;- feuilles en tisane: tonifier les muscles utérins et pelviens en fin de grossesse (à partir de 2 mois avant l'accouchement); réduire les douleurs menstruelles; - feuilles en décoction: tonifier le sang; tonifier la peau; dysenterie; - en gargarisme pour affections de la gorge et des bronches; - feuilles en cataplasme: combattre l'eczéma; <p>USAGE INTERNE: asthénie; embarras gastro-intestinaux, dyspepsies; dermatoses; rhumatismes, goutte; constipation; insuffisance de la transpiration; affections fébriles; tempéraments bilieux; affections de la gorge et bronchitiques; affections rénales; règles douloureuses</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - astringent: infusion d'1 cuillerée à dessert ou 3 feuilles par tasse; infuser 10mn; 3 tasses par jour; - bouche, inflammation de la bouche: infusion de 60g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; à utiliser aussi sous forme de bains de bouche; - diurétique: infusion d'1 cuillerée à dessert ou 3 feuilles par tasse; infuser 10mn; 3 tasses par jour; - emménagogue: infusion d'1 cuillerée à dessert ou 3 feuilles par tasse; infuser 10mn; 3 tasses par jour; - fièvre bilieuse: suc en sirop; - fistule: infusion de 60g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour; - grossesse, troubles de la grossesse: jeter 1 poignée de feuilles et de fruits du framboisier dans 1 litre d'eau bouillante; laisser infuser ½ heure; filtrer et boire 1 tasse 3 fois par jour, en dehors des repas; - inflammation de la bouche: infusion de 60g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; à utiliser aussi sous forme de bains de bouche;

		<ul style="list-style-type: none"> - inflammation urinaire: suc en sirop - intoxication: infusion de 40g de fruits secs pendant 25mn; 3 tasses par jour; - laxatif: infusion d'1 cuillerée à dessert ou 3 feuilles par tasse; infuser 10mn; 3 tasses par jour; - pyrexie: suc en sirop; - rougeole: suc en sirop; - scarlatine: suc en sirop; - troubles de la grossesse: jeter 1 poignée de feuilles et de fruits du framboisier dans 1 litre d'eau bouillante; laisser infuser ½ heure; filtrer et boire 1 tasse 3 fois par jour, en dehors des repas; - vessie, inflammation urinaire: suc en sirop <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aégilops: 100g de feuilles et fleurs pour 1 litre d'eau; infuser 30mn; pour applications locales; - angine: décoction d'1 poignée de feuilles par litre; bouillir 10mn; en gargarismes; - blépharite: infusion de 100 g de feuilles pendant 20 mn; en bains; - fistule: infusion de 100g de feuilles pour 1 litre d'eau, pendant 30mn; en applications locales; - inflammation de la bouche: infusion de 60g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; à utiliser aussi sous forme de bains de bouche; - stomatite: décoction d'1 poignée de feuilles par litre; bouillir 10mn; en gargarismes;
RUDBECKIA LACINIATA L.	Rudbeckie laciniée	<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - allergie: infusion 3 fois par jour; - splénomégalie: infusion pour purifier le sang et le système lymphatique;
RUMEX ACETOSA L. *subsp. ACETOSA	Oseille commune	<p>PROPRIETES: rafraîchissant; revitalisant; apéritif; digestif; dépuratif; diurétique; antiscorbutique; laxatif;</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: éteindre la soif; baisser la fièvre; tisane diurétique pour troubles rénaux et hépatiques; - feuilles en cataplasme: acné; ulcères de la bouche; furoncles; plaies infectées; - racine faiblement laxative; <p>USAGE INTERNE: CONTRE-INDICATIONS: affections pulmonaires, asthme; fragilité gastrique; arthritisme, goutte, rhumatisme; coliques néphrétiques, gravelle; boissons alcalines;</p> <p>USAGE EXTERNE: bouillon: 1 poignée pour 1l d'eau: en compresses sur dartres enflammées;</p> <ul style="list-style-type: none"> - cataplasme de feuilles cuites: abcès, furoncles, tumeurs blanches; - piqûres d'orties: friction avec des feuilles d'oseille; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dépuratif: décoction racine: 25g pour 1l d'eau; - diurétique: décoction racine: 25g pour 1l d'eau; - haleine, mauvaise haleine: décoction de 5g de feuilles en été et de racine en automne pour 300g d'eau; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour. Décoction de 100g de feuilles en été et de racine en automne; bouillir 10mn; en collutoire et gargarismes; - intestin, intoxication intestinale: décoction de 60g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - intoxication intestinale: décoction de 60g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - mauvaise haleine: décoction de 5g de feuilles en été et de racine en automne pour 300g d'eau; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour. Décoction de 100g de feuilles en été et de racine en automne; bouillir 10mn; en collutoire et gargarismes; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès chaud: cataplasme de feuilles cuites; - acné: couper 1 tomate en fines tranches et les appliquer sur le visage sur les boutons durant 15 mn; rincer ensuite avec un savon surgras; le lendemain, renouveler l'opération en remplaçant la tomate par des feuilles d'oseille commune froissées; faire alterner ces 2 traitements à raison de 2 applications journalières, 1 le matin, 1 le soir, jusqu'à la régression des boutons en quelques jours; - éruptions cutanées: décoction racine: 25g pour 1l d'eau; - haleine, mauvaise haleine: décoction de 5g de feuilles en été et de racine en automne pour 300g d'eau; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour. Décoction de 100g de feuilles en été et de racine en automne; bouillir 10mn; en collutoire et gargarismes; - mauvaise haleine: décoction de 5g de feuilles en été et de racine en automne pour 300g d'eau; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour. Décoction de 100g de feuilles en été

		et de racine en automne; bouillir 10mn; en collutoire et gargarismes;
RUMEX ACETOSELLA L. *subsp. acetosella	Oseille de brebis	PROPRIETES: - tige et feuilles: rafraîchissant
RUMEX AQUATICUS L. *subsp. aquaticus	Rumex aquatique	PROPRIETES: - feuilles mâchées: maux de dents; - parties souterraines: tonique, astringent, antiscorbutique, apéritif, diurétique; POSOLOGIE INTERNE: - tonique: 3g de racine en poudre par jour. Faire macérer 60g de poudre dans 1 litre de vin doux naturel pendant 8 jours; 2 verres par jour;
RUMEX CRISPUS L. *subsp. crispus	Rumex crépu	PROPRIETES: tonique; antianémique (augmente le taux d'hémoglobine); dépuratif; infections intestinales; constipation; astringent; laxatif; tonique amer; rééquilibrant; - racines: stimuler la bile; apéritif; un peu astringent; éliminer les toxines; psoriasis; constipation; - feuilles apaisent les piqûres d'ortie; astringent; plaies; rougeurs; - Dépuratives et laxatives L'effet des anthraquinones est tempéré par la présence des tanins tonique et antianémique USAGE INTERNE: anémies; chlorose; tuberculose; diabète; hépatisme; dermatoses (dartres, eczéma, teigne); rhumatisme chronique; constipation chronique; congestion hépatique accompagnée d'une mauvaise assimilation des graisses et d'une sensation de lourdeur survenant après chaque repas; acidité gastrique et irritation des intestins avec constipation; en cas d'intoxication alimentaire et d'infections intestinales pour éradiquer la cause de l'irritation de l'appareil digestif; USAGE EXTERNE: plaies atones, ulcères de jambe; leucorrhées POSOLOGIE INTERNE: - décoction de 30g de racine coupée dans 1 litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 10mn; boire en 2 jours (préparation amère); - anémie: 50g de racine dans 1 litre de vin blanc sec macérés pendant 6 jours; 30-60g par jour; - atonie intestinale: infusion de 50 g de racine pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - hydropisie: infusion de 50g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour; - lymphatisme: infusion de 60g de racine pendant 15mn; 3 tasses par jour; - maladie de Basedow ou goitre exophtalmique: faire macérer 8 jours dans 1 litre de vin blanc, 45g de racine en poudre; 40-80g par jour ATTENTION: en cas de constipation soudaine, considérer toujours les éventuels changements d'un régime alimentaire. Eviter en cas d'hyperuricémie et de calculs rénaux oxaliques, grossesse et allaitement
RUMEX HYDROLAPATHUM HUDS.	Rumex patience d'eau	PROPRIETES: - feuilles mâchées: maux de dents; - parties souterraines: tonique, astringent, antiscorbutique, apéritif, diurétique
RUMEX OBTUSIFOLIUS L. *subsp. obtusifolius,	Rumex à feuilles obtuses	PROPRIETES: - racines: apéritif, dépuratif, diurétique, un peu astringent; POSOLOGIE INTERNE: - maigre: faire bouillir 100g de racine en poudre dans 1 litre d'eau pendant 10mn et filtrer; ajouter 900g de sucre au bain marie; 4 cuillerées par jour;
RUMEX palustris Sm.	Rumex des marais	PROPRIETES: - plante: apéritif, un peu astringent
RUMEX PATIENTIA L. *subsp. patientia	Rumex patience	PROPRIETES: VOIR RUMEX CRISPUS. - Feuilles mâchées: maux de dents; - parties souterraines: tonique, astringent, antiscorbutique, apéritif, diurétique
RUMEX pseudalpinus Höfft	Rumex des Alpes	PROPRIETES: rafraîchissant; amer; - purgatif, laxatif: racine fraîche; - astringent: racine sèche
RUMEX PULCHER L. *subsp. pulcher	Rumex élégant	PROPRIETES: - racine: astringent, apéritif, diurétique
RUMEX SANGUINEUS L.	Rumex des bois	PROPRIETES: - racine: apéritif, diurétique, un peu astringent
RUMEX SCUTATUS L. *VAR.	Rumex à	PROPRIETES:

SCUTATUS	écussons	- plante: rafraîchissant; - parties souterraines: apéritif ATTENTION: les personnes arthritiques ou souffrant de calculs rénaux doivent l'éviter
RUMEX X heterophyllus K. F. Schultz	Rumex élevé	PROPRIETES: - feuilles mâchées: maux de dents; - parties souterraines: tonique, astringent, antiscorbutique, apéritif, diurétique
RUSCUS ACULEATUS L.	Fragon épineux	PROPRIETES: - rhizome: diurétique urique; vasoconstricteur ou vaso-constricteur du système veineux (plus actif que le marron d'Inde); ouabaine des veines; anti-inflammatoire; anti-œdémateux; anti-hémorroïdaire; désinfiltrant, anti-œdémateux; arthrite; - cladodes: affections de l'utérus; - plante entière: réduit inflammations; réduit rétrécissement des vaisseaux sanguins; - plante entière par voie externe et interne: hémorroïdes; varices; engelures; USAGE INTERNE: maladies veineuses et capillaires, varices; séquelles de phlébites, jambes lourdes; œdème des membres inférieurs; crampes des membres inférieurs, impatiences nocturnes; hémorroïdes chroniques; troubles de la ménopause; douleurs prémenstruelles, règles douloureuses; lithiases urinaires; ictère; oligurie; urémie; goutte; adénites; prévention des embolies postopératoires; POSOLOGIE INTERNE: - infusion d'1 poignée pour 1 litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 10mn; boire à volonté; - décoction de 60g pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; infuser 20mn; 2-3 tasses par jour en dehors des repas; - cystite: décoction de 60 g de rhizome; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour avec du miel; - dysurie: décoction de 60g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - gonagre: décoction de 60g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - hématurie: décoction de 60g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour loin des repas; - jaunisse: décoction de 60g de rhizome; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - néphrite: décoction de 50g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - néphrosclérose: décoction de 60g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - néphrospasme: décoction de 60g de rhizome; bouillir 6mn; 3 tasses par jour; - podagre: décoction de 60g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour loin des repas avec du jus de citron; - rhumatisme chronique: décoction de 60g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - strangurie: décoction de 50g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;
RUSCUS HYPOGLOSSUM L.	Fragon hypoglosse	PROPRIETES: - rhizome: diurétique; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; anti-inflammatoire; anti-œdémateux
RUSCUS racemosus	Fragon petit houx	PROPRIETES: - rhizome: diurétique; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; anti-inflammatoire; anti-œdémateux
RUTA angustifolia Pers.	Rue à feuilles étroites	PROPRIETES: - collyre de feuilles: soulage les yeux fatigués; - feuille séchée: germicide utile pour blessures; USAGE INTERNE: absence ou insuffisance de règles; hystéries, convulsions, mélancolie; ascaris; emménagogue (congestionne et stimule les fibres utérines); stomachique; carminatif; vermifuge; antispasmodique; cholagogue; photo dynamisante (à cause de ses furocoumarines); sudorifique; fortifie les capillaires; antispasmodique; combat hypertension; combat épilepsie; combat coliques; USAGE EXTERNE: ulcérations des gencives; pédiculose; éloigne les parasites, les serpents, les bêtes venimeuses; antiparasitaire; laxatif; POSOLOGIE INTERNE: - contre l'absence des règles, ne l'employer qu'au moment où les règles devraient se manifester. - infusion d'1g de feuilles pour 1 tasse d'eau bouillante; 2 tasses par jour;

		<p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - constipation: infusion en lavements; - gencive, ulcérations gingivales: infusion en bains de bouche. - ulcérations gingivales: infusion en bains de bouche. <p>- CONTRE-INDICATIONS: grossesse (à fortes doses, peut provoquer avortement et aussi intoxication);</p>
RUTA GRAVEOLENS L.	Rue officinale	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: excitant, sudorifique, antiseptique, antispasmodique, antihelminthique, vers, fortifier la vue; - collyre de feuilles: soulage les yeux fatigués; - feuille séchée: germicide utile pour blessures; - Utéro tonique - Emménagogue à doses modérées - Antiparasitaire, vermifuge - Antispasmodique <p>USAGE INTERNE: absence ou insuffisance de règles; hystéries, convulsions, mélancolie; ascaris; emménagogue (congestionne et stimule les fibres utérines); stomachique; carminatif; vermifuge; antispasmodique; cholagogue; photo dynamisante (à cause de ses furocoumarines); sudorifique; fortifie les capillaires; antispasmodique; combat hypertension; combat épilepsie; combat coliques;</p> <p>USAGE EXTERNE: ulcérations des gencives; pédiculose; éloigne les parasites, les serpents, les bêtes venimeuses; antiparasitaire, gale, parasites de la tête; laxatif;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - contre l'absence des règles, ne l'employer qu'au moment où les règles devraient se manifester. - infusion d'1g de feuilles pour 1 tasse d'eau bouillante; 2 tasses par jour; ou décoction de 20g de feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour. Respecter les doses; - congestion: infusion de 10 g de feuilles pendant 10 mn; 3 tasses par jour. Contre-indication en cas de grossesse; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - constipation: infusion en lavements; - punaises: 2 poignées de cette plante dans les matelas d'un lit; - ulcérations gingivales: infusion en bains de bouche. <p>- CONTRE-INDICATIONS: grossesse (à fortes doses, peut provoquer avortement et aussi intoxication);</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: voie externe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - eau forte pour les plaies (blancs d'oeuf, couperose blanche, rue) - contre les ulcères de la langue (vinaigre, sel, ail, blanc de poireau, camphre) - contre les boutons de chaleur <p>voie interne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fièvre persistante des bovins - parasites intestinaux - troubles des vaches taurelières - la morve des chevaux - parturitions difficiles <p>Médecine vétérinaire ancienne: compose le baume tranquille</p> <p>Médecine vétérinaire moderne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - stomachique - augmentation de la pression sanguine et la tonicité des fibres lisses de l'utérus - non-délivrance des chèvres et des brebis <p>Médecine vétérinaire homéopathique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - action sur le tissu fibreux, les aponévroses, le périoste, la peau, - caractérisée par une agitation constante, sensation de meurtrissure (comme après une chute) à cause de dépôt au niveau des articulations
RUTA MONTANA (L.) L.	Rue des montagnes	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - collyre de feuilles: soulage les yeux fatigués; - feuille séchée: germicide utile pour blessures;

		<p>USAGE INTERNE: absence ou insuffisance de règles; hystéries, convulsions, mélancolie; ascaris; emménagogue (congestionne et stimule les fibres utérines); stomachique; carminatif; vermifuge; antispasmodique; cholagogue; photo dynamisante (à cause de ses furocoumarines); sudorifique; fortifie les capillaires; antispasmodique; combat hypertension; combat épilepsie; combat coliques;</p> <p>USAGE EXTERNE: ulcérations des gencives; pédiculose; éloigne les parasites, les serpents, les bêtes venimeuses; antiparasitaire; laxatif;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - contre l'absence des règles, ne l'employer qu'au moment où les règles devraient se manifester. - infusion d'1g de feuilles pour 1 tasse d'eau bouillante; 2 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - constipation: infusion en lavements; - ulcérations gingivales: infusion en bains de bouche.</p> <p>- CONTRE-INDICATIONS: grossesse (à fortes doses, peut provoquer avortement et aussi intoxication);</p>
SABAL serrulata	Palmier nain	<p>PROPRIETES: pacifique de la prostate; galactagogue; développe les seins trop petits</p> <p>USAGE INTERNE: hypertrophie prostatique; troubles prostatiques: mictions douloureuses et fréquentes, parésie du sphincter vésical, fausses envies d'uriner, protatorrhée, douleurs prostatiques, cystites; troubles de la sexualité; mastites; retard des règles; insuffisance lactée des nourrices; seins insuffisamment développés;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: teinture: 15-25 gouttes dans un peu d'eau; 3 fois par jour;</p>
SAGITTARIA SAGITTIFOLIA L.	Sagittaire à feuilles en flèche	<p>PROPRIETES: - feuilles et tiges souterraines: astringentes, vulnérables</p>
SALICORNIA europaea L.	Salicorne herbacée	<p>PROPRIETES: antiscorbutique; régulateur endocrinien</p> <p>USAGE INTERNE: anémies; troubles glandulaires</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - en salade, au préalable recouverte quelques heures par du sel marin; - cuite, préparée comme les haricots verts</p>
SALIX ALBA L. *subsp. ALBA	Saule commun	<p>PROPRIETES: sédatif génital; antinévralgique; arthrite; dorsalgie; anti-inflammatoire; antispasmodique; calmant nerveux; fébrifuge (peut remplacer le quinquina); tonique digestif; rhumatismes; - feuilles et chatons: anaphrodisiaque; antispasmodique; insomnie nerveuse; sédatif; - écorce comme fébrifuge; antinévralgique; tonique; antirhumatismal; pyrosis; aigreurs d'estomac; intoxications alimentaires; douleurs arthritiques; cors; - Anti-inflammatoire, antirhumatismale - Analgésique, antipyrétique - Antiseptique - Comme l'aspirine, l'acide salicylique inhibe la cyclo-oxygénase, diminue la biosynthèse des prostaglandines E1 et E2, mais moins sur la synthèse du thromboxane A2, ce qui le rend moins antiagrégant plaquettaire - Les propriétés anti-inflammatoires sont liées à l'acide salicylique qui se forme par oxydation intra hépatique de l'alcool salicylique (saligénine), lui-même issu, au niveau intestinal, de l'hydrolyse du salicoside natif ou de la dégradation lente de la salicortine (qui sont les "prodrogues" de l'acide salicylique), absorbées à + de 86 p. cent - L'absorption est ralentie par la présence de populine et de trémulacine</p> <p>USAGE INTERNE: excitation génitale: nymphomanie, spermatorrhée, priapisme; névralgies rhumatismales; douleurs des règles; angoisse, anxiété, insomnies des neurasthéniques; lithiase biliaire; hyperacidité gastrique; arthritisme; états fébriles;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - décoction de 20-35g d'écorce sèche et concassée pour 1 litre d'eau; bouillir 5mn; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour; - antispasmodique: infusion d'1 cuillerée à dessert de chatons ou feuilles pour 1</p>

		<p>tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 3 tasses par jour avant ou entre les repas;</p> <p>- arthrose: 20 g d'écorces à ½ litre d'eau; bouillir 15mn; infuser 10mn; filtrer; répartir le tout dans la journée;</p> <p>- calmant, tranquillisant: infusion de 30 g d'écorce des rameaux pendant 25 mn; 3 tasses par jour. 3 g par jour de poudre de rameaux;</p> <p>- colite: antispasmodique: 50 g d'écorce pour 1 litre d'eau; faire bouillir 15 mn; filtrer; boire plusieurs tasses dans la journée;</p> <p>- constipation: antispasmodique: faire bouillir 20 g d'écorce dans ½ litre d'eau pendant 10 mn; infuser 5 mn; boire 1 grande tasse après les 2 repas;</p> <p>- coup de soleil: antithermique: 70 g d'écorce dans 1 litre d'eau; bouillir 15 mn; filtrer; plusieurs tasses par jour;</p> <p>- dépression nerveuse: infusion de 20g d'écorce prélevée sur les jeunes rameaux de 2-3 ans, pendant 15mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- diarrhée: contre spasmes intestinaux douloureux: 50g d'écorce à 1l d'eau; faire bouillir 15mn; filtrer; boire plusieurs tasses dans la journée;</p> <p>- dyspepsies hyper chlorhydriques: écorce des rameaux réduite en poudre: 2-3g par jour;</p> <p>- éréthisme...: faire macérer 8 jours, 50g d'écorce en poudre dans 1 litre de vin blanc sec; 2 verres par jour;</p> <p>- hypnotique: infusion d'1 cuillerée à dessert de chatons ou feuilles pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 3 tasses par jour avant ou entre les repas;</p> <p>- insomnie des alcooliques, insomnie nerveuse: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 1 tasse avant le coucher;</p> <p>- lumbago: décoction de 20-35g d'écorce sèche et concassée pour 1 litre d'eau; bouillir 5mn; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- psychose dépressive: infusion de 30g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- rhumatisme articulaire: antalgique et anti-inflammatoire: 50g d'écorce à 1 litre d'eau; bouillir 15mn; infuser 5mn; filtrer; plusieurs tasses dans la journée;</p> <p>- sciatique: les chatons, les feuilles et l'écorce peuvent être employés, mais c'est de loin cette dernière qui est la plus efficace et, avec le temps, son emploi a prédominé. Les deux premiers se préparent en infusion à raison de 10 ml par tasse d'eau bouillante. On en prend trois tasses par jour avant ou entre les repas. L'écorce se prépare sous la forme de décoction à raison de 25-35 g par litre d'eau. On la fait bouillir cinq minutes puis infuser dix minutes. On en prend trois tasses par jour. On l'a aussi prise en poudre, incorporée dans du miel ou du sirop à raison de 5-10 g par dose. On peut également en préparer un vin en faisant macérer</p> <p>- spasme, antispasmodique: infusion d'1 cuillerée à dessert de chatons ou feuilles pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 3 tasses par jour avant ou entre les repas;</p> <p>- tranquillisant: infusion de 30 g d'écorce des rameaux pendant 25 mn; 3 tasses par jour. 3 g par jour de poudre de rameaux;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE. Par voie externe, on emploie les feuilles en compresse pour soigner les contusions et plaies ou en emplâtre contre les entorses et les elongations. On prépare la compresse en faisant bouillir les feuilles dans de l'eau. On récupère le liquide refroidi et on applique. On prépare l'emplâtre en mélangeant les feuilles avec de la farine de blé et un peu d'eau et en appliquant la pâte ainsi obtenue sur les parties affectées.</p> <p>Les feuilles de saule portent souvent des gales causées par divers insectes. La variété qui se développe sur le <i>S.rigida</i> et qui a la forme d'un bouton de rose serait médicinale (et probablement les autres également). On employait autrefois l'infusion pour soigner la rétention d'urine.</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: - l'écorce contre les plaies - contre les diarrhées de lapin: rameaux par voie orale - collier de feuilles pour le chien mordu par un serpent, supposé le guérir</p>
SALIX CAPREA L.	Saule marsault	<p>PROPRIETES: - écorce fébrifuge; antinévralgique; tonique;</p> <p>- voir SALIX alba</p>
SALIX PENTANDRA L.	Saule à cinq étamines	<p>PROPRIETES: - feuilles: fébrifuge</p>
SALIX PURPUREA L. *subsp. purpurea	Saule pourpre	<p>PROPRIETES: - écorce fébrifuge; antinévralgique; tonique</p>
SALSOLA KALI L. *subsp.	Soude kali	<p>PROPRIETES: diurétique, apéritif, vermifuge, anti-ulcéreux</p>

KALI		
SALSOLA SODA L.	Soude commune	PROPRIETES: voir SALSOLA kali
SALVIA AETHIOPIS L.	Sauge d'Ethiopie	PROPRIETES: - plante: stimulant, stomachique
SALVIA miltiorhiza	Sauge à racine rouge	PROPRIETES: - racines en décoction: combat irrégularités menstruelles; saignement de l'utérus; maux de ventre résultant de la stagnation du sang; revigore le sang en cas d'hépatite ou d'ulcère du foie; aide à réduire les contusions; traite les inflammations des seins, des os ou des reins; contre épuisement nerveux; contre insomnie; l'huile essentielle peut provoquer des troubles nerveux; prises en excès sur une longue période, les infusions seraient nocives
SALVIA NEMOROSA L. *subsp. nemorosa	Sauge sauvage	PROPRIETES: - plante: stimulant, stomachique
SALVIA OFFICINALIS L. *SUBSP. OFFICINALIS	Sauge officinale	PROPRIETES: aromatique; cordial; astringent; stomachique; stimulant; excitant; antiseptique; carminatif; antispasmodique; restaure le système nerveux; fortifiant; dépression et épuisement nerveux; faiblesse générale; tonique; céphalique, névralgies; indigestion, gaz, perte d'appétit; faiblesse pulmonaire avec toux rebelles et allergies; bouffées de chaleur à la ménopause; - On l'utilise contre les maux de gorge, pour soigner les aphtes en raison de ses propriétés antiseptiques et astringentes. C'est aussi un tonique et un stimulant notamment pour la digestion que le système nerveux ou encore hormonal (régularise le cycle menstruel). Elle est aussi efficace contre l'asthme sous forme de préparation de feuilles séchées à fumer. - Astringent, antiseptique, antiasthmatique, aromatique, favorise l'expulsion des gaz, régule la transpiration et le cycle menstruel, tonique. - feuilles et sommités fleuries: stimulant, tonique; stomachique; antisudoral; emménagogue; astringent; bactéricide; antiputride; antispasmodique; cholérétique, apéritive, digestive, anti-sudorifique; hypoglycémiant; antiseptique tonifiant nerfs et sang; - huile essentielle: stimulant des œstrogènes au niveau des ovaires: automédication TRES DANGEREUSE car sur certains terrains, son usage inapproprié peut induire des cancers du sein; USAGE INTERNE: digestif; stimulant; antiseptique; diurétique; dans régime: dépression, hépatisme, convalescence; USAGE EXTERNE: feuilles: cicatrisant POSOLOGIE INTERNE: - asthénie: infusion de 30 g de feuilles pendant 20 mn; 2-3 tasses par jour; ou 1 tasse d'infusion au coucher; - cauchemar: infusion de 50 g de feuilles de sauge et de feuilles de chou pendant 15 mn; consommer tiède avant le coucher; - cirrhose graisseuse: infusion de 40 g de feuilles pendant 20 mn; 3 tasses par jour loin des repas; - congestion: infusion de 25-30 g de feuilles pendant 20 mn; 3 tasses par jour. - emménagogue: infusion de 1 cuillerée à dessert de feuilles et sommité fleuries par tasse d'eau; - excitation nerveuse: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - frigidité: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. - gastralgie par pyrosis: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. - grippe: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. - hémicrânie due à une mauvaise digestion: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. - impuissance: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - insuffisance ovarienne: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - mains moites: voir sueurs froides; - myocardite: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. - rhume: infuser 1 pincée de feuilles de sauge pendant 5mn dans 1 tasse de lait bouillant; - stimulant: infusion de 1 cuillerée à dessert de feuilles et sommité fleuries par tasse d'eau; - stomachique: infusion de 1 cuillerée à dessert de feuilles et sommité fleuries par tasse d'eau; - stress dû à la ménopause: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; - sueurs froides ou mains moites: infuser 60g de feuilles de sauge dans ½ litre de

vin mélangé à ½ litre d'eau pendant 10 heures à température tiède; filtrer et boire 1 verre à bordeaux au moment du coucher; à ne pas utiliser en cas de fièvre car il est bon de transpirer dans ces cas là;

- sueurs nocturnes: 1 tasse d'infusion au coucher;
- surmenage intellectuel: vin de sauge: macérer 8 jours 100g de feuilles de sauge dans 1 litre de vin; 1 ou 2 verres à bordeaux par jour;
- tonique: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- toux nerveuse: infusion de 40g de feuilles pendant 15mn; 3 tasses par jour avec du miel.
- transpiration morbide des malades graves, transpiration nocturne: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. Contre-indication en cas de grossesse, d'inflammations et chez les sujets pléthoriques;
- vertige d'origine gastrique: faire macérer 10g de feuilles de sauge fraîche dans 1 litre de bon vin blanc; sucrer avec du miel de lavande; passer; 1 petit verre à apéritif avant chaque repas;

- ATTENTION: à éviter absolument durant la grossesse;
 Contre-indication chez les sujets pléthoriques et dans les cas d'inflammations;
 ATTENTION en cas d'allergie à l'acide acétylsalicylique (aspirine)

POSOLOGIE EXTERNE:

- abcès dentaire: 10g de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 15mn; filtrer; plusieurs bains de bouche par jour;
- angine: décoction de 50g de feuilles ou sommités fleuries; bouillir 8mn: en gargarisme;
- aphtes: décoction de 20 g pour 1 litre d'eau: bains de bouche;
- blessures petites: feuilles: faire bouillir 100g de feuilles dans 1 l d'eau pendant 5mn; laisser infuser encore 5mn et filtrer; en compresses;
- cheveux, entretien des cheveux: feuilles: pendant 10 mn décoction dans 1 litre d'eau; passer quand la décoction est tiède. Frictions 2 à 3 fois par semaine;
- dent, abcès dentaire: 10g de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 15mn; filtrer; plusieurs bains de bouche par jour;
- dépression nerveuse: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel. Infusion de 80g de feuilles pendant 20mn: ajouter l'infusion à l'eau du bain;
- eczéma: feuilles: faire bouillir 100g de feuilles dans 1 l d'eau pendant 5mn; laisser infuser encore 5mn et filtrer; en compresses;
- entérite: décoction de 50g de feuilles; bouillir 5mn; en lavements;
- entretien des cheveux: feuilles: pendant 10 mn décoction dans 1 litre d'eau; passer quand la décoction est tiède. Frictions 2 à 3 fois par semaine;
- fatigue: infusion de 80g de feuilles en poudre pendant 25mn; mettre dans l'eau du bain;
- fortifiant des gencives: mâcher longuement les feuilles. Utiliser les feuilles sèches réduites en poudre comme dentifrice;
- gencive, fortifiant des gencives: mâcher longuement les feuilles. Utiliser les feuilles sèches réduites en poudre comme dentifrice;
- gonflement des gencives: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; en bains de bouche. Feuilles pour les frictions directes sur les gencives;
- gingivite: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; en bains de bouche;
- gingivorragie: mâcher les feuilles et les utiliser sèches comme dentifrice;
- impuissance: dans un petit sac, mettre 300g de feuilles en poudre et le tremper dans l'eau du bain pendant 20mn;
- laryngite: décoction de 50g de feuilles; bouillir 20mn; en gargarismes;
- odontalgie: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; en bains de bouche;
- pharyngite: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; en gargarismes;
- blessures petites: feuilles: faire bouillir 100g de feuilles dans 1 l d'eau pendant 5mn; laisser infuser encore 5mn et filtrer; en compresses;
- piqûres d'insecte: frotter avec feuilles;
- plaie: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; en applications locales;

Médecine vétérinaire empirique:

- anti sudorifique pour les fièvres importantes
- stomachique pour améliorer l'appétit des bovins
- contre les météorisations
- contre les éruptions vésiculeuses: feuilles de sauge et de sureau hachées en usage externe
- contre les pneumonies des chèvres et le charbon: décoction

Médecine vétérinaire ancienne:

- contre les indigestions par surcharge, les indigestions aiguës: infusion alcoolée

		<p>- compose le baume tranquille</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: tonique, stomachique, action sur l'appareil génital, anti-laiteux, action sur la fièvre</p>
SALVIA PRATENSIS L. *SUBSP. PRATENSIS	Sauge des prés	<p>PROPRIETES: - feuilles et sommités fleuries: stomachique.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - asthénie psychique: décoction de 50g de feuilles; bouillir 6mn; 2-3 tasses par jour; - diaphorèse: décoction de 50g de feuilles; bouillir 5mn. 2 tasses par jour; - hémicrânie due à une mauvaise digestion: décoction de 50g de feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour - hypotension artérielle: décoction de 50g de feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - transpiration nocturne: décoction de 50g de feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;</p> <p>CONTRE-INDICATION: chez les sujets pléthoriques, en cas d'états inflammatoires et de grossesse;</p>
SALVIA SCLAREA L.	Sauge sclarée	<p>PROPRIETES: - plante: stimulant, sternutatoire, stomachique, anti hystérique, antiulcéreux, contre rhume; - fleurs et feuilles en distillat: soulager les yeux fatigués; - mucilage des graines trempées déloge les corps étrangers des yeux; - huile essentielle: stress; fatigue; difficultés digestives; difficultés menstruelles; asthme;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - asthénie psychique: décoction de 30 g de feuilles et sommités fleuries; bouillir 6mn; 2-3 tasses par jour; - diaphorèse: décoction de 30g de feuilles et sommités fleuries; bouillir 5mn; 2 tasses par jour; - hypotension artérielle: décoction de 40g de feuilles et sommités fleuries; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - rhume: infuser 1 pincée de feuilles de sauge pendant 5mn dans 1 tasse de lait bouillant; - transpiration nocturne: décoction de 30g de feuilles et sommités fleuries; bouillir 5mn; 3 tasses par jour ; - ATTENTION: l'administration jointe à la consommation d'alcool peut causer nausées et cauchemars; CONTRE-INDICATION: chez les sujets pléthoriques, en cas d'états inflammatoires et de grossesse</p>
SALVIA VERBENACA L.	Sauge verveine	<p>PROPRIETES: - feuilles et sommités fleuries: stomachique, stimulant</p>
SALVIA VIRIDIS L.	Sauge verte	<p>PROPRIETES: - plante: stimulant, stomachique</p>
SAMBUCUS EBULUS L.	Hièble	<p>PROPRIETES: régénère muqueuse nasale et sinus; sudatif; diurétique; laxatif; anti-inflammatoire; pour faire tomber une fièvre accompagnée de déshydratation de la peau; déclenche la transpiration, fait tomber la fièvre et protège les reins; - usage interne: - fleurs: sudorifique; calmant de la toux. - fruits: purgatif. - écorce des racines et 2° écorce, feuilles, baies (les baies fraîches sont dangereuses): diurétique; purgatif; laxatif; diaphorétique; hydropisie; - usage externe: action comparable à celle de l'arnica contre les contusions. - feuilles: rhumatismes;</p> <p>USAGE INTERNE: fleurs: maladies infectieuses; bronchites, toux; - écorce des racines et 2° écorce, feuilles, baies: oligurie; néphrites, cystites; œdèmes; hydropisie; constipation;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - fleurs: infusion d'1 poignée par litre d'eau bouillante; infuser 10mn; à volonté; - écorces et baies: décoction de 50g pour 1 litre d'eau; bouillir à réduction de moitié; 1 tasse au lever et au coucher;</p>

		<p>- bronchite: décoction de 40 g de feuilles; bouillir 5 mn; 3 tasses par jour, sucrer avec du miel;</p> <p>- grippe: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- hydropisie, hydropisie rénale: décoction de 40g de rhizome et d'écorce; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- néphrite: décoction de 40g de rhizome et d'écorce; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- angine: décoction 150g de feuilles; bouillir 6mn; gargarismes avec du miel;</p> <p>- coups de soleil: décoction 150g de feuilles; bouillir 6mn en lotion ou compresse;</p> <p>- guêpe, piqûre de guêpe: feuilles en friction;</p> <p>- piqûre de guêpe: feuilles en friction;</p> <p>- yeux larmoyants et irrités: décoction 150g de feuilles; bouillir 6mn en lotion ou compresse;</p>
SAMBUCUS NIGRA L.	Sureau noir	<p>PROPRIETES: Une infusion de fleurs est indiquée lors d'état fébrile ou de refroidissement.</p> <p>Les populations néolithiques connaissaient déjà les vertus thérapeutiques des fleurs et des fruits.</p> <p>l'un des meilleurs antiphlogistiques (qui combat les inflammations); sudorifique; diurétique; purgatif; stimule la prolactine (hormone de lactation);</p> <p>- fleurs, fruits et écorce: diurétique;</p> <p>- écorce racine: émétique;</p> <p>- fleurs: diaphorétique; diurétique; sudorifique; dépuratif; galactogène; légèrement laxatif; refroidissements; rhume des foies; maux de gorge; arthrite;</p> <p>- baies: purgatif; antirhumatismal; antinévralgique, l'extrait purgatif des baies est appelé "rob de sureau";</p> <p>- partie interne de l'écorce: purgatif, hydropisie;</p> <p>- seconde écorce: diurétique déchlorurant, laxatif; antirhumatismal et antigoutteux; antiépileptique;</p> <p>- feuilles: résolutif, appliquées sur contusions, entorses;</p> <p>USAGE INTERNE:</p> <p>- fleurs: rhumes; bronchites, asthme; rhumatisme; fièvres éruptives: rougeole, scarlatine (favorise l'éruption); affections oculaires; affections rénales, cystites; tuberculose;</p> <p>- baies: constipation; purgatif; névralgies;</p> <p>- seconde écorce: rhumatisme, goutte; hydropisie; néphrites; lithiase urinaire; tous les cas de rétention liquidienne dans l'organisme; épilepsie essentielle;</p> <p>USAGE EXTERNE: fleurs: dermatoses, furoncles; en inhalations contre le rhume de cerveau; en cataplasmes de fleurs cuites dans de l'eau ou dans du lait: contre inflammations érysipélateuses</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- bronchite: 1 poignée de fleurs par litre d'eau bouillante; infuser 10mn; à volonté;</p> <p>- catarrhe: fleurs en infusion blanchie avec du lait et prise très chaude;</p> <p>- cirrhose: décoction de 60 g d'écorce; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- constipation: faire bouillir 30 g de baies dans ½ litre d'eau pendant 15 mn; filtrer; boire 1 tasse froide au réveil et au coucher; ou 20-30g de suc de baies le matin;</p> <p>- convulsions: infusion de 40 g de fleurs pendant 20 mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- diarrhée: 10-15g de poudre de feuilles sèches dans du miel;</p> <p>- douleurs arthritiques: infusion de 40g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- dysenterie: 10-15g de poudre de feuilles sèches dans du miel;</p> <p>- enrouement: infusion de 50g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel;</p> <p>- épilepsie: décoction de 40g d'écorce; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- érysipèle: infusion de 50g de fleurs pendant 15mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- fièvre éruptive: 1 poignée de fleurs par litre d'eau bouillante; infuser 10mn; à volonté;</p> <p>- goutte: décoction de 2 poignées de seconde écorce par litre d'eau; réduire de moitié; à boire dans la journée;</p> <p>- gravelle: décoction de 60g d'écorce; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- hydropisie: décoction de 60g d'écorce; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- jaunisse: décoction de 60g d'écorce; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- néphrite: décoction de 50g d'écorce; bouillir 12-13mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- névralgie: 20-30g de suc de baies le matin;</p> <p>- oxalurie: décoction de 50g d'écorce; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour;</p>

- purgatif: décoction de 5g de feuilles ou fleurs par tasse d'eau;
- rétention liquidienne: décoction de 2 poignées de seconde écorce par litre d'eau; réduire de moitié; à boire dans la journée;
- rhumatisme: 1 poignée de fleurs par litre d'eau bouillante; infuser 10mn; à volonté; ou décoction de 2 poignées de seconde écorce par litre d'eau; réduire de moitié; à boire dans la journée;
- rhume de cerveau: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel;
- rhume des foins: tisane plusieurs semaines avant le début de la période de pollinisation;
- sinusite: infusion de fleurs, à boire pour atténuer les symptômes et accélérer la guérison;
- sudorifique: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; ou infusion de 20g de fleurs séchées par litre d'eau, à boire par tasses assez rapprochées;
- tonique: décoction de 50g d'écorce; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du citron et du miel;
- transpiration, rétablir la transpiration: fleurs en infusion blanchie avec du lait et prise très chaude;
- uricémie: décoction de 60g de seconde écorce; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel;
- vaso-dilatateur ou vasodilatateur: infusion de 40g de fleurs pendant 15mn; 2-3 tasses par jour;

POSOLOGIE EXTERNE:

- affections oculaires: 2 poignées de fleurs dans 1 litre d'eau bouillante; infuser 10mn; en bains d'yeux;
- angine: infusion de 80g de fleurs pendant 25mn; avec du miel: en gargarisme
- blépharite: infusion 80 g de fleurs pendant 20 mn; en bains;
- douleurs dues à un érysipèle: faire bouillir les fleurs dans de l'huile d'olive; en applications locales froides;
- émollient: infusion de 80g de fleurs pendant 20mn; en applications locales;
- engelure: 2 poignées de fleurs dans 1 litre d'eau bouillante; infuser 10mn; compresses adoucissantes et bains chauds;
- érysipèle, douleurs dues à un érysipèle: faire bouillir les fleurs dans de l'huile d'olive; en applications locales froides;
- eczéma des paupières: 2 poignées de fleurs dans 1 litre d'eau bouillante; infuser 10mn; en bains d'yeux;
- inflammation des pieds: faire bouillir 15-20g de feuilles dans 2 litres d'eau pendant 10mn; en bains de pieds;
- laryngite: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; en gargarismes;
- névralgie sciatique: faire bouillir 5mn les fleurs dans de l'huile d'olive; appliquer localement;
- orgelet: 50g de fleurs pour 1 litre d'eau; bouillir 5mn; infuser 5 minutes: compresses;
- otite: verser le jus des feuilles et de l'écorce moyenne dans l'oreille;
- paupières, eczéma des paupières: 2 poignées de fleurs dans 1 litre d'eau bouillante; infuser 10mn; en bains d'yeux
- pyorrhée alvéo-dentaire: infusion de 40g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour. Décoction de 100g d'écorce; bouillir 15mn; faire des bains de bouche;
- sciatique, névralgie sciatique: faire bouillir 5mn les fleurs dans de l'huile d'olive; appliquer localement;
- yeux: irritation, fatigue, faiblesse: décoction de 100g d'écorce; bouillir 15mn; en bains réguliers; ou 2 poignées de fleurs dans 1 litre d'eau bouillante; infuser 10mn; en bains d'yeux;

Médecine vétérinaire empirique:

- vulnéraire: contre les inflammations cutanées, goutte des oiseaux (en bains), bronchites et mammites (en fumigations)
- favorise l'agnelage (en fumigation)
- contre l'hémorragie de la chèvre après une parturition
- diarrhée des veaux: écorce de sureau d'un an
- contre les morsures de vipère: cataplasmes de feuilles

Médecine vétérinaire ancienne:

- néphrites aiguës: en infusion
- contre les coryzas: en fumigation
- laxatif et purgatif chez le chien: 6 à 10g de suc de baies
- diurétique: 40 à 50g d'extrait fluide

SAMBUCUS RACEMOSA L. *subsp. racemosa	Sureau à grappes	PROPRIETES: vois SAMBUCUS nigra
SAMOLUS VALERANDI L.	Samole de Valerand	PROPRIETES: - plante: vulnéraire, apéritif, antiscorbutique
SANGUINARIA canadensis	Sanguinaire du Canada	PROPRIETES: - rhizome: expectorant; tonique; bactéricide; antiviral; anesthésie locale contre toux chronique; maux de gorge; fièvres; infections cutanées; POSOLOGIE EXTERNE: - pyorrhée alvéo-dentaire: infusion de 80g de partie aérienne pendant 25mn; faire des bains de bouche fréquents;
SANGUISORBA MINOR L. *subsp.minor *var.minor	Sanguisorbe pimprenelle	PROPRIETES: amère; tonique; atonie des organes digestifs; dysenterie; entérite; apéritif; - feuilles: astringent; aromatique; anti catarrhal; carminatif; hémostatique; diurétique léger; anti-laiteux; vulnéraire, cicatrice plaies et hémorragies internes; hémorroïdes; ralentit la dégradation des dents; - en infusion utilisée comme lotion contre coups de soleil et irritations cutanées; USAGE INTERNE: entérites, diarrhées infantiles, dysenterie; hématuries, hémoptysies; métrorragies; fermentations intestinales USAGE EXTERNE: feuilles: cicatrifier brûlures et plaies POSOLOGIE INTERNE: - infusion d'1 poignée de plante fraîche (5g par tasse) pour 1 litre d'eau bouillante; - décoction de 20g de racine par 1/2 litre d'eau; - dans les aliments: plante mondée ou pulvérisée; - bronchorrhée: décoction de 30-40 g de plante entière; bouillir 8-10 mn; 3 tasses par jour; - diaphorèse: décoction de 40g de plante entière; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; POSOLOGIE EXTERNE: - angine ulcéro-membraneuse: gargarismes: décoction de 80g de plante entière; bouillir 10mn; - leucorrhée: décoction de 80g de plante entière; bouillir 10mn; en injections vaginales;
SANGUISORBA OFFICINALIS L.	Sanguisorbe officinale	PROPRIETES: - plante: phtisie; - feuilles: astringent; vulnéraire; anti catarrhal; carminatif; hémostatique USAGE EXTERNE: feuilles: cicatrifier brûlures et plaies
SANICULA EUROPAEA L.	Sanicle commune	PROPRIETES: - plante: stomachique, sudorifique, vulnéraire, astringent, détersif, phtisie - feuilles, tiges, racine: en infusion: diarrhée; embellir la peau car elle purifie le sang; toux; troubles urinaires et hépatiques; hémorragies internes; inflammations gastriques; inflammations intestinales; - en gargarisme: maux de gorge, en compresse pour les contusions; - dans le bain: désintoxiquer la peau; POSOLOGIE INTERNE: - bronchite sèche: infusion de 40 g de feuilles et racine pendant 30 mn; 3 tasses par jour avec du miel; - rhume: infusion de 40g de feuilles et racine pendant 30mn; 3 tasses par jour. Décoction de 60g de feuilles et racine; bouillir 10mn; instillations nasales; POSOLOGIE EXTERNE: - ecchymose: décoction de 80g de feuilles et racines; bouillir 10mn; en applications locales; - gingivite: décoction de 60g de feuilles et racine; bouillir 10mn; en bains de bouche; - glossite: décoction de 80g de racine et feuilles; bouillir 10mn; en bains de bouche; - leucorrhée: décoction de 60g de feuilles et racines; bouillir 10mn; en injections vaginales; - rhume: infusion de 40g de feuilles et racine pendant 30mn; 3 tasses par jour. Décoction de 60g de feuilles et racine; bouillir 10mn; instillations nasales;
SANTALUM album L.	Santal blanc	PROPRIETES: rééquilibrant, hémostatique, antipyrétique, antiseptique, antibactérien, carminatif, sédatif, antispasmodique, aphrodisiaque; calmant;

		<p>expectorant; diurétique; désinfectant; humidifiant; régénération tissulaire;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Décongestion lymphatique et veineuse, prostatique - L'huile essentielle s'élimine par les reins avec un effet antiseptique - huile essentielle en inhalation: expectorant, sédatif de la toux, antiseptique pulmonaire, antiseptique urinaire, tension, anxiété; - encens: calmant; bois: cystite, urétrite, vaginite, dermatite aiguë, herpès, bronchite, palpitations, blennorragie, coups de soleil, peau sèche, acné, laryngite, nausées, insomnie, tuberculose, dépression, nervosité, anxiété, impuissance, dermatites d'origine bactérienne. <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fièvre: décoction d'1 cuillère à café de bois de santal dans tasse d'eau, bouillir quelques minutes, filtrer et laisser refroidir: 1-2 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - acné: décoction d'1 cuillère à café de bois de santal dans tasse d'eau, bouillir quelques minutes, filtrer et laisser refroidir puis appliquer la décoction sur la peau lavées et laisser sécher, 3 fois par jours, autant de fois que nécessaire; <p>ASSOCIATION: clou de girofle, géranium, musc, myrrhe, tubéreuse, vétiver</p>
SANTOLINA CHAMAECYPARISSUS L. *SUBSP. CHAMAECYPARISSUS	Santoline petit cyprès	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: stimulant; stomachique; antispasmodique; emménagogue; vermifuge; purifie les reins; stimule les règles; contre jaunisse; - lotion de fleurs et de feuilles: teigne; gale; - rameaux fleuris: insecticide contre mites; - plante et fruits: vulnéraire, antispasmodique, stomachique, contre l'ictère. <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - colique hépatique: infusion de 20 g de sommités fleuries et fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - dysménorrhée: infusion 10-20g de fleurs et sommités fleuries; infuser 20mn; 2-4 tasses par jour; - gastralgie: infusion de 20g de sommités fleuries et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - gastrospasme: infusion de 20g de sommités fleuries pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - hystérie: infusion de 20g de sommités fleuries et fleurs pendant 20mn; 3 tasses loin des repas;
SAPONARIA OFFICINALIS L.	Saponaire officinale	<p>PROPRIETES: Tous les médecins de la Grèce antique faisaient un grand usage de la saponaire.</p> <p>Amer, apéritif, tonique, expectorant, fondant; dépurative; diaphorétique; diurétique; cholagogue; expectorante; sudorifique; cholérétique; vermifuge; rhumatismes; goutte; maladies de la peau; traitement de la jaunisse;</p> <ul style="list-style-type: none"> - rhizomes et feuilles: adoucissant de l'eau; lotion pour les cheveux endommagés et peaux sensibles; acné; eczéma; psoriasis; - les rhizomes de 2-3 ans: expectorant; diurétique; laxatif; stimuler la production de bile; <p>USAGE INTERNE: rhumatismes goutteux; affections des voies urinaires et hépatiques; bronchites, états grippaux; neurasthénie; oxyurose;</p> <p>USAGE EXTERNE: eczéma, dermatoses prurigineuses, acné, dartres; angines pultacées et diverses; engorgements lymphatiques; entretien du cuir chevelu</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction de 15g de rhizome pour 1 litre d'eau; bouillir 2mn et passer aussitôt (la macération pourrait être toxique); 1 tasse 1/2 heure avant les 2 grands repas; - acné: visée de drainage: 10 g racines de bardane et 10 g de rhizomes de saponaire à ½ litre d'eau; bouillir 15 mn; filtrer; 3 tasses par jour; - arthrite, rhumatisme arthritique: décoction de 10g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron. Respecter la dose; - dartre: 15 g de racines à ½ litre d'eau; bouillir 10 mn; infuser 10 mn; filtrer; 2-3 tasses par jour; - diathèse goutteuse: décoction de 10-20g de rhizome; bouillir 10mn; 2 tasses par jour. Doses plus importantes dangereuses: action paralysante sur le cœur et les centres respiratoires; - pityriasis: 15 g de racines à ½ litre d'eau; bouillir 10 mn; infuser 10 mn; filtrer; 2-3 tasses par jour;

		<p>- rhumatisme arthritique: décoction de 10-15 g de rhizome; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron. Respecter la dose;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- acné: feuilles fraîches ou fleurs rapidement lavées, posées sur le linge servant au cataplasme, écraser avec 1 bouteille pour faire sortir le suc; appliquer sur la peau;</p> <p>- dartre: feuilles fraîches ou fleurs rapidement lavées, posées sur le linge servant au cataplasme, écraser avec 1 bouteille pour faire sortir le suc; appliquer sur la peau;</p> <p>- eczéma: feuilles fraîches ou fleurs rapidement lavées, posées sur le linge servant au cataplasme, écraser avec 1 bouteille pour faire sortir le suc; appliquer sur la peau;</p> <p>- engorgement lymphatique: feuilles fraîches ou fleurs rapidement lavées, posées sur le linge servant au cataplasme, écraser avec 1 bouteille pour faire sortir le suc; appliquer sur la peau;</p> <p>- herpès: feuilles fraîches ou fleurs rapidement lavées, posées sur le linge servant au cataplasme, écraser avec 1 bouteille pour faire sortir le suc; appliquer sur la peau;</p> <p>- impétigo: feuilles fraîches ou fleurs rapidement lavées, posées sur le linge servant au cataplasme, écraser avec 1 bouteille pour faire sortir le suc; appliquer sur la peau;</p> <p>- oedème des chevilles: feuilles fraîches ou fleurs rapidement lavées, posées sur le linge servant au cataplasme, écraser avec 1 bouteille pour faire sortir le suc; appliquer sur la peau;</p> <p>- oedème des genoux: feuilles fraîches ou fleurs rapidement lavées, posées sur le linge servant au cataplasme, écraser avec 1 bouteille pour faire sortir le suc; appliquer sur la peau;</p> <p>- prurit cutané: décoction de 30g de rhizome; bouillir 10mn; en applications locales; ou feuilles fraîches ou fleurs rapidement lavées, posées sur le linge servant au cataplasme, écraser avec 1 bouteille pour faire sortir le suc; appliquer sur la peau;</p> <p>Précautions particulières: action irritante à l' état frais;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: thé dépuratif des pigeons</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: saponine est un adjuvant de l'immunité dans divers vaccins (rage, fièvre aphteuse)</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: draineur dans les eczémas, draineur cutané</p>
SASSAFRAS albidum	Sassafras officinal	<p>PROPRIETES:</p> <p>- traitement de la constipation, des flatulences et d'autres problèmes gastro-intestinaux. Il a également été utilisé comme tonique général et employé pour traiter les rhumatismes et les inflammations des voies urinaires. Le sassafras est aussi très utile pour arrêter de fumer car il en diminue l'envie. De façon externe, le Sassafras a servi dans les cas de douleurs rhumatismales, de goutte, de sumac vénéneux, et pour les problèmes de peau tels, le psoriasis et l'eczéma.</p> <p>- feuilles, rameaux, écorce, racine: tonique, dépurateur sanguin.</p> <p>- 1 goutte d'essence de sassafras sur un morceau de sucre, chaque jour, conviendrait pour arrêter de fumer</p> <p>Mises en garde: Contre-indiqué durant la grossesse. La consommation prolongée peut être dangereuse.</p>
SATUREJA HORTENSIS L.	Sarriette	<p>PROPRIETES: stimulant, excitant; stomachique; carminatif; antiseptique; antiputride; expectorant; vermifuge; astringent</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- anorexie: infusion de 60g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- antiputride: infusion de 5g feuilles et sommités fleuries par tasse d'eau, 3 fois par jour;</p> <p>- carminatif: infusion de 5g feuilles et sommités fleuries par tasse d'eau, 3 fois par jour;</p> <p>- désinfectant intestinal: à utiliser la plante fraîche, sèche mondée, pulvérisée dans les aliments;</p> <p>- digestif: infusion de 5g feuilles et sommités fleuries par tasse d'eau, 3 fois par jour;</p> <p>- fermentation intestinale: infusion de 60g de partie aérienne pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- gastralgie: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- intestin, désinfectant intestinal: à utiliser la plante fraîche, sèche mondée,</p>

		<p>pulvérisée dans les aliments;</p> <ul style="list-style-type: none"> - hypochlorhydrie: infusion de 60g de partie aérienne pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hypochondrie: infusion de 60g de partie aérienne pendant 20mn; 2 tasses par jour; - remontant: à utiliser la plante fraîche, sèche mondée, pulvérisée dans les aliments; - stimulant: infusion de 5g feuilles et sommités fleuries par tasse d'eau, 3 fois par jour;
SATUREJA MONTANA L. *subsp.montana	Sarriette d'hiver	<p>PROPRIETES: tonique; fortifiant; apéritif; stimulant; stomachique; carminatif; antiseptique; antiputride; expectorant; vermifuge; astringent; digestif; diurétique; vermifuge; aphrodisiaque; remontant; désinfectant intestinal;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Antimicrobien: Huile Essentielle agit sur un grand nombre de bactéries Gram + (staphylocoques, streptocoques) et Gram - (collibaciles) ainsi que sur divers champignons pathogènes (candida) <p>La concentration minimale inhibitrice est de l'ordre de 0,125 à 0,500 mg/ml (dilution de 1/4 000 à 1/8 000 ème)</p> <ul style="list-style-type: none"> - stimulant hypophysaire, sympathomimétique - terminaisons florales en gargarismes et en vaporisation sur les peaux grasses: astringent; antiseptique; - feuilles écrasées: soulager des piqûres d'abeilles; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - antiputride: infusion de 5g feuilles et sommités fleuries par tasse d'eau, 3 fois par jour; - carminatif: infusion de 5g feuilles et sommités fleuries par tasse d'eau, 3 fois par jour; - désinfectant intestinal: à utiliser la plante fraîche, sèche mondée, pulvérisée dans les aliments; - digestif: infusion de 5g feuilles et sommités fleuries par tasse d'eau, 3 fois par jour; - gastro-entérite: infusion de 60g de partie aérienne entière pendant 20mn; 2 tasses par jour; - insuffisance biliaire: infusion de 60g de partie aérienne pendant 20mn; 2 tasses par jour; - intestin, désinfectant intestinal: à utiliser la plante fraîche, sèche mondée, pulvérisée dans les aliments; - remontant à utiliser la plante fraîche, sèche mondée, pulvérisée dans les aliments; - stimulant: infusion de 5g feuilles et sommités fleuries par tasse d'eau, 3 fois par jour; <p>Risques: ne pas employer l'Huile Essentielle pure, et éviter son contact avec les muqueuses: risques d'irritation;</p>
SAXIFRAGA GRANULATA L. *SUBSP. GRANULATA ENGL. & Irmsch.	Saxifrage granulée	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: apéritif, diurétique, affections de la poitrine, gravelle, cholagogue <p>USAGE INTERNE: congestion hépatique, congestion de la rate</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction de 15-30g pour 1 litre; 3 tasses par jour
SAXIFRAGA TRIDACTYLITES L.	Saxifrage à trois doigts	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: jaunisse
SCABIOSA COLUMBARIA L. *SUBSP. COLUMBARIA	Scabieuse colombarie	<p>PROPRIETES: voir SUCCISA pratensis</p>
SCANDIX PECTEN-VENERIS L. *SUBSP. PECTEN-VENERIS THLNG.	Scandix peigne de Vénus	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: expectorant, purgatif, diurétique
SCHINUS MOLLE L.	Faux poivre	<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - hypertrophie de la prostate: 1g par jour de poudre de fruit;
SCHISANDRA chinensis	Schisandre	<p>PROPRIETES: astringent; nutritif; réduit les expectorations; faiblesse accompagnée d'épuisement nerveux et d'insomnie; grande fatigue due à un surmenage prolongé; redonne de l'élasticité à la peau; en cas de toux sèches et chroniques et d'asthme; suees nocturnes;</p> <ul style="list-style-type: none"> - baies: stimuler et harmoniser le développement des organes internes; maîtriser l'équilibre du corps; renforcer le système immunitaire; augmenter l'absorption d'oxygène bénéfique pour les cellules; stimuler le système nerveux central, améliorer coordination et endurance; favoriser la concentration; combattre dépression; - plante entière: réguler la tension; ralentir le vieillissement

SCHOENOPLECTUS lacustris (L.) Palla	Scirpe des lacs	PROPRIETES: - tige souterraine: astringent, diurétique
SCILLA LILIO-HYACINTHUS L.	Scille lis jacinthe	PROPRIETES: - bulbe: purgatif
SCOLOPENDRIUM officinale	Scolopendre officinale	PROPRIETES: maladies du foie, maladies de la rate, maladies de la vessie; POSOLOGIE INTERNE: - hépatomégalie: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hypocholie: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hystérie: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour;
SCORPIURUS muricatus L. *subsp. subvillosus (L.) Thell.	Scorpiure poilu	PROPRIETES: anciennement pour piqûre scorpions
SCORZONERA HISPANICA L. *subsp. HISPANICA	Salsifis noir	PROPRIETES: - racine: émoullient, mucilagineux, fièvre. - légume recommandé aux diabétiques. POSOLOGIE INTERNE: - laryngo-trachéite: décoction de 80g de rhizome; bouillir 20mn; 3 tasses par jour avec du miel;
SCORZONERA HUMILIS L.	Salsifis de Bohême	PROPRIETES: - plante: apéritif
SCROPHULARIA AQUATICA L. *SUBSP. AQUATICA	Scrofulaire aquatique	PROPRIETES: - plante: vulnéraire, détersif
SCROPHULARIA auriculata Loefl. ex L.	Scrofulaire à oreillettes	PROPRIETES: voir SCROFULARIA nodosa
SCROPHULARIA CANINA L. *SUBSP. CANINA	Scrofulaire des chiens	PROPRIETES: - plante: gale des chiens et des porcs; voir SCROFULARIA nodosa
SCROPHULARIA NODOSA L.	Scrofulaire noueuse	PROPRIETES: - racine à dose modérée: hypoglycémiant; diurétique; stimulant du foie; antidiabétique; - feuilles et racines: tumeurs scrofuleuses; - graines: vermifuge; - feuilles: en lotion contre la galle; - plante: tonique; diurétique; dépuratif du sang; analgésique spécifique de la peau et du système lymphatique; écrouelles, scrofule; gangrène; - en tisane ou en cataplasme: hypertrophie des glandes lymphatiques, démangeaisons eczémateuses, psoriasis, fluxions, furoncles, petites plaies; USAGE INTERNE: diabète; furonculose; hépatisme; néphrites; oedèmes; hydropisie; séborrhée; urticaire; POSOLOGIE INTERNE: - vin: 50g de racine râpée dans 1 litre de vin blanc; - séborrhée: infusion de 40g de rhizome et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hypotension artérielle: infusion de 40g de racine et sommités fleuries pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - maladie de Basedow ou goitre exophtalmique: infusion de 40g de rhizome et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour. Infusion de 80g de rhizome et sommités fleuries pendant 20mn; en applications locales; - urticaire: infusion de 40g de rhizome et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour. Infusion de 80g de rhizome et sommités fleuries pendant 25mn; en applications locales; - stimulant cardiaque à EVITER par ceux qui souffrent de tachycardie; POSOLOGIE EXTERNE: - urticaire: infusion de 40g de rhizome et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour. Infusion de 80g de rhizome et sommités fleuries pendant 25mn; en applications locales;
SCROPHULARIA PEREGRINA L.	Scrofulaire voyageuse	PROPRIETES: voir SCROFULARIA nodosa
SCROPHULARIA scorodonia L.	Scrofulaire scorodoine	PROPRIETES: voir SCROFULARIA nodosa
SCROPHULARIA umbrosa	Scrofulaire ailée	PROPRIETES: voir SCROFULARIA nodosa

Dumortier *subsp. umbrosa		
SCUTELLARIA ALPINA L. *subsp.alpina	Scutellaire alpine	PROPRIETES: - plante: fébrifuge
SCUTELLARIA COLUMNAE ALL. *subsp.columnae	Scutellaire de Columna	PROPRIETES: - feuilles: fébrifuge
SCUTELLARIA GALERICULATA L.	Scutellaire à casque	PROPRIETES: - plante: amer, stomachique, fébrifuge, vermifuge, contre fièvres tierces
SCUTELLARIA HASTIFOLIA L.	Scutellaire à feuilles hastées	PROPRIETES: fébrifuge; calmer les nerfs; tonique; anxiété; céphalées nerveuses; troubles prémenstruels; stress en période d'examens; traitement d'appoint de l'épilepsie et des sujets sous tranquillisants puissants; réduit l'anxiété sans interférer dans une médication; - parties aériennes: sédatif; antispasmodique; en tisane contre anxiété (tisane 3 fois par jour), dépression, épuisement nerveux, syndrome prémenstruel, rhumatismes, névralgie; diminue les effets secondaires du valium et autres barbituriques, de l'alcool, et peut soulager les douleurs de la sclérose généralisée;
SECALE CEREALE L.	Seigle	PROPRIETES: Riche en vitamine P, il contient également du fer, du calcium, du phosphore et du magnésium. - Elle assouplit les artères et les rend en même temps plus solides, par sa richesse en vitamine P. (cette vitamine est aujourd'hui vendue en pharmacie pour protéger des hémorragies et de l'artériosclérose, ou durcissement des artères). - Il combat l'hypertension toujours grâce à sa vitamine P. - Il améliore la mémoire par son phosphore. - Il combat l'asthme et l'eczéma par son magnésium qui a des vertus antiallergiques. - En décoction (30 grammes de graines pour 1 litre d'eau), il combat la constipation. - En pain de seigle tout simplement POSOLOGIE INTERNE: - chlorose: consommer un " café " préparé avec des grains grillés; - constipation: décoction (30 grammes de graines pour 1 litre d'eau); - dilatation des veines: faire bouillir 30mn dans 1 litre d'eau 40g de grains de seigle; 3 tasses par jour, tièdes, additionnées de jus de citron et de miel. Consommer aussi du pain de seigle; - hémorragie: faire bouillir 30g de grains dans 1 litre d'eau pendant 30mn;
SEDUM ACRE L. *subsp. ACRE	Petite joubarde	PROPRIETES: -- plante fraîche: (intérieur:) vomitif, antiscorbutique, antiépileptique, (extérieur:) rubéfiant, détersif; - feuilles séchées: antiépileptique; abortif (pour mémoire); laxatif; émétique; hypotenseur; - usage interne: antiépileptique; anti-sudorifique; antiscorbutique (pour mémoire); - usage externe: topique; plante appliquée fraîche sur verrues et cors; USAGE EXTERNE: coricide, cors aux pieds; - ulcères, plaies atones, tumeurs, adénites; ulcérations de la bouche; POSOLOGIE EXTERNE: retirer la cuticule des feuilles - adénite: feuilles en bouillie froides appliquées comme cataplasme sur la partie atteinte; - brûlure: feuilles en bouillie froides appliquées comme cataplasme sur la partie atteinte - cors aux pieds: applications de pulpe; - fistule de l'anus: infusion de 20g de plante fraîche pendant 25mn; 3 tasses par jour; - lymphadénite: feuilles en bouillie froides appliquées comme cataplasme sur la partie atteinte; - plaie atone: feuilles en bouillie froides appliquées comme cataplasme sur la partie atteinte; - tumeur: feuilles en bouillie froides appliquées comme cataplasme sur la partie atteinte; - ulcérations de la bouche: gargarismes.
SEDUM ALBUM L. *subsp. ALBUM	Orpin blanc	PROPRIETES: - plante: adoucissant, rafraîchissant, détersif; La plante contient des substances diurétiques et hypotensives (elle fait baisser la tension artérielle). Cette propriété permet son emploi contre l'artériosclérose dont un des symptômes est souvent l'hypertension; USAGE INTERNE:

		<p>Le petit nombre d'études sur l'usage thérapeutique de cette plante conseillent l'absorption de son suc à raison de 5 à 10 g à la fois jusqu'à un maximum de 30 g par jour. Des doses supérieures provoquent des phénomènes d'intolérance et 50-100 g sont déjà considérés dangereux. En attendant des recherches plus approfondies et des notices plus précises, il est préférable d'employer d'autres produits plus sûrs et plus connus.</p> <p>PERIODE de RECOLTE: du printemps à l'automne.</p> <p>CONSERVATION: faire sécher soigneusement, car la plante contient beaucoup d'eau.</p>
SEDUM ANACAMPSEROS L.	Orpin à feuilles rondes	PROPRIETES: plante: voir SEDUM acre
SEDUM CEPAEA L.	Orpin des vignes	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: maladies de vessie. <p>Voir SEDUM acre</p>
SEDUM TELEPHIUM L. *SUBSP. TELEPHIUM	Sédum téléphium	<p>PROPRIETES: astringent; anti diarrhéique; sur plaies et coupures pour hâter la cicatrisation.</p> <p>Voir SEDUM acre</p>
SELINUM CARVIFOLIA (L.) L.	Sélin à feuilles de carvi	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: stomachique, diurétique
SEMPERVIVUM TECTORUM L. *SUBSP. TECTORUM WETTST.	Joubarbe des toits,	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: âcre, astringent, cicatrifier les blessures, purgatif, contre fièvres, contre esquinancie; - plante associée à de l'huile ou de la graisse: contre brûlures; - usage interne: astringent (dysenterie); diurétique; antiseptique; - usage externe: cors aux pieds; hémorroïdes, tumeurs, dartres; gerçure des seins, plaies, brûlures; piqûres d'insectes; ulcération de la bouche, aphtes, muguet; céphalées, délires; angines; surdité; - feuilles en tisane: infections de la gorge; affections buccales; bronchite; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - astringent (dysenterie): infusion de 10-15g par litre d'eau; infuser 10mn; 1 tasse toutes les 3 heures; - dysenterie, astringent: infusion de 10-15g par litre d'eau; infuser 10mn; 1 tasse toutes les 3 heures; - érysipèle: décoction de 30g de feuilles; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aégilops: 60g de feuilles en décoction; bouillir 10mn; pour des bains de bouche; - angines: 5g de suc, 50g d'eau, 5g de miel: en gargarismes. - aphtes: suc étendu d'eau en gargarismes; - brûlure: cataplasmes de feuilles fraîches pilées; - céphalées, délires: suc étendu d'eau en compresses sur le front; - cors aux pieds: exprimer le suc de la plante et appliquer la feuille sur le cor; maintenir; répéter chaque jour jusqu'au résultat; - darte: cataplasmes de feuilles fraîches pilées; - délires, céphalées: suc étendu d'eau en compresses sur le front; - dents: névralgies 60g de feuilles en décoction; bouillir 10mn; pour des bains de bouche; ou mâcher les feuilles et les conserver dans la bouche; - gerçure du sein: cataplasmes de feuilles fraîches pilées; - hémorroïde: cataplasmes de feuilles fraîches pilées; - insecte, piqûre d'insecte: cataplasmes de feuilles fraîches pilées; - muguet: décoction de 20g de feuilles; bouillir 9-10mn; sous forme de badigeonnage; ou 60g de feuilles en décoction; bouillir 10mn; pour des bains de bouche; ou suc étendu d'eau en gargarismes; - névralgie dentaire: 60g de feuilles en décoction; bouillir 10mn; pour des bains de bouche; ou mâcher les feuilles et les conserver dans la bouche; - piqûre d'insecte: cataplasmes de feuilles fraîches pilées; - sein, gerçure du sein: cataplasmes de feuilles fraîches pilées; - surdité: quelques gouttes de suc dans l'oreille, 2-3 fois par jour; - tumeur: cataplasmes de feuilles fraîches pilées; - ulcérations de la bouche: suc étendu d'eau en gargarismes;
SENECIO CINERARIA DC. *subsp. cineraria	Séneçon cinéraire	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - suc de la plante: maladies des yeux
SENECIO DORIA L. *subsp.	Séneçon de Dorie	PROPRIETES: vulnéraire

doria		
SENECIO DORONICUM L.	Séneçon doronic	PROPRIETES: - fleurs: contre asthme
SENECIO JACOBAEA L. *SUBSP. JACOBAEA L.	Séneçon jacobée	PROPRIETES: - plante: diarrhée, cataplasmes, gargarismes; - usage interne: action élective sur l'appareil génital féminin; favorise les règles; sédatif des menstruations douloureuses; expectorant; - usage externe: anti-inflammatoire; USAGE INTERNE: absence de règles; règles douloureuses; anémie, chlorose, mélancolie (dues aux troubles des règles); certaines leucorrhées; bronchites; dysenterie, douleurs intestinales USAGE EXTERNE: angines; piqûres de guêpes, inflammations, œdèmes POSOLOGIE INTERNE: - décoction de 25g de séneçon + 10g de semences de persil pour 1 litre d'eau; bouillir 3mn; 2-3 tasses par jour entre les repas; POSOLOGIE EXTERNE: - angine: 25g de plante pour 1 litre d'eau; bouillir 3mn; infuser 15mn; en gargarismes; - piqûres de guêpes, inflammations: plante broyée appliquée;
SENECIO PALUDOSUS L.	Séneçon paludéen	PROPRIETES: contre les insectes parasites (sud de la Russie)
SENECIO sarracenicus L.	Séneçon des sarrasins	PROPRIETES: vulnérable, diurétique
SENECIO sylvaticus L.	Séneçon des bois	PROPRIETES: voir SENECIO vulgaris
SENECIO VISCOSUS L.	Séneçon visqueux	VOIR SENECIO jacobaea
SENECIO VULGARIS L. *subsp VULGARIS L.	Séneçon commun	PROPRIETES: VOIR SENECIO jacobaea; plante entière: émollient, rafraîchissant, épilepsie, goutte, rhumatismes; POSOLOGIE INTERNE: - phlébite: décoction de 30g de plante entière fleurie; bouillir 10mn; 3 tasses par jour. Décoction de 80g de plante entière fleurie; bouillir 10mn; en applications locales; - phlébosclérose: décoction de 40g de plante entière fleurie; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - rhumatisme chronique: décoction de 30g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel; - sédatif: décoction de 40g de partie aérienne de la plante fleurie; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - varice: décoction de 40g de plante entière fleurie; bouillir 5mn; 3 tasses par jour. Décoction de 80g de plante entière fleurie; bouillir 10mn; en applications locales; - vaso-constricteur: décoction de 40g de plante entière fleurie; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; POSOLOGIE EXTERNE: - croûtes de lait: décoction de 80 g de plante entière fleurie; bouillir 10 mn; en applications locales; - inflammation externe: cataplasmes sur la partie atteinte avec la plante entière légèrement bouillie; - lumbago: décoction de 80g de plante entière fleurie; bouillir 10mn; en applications locales; - phlébite: décoction de 30g de plante entière fleurie; bouillir 10mn; 3 tasses par jour. Décoction de 80g de plante entière fleurie; bouillir 10mn; en applications locales; - varice: décoction de 40g de plante entière fleurie; bouillir 5mn; 3 tasses par jour. Décoction de 80g de plante entière fleurie; bouillir 10mn; en applications locales;
SERRATULA TINCTORIA L. *SUBSP. TINCTORIA BRAUN-BL.	Sarret des teinturiers	POSOLOGIE INTERNE: - gastrorragie: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour;
SESAMUM INDICUM L.	Sésame	PROPRIETES: régime reconstituant; - graines et huile: tonifier le foie et reins paresseux; toux; rhumatismes; paralysie; incontinence; - feuilles: vertiges; gonorrhée; diarrhée; POSOLOGIE INTERNE: huile pour régime reconstituant

SESELI LIBANOTIS (L.) W. D. J. KOCH *SUBSP. LIBANOTIS	Séséli libanotis	PROPRIETES: - racine: aromatique, rhumatismes
SESELI MONTANUM L. *VAR. MONTANUM	Séséli des montagnes	PROPRIETES: - fruits: cordial, diurétique
SIDERITIS fruticulosa Pourr.	Crapaudine faux scordium	PROPRIETES: - plante: fébrifuge, anti hystérique
SIDERITIS HIRSUTA L. *subsp. HIRSUTA	Crapaudine hérissée	PROPRIETES: - plante: fébrifuge, anti hystérique
SIDERITIS HYSSOPIFOLIA L. *SUBSP. HYSSOPIFOLIA *VAR. HYSSOPIFOLIA	Crapaudine à feuilles d'hysope	PROPRIETES: - plante: fébrifuge, anti hystérique
SIDERITIS MONTANA L. *subsp. montana	Crapaudine des montagnes	PROPRIETES: - plante: fébrifuge, tonique, stimulant, anti hystérique
SILAUM silaus (L.) Schinz et Thell.	Cumin des prés	PROPRIETES: - plante: diurétique, gravelle
SILENE coronaria (L.) Clairv.	Coquelourde	PROPRIETES: - feuilles contre ulcères
SILENE GALLICA L. [nom. cons.]	Silène de France	PROPRIETES: - plante contre les morsures de vipères
SILENE NUTANS L. *subsp. NUTANS	Silène penché	PROPRIETES: contre les hémorragies
SILENE OTITES (L.) WIBEL *subsp. OTITES	Silène à petites fleurs	PROPRIETES: astringent
SILYBUM MARIANUM (L.) GAERTN.	Chardon Marie	PROPRIETES: tonifie et nettoie le foie et la vésicule biliaire; en cas d'irritabilité et de maladie hépatique, de problèmes d'assimilation des graisses, de selles claires et pour préserver le foie lors d'un traitement et de prise de médicaments puissants; en traitement de calculs biliaires et d'inflammation; contre la candidose et les allergies alimentaires; en cas d'hypertension accompagnée de symptômes hépatiques; semences (effets comme l'ergot de seigle): hypertenseurs (par action stimulante cardiaque, sur les surrénales, le rein et la vasoconstriction périphérique); vasoconstricteur ou vaso-constricteurs; cholérétique; cholagogue; tonicardiaque; propriétés hépato régénératrices: la silymarine protège le foie de nombreuses toxines, dont celles de l'amanite phalloïde; des extraits sont administrés pour réduire les dommages dus à l'alcool ou à la drogue et contre l'hépatite chronique, la cirrhose et l'empoisonnement au cadmium; - soigne la dépression, protège le foie, stimule le renouvellement des cellules. Soigne l'hépatite et la jaunisse et toutes sortes d'affections du foie. Stimule la sécrétion biliaire. Stimule la lactation. Puissant désintoxiquant (peut-être pris pendant une gueule de bois ou après avoir pris certaines substances toxiques dans un délai de 48h), rééquilibre le corps après une intoxication. Atténue les effets nocifs de la chimiothérapie sur le foie. Les flavonolignanes sont: - Hépato-protecteurs vis-à-vis des toxiques hépatiques (prévention et traitement de l'hépatotoxicité du tétrachlorure de carbone, de la galactosamine et de la phalloïdine) La silymarine agit par deux mécanismes: - Elle est un stabilisateur de membrane (inhibe les systèmes de transport membranaires des hépatocytes, rendant plus difficile l'absorption des toxiques, inhibe la peroxydation des lipides et augmente la captation des radicaux libres produits par les substances hépatotoxiques); elle contribue au maintien du pool glutathion responsable de la détoxification hépatique, réduit l'augmentation des transaminases et des phosphatases alcalines - Elle stimule l'activité de la polymérase A, donc augmente la synthèse des acides nucléiques ribosomiaux et le nombre de ribosomes dans les hépatocytes, ce qui accroît la biosynthèse enzymatique et stimule la capacité de régénération hépatique La plante est de plus galactogène et antidépressive - feuilles: tonique (voir chardon beni); cholagogue laxatif; stimulant gastrique; diurétique; - plante entière: tonique; stomachique; cholagogue; diurétique; mal des voyages; problèmes cardiaques; - racine, plante entière, fruits: apéritif, diurétique, sudorifique, fébrifuge; - racine et plante: fièvres intermittentes; USAGE INTERNE: feuilles: hypochondrie; dyspepsies; hypertension portale et ses conséquences (hémorroïdes, varices, nausées...); pléthore; insuffisance hépatique; lithiase biliaire, ictère; cirrhose; ménorragies; constipation;

		<p>- semences: défaillance cardio-vasculaires dues à une perturbation de l'équilibre vago-sympathique; hypotension;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- atonie des buveurs: infusion de 20 g de feuilles et fleurs pendant 12mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- bradycardie: décoction de 40 g de racine; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- bradypepsie: infusion de 20 g de feuilles et fleurs pendant 10 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- cholagogue: décoction de 30 g de racine; bouillir 10 mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- cirrhose: 25 g de plante entière dans ½ litre d'eau bouillante; infuser 10 mn; filtrer; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- gastrite des buveurs: infusion de 20g de feuilles et fleurs pendant 10mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- hypotension artérielle: décoction de 40g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour. Décoction de 30g de grains; bouillir 5mn; par cuillerées;</p> <p>- lithiase biliaire: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: dans l'alimentation des oiseaux de volière qui s'arrachent maladivement les plumes</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne: décoction tonique et digestive</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: draineur hépatique pour les insuffisances hépatiques (foie douloureux, selles dures foncées, urine sombre, de prurit)</p>
SIMETHIS mattiazzii (Vand.) G.López & Jarvis, SIMETHIS PLANIFOLIA (VAND.) G. G.	Siméthis à feuilles planes	<p>PROPRIETES:</p> <p>- racines: purgatif, émétique</p>
SINAPIS ALBA L. *SUBSP. ALBA	Moutarde blanche	<p>PROPRIETES:</p> <p>- graine: topique révulsif et dérivatif sanguin dans les affections respiratoires, rhumatismales, congestions céphalique, utérine; dépuratif, parfois purgatif</p> <p>USAGE INTERNE: congestion pulmonaire, bronchite, pleurite; névralgies, douleurs rhumatismales; congestion cérébrale</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: éclaircissement de la voix: 1 ou 2 boulettes de farine de moutarde avec du miel, prises le matin à jeun.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- cataplasme sinapisé (farine saupoudrée sur un cataplasme de farine de lin tiède).</p> <p>- sinapisme: farine de moutarde malaxée dans de l'eau tiède; en imbiber une mousseline; à conserver, en enveloppements, 10-15mn;</p> <p>- bronchite: cataplasme de poudre de moutarde mélangée à de l'eau, afin de décongestionner la poitrine;</p> <p>- congestion céphalique: bain de pieds sinapisé: 20-30g de farine de moutarde par litre d'eau tiède.</p> <p>- paralysies: bain sinapisé: 150g de farine de moutarde dans un sachet plongé dans un bain.</p> <p>- pied froid: une pincée de farine de moutarde dans les chaussettes protège les pieds contre le froid;</p>
SINAPIS ARVENSIS L. *subsp. arvensis *var. arvensis	Moutarde des champs	<p>PROPRIETES: Elles sont aussi topiques et révulsives que les moutardes cultivées mais trop laxatives pour devenir condiment.</p> <p>Mais la farine de moutarde des champs, saupoudrées dans les chaussettes protège les pieds contre le froid et en boulette de miel la poudre de moutarde éclaircit la voix dans les enrouements.</p> <p>- graines: diurétique.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- hydropisie hépatique: décoction de 50g de graines dans du lait; bouillir 5mn, laisser reposer 25mn; 3 tasses par jour;</p>
SISON AMOMUM L.	Sison aromatique	<p>PROPRIETES:</p> <p>- fruits: diurétique, stomachique</p>
SISYMBRIUM OFFICINALE (L.) SCOP.	Sisymbre officinal, Vélar officinal	<p>PROPRIETES: diurétique; stomachique; expectorant; provoque les sécrétions laryngées, pharyngées, bronchiques, contre les enrouements; antispasmodique des voies respiratoires et biliaires; tonique stimulant; toux; asthme; bénéfique pour les cordes vocales; enrouement; faiblesse des poumons; irritation et congestion du</p>

		<p>larynx;</p> <p>USAGE INTERNE: plante fraîche contre les enrouements; - laryngites (aphonie), pharyngites, trachéo-bronchites; bronchites chroniques; cholécystite lithiasique douloureuse</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - asthme: infusion de 50g de graines pendant 15mn; sucrer avec du miel; 2-4 tasses par jour loin des repas; ou infusion: 1 cuillerée à dessert de plante par tasse d'eau bouillante; infuser 20mn; 3-4 tasses par jour entre les repas; - bronchite: infusion de 60 g de plante entière pendant 30 mn; 3 tasses par jour; - bronchite humide: infusion de 40g de plante entière pendant 30mn; 3 tasses par jour avec du miel; - enrouement: infusion de 60g de plante entière fraîche pendant 30mn; 3 tasses par jour avec du miel; - laryngite: infusion de 60g de plante entière fraîche pendant 20mn; 3 tasses par jour; - lithiase biliaire: infusion de 60g de plante entière fraîche pendant 25-30mn; 3 tasses par jour; - lithiase vésicale: décoction de 40g de graines; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - toux asthmatique: infusion de 60g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p>
SISYMBRIUM POLYCERATIUM L.	Sisymbre à cornes	<p>PROPRIETES: - plante: diurétique, contre jaunisse</p>
SIUM LATIFOLIUM L.	Ache aquatique	<p>PROPRIETES: - plante: apéritif, antiscorbutique</p>
SIUM SISARUM L.	Chervis	<p>PROPRIETES: - racines: activer la miction; dégager la vessie; diminuer jaunisse ou troubles hépatiques; soulager douleurs pectorales</p>
SMILAX ASPERA L.	Salsepareille d'Europe	<p>PROPRIETES: diurétique éliminateur de l'urée et de l'acide urique; dépuratif; sudorifique; cholestérolytique; - La salsepareille traite très bien les affections cutanées (eczéma, psoriasis, syphilis, herpès, démangeaisons...), et complète les traitements des rhumatismes et de l'arthrose. D'autre part, c'est un puissant tonique sexuel. Elle aide la circulation sanguine, dans les organes sexuels et augmente les plaisirs sexuels et les orgasmes. Chez l'homme, elle favorise la production d'hormones sexuelles, tout en favorisant l'augmentation de la masse musculaire et soigne l'impuissance. Chez la femme, la salsepareille stimule la production de progestérone, traite le syndrome prémenstruel et les troubles de la ménopause. On dit qu'elle serait l'un des plus puissants aphrodisiaques féminins. Elle s'utilise aussi contre les excès d'urées et les troubles associés (vomissement, céphalées, soif, vertiges...).</p> <p>USAGE INTERNE: excès d'urée et ses troubles (vomissements, céphalées, soif, vertiges); néphrite chronique; rhumatisme goutteux; dermatoses, herpès;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - arthrite goutteuse: décoction d'1 poignée par litre d'eau (60-100g); bouillir 10mn et infuser 10mn; 3 tasses par jour avant les repas; (ou décoction de 30g de racine; bouillir 10-12mn; 1 tasse à jeun, tiède et à boire par petites gorgées)</p>
SMYRNIUM OLUSATRUM L.	Maceron cultivé	<p>PROPRIETES: - plante: stimule appétit; digestif; - racines et fruits: stomachique, diurétique, antiasthmatique - racines: légèrement diurétique; - feuilles: donnent de la vitamine C, antiscorbutique; - graine: calme les spasmes; - jus: nettoyer les coupures</p>
SOLANUM aviculare	Morelle aviculaire	<p>PROPRIETES: - plante cultivée pour la fabrication de stéroïdes servant à la contraception et en cas d'arthritisme</p>
SOLANUM DULCAMARA L.	Morelle douce amère	<p>PROPRIETES: - Un rameau de morelle douce-amère suspendu au cou prévient les insolation, et les feuilles de la plante, placées dans un oreiller, dissipent un chagrin d'amour et aident à retrouver le sommeil. - tiges avec modération: dépuratif (soigner eczéma, dermatoses, rhumatisme, arthrite, diabète, obésité); sudorifique; diurétique; anti-pléthorique; antisiphilitique; antirhumatismal; antigoutteux; tonique du foie; asthme; - compresses de feuilles: réduire la cellulite, résolutif, calmant;</p>

USAGE INTERNE: hyper viscosité sanguine, pléthore; dermatoses: acné (puberté, ménopause), eczéma, dartres, herpès, psoriasis; asthme, coqueluche, pneumonie, pleurésie, bronchites chroniques, toux spasmodiques; furonculose; syphilis; rhumatisme, goutte; scrofule

USAGE EXTERNE: dermatoses, abcès, hémorroïdes, tumeurs, contusions

POSOLOGIE INTERNE:

- décoction: 10 g de stipes cuits pendant quelques minutes dans un litre d'eau et laisser reposer pendant un quart d'heure. Prendre deux tasses par jour entre les repas. Cette première préparation terminée, on en préparera une seconde en augmentant de 5 g les stipes et ainsi de suite jusqu'à obtenir 20 g par litre.
- ou décoction de 10g (la 1^o semaine), puis de 20g puis de 30g de tiges séchées pour 1 litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 10mn (ou bouillir jusqu'à réduction d'1/3); 2 tasses par jour entre les repas (pas au-delà);
- extrait fluide (à la pharmacie): De 1 à 3 g dans les 24 heures.
- teinture: Laisser macérer pendant 8 jours 20 g de stipes dans 80 g d'alcool à 60°. Conserver en un flacon muni de compte-gouttes. Prendre 20 gouttes deux fois par jour.
- sirop (préparation galénique - à la pharmacie): Extrait fluide de douce-amère 5 g - sirop simple 95 g. Prendre de 1 à 5 cuillerées par jour (Inverni).
- sirop: stipes de douce-amère, 100 g mis en infusion pendant 6 heures dans 1500 g d'eau bouillante. Filtrer à travers une toile et presser; ajouter 180 g de sucre par 100 g de liquide. Faire bouillir quelques minutes et filtrer à nouveau. Prendre de 50 à 100 g par jour (Leclerc).

- douleurs dues à la goutte: infusion de 15g de caules jeunes pendant 25mn; 2 tasses par jour. Respecter les doses;
- eczéma: bouillir 20g de tiges séchées et coupées en morceau - récoltées en mai-juin ou à la fin de l'été- dans 1l d'eau jusqu'à réduction d'1 tiers; filtrer et boire 1 ou 2 -pas plus- petites tasses par jour;
- goutte: infusion de 20g de jeunes tiges pendant 25mn; 2 tasses par jour. Des doses plus importantes provoquent des troubles de la vision et des maux de tête; ou infusion de 15g de caules jeunes pendant 25mn; 2 tasses par jour. Respecter les doses;
- psoriasis: infusion de 15g de caules jeunes pendant 20mn; 2 tasses par jour. Ne pas dépasser la dose;

Risques

Les fruits sont particulièrement dangereux:

Irritation du tube digestif et hémolyse avec nausées, vomissements, diarrhées, hyperthermie, puis mydriase, sécheresse des muqueuses, crampes musculaires, tachycardie, céphalées, vertiges;

Dans les cas graves: délire, hallucinations, convulsions, coma avec troubles cardio-vasculaires et dépression respiratoire

POSOLOGIE EXTERNE:

Un rameau de morelle douce-amère suspendu au cou prévient les insolation, et les feuilles de la plante, placées dans un oreiller, dissipent un chagrin d'amour et aident à retrouver le sommeil.

- abcès du sein: feuilles fraîches écrasées;
- contusions: feuilles fraîches écrasées;
- contusions graves: cataplasmes: 4 poignées de feuilles pilées et 120g de farine de lin, bouillies avec du lard; appliquer chaud; cela réduit en 1 nuit de graves contusions;
- dartre: 1 poignée de tiges ou de baies dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lotion; ou en compresses;
- eczéma: 1 poignée de tiges ou de baies dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en compresses;
- hémorroïde non ulcéreux: 1 poignée de tiges ou de baies dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en compresses;
- herpès: 1 poignée de tiges ou de baies dans 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lotion;
- sein, abcès du sein: feuilles fraîches écrasées;

PERIODE de RECOLTE: au printemps ou en automne.

CONSERVATION: sécher à l'air et conserver en sachets à l'abri de la poussière.

Médecine vétérinaire empirique: traitement des plaies

		<p>Médecine vétérinaire homéopathique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - action sur la peau, le système lymphatique, les muqueuses, aggravée par l'humidité; alternances d'éruptions ou de douleurs rhumatismales avec de la diarrhée - pour les adénopathies à évolution rapide, l'eczéma, les rhumatismes musculaires
SOLANUM MELONGENA L.	Aubergine	<p>PROPRIETES: peu nutritive (peu de calories); antianémique; laxatif; diurétique; stimulant hépatique et du pancréas; calmant</p> <p>USAGE INTERNE: anémie; scrofulose; constipation; oligurie; éréthisme cardiaque</p> <p>USAGE EXTERNE: brûlures, abcès, dartres, hémorroïdes;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sédatif: consommer le fruit cru, après avoir fait griller la peau pour pouvoir l'enlever plus facilement; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès: feuilles: cataplasmes émollients; - abcès chaud: feuilles: cataplasmes émollients; - brûlure: feuilles: cataplasmes émollients; - darte: feuilles: cataplasmes émollients; - hémorroïde: feuilles: cataplasmes émollients;
SOLANUM NIGRUM L. *SUBSP. NIGRUM	Morelle noire	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: antispasmodique; analgésique; sédatif; diurétique; narcotique; dartres; tumeurs; ankyloses; - feuilles en cataplasmes: émollient, sédatif; - usage interne: antispasmodique; analgésique, narcotique; sédatif; - usage externe: émollient; - parties aériennes: sédatif; effet paralysant sur les terminaisons nerveuses: utilisation dans les pommades antalgiques; - parties aériennes en décoction: rétention de liquides; maladies des yeux; plaies infectées; <p>USAGE INTERNE: dyspepsies douloureuses (douleurs gastriques et intestinales); spasmes vésicaux; coqueluche</p> <p>USAGE EXTERNE: plante: émollient;</p> <ul style="list-style-type: none"> - affections cutanées (prurits, para kératoses, eczémas suintants, prurit anal et vulvaire); gerçures des seins; hémorroïdes; ulcères douloureux; abcès; dartres; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - suc frais: 30g par jour; - alcoolature: laisser macérer une certaine quantité de plantes fraîches dans une égale quantité d'alcool à 950 pendant quelques jours. Prendre une ou deux cuillerées à café (en tout) à plusieurs reprises dans la journée, avec une tisane (contre la coqueluche). Pour les enfants, ne pas dépasser dans la journée le nombre de 10 gouttes par année de leur âge. - extrait fluide (à la pharmacie): 10 gouttes, deux ou trois fois par jour <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abcès: compresse: décoction: bouillir pendant 10 minutes une poignée de feuilles dans un litre d'eau; en compresse; - affections cutanées: décoction d'1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages, bains, compresses; - arthrite: décoction d'1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages, bains, compresses; - contusion: décoction d'1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages, bains, compresses; - crevasse: décoction d'1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages, bains, compresses; - démangeaisons: décoction d'1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages, bains, compresses; - furoncle: décoction d'1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages, bains, compresses; - gerçure des seins: décoction d'1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages, bains, compresses; - leucorrhée: décoction d'1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en

		<p>lavages, bains, compresses; - panaris: décoction d'1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages, bains, compresses; - peau, affections cutanées: décoction d'1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages, bains, compresses; - prurits ano-vulvaires: décoction d'1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages, bains, compresses; - sein, gerçure du sein: décoction d'1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages, bains, compresses; - ulcère douloureux: décoction d'1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages, bains, compresses;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: en été, pendant la floraison.</p> <p>CONSERVATION: faire sécher à l'ombre et conserver en récipients fermés. à l'abri de la poussière et de l'humidité.</p>
SOLANUM TUBEROSUM L.	Pomme de terre	<p>PROPRIETES: saine, nourrissante, très digeste; énergétique; favorise les fonctions intestinales; antiulcéreux; fièvres; scorbut; catarrhe; rhumatismes; cicatrisant; - fécule: topique émollient; - extrait: le jus cru: diurétique; émollient, nettoyer la peau; calmer yeux bouffis; coups de soleil; brûlures (avant de les napper de miel pour chasser l'air); calmant et cicatrisant des muqueuses digestives; antispasmodique; - fruits: émétique, purgatif;</p> <p>USAGE INTERNE: - légume: entretien général de la santé; arthritisme; obésité: par son potassium; diabète: remplace le pain, au four ou à l'étouffée; - extrait cru; gastrites, ulcères gastriques et duodénaux; dyspepsies; hépatisme et lithiase biliaire; constipation, hémorroïdes; glycosurie et diabète; scorbut;</p> <p>USAGE EXTERNE: fécule: phlegmons; érysipèle; brûlures; plaies atones, ulcères de jambe; éruptions, gerçures;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - c'est cuites au four que les pommes de terre sont le plus digestibles, avec leur peau, car elles conservent alors leurs propriétés au maximum;</p> <p>- coqueluche ou toux spasmodiques: décoction de 20 g de feuilles fraîches; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour. Ne pas dépasser la dose; - cystite: décoction de 20 g de feuilles fraîches; bouillir 5 mn; 2 tasses par jour avec du miel; - diabète: jus de pomme de terre cru (avec un peu de jus de carotte, du miel ou 1 cuillerée à café de jus de citron): 1/2 verre 4 fois par jour pendant 1 mois; - toux nerveuse: décoction de 20g de partie aérienne de la plante fleurie; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du miel; - toux spasmodiques: décoction de 20 g de feuilles fraîches; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour. Ne pas dépasser la dose; - ulcère gastroduodéal: extraire le jus de quelques pommes de terre crues par centrifugeuse; aromatiser avec 1 cuillerée de miel; boire 1/2 verre 3-4 fois par jour durant 1 mois; ou jus de pomme de terre cru (avec un peu de jus de carotte, du miel ou 1 cuillerée à café de jus de citron): 1/2 verre 4 fois par jour pendant 1 mois;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - angine: faire cuire à l'eau 2 pommes de terre de taille moyenne; lorsqu'elles sont cuites, les envelopper dans un torchon; appliquer le tout sur la gorge toute la nuit; l'amidon détend les tissus et atténue leur inflammation; ou autre méthode avec la pomme de terre: éplucher 1 pomme de terre crue; en râper 60 g.; délayer dans 60 g d'eau froide; porter le tout à ébullition; laisser refroidir et cataplasme sur la gorge; - brûlures: râpée en cataplasme; ou couper une vieille pomme de terre et en frotter la partie brûlée; ou couper une rondelle et la laisser appliquée sous un bandage; - croûtes de lait: cataplasmes émollients de fécule; - engelure: cataplasme de pommes de terre crues râpées; - furoncles: cataplasme de pommes de terre crues râpées; - gerçure: cataplasme de pommes de terre crues râpées; - leucorrhée: décoction de 20g de partie aérienne de la plante fleurie; bouillir 5mn; en injections vaginales; - mal de tête: si le matin ou la journée: couper des tranches de pomme de terre crues et les appliquer sur les tempes; s'allonger dans le noir; renouveler avec des tranches fraîches jusqu'à disparition de la douleur; si le soir: prendre un bain d'eau</p>

		<p>chaude salée; puis découper 1 pomme de terre et la mettre dans un torchon avec du gros sel; garder le tout sur le front toute la nuit;</p> <ul style="list-style-type: none"> - oedème des paupières: cataplasme de pommes de terre crues râpées; - panaris: légume cuit et écrasé appliqué chaud localement; - paupière, oedème des paupières: cataplasme de pommes de terre crues râpées; - plaie atone: cataplasme de pommes de terre crues râpées; - poches sous les yeux: découper légèrement le tubercule et l'appliquer sur les yeux en le maintenant toute la nuit avec une bande; - tête, mal de tête: si le matin ou la journée: couper des tranches de pomme de terre crues et les appliquer sur les tempes; s'allonger dans le noir; renouveler avec des tranches fraîches jusqu'à disparition de la douleur; si le soir: prendre un bain d'eau chaude salée; puis découper 1 pomme de terre et la mettre dans un torchon avec du gros sel; garder le tout sur le front toute la nuit; - ulcère: cataplasme de pommes de terre crues râpées; - yeux: irritation, fatigue, faiblesse: réduire en poudre une pomme de terre et l'appliquer directement sur les yeux;
SOLANUM violaceum	morelle des Indes	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: aphrodisiaque; astringent; combat gale et teigne; - racine: coliques; toux; asthme; - vapeur des graines qui brûlent: maux de dents; - baies: réduire pression sanguine; douleurs menstruelles; contre diabète
SOLDANELLA ALPINA L. *subsp.alpina	Soldanelle des Alpes	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - parties souterraines: purgatif
SOLIDAGO VIRGAUREA L. *SUBSP. VIRGAUREA	Solidage verge d'or	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles en thé: diurétique; draineur hépatique et rénal; antitoxique, facilite l'élimination des déchets; diurétique antiseptique (saponosides et flavonoïdes), éliminateur de l'acide urique; sédatif des voies urinaires; astringent; - parties aériennes: expectorant; anti-inflammatoire; diurétique; faiblement sédatif; peut réduire partiellement le cholestérol; - plante: amer; détersif; astringent; vulnéraire; diurétique; troubles rénaux; troubles de la vessie; toux; asthme; maux de gorge; grippe; fièvre; indigestion; - plante en compresse: cicatrisation plaies et ulcères persistants; <p>USAGE INTERNE: excès d'urée et de cholestérol; infections des voies urinaires (colibacillose, cystites, néphrites); lithiase urique; oliguries; goutte; hydropisie; albuminurie; hépatisme; entérocrites, entérites des nourrissons; diarrhées des tuberculeux; eczémas chroniques</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - albuminurie: décoction d'1 poignée de plante coupée pour 1 litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 10mn; boire en 1 ou 2 jours (y ajouter 20g de baies de genièvre); - anti diarrhéique: infusé (20 g/litre; infusion de 15 min): 500 ml/jour; - bouche, inflammation de la bouche: infusion de 40g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn; sous forme de bains de bouche; - calcul, douleurs dues à des calculs: infusion de 40g de sommités fleuries et de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - colite: infusion de 40 g de feuilles et de sommités fleuries pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - crystalgie: infusion de 40 g de feuilles et sommités fleuries pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - diabète: infusion de 40g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - diarrhée, anti diarrhéique: infusé (20 g/litre; infusion de 15 min): 500 ml/jour; - diurétique: infusé (20 g/litre; infusion de 15 min): 500 ml/jour; - douleurs dues à des calculs: infusion de 40g de sommités fleuries et de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - entérite muco-membraneuse: infusion de 40g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - gravelle: infusion de 40g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hématurie: infusion de 40g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas; - prostate: hypertrophie et congestion: infusion de 40g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas; - incontinence urinaire chez les enfants: infusion de 40g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour; - inflammation de la bouche: infusion de 40g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn; sous forme de bains de bouche; - lithiase, lithiase rénale: décoction de 40g de sommités fleuries et feuilles; bouillir

		<p>5mn; 2-3 tasses par jour; - maladie de Bright: infusion de 40g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - néphrite: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - néphrospasme: infusion de 50g de feuilles et sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - prostate: hypertrophie et congestion: infusion de 60g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn: 3 tasses par jour avec un peu de jus d'agrumes; - vessie, incontinence urinaire chez les enfants: infusion de 40g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - inflammation de la bouche: infusion de 40g de sommités fleuries et feuilles pendant 20mn; sous forme de bains de bouche;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: - contre les entérites hémorragiques en lavement - vulnéraire</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: drainage, diurétique, contre l'hépatonéphrite et dermatose suintante</p>
SONCHUS ARVENSIS L. *SUBSP. ARVENSIS	Laiteron des champs	PROPRIETES: voir TARAXACUM dens leonis
SONCHUS ASPER (L.) HILL. *subsp. asper	Laiteron âpre	PROPRIETES: voir TARAXACUM dens leonis
SONCHUS OLERACEUS L.	Laiteron des jardiniers	PROPRIETES: voir TARAXACUM dens leonis
SONCHUS PALUSTRIS L.	Laiteron des marais	PROPRIETES: voir TARAXACUM dens leonis
SOPHORA JAPONICA L.	Sophora du Japon	<p>PROPRIETES: - boutons floraux servent à l'extraction du rutoside (un dérivé flavonique), utilisé contre la fragilité des capillaires, l'athérosclérose et l'hypertension; - bourgeons, fleurs, gousses: calment la fièvre, soulagent la nervosité, soulagent des vertiges</p>
SORBUS ARIA (L.) CRANTZ *subsp. ARIA	Sorbier alisier	<p>PROPRIETES: - fruits: astringent, expectorant (pour les enfants)</p>
SORBUS AUCUPARIA L. *SUBSP. AUCUPARIA	Sorbier des oiseaux	<p>PROPRIETES: - fruits, sorbes frais: astringent; laxatif; diurétique; antiscorbutique; - fruits séchés: astringent; - marmelade de fruits séchés: dysenterie; insuffisance des fonctions des reins; coliques néphrétiques; - feuilles: purgatif; pectoral; - les fruits renferment un sucre: le sorbose qui peut être utilisé dans le régime des diabétiques en remplacement du sucre; - feuilles et écorce: astringent;</p> <p>USAGE INTERNE: diarrhées (vieillards, tuberculeux);</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - lithiase vésicale: infusion de 40g de fruits; bouillir 25mn; 2 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - gorge, mal de gorge: fruits en gargarismes; - maux de gorge: fruits en gargarismes; - muguet: écorce et feuilles en gargarisme;</p>
SORBUS DOMESTICA L.	Sorbier commun	<p>PROPRIETES: anti diarrhéique</p> <p>USAGE INTERNE: diarrhées, dysenterie</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - pulpe du fruit: 200 à 250g par jour (comme le néflier); - entérite des enfants: 100-200g de jus de fruit par jour; - rhumatisme chronique: 100-200g par jour du jus des fruits;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - pyorrhée alvéo-dentaire: décoction de 60g d'écorce; bouillir 15mn; faire des bains</p>

		de bouche fréquents;
SORBUS TORMINALIS (L.) CRANTZ	Sorbier torminal	PROPRIETES: - fruits: astringent, anti dysentérique
SORGHUM bicolor (L.) Moench	Sorgho à balai	POSOLOGIE INTERNE: - gastrorragie: infusion de 60g d'inflorescences pendant 20mn; 1 cuillerée toutes les 45mn;
SORGHUM halepense (L.) Pers.	Sorgho d'Alep	PROPRIETES: - racines: dépuratif; - fruits: diurétique
SPARTIUM JUNCEUM L.	Genêt d'Espagne	PROPRIETES: - sommités fleuries: diurétique; purgatif; POSOLOGIE INTERNE: - fourmillement: infusion de 40g de partie aérienne pendant 15mn; 2 tasses par jour; - hypotonie cardio-vasculaire: infusion de 5g de fleurs pendant 15mn; par cuillerées. Intoxication en cas de doses supérieures; - pleurésie: infusion de 5g de fleurs pendant 20mn; par cuillerées dans la matinée; - sciatique: faire macérer 6 jours la poudre des fleurs et sommités fleuries dans 1 litre de vin blanc sec; 3 verres par jour;
SPERGULARIA RUBRA L.	Spergulaire rouge	PROPRIETES: diurétique éliminateur de l'acide urique; sédatif urinaire (cystites, coliques néphrétiques) USAGE INTERNE: lithiase urinaire; cystite; coliques néphrétiques POSOLOGIE INTERNE: - décoction de 150g pour 1 litre d'eau; bouillir 1mn; infuser 10mn; 3 tasses par jour
SPINACIA OLERACEA L.	Epinard	PROPRIETES: reminéralisant de grande valeur; antianémique, antiscorbutique; tonicardiaque; activateur de la sécrétion pancréatique; balai des voies digestives; - feuilles: émollient en cataplasme USAGE INTERNE: anémie; convalescence; scorbut; sénescence; rachitisme, croissance; asthénie physique et nerveuse USAGE EXTERNE: brûlures, darts, plaies atones POSOLOGIE INTERNE: - cru de préférence, en salade et dans les crudités; - graines laxatives; - chlorose: consommer la partie aérienne en potage, omelettes, frits avec de l'huile et du beurre; - constipation: semences en infusion: 5 à 10g par tasse; - convalescence: 1 kg d'épinards cultivés sans engrais; les laver et extraire le jus à la centrifugeuse; mettre ce jus dans une bouteille et compléter avec du vin de Bordeaux de la région du Médoc et 3 cuillerées à soupe de miel; boucher, mélanger bien; 2 verres par jour (matin et midi) de préférence hors des repas; garder la bouteille au réfrigérateur; traitement de 1 à 3 mois; ou verre de vin et 1/5 de suc d'épinards; - dépressions physiques et nerveuses: 1 verre de suc (1 poignée d'épinards et 1 poignée de cresson) chaque matin; - minéralisant: consommer la plante entière cuite pendant 10mn au maximum; - sénescence: verre de vin et 1/5 de suc d'épinards; POSOLOGIE EXTERNE: - brûlure: feuilles cuites dans de l'huile d'olive: en cataplasme; - darte: feuilles cuites dans de l'huile d'olive: en cataplasme; - pellicules: cataplasme avec feuilles d'épinards bouillies -hachées, fraîches ou surgelées-; les poser quelques minutes sur le cuir chevelu; 2-3 applications éliminent les pellicules; - plaie atone: feuilles cuites dans de l'huile d'olive: en cataplasme; - CONTRE-INDICATIONS: hépatisme, rhumatisme, arthritisme, gravelle, inflammations gastriques (à cause des oxalates de potasse et de chaux dont on le débarrasse en le "blanchissant");
STACHYS ALOPECUROS (L.) Bentham *SUBSP. ALOPECUROS	Stachys queue de renard	PROPRIETES: - feuilles: vulnéraire

STACHYS alpina L. *subsp.alpina	Stachys des Alpes	PROPRIETES: - plante: fébrifuge, vulnérable
STACHYS annua (L.) L. *subsp.annua	Stachys annuel	PROPRIETES: - plante: catarrhes
STACHYS ARVENSIS (L.) L.	Stachys des champs	PROPRIETES: - feuilles: tonique, vulnérable
STACHYS byzantina K.Koch	Stachys laineux	PROPRIETES: - plante: fébrifuge, légèrement sudorifique
STACHYS HERACLEUS ALL.	Stachys d'Héraclée	PROPRIETES: antispasmodique; emménagogue USAGE EXTERNE: cicatrisant
STACHYS OFFICINALIS (L.) Trevis *subsp.officinalis	Bétoine officinale	PROPRIETES: âcre; vulnérable; sternutatoire; stimulant; apéritif; anti catarrhal; tonique; astringent; stomachique; expectorant; apéritif; émétique (racine); purgatif (racine); fébrifuge; migraine; dépuratif; - en infusion: faiblement sédatif; dépuratif; tonique des nerfs; tonique de la circulation; migraine; anxiété; indigestion; ivresse; surmenage; On s'en servait contre les maux de tête et les affections des voies respiratoires. Propriétés astringentes, anti-diarrhéiques à faible dose, vomitives à forte dose. USAGE INTERNE: ictère (racine); paralysies (racine); affections pulmonaires, hémoptysie; goutte et rhumatisme chronique; vertiges; migraines nerveuses; USAGE EXTERNE: vulnérable; plaies infectées; ulcères de jambe; antiputride; topique; POSOLOGIE INTERNE: - 1 cuillerée à café de racine pour 1 tasse; bouillir, infuser 10mn; 1/2 tasse 3-4 fois par jour; - 5 à 15g de feuilles pour 1/2 litre d'eau, en infusion; 1-2 tasses par jour; - aërogastrie, anorexie: infusion de 50g de feuilles; infuser 20mn; 2-3 tasses par jour; - dyspepsies dues à des flatulences: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - émollient: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - hypotonie digestive: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - lithiase biliaire, lithiase salivaire: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - prurit d'origine hépatique: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; ATTENTION: peut provoquer des vomissements; POSOLOGIE EXTERNE: - cataplasmes de feuilles fraîches écrasées; plaie douloureuse; ulcère de jambe. - plaie douloureuse: infusion de 100g de feuilles pendant 20mn; en applications locales; - plaie infectée: décoction: 100g pour 1 litre d'eau ou de vin; bouillir 20mn: en lavages et compresses; - ulcère de jambe: infusion de 100g de feuilles pendant 25mn; en bains et applications locales; ou décoction: 100g pour 1 litre d'eau ou de vin; bouillir 20mn: en lavages et compresses; L'odeur de la bétoine est, forte, et, pendant les grandes chaleurs, ses émanations agissent fortement sur les personnes nerveuses.
STACHYS PALUSTRIS L. *subsp.palustris	Stachys des marais	PROPRIETES: - plante: fébrifuge, astringent, vulnérable
STACHYS RECTA L. *subsp. RECTA	Stachys dressé	PROPRIETES: - plante: catarrhes, épilepsie, hystérie, typhus, fièvres
STACHYS sylvatica L.	Stachys des bois	PROPRIETES: tonique; diurétique; maladies d'intestin; antispasmodique (comme la ballote); emménagogue; favorise les règles (renforce les contractions utérines); sédatif pelvien USAGE INTERNE: absence de règles; douleurs inter menstruelles (douleurs ovariennes et écoulements séreux ou sanguinolents, au milieu des espaces inter menstruels); spasmes

		USAGE EXTERNE: cicatrisant
STAEHELINA DUBIA L.	Stéhéline douteuse	PROPRIETES: - plante: ictère, engorgements de l'intestin
STAPHYLEA PINNATA L.	Staphylier penné	PROPRIETES: - graines: purgatif
STELLARIA HOLOSTEA L.	Stellaire holostée	PROPRIETES: humectant, rafraîchissant; en application contre furoncles et anthrax
STELLARIA MEDIA (L.) VILL. *SUBSP. MEDIA	Mouron des oiseaux	PROPRIETES: - plante: tonique (général et cardiaque); diurétique; expectorant, pectoral; crachement de sang (en infusion); légèrement laxatif; résolutif (en cataplasme); - parties aériennes en cataplasme ou onguent: calmer peaux enflammées; démangeaisons de l'eczéma; psoriasis; articulations rhumatisantes; fait sortir les échardes; facilite cicatrisation; - plante en décoction: tonique; soulage constipation; cystite; USAGE INTERNE: fatigue générale; convalescence; palpitations et faiblesse cardiaque; inflammations des reins et de la vessie; hémoptysies; hémorroïdes POSOLOGIE INTERNE: - décoction d'1 poignée de plante fraîche pour 2 litre d'eau; bouillir jusqu'à réduction de moitié; 1 tasse avant les repas; POSOLOGIE EXTERNE: - angine muco-membraneuse: gargarismes: infusion de 100g de plante entière pendant 30mn; - congestions locales: plante macérée en applications; - fatigue oculaire: plante macérée en compresses froides; - néphrite: plante macérée en applications; - pneumonie: plante macérée en applications;
STERCULIA lychnophora	Mauve pourprée	PROPRIETES: sédatif et décongestif pelvien USAGE INTERNE: pyélonéphrites; congestions prostatiques et utéro-ovarienne; prostatites, urétrites, cystites; hémorroïdes; métrites, salpingites
STERNBERGIA LUTEA (L.) Ker Gawler ex Spreng.	Sternbergie jaune	PROPRIETES: - bulbe âcre, violemment purgatif
STROPHANTUS gratus	Strophantus	PROPRIETES: VOIR STROPHANTUS hispidus
STROPHANTUS hispidus	Strophantus hispide	PROPRIETES: tonocardiaque (surtout ventriculaire); calmant de l'excitabilité cardiaque; diurétique éliminateur de l'urée et des chlorures (adjuvant ou succédané de la digitale; son action est rapide et passagère: ne s'accumule pas) USAGE INTERNE: insuffisance du myocarde; asystolie, tachycardie paroxystique et du goitre exophtalmique; insuffisance ventriculaire; ascites d'origine cardiaque - CONTRE-INDICATIONS: lésions rénales, angine de poitrine, coronarite
STROPHANTUS kombe	Strophantus	PROPRIETES: VOIR STROPHANTUS hispidus
STRYCHNOS gaultheriana	Vomiquier	PROPRIETES: tonique neuromusculaire; digestif; aphrodisiaque; analgésique USAGE INTERNE: convalescences; dyspepsies atoniques; impuissance; rhumatismes; névralgies
STRYCHNOS ignatii Berg.	Fève de Saint Ignace	PROPRIETES: tonique; apéritif; digestif; antidote des barbituriques - La strychnine est un stimulant médullaire et bulbaire - Ignatia est tranquillisant en homéopathie, agit sur l'hyperexcitabilité neuromusculaire, viscérale et psychique comme Nux vomica qui est botaniquement très proche - Autrefois utilisé comme antagoniste des barbituriques, tonique et reconstituante - En dilutions homéopathiques: anxiété, suites de deuil, spasmodicité, dystonies neurovégétatives, somatisations USAGE INTERNE: asthénie; atonie gastrique; spermatorrhée; incontinence nocturne d'urine; paralysies alcooliques; intoxications barbituriques; Risques La strychnine est un alcaloïde particulièrement toxique dose mortelle chez l'adulte: 0,2 mg/kg, l'intoxication rappelle les symptômes du tétanos: - Anxiété, sensibilité au bruit et à la lumière, crises convulsives périodiques, la mort survenant par asphyxie suite à la contracture du diaphragme

STRYCHNOS nux vomica L.	Noix vomique	<p>PROPRIETES: stimulant du système nerveux, surtout médullaire; apéritif; stomachique; La strychnine est un stimulant médullaire et bulbaire, antagoniste des barbituriques qui n'est plus utilisé. - graines: digestif; contre la rage; troubles menstruels; paralysie;</p> <p>USAGE INTERNE: intoxications par les barbituriques (doses massives); paralysies alcooliques, diphtériques, saturniennes; paralysies flasques d'origine médullaire; paralysies vésicales et intestinales; asthénies, neurasthénies; cachexies; tuberculoses chroniques; inappétence; dyspepsies atoniques; incontinenances nocturnes d'urine;</p> <p>- CONTRE-INDICATIONS: hypertension artérielle; excitation cérébrale ou médullaire; paralysies accompagnées de contractures; lésions hépato rénales importantes; Hyper toxique L'intoxication par la strychnine rappelle les symptômes du tétanos anxiété, sensibilité la lumière, crises convulsives, déclenchées par le bruit ou un faible contact. La mort survient par asphyxie à la suite de la contracture du diaphragme.</p>
STYRAX benzoin Dryand.	Aliboufier à benjoin	<p>PROPRIETES: - benjoin: antiseptique; expectorant; combat les peaux crevassées; bronchites sévères; - composant du baume de benjoin: calme la toux; calme les maux de gorge</p>
SUCCISA pratensis Moench.	Succise des prés	<p>PROPRIETES: amer; vulnéraire; gale; expectorant; dépuratif; sudorifique; augmente les sécrétions salivaires; stomachique, apéritif, digestif</p> <p>USAGE INTERNE: bronchites, broncho-pneumonie, pneumonie, grippe; asthme</p> <p>USAGE EXTERNE: dermatoses (dartres, teigne, gale); aphtes</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion de 1 cuillerée à dessert de feuilles pour 1 grande tasse d'eau froide; faire bouillir quelques secondes; infuser 10mn; passer; 3 tasses par jour entre les repas; - décoction de 20g de racines pour 1 litre d'eau; bouillir 5mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- apéritif: racine de scabieuse mise dans du genièvre ou de l'eau de vie; - digestif: racine de scabieuse mise dans du genièvre ou de l'eau de vie; - dysenterie: décoction de 60g de plante entière; bouillir 5mn; 2 tasses par jour; - fistule de l'anus: décoction de 40g de plante entière; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - névrose d'angoisse: infusion de 40g de rhizome et de sommités fleuries pendant 25mn; 3 tasses par jour; - plexalgie: infusion de 40g rhizome et sommités fleuries pendant 25mn; 2 tasses par jour; - psoriasis: infusion de 40g de rhizome et sommités pendant 25mn; 2 tasses par jour; - spasme gastro-intestinal: infusion de 40g de rhizome et sommités pendant 25mn; 2 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - aphtes: 1 poignée de racine pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en gargarismes; - angine ulcéro-membraneuse: gargarismes: décoction de 150g de plante entière; bouillir 5mn; - ecchymose: décoction de 80g de rhizome; bouillir 10mn; en applications locales; - érythème: décoction de 150g de plante entière; bouillir 10mn; en applications locales; - gale: 1 poignée de racine pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lotions; - pharyngite: infusion de 40g de rhizome et sommités fleuries pendant 30mn; en gargarisme; - teigne: 1 poignée de racine pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; en lotions;</p>
SWERTIA PERENNIS L.	Swertie vivace	<p>PROPRIETES: - plante: vulnéraire</p>
SYMPHYTUM OFFICINALE L. *subsp. officinale	Consoude commune	<p>PROPRIETES: Consoude vient du latin consolido: je consolide, je répare et symphytum en grec a le même sens. Cette plante a des propriétés cicatrisantes et calmantes. Les préparations de consoude, riches en tanin, ne doivent pas être mises en contact avec le fer. Au moyen âge, cette plante était fréquemment utilisée dans le traitement des</p>

fractures.

- racine: astringent; émollient; expectorant; adoucissant; astringent; cicatrisant;
- plante: hâte le renouvellement des cellules des muscles endommagés et des os fracturés;
- feuilles en tisane: inflammations; ulcères du système digestif; toux;
- feuilles en cataplasme: enflure; contusions; accélérer la cicatrisation des coupures, brûlures et plaies ouvertes ou eczémateuses;

USAGE INTERNE: entérites, diarrhées, dysenteries; ulcères digestifs; cancer gastrique; tuberculose (hémoptysies); hématuries

USAGE EXTERNE: racine fraîche, pulpe râpée: cicatrisant excellent;

Les nourrices autrefois pratiquaient dans une racine fraîche de consoude une cavité de la taille d'un dé à coudre et y introduisaient le mamelon de leur sein quand il était gercé.

- plaies; plaies atones; brûlures; ulcères de jambe; crevasses du mamelon, gerçures; fissures anales; fractures et lésions osseuses;

POSOLOGIE INTERNE (les préparations à base de racine ne se prennent pas en usage interne): macération de 3-4 poignées (100-150g) de racines par litre d'eau; bouillir 15mn et macérer toute la nuit; boire en 24 heures;

- infusion: verser un litre d'eau bouillante sur 3 ou 4 poignées (100-200 g) de racines desséchées et concassées et laisser macérer toute une nuit (de toute façon, pendant deux heures au moins). Consommer dans les 24 heures.

- poudre: piler au mortier un morceau de racine desséchée pour en obtenir une poudre très fine. Prendre quelques cuillerées dans la journée.

- teinture: faire macérer pendant une douzaine de jours 30 g de racines desséchées dans 120 g d'alcool à 60°. Prendre 20 gouttes, deux ou trois fois par jour.

- bronchite: infusion de 60 g de feuilles et racines pendant 3 heures; 3 tasses par jour;

- bronchorrhée: infusion de 20 g de racine pendant 2 heures; 3 tasses par jour;

- colite muco-membraneuse: décoction de 40 g de racine; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour;

- douleurs abdominales sans fièvre: infusion de 60g de racine et feuilles pendant 3 heures; 2-3 tasses par jour;

- engorgement de la rate: infusion de 50g de racine et de feuilles pendant 3 heures; 3 tasses par jour;

- entérite: infusion de 60g de racine pendant 4 heures; quelques cuillerées à 3 tasses par jour;

- entérocologie: infusion de 60g de racine et de feuilles pendant 2 heures; 3 tasses par jour;

- inflammation pulmonaire: infusion de 60g de feuilles pendant 3 heures; 3 tasses par jour;

- néphrite: infusion de 60g de racine pendant 3 heures; 3 tasses par jour;

- ulcère gastroduodénal: infusion de 60g de racine pendant 3 heures; 10 cuillerées par jour;

- ATTENTION: éviter l'usage interne des racines ou d'une grande quantité de feuilles;

POSOLOGIE EXTERNE:

Les nourrices autrefois pratiquaient dans une racine fraîche de consoude une cavité de la taille d'un dé à coudre et y introduisaient le mamelon de leur sein quand il était gercé.

- brûlures: (infusion de 100-150 g de racine pendant 4 heures; en applications locales froides;

- gingivite: bain de bouche aide à cicatriser et atténue gonflements et saignements;

- lésions cutanées: infusion de 150-200g de racine et feuilles pendant 3 heures; applications locales;

- lumbago: massage à base d'huile;

- luxation: infusion de 150g de racine et feuilles pendant 4 heures; en applications locales sur la partie atteinte;

- plaie...: macération 200 g de racines par litre d'eau; bouillir 15mn; en lavages et en compresses;

- pleurésie: tisane de feuilles ou de racines appliquée en compresse sur la poitrine;

- posthite: infusion de 150g de racine et feuilles pendant 4 heures; applications locales;

- synovite: infusion de 200g de racine pendant 4 heures; pour applications locales;

- trachéite: compresses de racine ou de tisane des feuilles, appliquées sur la gorge

		<p>et la nuque;</p> <p>- ulcères variqueux: pendant la mauvaise saison, lorsqu'il est impossible de réparer la plante fraîche, les cataplasmes peuvent être remplacés par des compresses trempées dans l'infusion de plantes desséchées.</p> <p>PERIODE de RECOLTE: on extrait la racine vers la fin de l'automne et on cueille les feuilles toute l'année</p> <p>CONSERVATION: faire sécher les racines au soleil en coupant en long les plus grosses, si nécessaire. Sécher les feuilles à l'ombre et conserver à l'abri de la poussière et de l'humidité.</p>
SYMPHYTUM TUBEROSUM L. *SUBSP. TUBEROSUM	Consoude tubéreuse	PROPRIETES: voir SYMPHYTUM officinale: feuilles astringentes.
SYRINGA VULGARIS L.	Lilas commun	<p>PROPRIETES: fébrifuge; décongestionnant hépatique;</p> <p>- voie externe: antinévralgique;</p> <p>- fleurs: autrefois fièvres;</p> <p>- feuilles fraîches: malaria;</p> <p>- fruits et écorce: tonique, astringent, fébrifuge;</p> <p>USAGE INTERNE: états fébriles, fièvres intermittentes; congestion hépatique;</p> <p>USAGE EXTERNE: algies rhumatismales (huile de lilas)</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- infusion de 6 feuilles par tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 1 tasse avant les repas;</p> <p>- diarrhée des enfants: décoction de 20g de capitules pendant 20mn; 2 tasses par jour;</p> <p>- hyperchlorhydrie: décoction de 40g de capsules; bouillir 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- spasme: décoction de 40g de capitules; bouillir 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- rhumatisme articulaire aigu: cueillir 100g de fleurs fraîches de lilas; faire macérer dans un pot à confiture couvert d'un papier sulfurisé avec ½ litre d'huile d'olive; pendant 15 jours au soleil; après filtrage dans un linge pour exprimer le jus des fleurs, s'en frictionner les endroits douloureux matin et soir;</p>
TAMARINDUS indica L.	Tamarinier	<p>PROPRIETES:</p> <p>1. Utilisation populaire</p> <p>Le fruit du tamarinier est très utilisé en médecine populaire comme laxatif. Pour cela, la pulpe est mélangée avec de l'eau et donnée en boisson salée ou non. Contre la fièvre, la pulpe est bouillie et sucrée alors que le fruit non mûr pilé et macéré dans de l'eau et du lait est utilisée comme ténifuge.</p> <p>2. Utilisation par les guérisseurs</p> <p>Le tamarinier est considéré comme un arbre sacré et il rentre ainsi dans la préparation de médicaments médico-magiques des tradi-praticiens africains. Au Sénégal, il est utilisé par les guérisseurs wolof pour le traitement de la gonococcie en association avec le Jatropha curcas alors que les guérisseurs toucouleurs l'associent au Prosopis africana pour la même indication. L'écorce de tige de tamarinier associée à celle du piliostigma reticulatum et aux fruits d'Acacia nilotica constitue un bon mélange hémostatique et cicatrisant. En République Dominicaine, le décocté aqueux des feuilles est utilisé contre l'ictère.</p> <p>Aux Antilles, l'infusion aqueuse des feuilles de tamarinier et celles de manguier est préconisé dans le traitement de l'hypertension artérielle.</p> <p>A la Réunion, le macéré ou le décocté aqueux de l'écorce est indiqué contre l'asthme à raison d'un verre 3 fois par jour. Au Burkina Faso, le Père DE LA PRADILLA recommande l'association des feuilles sèches de tamarinier avec les tiges sèches calcinées du pommier de Sodome et les feuilles de baobab comme laxatif. L'application de l'écorce calcinée sur la plaie une fois par jour pendant 3 jours active la cicatrisation.</p> <p>PHARMACOLOGIE: la propriété laxative a été démontrée et elle est due à la présence de l'acide tartrique et de la pectine. Par ailleurs, les activités bactéricide, insecticide, rafraîchissante et diurétique ont été prouvées.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- constipation: débarrasser le fruit des graines et piler. Mélanger la masse obtenue avec de l'eau et boire une seule fois le matin à jeûn.</p>

TAMARIX AFRICANA POIRET	Tamaris d'Afrique	PROPRIETES: - écorce: astringent
TAMARIX GALLICA L.	Tamaris	PROPRIETES: - écorce racine: diurétique, sudorifique, apéritif, astringent; - bois: sudorifique. POSOLOGIE INTERNE: - entérite: décoction de 30g d'écorce; bouillir 10mn; 3 tasses par jour loin des repas; - rhume: décoction de 40g d'écorce; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du miel. Aussi pour instillations nasales; POSOLOGIE EXTERNE: - angine ulcéro-membraneuse: décoction de 60 g d'écorce; bouillir 10mn; en gargarismes; - gingivite: décoction de 80g d'écorce; bouillir 15mn; en bains de bouche; - hyperacidité gastrique: décoction de 40g d'écorce; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - rhume: décoction de 40g d'écorce; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du miel. Aussi pour instillations nasales;
TAMUS COMMUNIS L.	Tamier	PROPRIETES: - tige souterraine: émétique; diurétique; purgatif; résolutif. On l'applique dans les campagnes, sur les contusions. ATTENTION: cet emploi peut n'être pas inoffensif. USAGE INTERNE: anti ecchymotique: contusions, ecchymoses (de la face, orbitaires, diverses) Dans l'homéopathie moderne, on tire encore de ses racines une pommade agissant contre les brûlures solaires.
TANACETUM annuum L.	Tanaisie annuelle	PROPRIETES: - plante: tonique, digestif, vulnéraire, fébrifuge
TANACETUM parthenium (L.) Schultz-Bip	Matricaire officinale	PROPRIETES: insecticide; antiseptique; vermifuge; anti hystérique; anti-inflammatoire; migraines; arthrite; stimulant; excitant; stomachique; carminatif; vertiges; emménagogue; - mâchée quotidiennement, apaise les spasmes du muscle cérébral et inhiberait la sécrétion d'un composé impliqué dans la migraine et l'arthrite; - fleurs en infusion: purgatif; maux de tête; enflures arthritiques; bourdonnements d'oreilles; irrégularités menstruelles; dépuratif de l'utérus après un accouchement. POSOLOGIE INTERNE: - arthrite: 1 cuillère à café chaque matin de teinture; ou avec la plante elle-même, 2-3 feuilles de taille moyenne équivalent à 1 cuillère à café de teinture; - colique vésiculaire: infusion de 25 g de capitules pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - migraine: consommer 2 ou 3 petites feuilles entre 2 tranches de pain tous les jours; ou 1 cuillère à café de teinture obtenue à partir de la plante fraîche, dans un peu d'eau aux premiers signes d'une migraine, toutes les 2 heures si nécessaire; - troubles récurrents: 1 cuillère à café chaque matin de teinture; ou avec la plante elle-même, 2-3 feuilles de taille moyenne équivalent à 1 cuillère à café de teinture; - vésicule, colique vésiculaire: infusion de 25 g de capitules pendant 20 mn; 3 tasses par jour;
TANACETUM vulgare L.	Tanaisie vulgaire	PROPRIETES: Les semences et l'infusion de fleurs sont vermifuges: elles ont valu à la tanaisie le surnom d'herbe aux vers. Dès le seizième siècle, on commence à en extraire l'huile essentielle pour l'utiliser comme vermifuge. La tanaisie est d'un usage traditionnel dans les douleurs rhumatismales (cataplasmes de la plante bouillie dans l'eau ou le vin). Les anciens médecins l'employait sur les ulcères, les plaies suppurantes et dans les gerçures des mains. Dans les foulures, on se servait de cataplasmes de tanaisie pilée avec du beurre. plante: amer, tonique, digestif, vermifuge, astringent, fébrifuge, vulnéraire, hypocondrie, goutte, rhumatismes; antiseptique, chasser les insectes; insecticide; - fleurs: aromatique; antispasmodique; - feuilles, sommités fleuries, fruits à dose modérée: tonique; emménagogue; vermifuge (contre les ascaris et les oxyures); antiseptique; antispasmodique; favorise les règles; fébrifuge; antiseptique; - parties aériennes en cataplasme: contusions; rhumatismes; varices; USAGE INTERNE: ascaris, oxyures; colites spasmodiques, douleurs gastriques; nervosisme, hystérie; insuffisance de la menstruation; goutte; faiblesse générale;

		<p>états fébriles; vertiges; hydropisie;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion d'1 cuillerée à dessert de sommités fleuries (5g) pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 1 tasse le matin à jeun; - 1 cuillerée à café de semences par tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 1 tasse à jeun; - vin: 100g de plante dans 1.5 litre de vin blanc; 50-90g par jour; <ul style="list-style-type: none"> - antiseptique: poudre de fleurs comme additif alimentaire; - lymphadénite: infusion de 10g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - strangurie: infusion de 10g de sommités fleuries pendant 20mn; 2 tasses par jour avec du miel; - tonique: poudre de fleurs comme additif alimentaire; - vermifuge: poudre de fleurs comme additif alimentaire; <p>A forte dose, c'est une plante toxique.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - lymphadénite: infusion de 100g de sommités fleuries pendant 20mn; en applications locales; - oxyure: infusion de 40g de plante entière pour 1 litre d'eau salée (4 cuillerées à soupe de sel marin); bouillir et infuser 10mn; - vermifuge: feuilles cuites dans de l'eau, en cataplasmes ou compresses chaudes sur le ventre; ou en lavement;
<p>TARAXACUM campylodes G.E.Haglund</p>	<p>Pissenlit commun</p>	<p>PROPRIETES: tonique amer; plante biliaire amie du foie; stomachique; cholagogue; dépuratif; diurétique puissant; nourrissant; rétention d'eau, oedèmes; essentiellement en cas de chevilles enflées, en présence de troubles circulatoires; apéritif; draineur hépato biliaire; décongestif; dépuratif sanguin; diurétique azoturique; anti putrescible; antiscorbutique; circulatoire; stomachique; tonique; acné; eczéma; antidiabétique;</p> <p>Historique: sa connaissance et sa consommation semble dater du Néolithique. Toutefois, ses vertus thérapeutiques ne furent reconnues qu'à la fin du Moyen Age. La médecine traditionnelle recommandait la consommation de pissenlit contre le manque d'appétit et les affections chroniques du foie.</p> <ul style="list-style-type: none"> - racines: stimulant hépatique; facilite la digestion; rééquilibrant; en traitement de tous types d'affections hépatiques et biliaires; en cas d'indigestion, de perte d'appétit et de constipation lors de la grossesse; abaisser le taux de cholestérol; réduit l'inflammation; stimule le foie; jaunisse; calcul de la vessie; rhumatisme; - latex: verrues; cors; poireaux; maladies des yeux; <p>USAGE INTERNE: angiocholite chronique; congestion du foie, insuffisance hépatique, ictère; lithiase biliaire et rénale; hypercholestérolémie; athéromatose; dermatose des hépatiques, dartres, eczéma, acné, furonculose; rhumatismes, goutte, gravelle; affections des voies respiratoires; affection des voies urinaires; azotémie; oliguries, insuffisances rénales; constipation, fermentations intestinales; entérocolites; troubles circulatoires; cyanose, varices; hémorroïdes; anémie, asthénie; scorbut, pyorrhée; obésité; cellulite; pléthore; artériosclérose; coliques néphrétiques;</p> <p>USAGE EXTERNE: taies de la cornée; verrues; taches de rousseur</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - jeter 2-3 cuillères à café de plante séchée dans une tasse d'eau bouillante, boire abondamment; - poudre de racine et de jeunes feuilles comme additif alimentaire; <ul style="list-style-type: none"> - acholie: infusion: 1 poignée (50g) de racines de printemps et feuilles coupées pour 1l d'eau (5g par tasse d'eau), bouillir 2 mn, infuser 10mn, 3 tasses par jour avant repas; ou racine de printemps en décoction, 50 g pour 1 litre d'eau, bouillir 10 mn; 2-3 tasses par jour; - affections hépatiques: racine (non découpée juste après la récolte mais une fois sèche): au moins 3 tasses de décoction par jour durant 6 mois; ou renverser un grand pot sur un plant pour l'abriter de la lumière, laisser ainsi 2 semaines le temps que les feuilles blanchissent: 2 feuilles par jour; - anémie: feuilles en salade ou cuites; - appétit, stimuler appétit: renverser un grand pot sur un plant pour l'abriter de la lumière, laisser ainsi 2 semaines le temps que les feuilles blanchissent: 2 feuilles

par jour;

- cirrhose: décoction de 20g de racine par 1/2 litre d'eau;
- cholérétique, diurétique, laxatif (voie orale): décoction (20 g/litre de racine; décoction de 20 min): 250 à 500 ml par jour;
- colique néphrétique: décoction de 30 g de racine; bouillir 5 mn; 3 tasses par jour;
- convalescence: renverser un grand pot sur un plant pour l'abriter de la lumière, laisser ainsi 2 semaines le temps que les feuilles blanchissent: 2 feuilles par jour;
- cystite: infusion de 60 g de racine pendant 20 mn; 3 tasses par jour avec du miel;
- diabète: infusion de 40g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- digestion, mauvaise digestion: renverser un grand pot sur un plant pour l'abriter de la lumière, laisser ainsi 2 semaines le temps que les feuilles blanchissent: 2 feuilles par jour;
- foie, affections hépatiques: racine (non découpée juste après la récolte mais une fois sèche): au moins 3 tasses de décoction par jour durant 6 mois; ou renverser un grand pot sur un plant pour l'abriter de la lumière, laisser ainsi 2 semaines le temps que les feuilles blanchissent: 2 feuilles par jour;
- foie, hépatite: feuilles crues en salade avec huile de tournesol, jus de citron et pincée de sel. Décoction de 40g de racines; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; ou renverser un grand pot sur un plant pour l'abriter de la lumière, laisser ainsi 2 semaines le temps que les feuilles blanchissent: 2 feuilles par jour;
- foie, insuffisance hépatique: feuilles en salade, et cuites avec du beurre et fromage; boire l'eau de cuisson. Infusion de 60g de racine dans 1 litre d'eau, pendant 20mn; 3 tasses par jour; ou renverser un grand pot sur un plant pour l'abriter de la lumière, laisser ainsi 2 semaines le temps que les feuilles blanchissent: 2 feuilles par jour;
- gastrectasie: infusion de 40g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour. Manger les feuilles en salade avec de l'huile d'olive;
- gravelle oxalique: infusion de 60g de racine et feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour;
- hémorroïdes: infusion de 60g de racine et feuilles; 3 tasses par jour. Consommer les feuilles aussi en salade;
- hépatite: feuilles crues en salade avec huile de tournesol, jus de citron et pincée de sel. Décoction de 40g de racines; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; ou renverser un grand pot sur un plant pour l'abriter de la lumière, laisser ainsi 2 semaines le temps que les feuilles blanchissent: 2 feuilles par jour;
- hypercholestérolémie: au printemps en salade avec des petits lardons et des œufs durs ou mollets; ou tisane de feuilles et de racines fraîches; ou des décoctions de plante séchée; faire tremper à froid 30 à 50 g de feuilles et de racines de pissenlits dans 1 litre d'eau pendant 2-3 heures; chauffer jusqu'à ébullition; laisser bouillir quelques secondes et infuser 20 mn; mettre au frais; boire 1 tasse après chacun des 3 repas;
- indigestion: jeter 2-3 cuillères à café de plante séchée dans une tasse d'eau bouillante: infusion 20mn avant les repas;
- insuffisance hépatique: feuilles en salade, et cuites avec du beurre et fromage; boire l'eau de cuisson. Infusion de 60g de racine dans 1 litre d'eau, pendant 20mn; 3 tasses par jour; ou renverser un grand pot sur un plant pour l'abriter de la lumière, laisser ainsi 2 semaines le temps que les feuilles blanchissent: 2 feuilles par jour;
- jaunisse: feuilles crues en salade avec huile de tournesol, jus de citron et pincée de sel. Décoction de 40g de racines; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- lithiase biliaire: feuilles à consommer en salade. Infusion de 50g de racine pendant 25mn; 3 tasses par jour;
- mauvaise digestion: renverser un grand pot sur un plant pour l'abriter de la lumière, laisser ainsi 2 semaines le temps que les feuilles blanchissent: 2 feuilles par jour;
- myocardite: infusion de 60g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour. Feuilles à consommer en salade;
- nausées: décoction de racines à boire;
- oedème: infusion 3 fois par jour;
- stimuler appétit: renverser un grand pot sur un plant pour l'abriter de la lumière, laisser ainsi 2 semaines le temps que les feuilles blanchissent: 2 feuilles par jour;
- varice: infusion de 60g de racine pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron. Consommer les feuilles en salade;

Risques: Contre indication: occlusion des voies biliaires

POSOLOGIE EXTERNE:

- clarifier les yeux: décoction tiges, feuilles et boutons;
- cornée, taie de la cornée: décoction tiges, feuilles et boutons;
- eau distillée en lavage contre taches du visage
- pellicules: en saison, compresses de jus de pissenlit -obtenu par centrifugeuse;

		<ul style="list-style-type: none"> - taie de la cornée: décoction tiges, feuilles et boutons; - verrue: presser chaque jour le suc d'une feuille sur la verrue; - yeux, les clarifier: décoction tiges, feuilles et boutons; <p>Médecine vétérinaire ancienne: prévention du pica des oiseaux de volière, les coliques et le météorisme des chevaux Médecine vétérinaire moderne: drainage hépatique dans dermatose Médecine vétérinaire homéopathique: draineur hépatique</p>
TAXUS BACCATA L.	If commun	<p>PROPRIETES: Malgré sa toxicité, l'if contient aussi des substances anticancéreuses, les taxols, dont on tire des médicaments. POSOLOGIE EXTERNE: application d'une décoction refroidie de feuilles: effet légèrement paralysant, peut calmer les animaux nerveux;</p>
Tetragonia tetragonoides (Pall.) Kuntze	Tétragone cornue	<p>PROPRIETES: très vitalisant;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: en guise d'épinard</p>
TEUCRIUM aureum Schreb. *subsp.aureum	Germandrée dorée	<p>PROPRIETES: - plante: stimulante, sternutatoire, antispasmodique</p>
TEUCRIUM BOTRYS L.	Germandrée botryde	<p>PROPRIETES: tonique amer; stomachique; cholagogue; antiseptique; - feuilles et sommités fleuries: tonique, fébrifuge, vermifuge, amer, sudorifique;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - tonique amer: infusé (20 à 50 g/litre; infusion de 15 min): 250 ml/jour;</p> <p>Risques: hépatotoxique;</p>
TEUCRIUM capitatum L. *subsp.capitatum	Germandrée capitée	<p>PROPRIETES: - plante: tonique, stimulant, antispasmodique</p>
TEUCRIUM CHAMAEDRYS L. *subsp.chamaedrys	Germandrée petit chêne	<p>PROPRIETES: tonique; fébrifuge; tonique; antiscrofuleux; contre la goutte; stomachique; cholagogue; diurétique; antiseptique; vermifuge; sudorifique; anti-catarrhale; anti-inflammatoire; - parties aériennes: stimuler la digestion; - plante en tisane: inflammations; goutte; rhumatismes;</p> <p>USAGE INTERNE: convalescences; inappétence; dyspepsies atoniques; adénopathies; insuffisance hépatique; maladies infectieuses; bronchite chronique, grippe; rhumatisme; goutte, dysenterie</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion d' 1 cuillerée à dessert de sommités par tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 3 tasses par jour ; - asthme: infusion de 50 g de sommités fleuries pendant 20mn; sucrer avec du miel; 3-4 tasses par jour loin des repas; - cirrhose: infusion de 40 g de feuilles et sommités fleuries pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - dyspepsies hyposthéniques ou atoniques: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 20mn; 4 tasses par jour; - fermentation gastrique: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 4 tasses par jour; - gastrite: infusion de 40g de sommités fleuries pendant 20mn; 4 tasses par jour; - hyperacidité gastrique: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - intoxication intestinale: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 4 tasses par jour; - pharyngite catarrhale: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 2 tasses par jour; - pyrosis: sommités fleuries de juillet-août en infusion de 15-20g dans 1l d'eau pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - régurgitation acide: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - tonique: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>ATTENTION: plante pouvant être dangereuse pour le foie, pouvant être responsable de graves troubles hépatiques</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - stomatite: infusion de 100g de sommités fleuries pendant 20mn; en bains de bouche;</p>

TEUCRIUM FLAVUM L. *subsp. FLAVUM	Germadrée jaune	PROPRIETES: - plante: tonique, stimulant, fébrifuge, antispasmodique
TEUCRIUM FRUTICANS L. *subsp. fruticans	Germadrée arbustive	PROPRIETES: - plante: vulnérable, tonique
TEUCRIUM LUCIDUM L.	Germadrée lisse	PROPRIETES: - plante: tonique, fébrifuge
TEUCRIUM MARUM L. *subsp. marum	Germadrée marum	PROPRIETES: - feuilles et sommités fleuries: stimulant, aromatique, tonique, sternutatoire, antispasmodique
TEUCRIUM MONTANUM L.	Germadrée des montagnes	PROPRIETES: - plante: piqûres, stimulant, tonique, fébrifuge, stomachique, sternutatoire, antispasmodique
TEUCRIUM POLIUM (L.) Rouy *SUBSP. POLIUM (BRIQUET) P. Fournier	Germadrée polium	PROPRIETES: - plante: tonique, stimulant, sternutatoire, antispasmodique
TEUCRIUM PSEUDOCHAMAEPITYS L.	Germadrée faux petit pin	PROPRIETES: - plante: tonique, fébrifuge
TEUCRIUM PYRENAICUM L. *subsp. pyrenaicum	Germadrée des Pyrénées	PROPRIETES: - plante: tonique, stimulant
TEUCRIUM SCORDIUM L. *SUBSP. SCORDIUM	Germadrée des marais	PROPRIETES: tonique amer; stomachique; fébrifuge; stimulant; sudorifique; vermifuge; antispasmodique; cholagogue; antiseptique; POSOLOGIE INTERNE: - ascite: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 4 tasses par jour; - dyspepsies hyper chlorhydriques: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 4 tasses; - entérite: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour; - entérocolite: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 25mn; 4 tasses par jour; - gastrite chronique: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20-25mn; 4 tasses par jour; - hydropisie abdominale ou ascite: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 4 tasses par jour; - hydropisie rénale: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 4 tasses par jour; - prostate: hypertrophie et congestion: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour avec un peu de jus d'agrumes; POSOLOGIE EXTERNE: - fistule: infusion de 120g de sommités fleuries pendant 40mn; en applications locales; - nécrose des gencives: infusion de 100g de sommités fleuries pendant 40mn; en bains de bouche; - stomatite: infusion de 100g de sommités fleuries pendant 40mn; en bains de bouche;
TEUCRIUM SCORODONIA L. *subsp. scorodonia	Germadrée des bois,	PROPRIETES: tonique amer; stomachique; cholagogue; antiseptique; - feuilles et sommités fleuries: vulnérable, tonique, fébrifuge, hydropisie; POSOLOGIE EXTERNE: - escarre: décoction de 100g de sommités fleuries; bouillir 10mn; en applications locales; - fistule: décoction de 100g de sommités fleuries; bouillir 10mn; en applications locales;
THALICTRUM FLAVUM L. *subsp. FLAVUM	Pigamon jaune	PROPRIETES: - racine: purgatif, diurétique; - feuilles en bouillon: laxatif
THAPSIA VILLOSA L.	Thapsia velu	PROPRIETES: - racine: révulsif, purgatif
THEA sinensis Sims.	Thé	PROPRIETES: tonique général et cérébral; anti-artérioscléreux; vaso-dilatateur ou vasodilatateur: coronaires; diurétique; facilite la digestion; astringent; Les dérivés de l'apigénine (isoschaftoside et vicénine-3) sont des inhibiteurs de la lipoxygénase Les polyphénols sont antioxydants et piègeurs de radicaux libres Les catéchines protègent l'ADN et les acides aminés du stress nitratif (préférentiellement dans le thé vert) Les flavonoïdes (quercétine) inhibent l'oxydation des LDL, inductrice

		<p>d'athérogénèse</p> <p>La consommation de thé est associée à une réduction des infarctus et une diminution des risques de cancers, de démences, une amélioration de la densité osseuse</p> <ul style="list-style-type: none"> - thé de Ceylan: astringent; - thé de Chine riche en caféine: tonique; élimine toxines; régularise le métabolisme; - thé Oolong: abaisse le cholestérol; (ce thé est partiellement fermenté et séché au four) - thé vert: active le système immunitaire; (on chauffe les feuilles de thé vert entières pour éviter la fermentation) <p>USAGE INTERNE: fatigue générale et intellectuelle; prévention de l'athérosclérose; diarrhées</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles en infusion; - dérangement intestinal: infusion forte de thé de Ceylan en laissant reposer 15 mn; ou une décoction de quelques minutes; ajouter 1 cuillerée à café de rhum par tasse; boire 1 ou 2 gorgées du mélange toutes les 5 minutes; - haleine fétide: infusion de thé avec un jus de citron ou d'orange; - intestin, dérangement intestinal: infusion forte de thé de Ceylan en laissant reposer 15 mn; ou une décoction de quelques minutes; ajouter 1 cuillerée à café de rhum par tasse; boire 1 ou 2 gorgées du mélange toutes les 5 minutes; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - brûlures: sur une brûlure qui fait cloque, tamponner un coton imbibé de thé fort; - yeux: irritation, fatigue, faiblesse: infusion de 20g de feuilles pendant 10mn; en applications locales; <p>Risques: diminution de l'absorption et de la biodisponibilité de certains médicaments (alcaloïdes, neuroleptiques et antidépresseurs) par l'astringence des tanins;</p>
THELIGONUM cynocrambe L.	Cynocrambe	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: acide; purgatif
THEOBROMA cacao	Cacao	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cacao: diurétique éliminateur des chlorures; angine; - feuilles: tonique cardiaque; - beurre de cacao: émollient protégeant la peau; <p>USAGE INTERNE: œdème; ascite</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: Donne quelquefois des maux de tête, vertiges, vomissements.</p> <ul style="list-style-type: none"> - théobromine: cachets à 0.50g 2 à 6 fois par jour;
THEVETIA peruviana	Thévétia, Thévétie	<p>PROPRIETES: tonocardiaque (renforce et ralentit le coeur)</p> <p>USAGE INTERNE: analogues à celles de la digitale et de l'ouabaïne (surtout les affections cardiaques valvulaires mitrales)</p>
THUIA OCCIDENTALIS L.	thuya occidental	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: infections bronchiques; infections urinaires; infections vaginales; - cambium: retards menstruels; - rameaux: rhumatismes; - huile essentielle et teinture des rameaux: antiviral; antifongique; réduisent verrues; réduisent infections cutanées; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - hypertrophie de la prostate: infusion de 5g de feuilles pendant 25mn; 2 tasses par jour. Intoxication en dépassant la dose; - prostate, hypertrophie de la prostate: infusion de 5g de feuilles pendant 25mn; 2 tasses par jour. Intoxication en dépassant la dose; - psoriasis: infusion de 5g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour loin des repas; - rhumatisme chronique: infusion de 5g de feuilles pendant 30mn; 2 tasses par jour. Respecter les doses; - séborrhée: infusion de 5g de feuilles pendant 25mn; 2 tasses par jour. Intoxication en cas de dose supérieure; <p>ATTENTION: toxicité redoutable de l'Huile Essentielle à thuyone, neurotoxique;</p>

		<p>abortif, interdit pendant la grossesse et l'allaitement;</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: contre les papillomes</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: - action sur l'appareil génito-urinaire et digestif, sur la peau - tendance aux verrues, troubles suite aux vaccinations - type à robe noire, peau grasse, malsaine, latéralité gauche</p>
THYMELAEA TARTONRAIRA (L.) All. *subsp.tartonraira	Thyméléé tartonraira	<p>PROPRIETES: - écorce: vésicant</p>
THYMUS HERBA-BARONA LOISELEUR	Thym herba-barona	<p>PROPRIETES: stimulant; antiseptique; bactéricide; stomachique; cholérétique; expectorant; antispasmodique; vermifuge</p>
THYMUS SERPYLLUM L. *SUBSP. SERPYLLUM (L.) LYKA	Serpolet	<p>PROPRIETES: stimulant; antiseptique; bactéricide; stomachique; cholérétique; expectorant; antispasmodique; vermifuge; tonique; sédatif; affection des voies respiratoires; désinfectant des troubles digestifs; indigestion; flatulences; freine le tonus du système parasympathique; - Antispasmodique des voies respiratoires, expectorante - Antivirale - Emménagogue, antigonadotrophique - Cicatrisant et vulnéraire</p> <p>USAGE INTERNE: combat séquelles de l'ivresse; toux spasmodique; grippe; maux de gorge; bronchite chronique: infusion de 60g de plante fleurie pendant 20mn; 2 tasses par jour avec du miel;</p> <p>USAGE EXTERNE: irritations cutanées;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - aigreurs d'estomac: 15 g de serpolet dans 1 litre d'eau bouillante; infuser 10 mn et passer; 1 tasse 3 fois par jour; il est possible d'en prendre 1 tasse toutes les heures jusqu'à disparition du problème; - antispasmodique: feuilles et sommités fleuries: infusion: 1 cuillerée à café de plante séchée pour 1 tasse d'eau; - bronchite aiguë: 6 à 7 g de sommités fleuries pour ½ litre d'eau; - bronchite chronique: infusion de 60 g de plante fleurie pendant 20 mn; 2 tasses par jour avec du miel; - constipation: 10 de sommités fleuries dans ½ litre d'eau qui vient de bouillir; infuser 10-15 mn; filtrer; boire 1 bol chaud après les 2 repas; - coqueluche ou toux spasmodiques: infusion de 40 g de partie aérienne fleurie pendant 10 mn; 3 tasses par jour; - désinfectant des troubles digestifs: plante entière mondée ou en poudre dans l'alimentation; - digestif: feuilles et sommités fleuries: infusion: 1 cuillerée à café de plante séchée pour 1 tasse d'eau; - digestion, désinfectant des troubles digestifs: plante entière mondée ou en poudre dans l'alimentation; - estomac, aigreurs d'estomac: 15 g de serpolet dans 1 litre d'eau bouillante; infuser 10 mn et passer; 1 tasse 3 fois par jour; il est possible d'en prendre 1 tasse toutes les heures jusqu'à disparition du problème; - expectorant: feuilles et sommités fleuries: infusion: 1 cuillerée à café de plante séchée pour 1 tasse d'eau; - flatulence: infusion de 50g de partie aérienne de la plante fleurie pendant 20mn; 2 tasses par jour; - hypertension artérielle: infusion de 50g de plante entière fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour; - hypocholie: infusion de 60g de partie aérienne de la plante pendant 10mn; 3 tasses par jour; - laryngospasme: infusion de 60g de partie aérienne de la plante fleurie pendant 10mn; 3 tasses par jour. Aussi en gargarismes; - migraine: infusion de 5g de sommités fleuries pour ½ litre pendant 20mn; 3 tasses par jour; - rhume de cerveau: infusion de 40g de partie aérienne de la plante fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel; - spasme, antispasmodique: feuilles et sommités fleuries: infusion: 1 cuillerée à café de plante séchée pour 1 tasse d'eau; - stimulant: feuilles et sommités fleuries: infusion: 1 cuillerée à café de plante séchée pour 1 tasse d'eau;</p>

		<p>- toux spasmodiques: infusion de 40 g de partie aérienne fleurie pendant 10 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- troubles digestifs, désinfectant des troubles digestifs: plante entière mondée ou en poudre dans l'alimentation;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- laryngospasme: infusion de 60g de partie aérienne de la plante fleurie pendant 10mn; 3 tasses par jour. Aussi en gargarismes;</p> <p>- névralgie: décoction de 80g de partie aérienne de plante fleurie; bouillir 5mn; en applications locales;</p> <p>- synovite: infusion de 100g de partie aérienne de la plante fleurie pendant 25mn; pour applications locales;</p> <p>- torticolis: faire bouillir 30g de poudre dans 100g de jus de poulet ou d'huile d'olive pendant 15mn; utiliser à froid en frictions locales;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique: contre entérites et parasitoses des volailles</p> <p>médecine vétérinaire moderne: antiseptique</p>
<p>THYMUS VULGARIS L. *subsp.vulgaris</p>	<p>Thym commun</p>	<p>PROPRIETES: tonique; céphalique; stimulant général et digestif; antiseptique puissant; toutes les toux avec glaires infectées ou épaisses; asthme; coqueluche; indigestion, gaz et infections intestinales; antibactérien; antifongique; bactéricide; stomachique; cholérétique; expectorant; antispasmodique; vermifuge; désodorisant; renforce certaines composantes du système immunitaire;</p> <p>- essence des feuilles et sommités fleuries: stimulant; antiseptique;</p> <p>USAGE EXTERNE: cicatrisant; parasiticide;</p> <p>- essence des feuilles et des sommités fleuries: tonique nerveux luttant contre la dépression, le rhume, douleurs musculaires, difficultés respiratoires;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- thym en branche dans la cuisine, ou en poudre comme additif alimentaire;</p> <p>- huile essentielle: infections respiratoires, urinaires, ORL;</p> <p>- aérocolie: infusion de 30 g de fleurs; infuser 18 mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- affections respiratoires: infusion de 60g de plante fleurie pendant 20mn; 2 tasses par jour avec du miel;</p> <p>- antispasmodique: feuilles et sommités fleuries: 1 cuillerée à café de plante mondée ou un bouquet par tasse;</p> <p>- asthme: 10 g de sommités pour ½ litre d'eau, en infusion 20mn; sucrer avec du miel; 2-3 tasses tièdes par jour, loin des repas;</p> <p>- bronchite chronique: infusion de 30 g de plante fleurie pendant 20 mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>- cataracte chronique: infusion de 40 g de plante entière fleurie pendant 20 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- chlorose: infusion de 30 g de plante entière fleurie pendant 15 mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- circulation du sang: ajouter à l'eau du bain une décoction de 500 g pour 4 litres d'eau: stimuler les fonctions circulatoires;</p> <p>- colique intestinale: infusion de 30 g de plante entière fleurie pendant 15 mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- crampes d'estomac: infusion de 30 g de plante fleurie pendant 20 mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- cystite: jeter 1 poignée de thym, 20-30 g, dans 1 litre d'eau bouillante; laisser infuser 15 mn; filtrer et boire régulièrement cette infusion dans la journée -1 tasse toutes les 4 heures;</p> <p>- digestif: feuilles et sommités fleuries: 1 cuillerée à café de plante mondée ou un bouquet par tasse;</p> <p>- enrrouement: infusion de 30g de plante entière fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel;</p> <p>- expectorant: feuilles et sommités fleuries: 1 cuillerée à café de plante mondée ou un bouquet par tasse;</p> <p>- faiblesse nerveuse: infusion de 30g de plante entière fleurie pendant 20mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- furoncles: infusion 3 fois par jour;</p> <p>- gastralgie par pyrosis: infusion de 30g de plante entière fleurie pendant 20mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- gastrospasme: infusion de 30g de plante entière fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- hémiplégie: infusion de 30g de plante fleurie pendant 15mn; 3 tasses par jour;</p>

		<p>- insuffisance biliaire: infusion de 40g de partie aérienne pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- migraine: fleurs ou feuilles, infusion de 5g pour ½ litre pendant 20 mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- respiration, affections respiratoires: infusion de 60g de plante fleurie pendant 20mn; 2 tasses par jour avec du miel;</p> <p>- spasme: infusion de 30g de plante entière fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- spasme, antispasmodique: feuilles et sommités fleuries: 1 cuillerée à café de plante mondée ou un bouquet par tasse;</p> <p>- stimulant: feuilles et sommités fleuries: 1 cuillerée à café de plante mondée ou un bouquet par tasse;</p> <p>- tabagisme: infusion de 30g de plante entière fleurie pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;</p> <p>- toux: décoction d'une poignée de thym frais ou sec et de feuilles de guimauve dans 1 litre d'eau; faire réduire de moitié, sucrer avec du miel et boire au moment des quintes;</p> <p>ATTENTION: ne pas consommer à forte dose durant la grossesse. Inoffensif dans la nourriture.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- abcès: infusion 3 fois par jour;</p> <p>- atonie musculaire: huile essentielle pour frictionner les parties atteintes;</p> <p>- conjonctivite: infusion de 80-100 g de plante entière fleurie pendant 30 mn; compresses;</p> <p>- dermite, dermatite: infusion en compresses;</p> <p>- gerçures des doigts de pieds: infusion de 150g de plante entière fleurie pendant 30mn; utiliser 2 litres pour des bains de pieds. La plante en poudre se met entre les doigts de pieds;</p> <p>- insecte, piqûres d'insecte: frotter avec feuilles;</p> <p>- jambes: faiblesse: infusion de 150g de plante entière fleurie pendant 40mn; verser 3 litres de cette infusion dans l'eau du bain;</p> <p>- lumbago: infusion de 150g de plante entière fleurie pendant 40mn; en applications locales;</p> <p>- muscle, atonie musculaire: huile essentielle pour frictionner les parties atteintes;</p> <p>- odontalgie: infusion de 50g de plante entière pendant 20mn; en bains de bouche;</p> <p>- piqûres d'insecte: frotter avec feuilles;</p> <p>- sinusite: infusion de 100g de plante entière fleurie pendant 60mn; pour fumigations;</p> <p>- transpiration des pieds: décoction de 100g de plante entière fleurie séchée et réduite en poudre; bouillir 10mn; en bains de pieds. Saupoudrer aussi les pieds avec la poudre et la laisser pendant 3-4 heures;</p> <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <p>- prévention des maladies du boeuf</p> <p>- nettoyage des plaies, aphtes (museau, mamelle): une poignée de thym dans 2 à 3 litres d'eau bouillit pendant 15 à 20 minutes, sucrer au miel et panser les plaies</p> <p>- eupeptique chez les bovins, contre les entérites des volailles</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne:</p> <p>- thymol: antiseptique, désodorisant: solution 1°/°° pour le chien</p> <p>- antiparasitaire: 3g chez le chien par voie interne</p> <p>- contre les verminoses du chien: 2-3g de thymol, 10g de poudre de sené, 50cg de calomel (fragmenter en 4 paquets, administrés à 1h d'intervalle)</p> <p>- contre coccidiose des lapins: huile de thymolée au 1/10eme</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: tonique, antiseptiques internes et externes, antiparasitaire</p>
TILIA CORDATA MILL.	Tilleul à petites feuilles, Tilleul sauvage	<p>PROPRIETES:</p> <p>- fleurs en tisane: béchique; calmant; sédatif; antispasmodique;</p> <p>- inflorescences: sédatif;</p> <p>- écorce: cholérétique (améliore le flux biliaire), antispasmodique; draineur hépato biliaire et urinaire; diurétique; dissolvant de l'acide urique; antispasmodique; hypotenseur; tension nerveuse; insomnie; excitation infantile; fait transpirer; contre refroidissements; grippe; maux de tête; abaisse la pression sanguine; prévient l'artériosclérose; colique néphrétique;</p> <p>- cambium: limite calculs rénaux; limite goutte; limite affections coronariennes;</p> <p>USAGE INTERNE: arthritisme, rhumatisme, goutte; oliguries; hépatisme, états</p>

		<p>migraineux; lithiases biliaire et rénale; cellulite; pléthore, hypertension; albuminurie; affections nerveuses; anxiété; toux convulsive; asthme;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aérocolie: action sédative: 15 g de fleurs et bractées dans ½ litre d'eau qui vient de bouillir; infuser 10 mn; filtrer; boire 1 grande tasse après les repas; - albuminurie: décoction de 40g d'écorce pour 1 litre d'eau; bouillir à réduction d'1/4; boire les 3/4 de litre en 1 ou 2 jours, chaud ou froid, pendant ou entre les repas; cures de 10 ou 20 jours (2 à 4 par an); - antispasmodique: infusion de 5g de feuilles par tasse d'eau; - asthme: infusion de 30g de fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour, tiède, loin des repas; - béchique: infusion de 5g de feuilles par tasse d'eau; - calmant: infusion de 5g de feuilles par tasse d'eau; - catarrhe: infusion de 40 g de fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour loin des repas; - cholérétique (coliques néphrétiques): décoction de 40g d'écorce pour 1 litre d'eau; bouillir à réduction d'1/4; boire les 3/4 de litre en 1 ou 2 jours, chaud ou froid, pendant ou entre les repas; cures de 10 ou 20 jours (2 à 4 par an); - dyspepsies dues à la dysenterie: décoction de 40g d'écorce; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - éréthisme nerveux: infusion de 50 g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas; - gastrospasme: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - néphrose: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - nervosité des enfants: ajouter au bain une décoction de 200g de tilleul pour 2 litres d'eau; puis avant le coucher, une tisane de fleurs de tilleul infusées 10mn; - sédatif: - fleurs: infusion sédative 15g de fleurs et bractées dans ½ litre d'eau qui vient de bouillir; infuser 10mn; filtrer; boire 1 grande tasse après les repas; - spasme, antispasmodique: infusion de 5g de feuilles par tasse d'eau; - stress dû à la ménopause: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel; - sudorifique: infusion de 40g de fleurs pendant 25mn; 3 tasses par jour avec du miel; - vomissement: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - nervosité des enfants: ajouter au bain une décoction de 200g de tilleul pour 2 litres d'eau; puis avant le coucher, une tisane de fleurs de tilleul infusées 10mn; - stress: décoction de tilleul ajoutée à l'eau du bain;
<p>TILIA PLATYPHYLLOS SCOP. *subsp.platyphyllos</p>	<p>Tilleul à grandes feuilles, Tilleul de Hollande</p>	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sédatif léger du système nerveux central: hypnotique léger - Sympatholytique - Fluidifiant sanguin - fleurs en tisane: tension nerveuse; insomnie; excitation infantile; fait transpirer; contre refroidissements; grippe; maux de tête; abaisse la pression sanguine; prévient l'artériosclérose; calmant; sudorifique; antispasmodique; - cambium: limite calculs rénaux; limite goutte; limite affections coronariennes; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sédatif léger et antitussif: infusé (10 à 20 g /litre; infusion de 15 min); <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sédatif léger et antitussif: infusé concentré: en bains (60 g/litre pour un grand enfant, 150 g pour un adulte; infusion de 30 min) verser 3 à 4 litres de cet infusé dans le bain; - yeux: irritation, fatigue, faiblesse: décoction de 30g de fleurs; bouillir 10mn; en applications locales; <p>Médecine vétérinaire ancienne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - émollient: usage externe pour les eczémas, usage interne pour les gastro-entérites des carnivores, les indigestions par surcharge des veaux (infusion de tilleul, de menthe, de sauge, lait) - sudorifique: néphrites aiguës - sédatif, antispasmodique: infusion pour les coliques du cheval, les maladies pulmonaires du porc - anti-vomitif des carnivores: 5g d'éther, 5g d'eau de vie, 110g d'infusion de tilleul, 40g d'infusion de fleur d'oranger, 40g de sirop de sucre à froid (1 cuillère à soupe toutes les 20 minutes pour les gros chiens)

		<p>- antispasmodique (bronchite, crise nerveuse): 1g d'extrait fluide de passiflore, 2g d'eau de laurier de cerise, 5g de teinture de salsepareille, 150g de sirop de tilleul</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: essentiellement chez le chien (même indications qu'en médecine humaine)</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: tranquillisant (bourgeons de tilleul à basse dilution)</p>
TILIA X-VULGARIS HAYNE	Tilleul commun, Tilleul d'Europe	<p>PROPRIETES: antispasmodique; sédatif, hypnotique léger; agit sur l'hyper viscosité et l'hyper coagulabilité sanguines; sudorifique; diurétique</p> <p>USAGE INTERNE: spasmes; indigestions; insomnies; névroses, hystérie, hypochondrie; athérosclérose et pléthore (la "tripe dyscrasie sanguine": polyglobulie, hyper viscosité, hyper coagulabilité); migraines (feuilles); états fébriles</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- calmant, tranquillisant: végétaux capables de supprimer ou d'atténuer la douleur, sans abolir la sensibilité normale: infusion de 40g de fleurs pendant 25mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- migraine: infusion de 5g de sommités fleuries pour ½ litre pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- polyglobulie: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas;</p> <p>- sédatif: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; ou 1 pincée par tasse d'eau bouillante (15-30g par litre); infuser 10mn; 2-4 tasses par jour;</p> <p>- tranquillisant: végétaux capables de supprimer ou d'atténuer la douleur, sans abolir la sensibilité normale: infusion de 40g de fleurs pendant 25mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- brûlure: hacher les feuilles finement et les faire bouillir; comme cataplasmes froids;</p> <p>- convulsions infantiles: bains de fleurs;</p> <p>- couperose: tamponner matin et soir avec une infusion de tilleul: 30 g de fleurs dans 1 litre d'eau bouillante; laisser infuser 10 mn et filtrer;</p> <p>- fatigue nerveuse: bains de fleurs;</p> <p>- poches sous les yeux: décoction de 50g de fleurs; bouillir 10mn; en applications locales;</p>
TOLPIS staticifolia (All.) Sch.-Bip.	Epervière à feuilles de statice	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: vulnéraire, apéritif</p>
TOXICODENDRON radicans (L.) Kuntze, RHUS TOXICODENDRON (TOURN.) L.	Sumac vénéneux.	<p>PROPRIETES: en homéopathie: rhumatismes</p>
TRAGOPOGON DUBIUS SCOP. *SUBSP. MAJOR (Jacq.) Vollm.	Salsifis majeur	<p>PROPRIETES: voir TRAGOPOGON pratensis</p>
TRAGOPOGON PRATENSIS L. *subsp. PRATENSIS Tragopogon undulatus Thuill.	Salsifis des prés	<p>PROPRIETES: nutritif et digestible; draineur sanguin et cutané; décongestionnant hépatique et rénal;</p> <p>- racine: stomachique; dépuratif; diurétique; apéritif; pectoral; fortifier les convalescents;</p> <p>- jus: soulager de façon non corrosive la bile stomacale;</p> <p>- racine en décoction: brûlures d'estomac;</p> <p>- sirop: expectorant;</p> <p>- pétales en infusion: nettoyer la peau; atténuer les taches de rousseur;</p> <p>- latex de la racine: comme chewing-gum;</p> <p>USAGE INTERNE: asthénies, surmenage, croissance; dermatoses; diabète; goutte, rhumatisme;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- cru en salade;</p> <p>- cuit;</p> <p>- eau de cuisson;</p> <p>- décoction: 35 à 50g de racines coupées pour 1l d'eau, bouillir 30mn, 3 tasses par jour entre repas;</p>

		<p>- colite: décoction de 40 g de racine; bouillir 5 mn; 3 tasses par jour; - goutte: décoction de 40g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - hypotonie digestive, hypotonie entérique: décoction de 40g de racine; bouillir 5mn; 3 tasses par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: verru: jus;</p>
TRIBULUS TERRESTRIS L.,	Tribule terrestre	<p>PROPRIETES: - plante: tonique, apéritif, astringent, vulnéraire, anti ophthalmique</p>
TRIENTALIS EUROPAEA L.	Trientalis d'Europe	<p>PROPRIETES: - plante: vulnéraire, astringent; - Parties souterraines: émétique</p>
TRIFOLIUM ALPESTRE L. *var.alpestre	Trèfle alpestre	PROPRIETES: voir TRIFOLIUM pratense
TRIFOLIUM ALPINUM L.	Trèfle des Alpes	<p>PROPRIETES: - tiges souterraines: comme remplaçant de la réglisse officinale (propriétés analogues)</p>
TRIFOLIUM BADIUM Schreber *subsp.badium	Trèfle d'or des montagnes	PROPRIETES: voir TRIFOLIUM pratense
TRIFOLIUM campestre Schreb. *subsp. campestre	Trèfle des champs	PROPRIETES: voir TRIFOLIUM pratense
TRIFOLIUM FRAGIFERUM L.	Trèfle fraisier	PROPRIETES: voir TRIFOLIUM pratense
TRIFOLIUM hybridum *subsp. elegans (Savi) Asch. et Graebn.	Trèfle élégant	PROPRIETES: voir TRIFOLIUM pratense
TRIFOLIUM INCARNATUM L. *subsp. INCARNATUM	Trèfle incarnat	<p>PROPRIETES: - fleurs en tisane: tonique;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - abcès: infusion 3 fois par jour; - furoncles: infusion 3 fois par jour; - tonique: décoction de 50g de plante entière; bouillir 5mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p>
TRIFOLIUM MEDIUM L. *subsp.medium	Trèfle flexueux	PROPRIETES: voir TRIFOLIUM pratense
TRIFOLIUM MONTANUM L. *subsp. MONTANUM	Trèfle des montagnes	PROPRIETES: voir TRIFOLIUM pratense
TRIFOLIUM PRATENSE L. *SUBSP. PRATENSE	Trèfle commun	<p>PROPRIETES: anticoagulant utile dans la thrombose coronaire; - plante entière, fleurs et graines: expectorant, diurétique, goutte; - fleurs: adjuvant anti-inflammatoire contre dermatoses, arthrite, astringent, vulnéraire, médicament du coeur, en cataplasme pour maladies des yeux; - fleurs en tisane: lutterait contre le cancer du sein</p>
TRIFOLIUM REPENS L. *VAR. REPENS *subsp. repens	Trèfle rampant	PROPRIETES: voir TRIFOLIUM pratense
TRIFOLIUM RUBENS L.	Trèfle à fleurs rouges	PROPRIETES: voir TRIFOLIUM pratense
TRIGONELLA CAERULEA (L.) SER.	Trigonelle bleue	PROPRIETES: Par infusion on en fait un vin vulnéraire estimé dans les campagnes d'Alsace
TRIGONELLA FOENUM- GRAECUM L.	Fenugrec	<p>PROPRIETES: - on le prescrit principalement pour les cas d'anorexies ou de maigreur nerveuse ou métabolique, car il favorise la reprise de poids. De même il est aussi efficace pour les troubles nutritifs. Il a une action similaire à la quinine contre les états de fièvre. Son action est apaisante et soigne les gastrites et les ulcères gastriques. De plus le fenugrec aurait une action bénéfique contre le diabète et le cholestérol. De plus il accélère l'accouchement et stimule la lactation. Il régule aussi le taux d'insuline. Effets: tonifiant, stimulant du pancréas, de la digestion, apéritif, favorise la prise de poids, action apaisante en cas de fièvre. - graines: nutritif; stimulant neuromusculaire; reconstituant; améliore le métabolisme des sucres; scrofuleuse; tuberculose; thé: tonifiant; expectorant; hypoglycémiant; régulateur du pancréas endocrine; augmente l'appétit; - voie interne: tonifiant; stimulant du pancréas, de la digestion, dans tous les désordres du métabolisme général; favorise la prise de poids; apéritif; fortifiant; hypoglycémiant; en infusion: tonique revitalisant soulageant douleurs digestives ou menstruelles, abaisser la fièvre; - voie externe: topique, émollient; en cataplasme: infections de la peau; - réduites en poudre avec de l'huile: utilisation en pommade pour lèvres et massage</p>

du cuir chevelu;

- trempées: lotion pour adoucir la peau;

USAGE INTERNE: troubles de la nutrition; maigreur; diabète; tuberculose; convalescences; anémie, scrofule, lymphatisme; rachitisme; goutte

USAGE EXTERNE: graines pulvérisées: émollient;- abcès des amygdales (gargarismes); métrites (irrigations vaginales); lymphangites, cellulites, phlegmons (compresses);

POSOLOGIE INTERNE:

- semences: thé tonique;

- poudre de semences: 2 cuillerées à café par jour aux repas, avec du miel ou de la confiture, en raison de son odeur nauséabonde;

- farine: 2-3 cuillerées à café à mélanger au miel;

- appétit, stimulant de l'appétit dans les fatigues dues à l'âge: 1 cuillère à soupe de graines dans 1 grand bol d'eau froide; laisser macérer toute la nuit; filtrer; boire froid le matin;

- bothriocéphales: grains en poudre: 4 g de poudre par jour, en 3 fois;

- diabète: décoction d'1 cuillerée à soupe de semences moulues pour 2 tasses d'eau (30g pour 1 litre d'eau); bouillir à réduction de moitié; boire le matin à jeun 1 semaine sur 2;

- engorgement de la rate: infusion de 50g de grains pulvérisés pendant 2-3 heures; 3 tasses par jour. Ou 3-6g de poudre par jour;

- fatigue due à l'âge, stimulant de l'appétit dans les fatigues dues à l'âge: 1 cuillère à soupe de graines dans 1 grand bol d'eau froide; laisser macérer toute la nuit; filtrer; boire froid le matin;

- goitre: infusion de 60g de grains pendant 2 heures; 3 tasses par jour;

- grossesse, troubles de la grossesse: 4g de graines réduites en poudre;

- grossir: poudre de graine mélangée à huile d'olive comme pâte à tartiner;

- hypotension artérielle: appétit: 50g de graines le soir dans 1 grand bol d'eau froide; laisser macérer toute la nuit; filtrer; boire en 1-2 fois le matin;

- impuissance: infusion de 50g de graines pendant 90mn; 3 tasses par jour; ou 4-8g par jour de poudre de graines dans une boisson sucrée;

- lymphatisme: 3-6g de grains en poudre par jour, en cachet ou avec du miel;

- maigreur: 30g de graines dans un bol d'eau tiède; laisser macérer toute la nuit; filtrer le matin et boire froid; ou poudre de graine mélangée à huile d'olive comme pâte à tartiner;

- ostéolymphatisme: infusion de 50g de grains en poudre pendant 2 heures; 3 tasses par jour avec du miel d'acacia de préférence;

- ostéomalacie: 6-8g de grains en poudre par jour en cachet;

- reconstituant: 3 cachets de grains en poudre par jour;

- stimulant de l'appétit dans les fatigues dues à l'âge: 1 cuillère à soupe de graines dans 1 grand bol d'eau froide; laisser macérer toute la nuit; filtrer; boire froid le matin;

- tonique: laisser macérer 45g de grains en poudre dans 1 litre de vin blanc sec pendant 6 jours; 2 verres par jour;

- tonique du cerveau: faire macérer 20g de poudre dans 100g d'alcool à 70° pendant 8 jours; 30 gouttes deux fois par jour dans un excipient sucré;

- tristesse: faire macérer 25g de grains en poudre dans 100g d'alcool à 70° pendant 10 jours; 15 gouttes, 2 fois par jour sur un morceau de sucre;

- troubles de la grossesse: 4g de graines réduites en poudre;

ATTENTION: les graines peuvent provoquer une rétention d'eau et être cause de prise de poids. Son effet stimulant sur l'utérus l'interdit aux femmes enceintes;

POSOLOGIE EXTERNE:

- décoction à 60g de semences par litre d'eau;

- la farine de fenugrec peut remplacer la farine de lin dans les cataplasmes; angine;

- angine: en gargarisme: infusion de 80g de fruit réduit en poudre; infuser 90mn;

- dureté du sein: décoction de 100g de fleurs; bouillir 15mn; tremper dans la décoction 1 morceau de tissu plié plusieurs fois, l'essorer un peu et l'appliquer très chaud sur la partie atteinte; renouveler l'application toutes les heures ou toutes les ½ heures;

- plaie au pied: faire bouillir pendant 1mn dans un verre d'eau, 1 grosse cuillerée à café de poudre de grains; tremper dans cette solution une bande et faire un pansement local; renouveler l'application matin et soir;

- sein, dureté du sein: décoction de 100g de fleurs; bouillir 15mn; tremper dans la

		<p>décoction 1 morceau de tissu plié plusieurs fois, l'essorer un peu et l'appliquer très chaud sur la partie atteinte; renouveler l'application toutes les heures ou toutes les ½ heures;</p> <p>- transpiration des pieds: saupoudrer les pieds de grains en poudre;</p> <p>ASSOCIATION: menthe poivrée, citron, anis</p>
TRITICUM aestivum L. [nom. cons.]	Blé commun	<p>PROPRIETES:</p> <p>- son: bains, lavements, cataplasmes;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- faiblesse infantile: faire bouillir 100g de son dans 1 litre d'eau, à feu doux pendant 45mn; filtrer à travers une passoire et ajouter 2 cuillerées de miel; faire bouillir une 2^e fois pendant 15mn; en consommer ½ litre par jour;</p> <p>- fatigue musculaire: blé de culture biologique: le mettre à tremper dans un bol 48 heures; rincer les grains tous les jours en les maintenant humides; au bout de 3-4 jours, commencer à manger les germes: 1 cuillerée à soupe à chaque repas, pendant 15 jours;</p> <p>- maigreux: utiliser les grains entiers comme le riz, ou bien moulus en bouillie;</p> <p>- minéralisant: utiliser le grain comme du riz, ou bien pour préparer des bouillies;</p> <p>- reconstituant: faire bouillir dans 1 litre d'eau, 150g de son pendant 30mn; filtrer et ajouter du miel; 3 verres par jour;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- torticolis: faire cuire le son dans du vinaigre et l'utiliser sous forme de cataplasme;</p>
TROCHISCANTHES NODIFLORA (ALL.) W.D.J.Koch	Trochiscanthe à fleurs nodales	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: faciliter la digestion</p>
TROLLIUS EUROPAEUS L. *subsp. EUROPAEUS	Trolle d'Europe	La plante fraîche est irritante et pourrait provoquer des troubles cardiaques
TROPAEOLUM MAJUS L.	Capucine,	<p>PROPRIETES: antiseptique, antibiotique naturel; stimulant; rajeunissant; expectorant, pectoral; diurétique; emménagogue; antiscorbutique; laxatif (fruits); favorise la menstruation; topique (cuir chevelu); dépuratif du sang;</p> <p>- feuilles et fleurs: contre les bactéries de l'appareil respiratoire sans détruire la flore intestinale;</p> <p>- feuilles et fleurs en infusion: rhumes; toux; infections génito-urinaires;</p> <p>USAGE INTERNE: lymphatisme; tuberculose, bronchites; emphysème; règles insuffisantes;</p> <p>USAGE EXTERNE: chute de cheveux: séborrhée, pellicules, calvitie précoce, alopecies accidentelles de la grossesse, des infections fébriles, des intoxications chimiques ou médicamenteuses;</p> <p>- Tonique du cuir chevelu, antifongique (applications locales)</p> <p>Activités pharmacologique des principes actifs isolés: Isothiocyanate de benzyle antifongique vis-à-vis des teignes</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- ou 30-60g de suc frais de la plante dans du lait, de la confiture;</p> <p>- antibiotique: infusion d'1 pincée de feuilles par tasse d'eau (15-30g par litre); infuser 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- antiscorbutique: boutons des fleurs préparés comme les câpres; ou infusion d'1 pincée de feuilles par tasse d'eau (15-30g par litre); infuser 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- désinfectant urinaire, grippal et dermique: toute la plante;</p> <p>- dépuratif du sang: infusion d'1 pincée de feuilles par tasse d'eau (15-30g par litre); infuser 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- pectoral: 4-5g de poudre des fruits à mélanger au miel; ou infusion d'1 pincée de feuilles par tasse d'eau (15-30g par litre); infuser 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- sang, dépuratif du sang: infusion d'1 pincée de feuilles par tasse d'eau (15-30g par litre); infuser 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- scorbut, antiscorbutique: boutons des fleurs préparés comme les câpres;</p> <p>- vessie, désinfectant urinaire, grippal et dermique: toute la plante;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- alopecie: lotion: feuilles et semences fraîches de capucine, feuilles fraîches d'ortie brûlante, feuilles fraîches de buis, sommités fleuries de serpolet: aa 100g dans 500g d'alcool à 90°; hacher les plantes, macérer 15 jours; passer, parfumer avec quelques gouttes d'essence de géranium; frictions sur le cuir chevelu au moyen d'une brosse</p>

		<p>un peu rude; - 1 poignée de feuilles, fleurs et graines dans 1 litre d'eau; bouillir 15mn; en lotion du cuir chevelu</p>
TURRITIS GLABRA L.	Arabette glabre	<p>PROPRIETES: - plante: antiscorbutique</p>
TUSSILAGO FARFARA L.	Tussilage pas d'âne	<p>PROPRIETES: - fleurs et feuilles: émollient; expectorant; légèrement sudorifique; dépuratif; tonique; toux; ulcères de peau; accidents cutanés; - fleurs: catarrhes; spasmes ou inflammations; stimuler les cellules immunitaires; - fleurs et parties souterraines: mucilagineux, remède pectoral, toux, affections des poumons; - suc: antiscrofuleux;</p> <p>USAGE INTERNE: bronchites, toux; asthme; trachéites, laryngites; convalescences de grippe; adénites, lymphatisme, scrofulose</p> <p>USAGE EXTERNE: teigne, dartres, dermatoses (cuir chevelu); tabagisme (en cigarettes ou en pipes); hyperhidrose plantaire; brûlure, œdème des pieds, plaies, tumeurs; entorses</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion d'1 cuillerée à dessert de fleurs pour 1 tasse d'eau bouillante; infuser 10mn; 3-4 tasses par jour entre les repas;</p> <p>- asthme: feuilles fumées en cigarettes; - bronchite catarrhale: infusion de 40 g de fleurs pendant 10 mn; 2-3 tasses par jour sucrées avec du miel; - catarrhe: infusion de 40 g de fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour. Décoction de 40 g de feuilles; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour; - darte: 30-100g de suc de la plante par jour; - engorgement scrofuleux: 30-100g de suc de la plante par jour; - enrrouement: infusion de 50g de feuilles et fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel; - éréthisme génital ou sexuel: décoction de 60g de feuilles; bouillir 5mn; 2 tasses par jour; - fragilité infantile: décoction de 40g de feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - inflammation pulmonaire: infusion de 40g de fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour; - laryngite: infusion de 40g de fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour. Décoction de 40g de feuilles; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - lymphatisme: décoction de 60g de feuilles; bouillir 6mn; 3 tasses par jour; - pleurésie: infusion de 30g de feuilles pendant 15mn; 3 tasses par jour. Décoction de 50g de fleurs; bouillir 5mn; 3 tasses par jour; - teigne: 30-100g de suc de la plante par jour; - toux: calme la toux, facilite l'expectoration: 20g de fleurs ou feuilles séchées à ½ litre d'eau; macérer à froid 5mn; porter à ébullition et laisser bouillir 2mn; infuser 10mn; filtrer à travers un coton pour éliminer le duvet; ou feuilles fumées en cigarettes; - toux asthmatique: infusion de 40g de fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour avec du miel; - toux rebelle: infusion de 40g de fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour avec du miel; - trachéo-bronchite: infusion de 40g de fleurs pendant 10mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - brûlure: feuilles macérées en application; - cheveux, soin du cuir chevelu (par son soufre): feuilles macérées en application; - dermatose: feuilles macérées en application; - entorse: feuilles macérées en application; - hyperhydrose: décoction d'1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau, en bains de pieds; - leucorrhée: décoction de 60g de feuilles; bouillir 10mn; en injections vaginales; - névralgie faciale: appliquer localement 2-3 feuilles fraîches; les maintenir avec une bande; - plaie: feuilles macérées en application; - sciatique: feuilles en compresse chaude; - soin du cuir chevelu (par son soufre): feuilles macérées en application; - teigne: feuilles macérées en application;</p>

		- tumeur: feuilles macérées en application; - urticaire: faire avec le jus frais des feuilles fraîches des applications locales;
TYPHA ANGUSTIFOLIA L.	Massette à feuilles étroites	PROPRIETES: - pollen: tonifiant; désintoxiquant; rééquilibrant l'organisme
TYPHA LATIFOLIA L.	Massette à feuilles larges	PROPRIETES: - pollen: tonifiant; désintoxiquant; rééquilibrant l'organisme
TYPHA LAXMANNII LEPECHIN	Massette de Laxmann,	PROPRIETES: - pollen: tonifiant; désintoxiquant; rééquilibrant l'organisme
TYPHA x glauca Godr.	Massette élevée	PROPRIETES: - pollen: tonifiant; désintoxiquant; rééquilibrant l'organisme
ULMUS glabra Huds. *subsp.glabra	Orme de montagne	PROPRIETES: - seconde écorce (cambium): astringent; diurétique; diaphorétique; dépuratif
ULMUS minor Mill. *subsp.minor	Orme champêtre	NOTES: maladie, la graphiose, introduite d'Extrême Orient; PROPRIETES: dépuratif; tonique; diurétique; sudorifique; astringent; - feuilles: en onguent pour hémorroïdes, bues en décoction: inflammations cutanées; - sève des branches: lotion contre la calvitie; - cambium: astringent, diurétique, diaphorétique, dépuratif, donne teinture homéopathique astringente; - écorce diurétique et anti diarrhéique. Elle est aussi utilisée dans les maladies de peau. USAGE INTERNE: dermatoses (surtout eczéma, dartres); hydropisie; rhumatismes USAGE EXTERNE: pertes blanches POSOLOGIE INTERNE: - décoction de Lysons: faire bouillir 120g d'écorce moyenne des pousses d'1 ou 2 ans dans 2 litres d'eau, jusqu'à réduction de moitié; prendre 250g matin et soir; - diathèse urique: décoction de 50g de seconde écorce des rameaux; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - eczéma: décoction de 30g d'écorce concassée dans 1200g d'eau; bouillir et réduire à 1 litre; passer avec expression; 3 tasses par jour, avant ou après les repas; - obésité: décoction de 60g de seconde écorce des rameaux; bouillir 15mn; 3 tasses par jour; - prurit d'origine hépatique, prurit du scrotum: décoction de 60g de seconde écorce des rameaux; bouillir 10mn; 3 tasses par jour en mélangeant un petit peu de jus d'agrumes; - reconstituant: décoction de 60g de seconde écorce des rameaux; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec miel et jus de citron; - rhumatisme chronique: décoction de 60g de seconde écorce des rameaux; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - tonique de l'estomac: décoction de 50g de seconde écorce des rameaux; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec une rondelle de citron; POSOLOGIE EXTERNE: - angine ulcéro-membraneuse: gargarismes: décoction de 200g d'écorce intérieure des rameaux, celle qui se trouve entre la 1° écorce et le liber; bouillir 10mn; - eczéma: compresses de 100g d'écorce trempée pendant 1/4 d'heure dans l'eau puis portée à ébullition; laisser bouillir 10mn; filtrer et laisser infuser encore 10mn; - eczéma secs: 30g d'écorce concassée dans 100g d'huile d'amandes douces; mettre au bain-marie bouillant pendant 2 heures; laisser quelques heures à froid; en applications locales; - lymphadénite: décoction de 200g de seconde écorce des rameaux; bouillir 10mn; en applications locales; - pieds: gonflement: hacher les feuilles et les tremper dans de l'eau; appliquer comme 1 cataplasme; renouveler l'application toutes les 3 heures;
UMBELLULARIA californica	Laurier de Californie	PROPRIETES: - feuilles pilées: les mêler à des sels de bain antirhumatismaux; - les jours de chaleur, l'odeur de l'arbre peut causer nausées, vertiges et maux de tête: la tisane de feuilles les soulagera
UMBILICUS rupestris (Salisb.) Dandy	Ombilic à fleurs pendantes	PROPRIETES: - plante: rafraîchissant, diurétique. USAGE EXTERNE: feuilles à l'épiderme retiré sur plaies pour cicatrisation;

UNONA odorantissima	Ylang-ylang	
URTICA ATROVIRENS REQ. ex Loisel.	Ortie vert noirâtre	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: dépuratif; tonique; astringent; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; hémostatique; diurétique; galactagogue; antianémique <p>USAGE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - tonifier le cuir chevelu: lotion de feuilles;
URTICA DIOICA L. *sous-var. horrida Wedd.	Ortie très hérissée	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: dépuratif; tonique; astringent; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; hémostatique; diurétique; galactagogue; antianémique <p>USAGE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - tonifier le cuir chevelu: lotion de feuilles;
URTICA DIOICA L. *sous-var. umbrosa Wedd.	Ortie des endroits ombreux	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: dépuratif; tonique; astringent; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; hémostatique; diurétique; galactagogue; antianémique <p>USAGE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - tonifier le cuir chevelu: lotion de feuilles;
URTICA DIOICA L. *subsp. DIOICA	Ortie dioïque	<p>PROPRIETES: ATTENTION: lésions rénales par feuilles âgées crues mangées en été ou automne; quelque temps après avoir été cueillies, les feuilles ne sont plus urticantes;</p> <p>L'action de l'eau réactive la douleur d'anciennes piqûres d'orties.</p> <p>Feuilles de plantain ou de rumex écrasées et frottées suppriment la sensation douloureuse des piqûres de l'ortie;</p> <p>Les graines sont très purgatives et il faut éviter de les utiliser.</p> <p>Le suc d'ortie favorise la croissance ou la repousse des cheveux.</p> <p>Jusqu'au dix- neuvième siècle, on se servit de frictions d'orties en particulier pour calmer les douleurs rhumatismales, l'arthrite.</p> <p>En médecine, l'ortie est utilisée contre les saignements, les hémorragies.</p> <p>L'ortie est un anti diarrhéique efficace, elle est antidiabétique et dépurative.</p> <ul style="list-style-type: none"> - plante: diurétique; digestif; astringent; activer la circulation; élimine l'acide urique; soulage arthrite; goutte et eczéma; - feuilles: dépuratif; détersif; tonique; astringent; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; hémostatique; diurétique; galactagogue; antianémique; nettoie, assainit, dissout; tonique, astringent; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; hémostatique; antianémique; antirachitique; dépuratif; anti-infectieux; antirhumatismal; diurétique, éliminateur de l'acide urique; draineur hépatique; anti diarrhéique; stomachique; galactogène; révulsif: l'urtication consiste à flageller le corps ou une partie du corps avec une poignée d'orties: rhumatismes, apoplexies, paralysies; - feuilles en cataplasmes: eczéma, brûlure; hémorroïdes; - graines: pour les poumons après bronchite;- rhizome: tonique du cuir chevelu; <p>USAGE INTERNE: hémorragies: hémoptysies, hématomèses, métrorragies, hématuries, épistaxis; hémophilie; anémie, rachitisme, faiblesse générale; tuberculose; dermatoses, urticaire, brûlures; ménopause; rhumatisme goutteux et chronique; néphrite; énurésie des enfants; ulcères gastriques et intestinaux (en long usage); lithiase biliaire, ictère; diarrhées, flatulences, entérite muco-membraneuse;</p> <p>USAGE EXTERNE: lotion de feuilles: tonifier le cuir chevelu; cancers, tumeurs; soins du cuir chevelu; muguet, aphtes, infections bucco pharyngées;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - suc: Hacher et broyer une certaine quantité de plantes fraîches jusqu'à ce que l'on obtienne une espèce de bouillie. Introduire dans une toile solide et extraire le suc par torsion. Prendre jusqu'à 100 g par jour de ce suc (en trois fois) dans un peu d'eau ou n'importe quel autre excipient agréé. Cette façon d'absorber le remède est indiquée tout spécialement contre les hémorragies. On trouve le suc de la plante fraîche chez l'herboriste et le pharmacien. - infusion: Verser une tasse d'eau bouillante sur une cuillerée de plantes desséchées et émiettées. Laisser reposer 20 minutes et prendre 4 ou 5 tasses par jour contre les rhumatismes et les diarrhées ou comme dépuratif. Cette cure dure généralement 20 jours par mois et on recommence le mois suivant, si nécessaire. ou verser 1 litre d'eau bouillante sur 50-100g de plante fraîche; filtrer. - décoction: Faire bouillir pendant 10 minutes 50 g de racines et de plantes desséchées dans un litre d'eau. Laisser refroidir et boire 4 ou 5 tasses par jour contre les rhumatismes.

ou verser 1 litre d'eau bouillante sur 30-40g de racines; chauffer à feu doux et laisser bouillir 5 minutes.

- macération: remplir un bocal d'orties fraîches triées et essuyées; bien tasser; ajouter de l'alcool à 90°; boucher; mettre 9-10 jours au soleil.

Sirop: Ajouter au suc de la plante fraîche (voir plus haut) la même quantité de sucre puis laisser cuire à petit feu jusqu'à ce que l'on obtienne le sirop. Prendre 4 ou 5 cuillerées par jour.

ou verser 1.5 litre d'eau bouillante sur 250g de feuilles fraîches, laisser infuser 12 heures; filtrer puis faire dissoudre 500g de sucre.

- teinture: Laisser macérer pendant 10 jours 30 g de plantes desséchées et émiettées dans 120 g d'alcool à 60°. Filtrer et prendre de 25 à 30 gouttes, deux ou trois fois par jour, dans une boisson quelconque.

- allergie: infusion de 50g de feuilles et racines pour 1 litre d'eau; bouillir 2-3mn; infuser 20mn; boire à volonté;
- anémie: décoction de 50g de feuilles; bouillir 12mn; 2-3 tasses par jour;
- antirhumatismal: infusion de 50g de feuilles et racines pour 1 litre d'eau; bouillir 2-3mn; infuser 20mn; boire à volonté;
- arthrite: infuser 2-3 cuillerées à thé d'ortie dans 1 tasse d'eau chaude; 2-3 tasses par jour;
- dépuratif: infusion de 50g de feuilles et racines pour 1 litre d'eau; bouillir 2-3mn; infuser 20mn; boire à volonté;
- diabète: décoction de 100g de feuilles dans de l'eau; boire 3 fois par jour;
- diarrhée: infusion de 50g de feuilles et racines pour 1 litre d'eau; bouillir 2-3mn; infuser 20mn; boire à volonté; ou 30-60g de feuilles en infusion chaque jour;
- dysenterie: infusion de 50g de feuilles et racines pour 1 litre d'eau; bouillir 2-3mn; infuser 20mn; boire à volonté; ou 30-60g de feuilles en infusion chaque jour;
- eczéma: 20g de tige et feuilles pour 1 l d'eau, bouillir à réduction des 2/3; boire dans la journée;
- goutte: décoction 100g ortie fraîche avec ses racines bouillies dans 3 litres d'eau; boire 2-3 tasses par jour;
- gravelle: décoction de 60g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- hémorragie, hémorragie anale: décoction de 80g de plante entière; bouillir 10mn; par cuillerées;
- hémostatique: suc fraîchement exprimé, 100-125g par jour en 3 fois;
- hydropisie: décoction de 60g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- hypogalactie: décoction de 60g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- impuissance: décoction de 60g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; ou Galien, grec ancien, conseille l'ortie contre l'impuissance à raison d'une cuillerée à café de graines réduites en poudre et mélangées à de la confiture ou du miel.
- incontinence urinaire, incontinence urinaire chez les enfants: faire une pâte avec 15g de graines mélangées à 60g de farine de seigle, avec de l'eau et du miel; faire des petits gâteaux à cuire au four; 1 gâteau par jour pendant 15 jours;
- lithiase biliaire: décoction de 50g de plante entière; bouillir 15mn; 3 tasses par jour;
- lithiase vésicale: infusion de 50g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- néphrite chronique (mal de Bright): décoction de 60g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- pleurésie: décoction de 50g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour;
- reconstituant: décoction de 40g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du miel;
- rhumatisme: décoction d'1 poignée (50g) de racine coupée ou de plante entière pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn; à prendre en 48 heures, entre les repas; ou infusion de 50g de feuilles et racines pour 1 litre d'eau; bouillir 2-3mn; infuser 20mn; boire à volonté;
- rhumatisme arthritique: décoction de 60g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;
- rhumatisme articulaire subaigu: décoction de 50g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;
- rougeole: décoction de 50g de plante entière; bouillir 10mn; par cuillerées;
- rupture des vaisseaux capillaires: décoction de 60g de plante entière; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron;
- ulcère gastroduodéal: décoction de 60g de plante entière; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour;
- vasoconstricteur ou vaso-constricteur: suc fraîchement exprimé, 100-125g par jour en 3 fois;

POSOLOGIE EXTERNE:

- alopecie: 100g de racines d'ortie dans 1 litre d'eau; bouillir 15mn; filtrer; lotion quotidienne; ou décoction: faire cuire à feu modéré pendant 10 minutes deux belles

		<p>poignées de racines d'ortie desséchées dans un demi-litre de vinaigre de vin. Verser et laisser refroidir puis frictionner le cuir chevelu le soir avant de se coucher. Laver la tête le matin suivant, mais ne pas sécher avec le sèche-cheveux; ou macération: Laisser macérer pendant une douzaine de jours 50 g de racines d'ortie desséchées et 50 g de feuilles de romarin desséchées, dans un litre de bonne eau-de-vie. Frictionner le cuir chevelu avec cette lotion pour faire repousser les cheveux (Valnet).</p> <ul style="list-style-type: none"> - acné: appliquer un coton imbibé d'infusion; - angine: gargarismes répétés avec infusion; - cheveux, tonique du cuir chevelu: racines bouillies dans du vinaigre; - cuir chevelu, tonique du cuir chevelu: racines bouillies dans du vinaigre; - eczéma: appliquer un coton imbibé d'infusion; - épistaxis: suc d'ortie sur un tampon de coton; - herpès: appliquer un coton imbibé d'infusion; - muguet, aphtes, infections bucco pharyngées: 1 poignée de plante entière pour 1/2 litre d'eau; bouillir 30mn; en gargarismes, lavages de bouche; alopecie; glaucome; gonalgie; hémorragie veineuse; lymphadénite; - calvitie: vinaigre d'ortie pour rinçage du lavage des cheveux; ou macération de 25g de feuilles avec 25g de feuilles de capucine ou de buis dans 1 litre d'alcool pour la repousse des cheveux; - glaucome: décoction de 60g de plante entière; bouillir 10mn; en applications locales; - gonalgie: frapper avec les orties la partie atteinte; - hémorragie veineuse: décoction de 80g de plante entière; bouillir 15mn; en applications locales; - lymphadénite: décoction de 80g de plante entière; bouillir 12mn; en applications locales; - plaies: appliquer macération pour la cicatrisation; ou mettre sur la plaie des feuilles pliées avec un peu de sel ou cuites et réduites en bouillie; - saignement de nez: introduire dans les narines un coton imbibé de suc frais d'ortie; - sciatique: pour cet usage, l'ortie s'utilise par voie externe. Badigeonner la zone douloureuse plusieurs fois par jour avec de l'esprit d'ortie (parties aériennes distillées dans 50 % d'alcool) ou en faire des compresses; - tonique du cuir chevelu: racines bouillies dans du vinaigre; <p>ATTENTION: lésions rénales par feuilles âgées crues mangées en été ou automne; quelque temps après avoir été cueillies, les feuilles ne sont plus urticantes;</p> <p>PERIODE de RECOLTE: On cueille les racines à la fin de l'été et la plante, du printemps à l'automne.</p> <p>CONSERVATION: Faire sécher les racines au soleil et les conserver en sachets, tandis que la plante doit être séchée à l'ombre et conservée en boîtes, à l'abri de la poussière et de l'humidité.</p> <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - suites de refroidissement du bovin: plongé l'animal dans un trou rempli d'orties et recouvert de fumier pendant 3h - sur les cornes cassés avec une hémorragie: orties pilées avec du sel - convalescence des maladies rénales: orties cuites - contre les rhumatismes: décoction - contre le météorisme: infusion ou foin d'ortie - galactogène - poil brillant et aspect fringant du cheval: ortie avec l'avoine - meilleur ponte des poules: graines d'orties dans la pâtée <p>Médecine vétérinaire moderne: désodorisant, cicatrisant, revitalisant</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: agalactie, drainage cutanée, inflammations, présence de sang dans le lait</p> <ul style="list-style-type: none"> - contre les piqûres d'insectes: compresse de teinture-mère - contre l'urticaire avec de petites vésicules sur tout le corps, prurit intense: Urtica urens 4-5 CH
URTICA hispida DC.	Ortie hérissée	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: dépuratif; tonique; astringent; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; hémostatique; diurétique; galactagogue; antianémique <p>USAGE EXTERNE:</p>

		- tonifier le cuir chevelu: lotion de feuilles;
URTICA iners Wedd	Ortie non piquante	PROPRIETES: - feuilles: dépuratif; tonique; astringent; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; hémostatique; diurétique; galactagogue; antianémique USAGE EXTERNE: - tonifier le cuir chevelu: lotion de feuilles;
URTICA MEMBRANACEA POIR.	Ortie à membranes	PROPRIETES: ATTENTION: lésions rénales par feuilles âgées crues mangées en été ou automne; quelque temps après avoir été cueillies, les feuilles ne sont plus urticantes; - feuilles: dépuratif; tonique; astringent; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; hémostatique; diurétique; galactagogue; antianémique; USAGE EXTERNE: - tonifier le cuir chevelu: lotion de feuilles;
URTICA PILULIFERA L.	Ortie à globules	PROPRIETES: - feuilles: dépuratif; tonique; astringent; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; hémostatique; diurétique; galactagogue; antianémique USAGE EXTERNE: - tonifier le cuir chevelu: lotion de feuilles;
URTICA PILULIFERA L. *VAR. DODARTI L.	Ortie de dodart	PROPRIETES: - feuilles: dépuratif; tonique; astringent; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; hémostatique; diurétique; galactagogue; antianémique USAGE EXTERNE: - tonifier le cuir chevelu: lotion de feuilles;
URTICA URENS L.	Ortie brûlante	PROPRIETES: ATTENTION: lésions rénales par feuilles âgées crues mangées en été ou automne; quelque temps après avoir été cueillies, les feuilles ne sont plus urticantes; - feuilles: dépuratif; tonique; astringent; vasoconstricteur ou vaso-constricteur; hémostatique; diurétique; galactagogue; antianémique; antidiabétique; anémie; - racine: astringent, diurétique USAGE EXTERNE: lotion de feuilles: tonifier le cuir chevelu POSOLOGIE INTERNE: - active les fonctions digestives: infusion d'1 cuillerée à soupe de plante mondée par tasse d'eau; - anémie: consommer les jeunes feuilles; - dépuratif: consommer les jeunes feuilles; - antidiabétique: poudre de feuilles séchées comme additif alimentaire; - diabète, antidiabétique: poudre de feuilles séchées comme additif alimentaire; - digestif: poudre de feuilles séchées comme additif alimentaire; - digestion, active les fonctions digestives: infusion d'1 cuillerée à soupe de plante mondée par tasse d'eau; - frigidité: 1 cuillerée à café de semences par jour dans de la confiture. Décoction de 60g de plante entière; bouillir 10mn; 2 tasses par jour; - nutritif: consommer les jeunes feuilles; - reconstituant: consommer les jeunes feuilles; - règles douloureuses: faire bouillir 500g de racines d'orties piquantes dans 3 litres d'eau; laisser réduire jusqu'à 1/2 litre; boire en plusieurs fois dans la journée;
UTRICULARIA INTERMEDIA HAYNE	Utriculaire intermédiaire	PROPRIETES: - plante: diurétique
UTRICULARIA MINOR L.	Utriculaire fluette	PROPRIETES: - plante: diurétique
UTRICULARIA VULGARIS L.	Utriculaire commune	PROPRIETES: - plante: diurétique
VACCARIA hispanica (Mill.) Rauschert *var. vaccaria (L.) Greuter	Blé de vache	PROPRIETES: - graines: stimuler la circulation; abcès; ulcères de la peau; tumeurs bénignes du sein; - graines en décoction: calmer douleurs ou inflammations poitrinaires; réguler menstruations; faciliter lactation; faciliter accouchement
VACCINIUM MYRTILLUS L.	Myrtille	PROPRIETES: astringent (dans les diarrhées), un peu astringent (fruits), diabète (feuilles), antiseptique urinaire, antiputride; bactéricide; dissolvant urique; protecteur des parois vasculaires (fruits); anti-scléreux; améliorant de la vision nocturne (fruits); antidiabétique (feuilles hypoglycémiantes); digestif;

USAGE INTERNE: entérites, diarrhées même tuberculeuses; dysenteries, putréfactions intestinales; diarrhées des enfants; colibacillose (syndrome entéro-rénal, cystite); hémorragies par fragilité capillaire, rétinopathies; ménométrorragies; athérosclérose; excès d'urée; déficience de l'acuité visuelle; troubles circulatoires (varices, capillarites, artérites, séquelles de phlébite); diabète (rétinite des diabétiques, micro-angiopathie); coronarites, séquelles d'infarctus; hépatisme, insuffisance biliaire; azotémie;

USAGE EXTERNE: pharyngites, stomatites, muguet, aphtes; eczémas

POSOLOGIE INTERNE:

- baies bien mûres fraîches ou en gelées, marmelades, ou séchées;
- décoction de baies: 1 cuill. à soupe par tasse d'eau, bouillir 5mn, infuser 15mn, passer en exprimant: 2 à 6 tasses par jour;
- 10-30 baies séchées le matin;

- atonie vésicale: infusion de 40 g de feuilles pendant 20 mn; 3 tasses par jour;
- colibacillose: décoction de 80 g de baies; bouillir 10 mn; 4 tasses par jour;
- crampes nocturnes: infusion de 40 g de feuilles pendant 20 mn; 3 tasses par jour;
- diabète: infusion de 15g de feuilles de myrtille et 15g de feuilles de fraisier; bouillir; infuser 10mn;
- diabète léger: décoction 20g de feuilles dans 1l d'eau pendant 10mn: propriétés hypoglycémiantes, 0,5 à 1l par jour;
- diarrhée chronique; il suffit pour cela de manger les fruits frais et en grande quantité;
- dysenterie: décoction de 80g de baies; bouillir 10mn; 4 tasses par jour;
- dysenterie et diarrhée chronique; il suffit pour cela de manger les fruits frais et en grande quantité;
- eczémas: décoction 20g de feuilles dans 1l d'eau pendant 10mn: propriétés hypoglycémiantes, 0,5 à 1l par jour;
- entérite: décoction de 80g de baies pendant 10mn; 4 tasses par jour;
- gastro-entérite: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour;
- hyperglycémie: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour loin des repas;
- incontinence urinaire chez les enfants: infusion de 30g de feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour;
- infection urinaire: décoction 20g de feuilles dans 1l d'eau pendant 10mn: propriétés hypoglycémiantes, 0,5 à 1l par jour;
- inflammations et faiblesses de la vessie: feuilles: infusion ou décoction, 30 à 40g par litre d'eau (1 cuillerée à soupe par tasse d'eau); bouillir 5mn;
- laryngite: manger des myrtilles en même temps que le traitement avec la lavande;
- nausées: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 2 tasses par jour;
- urémie: boire du jus de fruit;
- vessie, infection urinaire: décoction 20g de feuilles dans 1l d'eau pendant 10mn: propriétés hypoglycémiantes, 0,5 à 1l par jour;
- vessie, inflammations et faiblesses de la vessie: feuilles: infusion ou décoction, 30 à 40g par litre d'eau (1 cuillerée à soupe par tasse d'eau); bouillir 5mn;
- vision: fortifiant: infusion de 40g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour. Décoction de 40g de feuilles; bouillir 5mn; pour bains oculaires. Consommer les baies en confiture;
- vision nocturne: myrtille crue, en compote, en gelée, en sirop; ou décoction d'1 grande cuillerée à soupe de baies dans ¼ litre d'eau pendant 10mn; boire 4 tasses par jour;

ATTENTION: la consommation de myrtille fraîche peut entraîner l'éch multimuloculaire, lorsque cette espèce est contaminée par des animaux sauvages atteints de cette maladie;

POSOLOGIE EXTERNE:

- aphtes: 60g de baies pour 1 litre d'eau tiède; laisser macérer 1 heure; chauffer doucement jusqu'à ébullition; bouillir 15mn; infuser 10mn; filtrer; bains de bouche tièdes ou froids plusieurs fois par jour; ou mâcher les baies fraîches ou sèches et les recracher; ou décoction 1 poignée de baies pour 1l d'eau, bouillir à réduction de moitié; lavages de bouche;
- bouche, ulcères de la bouche: mâcher les baies fraîches ou sèches et les recracher;
- douleurs dues à des hémorroïdes: décoction de 70g de baies; bouillir 10mn; 3 tasses par jour loin des repas. A utiliser pour des lavements; ou décoction 1 poignée de baies pour 1l d'eau, bouillir à réduction de moitié: en compresses;

		<ul style="list-style-type: none"> - dysenterie: décoction 1 poignée de baies pour 1l d'eau, bouillir à réduction de moitié: en lavements; - eczéma: décoction de 20g de feuilles dans 1l d'eau pendant 10mn; boire 2-3 tasses par jour; ou décoction de myrtilles pour badigeonner la partie malade 3 fois par jour; ou décoction 1 poignée de baies pour 1l d'eau, bouillir à réduction de moitié: en lavages; - glaucome: décoction de 30g de feuilles; bouillir 5mn; en bains d'yeux; - hémorroïde, douleurs dues à des hémorroïdes: décoction de 70g de baies; bouillir 10mn; 3 tasses par jour loin des repas. A utiliser pour des lavements; ou décoction 1 poignée de baies pour 1l d'eau, bouillir à réduction de moitié: en compresses; - leucoplasie: bouillir 10mn, 80g de baies; en bains; - muguet: décoction 1 poignée de baies pour 1l d'eau, bouillir à réduction de moitié: lavages de bouche; - pharyngites: décoction 1 poignée de baies pour 1l d'eau, bouillir à réduction de moitié: lavages de bouche; - plaie, assainit, cicatrise: décoction de 15-20g de racines par litre d'eau; - stomatite: décoction de 80g de baies; bouillir 10mn; en bains de bouche; ou décoction 1 poignée de baies pour 1l d'eau, bouillir à réduction de moitié: lavages de bouche; - ulcères de la bouche: mâcher les baies fraîches ou sèches et les recracher; - vision: fortifiant: décoction de 40g de feuilles; bouillir 5mn; pour bains oculaires;
VACCINIUM oxycoccus L.	Airelle canneberge	PROPRIETES: <ul style="list-style-type: none"> - myrtilles: antiscorbutique; réfrigérant; affections veineuses; renforcer les capillaires; réduire la perméabilité des capillaires; reconstituer le pourpre rétinien; corriger la fatigue visuelle; - feuilles en décoction: abaisser la glycémie; - feuilles en tisane: antiseptique; diarrhées; vomissements; troubles nerveux; - feuilles en gargarisme: maux de gorge
VACCINIUM ULIGINOSUM L. *subsp.uliginosum	Airelle des marais	PROPRIETES: <ul style="list-style-type: none"> - fruits: rafraîchissant, un peu enivrant; - feuilles: contre diabète
VACCINIUM VITIS-IDAEA L. *subsp.vitis-idaea	Airelle rouge	PROPRIETES: affection des voies urinaires; anti-diarrhéique; infections intestinales; <ul style="list-style-type: none"> - fruits: acide, diurétique, rafraîchissant; - feuilles: toux POSOLOGIE INTERNE: <ul style="list-style-type: none"> - affection des voies urinaires: feuilles en infusion; lithiase vésicale; - cystite: le jus annihile les bactéries adhérant à la muqueuse vésicale; - diarrhées: fruits; - infections intestinales: fruits; - intestin, infections intestinales: fruits; - lithiase vésicale: décoction de 40g de feuilles; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - urétrite: boire le jus des fruits; POSOLOGIE EXTERNE: <ul style="list-style-type: none"> - leucoplasie: bouillir 15mn, 60g de fruits; en bains;
VALERIANA CELTICA L.	Valériane celte	PROPRIETES: <ul style="list-style-type: none"> - tige souterraine: voir VALERIANA officinalis; - tige souterraine réduite en poudre: cigarettes pour calmer les douleurs nerveuses
VALERIANA DIOICA L. *subsp.dioica	Valériane dioïque	PROPRIETES: voir VALERIANA officinalis
VALERIANA MONTANA L. *subsp. MONTANA	Valériane des montagnes	PROPRIETES: <ul style="list-style-type: none"> - parties souterraines: aromatique, névralgies
VALERIANA OFFICINALIS L. *SUBSP. OFFICINALIS	Valériane officinale	PROPRIETES: L'utilisation officinale de la valériane remonte au moyen âge. On croyait autrefois que la valériane guérissait l'épilepsie. En fait, elle aide aux traitements des désordres nerveux. Elle peut être dangereuse à forte dose. <ul style="list-style-type: none"> sédatif; rééquilibre le système nerveux; tempère le rythme cardiaque; antispasmodique; carminatif; anxiété; confusion; migraine; insomnie; dépression avec anxiété; mal des transports; palpitations; dans sevrage de tranquillisants; hypertension due au stress; usage interne: plante fraîche ou son extrait stabilisé, en petite quantité: antispasmodique; sédatif du système nerveux central, anti-convulsions; stomachique; rééquilibrant nerveux; vermifuge léger; action hypnotique; soulage maux de tête; crampes musculaires; irritations intestinales; régulateur neurovégétatif; fébrifuge; diurétique; La Valériane est efficace contre l'épilepsie, les troubles liés au stress (nervosité, hyperactivité cérébrale) grâce à ses propriétés calmantes. De plus elle soulage l'anxiété (tremblements, panique, palpitation, transpiration) et l'insomnie. En raison

de ses propriétés certaines personnes l'utilisent en relaxation ou encore pour faire des " voyages astraux ".

- sédatif, relaxant, soulage les crampes, antistress, abaisse la tension artérielle, antispasmodique, anticonvulsivant.
- parties souterraines: amer, aromatique, un peu astringent, tonique, excitant, antispasmodique; maladies nerveuses, étouffements, hystérie, épilepsie, migraine, asthme, hoquet, aphonie, fièvres intermittentes, inflammations de l'intestin;
- usage externe: topique des plaies, ulcères, eczéma;
- racine non pelée: tranquillisant;

- ATTENTION: ne doit être prise ni à forte dose, ni en permanence;

USAGE INTERNE: neurasthénie; névroses, hystérie; hyperexcitabilités psychique et sensorielle; convulsions infantiles; adjuvant dans l'épilepsie; insomnie; tachycardie; bouffées de chaleur; asthme nerveux

POSOLOGIE INTERNE:

- l'utiliser 8 à 10 jours avec des intervalles de 15 jours à 3 semaines.
- macération: Laisser macérer une cuillerée à café de rhizome sec et concassé pendant 10-12 heures dans un verre d'eau froide. Prendre deux verres par jour; ou 100g de racine dans 1 litre d'eau tiède; macérer 12 heures; 2-3 tasses par jour entre les repas (nauséabond);
- poudre: Piler au mortier les racines et les rhizomes desséchés. Prendre de 1 à 10 g par jour, à plusieurs reprises, en cachets ou avec de la confiture ou du miel.
- extrait fluide (à la pharmacie): Prendre (à plusieurs reprises) de 5 à 10 g par jour dans un peu d'eau ou une autre boisson.
- teinture: 25 g de racines de valériane macérées pendant 10 jours dans 100 g d'alcool à 70°. Prendre de 1 à 3 g deux ou trois fois par jour. Pratiquement: 10 gouttes trois fois par jour sur un morceau de sucre ou, pour faciliter le sommeil, dans une tisane chaude, le soir au coucher.
- préférer une décoction froide: laisser macérer toute une nuit 1 cuillère à café de racine non pelée dans une tasse d'eau froide; dosage 1/2 à 1 tasse. Augmenter la dose pour favoriser la guérison d'une dépendance aux tranquillisants;

- entérite: feuilles consommées en salade, avec de l'huile de tournesol, du citron et un peu de sel;
- hyperexcitabilité: 0.40-0.80 de poudre de rhizome et de racines par jour en cachet ou dans du miel;
- sédatif: 1 g de poudre de rhizome et de racines par jour;
- urticaire provoqué par le stress et l'anxiété: infusion 2 fois par jour;

ATTENTION: source d'hyperactivité parfois; parfois aussi vertiges temporaires à très forte dose. Ne pas consommer sur une longue durée, ni à forte dose.

POSOLOGIE EXTERNE:

- agitation: infusion de 100g de racine cueillie avant apparition des feuilles; infuser 30mn; sous forme de lavement
- crampes d'estomac: infusion de 80 g de rhizome et racines pendant 25 mn; en lavements;
- hémicrânie nerveuse: infusion de 80g de rhizome et racines pendant 25mn; en lavements;

PERIODE de RECOLTE: soit au printemps soit en été.
Extraire les plantes âgées de trois ans au moins.

CONSERVATION: sécher rapidement au soleil et conserver en récipients clos, à l'abri de la lumière, de l'air et de l'humidité.

Médecine vétérinaire empirique: infusion calmant les chaleurs des chattes

Médecine vétérinaire ancienne:

- phénomènes convulsifs, hypertrophie cardiaque avec palpitation chez le chien: teinture
- entéropathies circulatoires d'origine vermineuse chez le cheval, en lavement lors de spasmes intestinaux
- éclampsie de la chienne: 60g de sirop de valériane, 5g de teinture de passiflore, 5g de salsepareille, 2g d'hydrate de chloral, 25g d'eau chloroformée, 150ml d'eau (une cuillère à soupe toutes les 12h)

Médecine vétérinaire moderne: sédatif

		<p>Poudre de drogue sèche Equins: 15 à 50 g/jour Bovins: 30 à 100 g/jour Ovins, porcins: 5 à 10 g/jour Chien: 0,5 à 5 g/jour Chat: 0,25 à 2 g/jour</p> <p>Médecine vétérinaire homéopathique: sédatif</p>
VALERIANA PHU L.	Valériane des jardins	PROPRIETES: voir VALERIANA officinalis
VALERIANA SALIUNCA ALL.	Valériane à feuilles de saule	PROPRIETES: - tige souterraine: aromatique, névralgies
VALERIANELLA CARINATA LOISEL.	Valérianelle en carène	<p>PROPRIETES: - feuilles: revitalisant; émollit; laxatif; pectoral; diurétique; dépuratif; rafraîchissant; antiscorbutique</p> <p>USAGE INTERNE: affections respiratoires; affections intestinales, entérites, constipation; arthritisme, athérosclérose; colibacillose; anémie; lithiase urinaire; pléthore:</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: feuilles en salade; colibacillose: développement important des colibacilles dans intestins, vessie: consommer les feuilles en salade avec un peu de céleri;</p>
VALERIANELLA locusta (L.) Laterrade *var.locusta	Mâche	<p>PROPRIETES: - feuilles: revitalisant; émollit; laxatif; pectoral; diurétique; dépuratif; rafraîchissant; antiscorbutique</p> <p>USAGE INTERNE: affections respiratoires; affections intestinales, entérites, constipation; arthritisme, athérosclérose; colibacillose; anémie; lithiase urinaire; pléthore:</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: feuilles en salade; colibacillose: développement important des colibacilles dans intestins, vessie: consommer les feuilles en salade avec un peu de céleri;</p>
VANILLA planifolia Andrews	Vanille	<p>PROPRIETES: vanille: stimulant; antiseptique; digestif;</p> <p>USAGE INTERNE: en cuisine, pâtisserie, confiserie;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - stimulant: poudre à utiliser dans l'alimentation - trachéite, potion pour fumeurs atteints de trachéite: 15g de teinture de vanille, 2g de teinture de safran, 3g de teinture d'aunée, 150g de vin de Samos, 50g de sirop simple: par cuillerée à soupe;</p>
VERATRUM ALBUM L.	Vératre blanc	<p>PROPRIETES: antispasmodique; sédatif; analgésique; - tige souterraine réduite en poudre: violemment purgatif et émétique, maladies de peau</p> <p>USAGE INTERNE: à faibles doses: palpitations de la maladie de Basedow, de la chorée, des dyspepsies; crampes; hypertension artérielle;</p> <p>USAGE EXTERNE: analgésique dans la goutte et le zona; sur la région précordiale contre les palpitations</p>
VERBASCUM BLATTARIA L.	Molène blattaire	PROPRIETES: voir VERBASCUM thapsus
VERBASCUM boerhavii L.	Molène de Boerhaave	PROPRIETES: voir VERBASCUM thapsus
VERBASCUM CHAIXII VILL. *subsp.chaixii	Molène de Chaix	PROPRIETES: voir VERBASCUM thapsus
VERBASCUM LYCHNITIS L.	Molène lychnite	PROPRIETES: voir VERBASCUM thapsus
VERBASCUM NIGRUM L. *subsp.nigrum	Molène noire	PROPRIETES: voir VERBASCUM thapsus
VERBASCUM PHLOMOIDES L.	Molène fausse phlomide	<p>PROPRIETES: - fleurs et feuilles: mucilagineux, expectorant, anticatarrhe, dérangements d'intestin; - feuilles: cataplasmes: émollit</p>
VERBASCUM pulverulentum Vill.	Molène floconneuse	PROPRIETES: voir VERBASCUM thapsus

VERBASCUM SINUATUM L.	Molène sinuée	PROPRIETES: voir VERBASCUM thapsus
VERBASCUM THAPSUS L. *subsp. THAPSUS	Bouillon blanc	<p>PROPRIETES: Les fleurs donnent un sirop en boisson, une liqueur et une huile adoucissante des maux de gorge.</p> <ul style="list-style-type: none"> - mucilage: émollient (adoucissant); béchique, pectoral; diurétique; sudorifique; légèrement narcotique; - fleurs et feuilles: expectorant; adoucissant; toux rauques et quintes; - fumée des feuilles: ranimer personnes inconscientes; - fleurs: réduire inflammations eczémateuses; cicatrisation;- huile des graines: engelures; gerçures; - feuilles: cataplasmes: émollient, adoucissant; - racine: diurétique; - feuilles en infusion: éclat aux cheveux; (les poils des feuilles sont parfois irritants: filtrer les infusions); <p>USAGE INTERNE: adoucir la toux; trachéites, angines; bronchites aiguës et chroniques; asthme; diarrhées douloureuses; hémorroïdes; cystites; dermatoses;</p> <p>USAGE EXTERNE: furoncles, ulcères atones, brûlures, dartres</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - asthme: 5 g de fleurs séchées par litre d'eau, infuser 15 minutes; ou 1 cuillère à café infusée 10mn dans 1 tasse d'eau bouillante; 3-4 tasses par jour; ou infusion de 1 poignée de fleurs par litre d'eau; infuser 10mn; passer à travers du coton hydrophile pour retenir les poils des pétales: 3 tasses par jour à jeun; - bronchite: 5 g de fleurs séchées par litre d'eau, infuser 15 minutes; ou 1 cuillère à café infusée 10 mn dans 1 tasse d'eau bouillante; 3-4 tasses par jour; ou infusion de 1 poignée de fleurs par litre d'eau; infuser 10mn; passer à travers du coton hydrophile pour retenir les poils des pétales: 3 tasses par jour à jeun; - bronchite aiguë: expectoration: 30 g de fleurs séchées à ½ litre d'eau bouillante; infuser 5 mn; filtrer à travers un linge très fin ou un coton: 3 tasses par jour; - bronchite catarrhale: infusion de 60 g de fleurs pendant 25 mn; 3 tasses par jour sucrées avec du miel; - colique hépatique: infusion de 60 g de fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour; - colique vésiculaire: décoction de 40 g de feuilles; bouillir 5 mn, laisser reposer 25 mn; 3 tasses par jour; - dyspnée: infusion de 40g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - enrouement: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron et du miel; - épreintes avec mucosité: décoction de 30g de feuilles par litre d'eau; 3 verres par jour à jeun, pendant 3-4 jours; - gastrite: infusion de 40g de fleurs pendant 30mn; 3 tasses par jour; - irritation génito-urinaire: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses; - prostatorrhée: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - rhume de poitrine: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; - strangurie: décoction de 50g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour avec du miel; - toux asthmatique: infusion de 60g de fleurs pendant 15mn; 3 tasses par jour avec du miel; - trachéo-bronchite: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - urticaire: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - brûlures: faire bouillir les feuilles et les fleurs hachées; en cataplasmes froids; ou feuilles cuites dans du lait: en cataplasmes ou lotions; en même temps boire 3 verres de cette décoction pendant 3 jours; - coryza: décoction de 80 g de fleurs et feuilles; bouillir 3 mn; en bains locaux; - darte: feuilles cuites dans du lait: en cataplasmes ou lotions; en même temps boire 3 verres de cette décoction pendant 3 jours; - furoncle: feuilles cuites dans du lait: en cataplasmes ou lotions; en même temps boire 3 verres de cette décoction pendant 3 jours; - hémorroïde: feuilles cuites dans du lait: en cataplasmes ou lotions; en même temps boire 3 verres de cette décoction pendant 3 jours; - myalgie: décoction de 80g de feuilles; bouillir 5mn, laisser reposer 60mn; en applications locales; - ulcères atones: feuilles cuites dans du lait: en cataplasmes ou lotions; en même temps boire 3 verres de cette décoction pendant 3 jours; - ulcères douloureux: décoction de 2 poignées de fleurs et feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 10mn.

		<p>- SYNERGIQUES: coquelicot, guimauve, mauve, tussilage, violette, pied de chat qui, avec le bouillon blanc, constituent la tisane dite des "quatre fleurs";</p> <p>médecine vétérinaire empirique: - contre la jaunisse et la perte de poils associés au grattage: en lavement - graine est un toxique pour les poissons ;</p>
VERBENA OFFICINALIS L.	Verveine officinale	<p>PROPRIETES: - plante: amer; aromatique; astringent; vulnéraire; résolutif; tonique; fébrifuge; restaure le système nerveux; antispasmodique; carminatif; diurétique; favorise la lactation; emménagogue; épuisement et fatigue post virales; dépression nerveuse; fièvres et gripes en présence de céphalées et de symptômes nerveux; insomnie et activité onirique excessive; sensations paranoïaques; lassitude; indigestion; parasites intestinaux; troubles digestifs suite à un traitement antiparasitaire; mal au foie avec nausée; céphalée; dépression; syndrome d'irritation intestinale avec mucosités dans les selles; asthme; sensations d'oppression; - usage interne: sédatif; antispasmodique; antinévralgique; antithermique; digestif; expectorant; facilite l'accouchement; galactogène; pourrait avoir une action cardiotonique, voire anti-tumorale; - feuilles en usage externe en cataplasme: rubéfiant; vulnéraire; plaies; ulcères de la peau; pleurodynies; céphalalgies; - feuilles en décoction: tonique capillaire; bain oculaire; - parties aériennes: stimuler le foie; tonifier les nerfs; accroître la lactation; - sommités florales en infusion: dépression; insomnie; migraines nerveuses; jaunisse; troubles urinaires; crampes gastriques, intestinales ou menstruelles;</p> <p>USAGE INTERNE: douleurs gastriques; rhumatismes; névralgies; paludisme; cellulites douloureuses; préparation à l'accouchement; insuffisance lactée des nourrices; migraines</p> <p>USAGE EXTERNE: contusions, entorses, plaies</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: - infusion: 1 cuillerée à dessert de plante coupée pour 1 tasse d'eau; bouillir; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour; - crampes: infusion: 1 cuillerée à dessert de plante coupée pour 1 tasse d'eau; bouillir; infuser 10 mn; 2-3 tasses par jour; - dépuratif des voies urinaires: infusion de 60g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; - douleurs rhumatismales: infusion de 40g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - lymphangite réticulaire: infusion de 60g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour. Infusion de 100-120g de plante entière pendant 25mn; en applications locales; - névralgie: infusion de 50g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - pleurésie: infusion de 60g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - sédatif: infusion de 60g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour; - vessie, dépuratif des voies urinaires: infusion de 60g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel; - vision: fortifiant: infusion de 60g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour. Aussi en applications locales;</p> <p>ATTENTION: à forte dose une tisane peut provoquer des nausées.</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE: - contusion: 1 poignée de plante fleurie pour 1 litre d'eau (ou vinaigre, ou du vin); bouillir 10mn; en compresses chaudes; - dermite, dermatite: 1 poignée de plante fleurie pour 1 litre d'eau (ou vinaigre, ou du vin); bouillir 10mn; en compresses chaudes; - entorse: 1 poignée de plante fleurie pour 1 litre d'eau (ou vinaigre, ou du vin); bouillir 10mn; en compresses chaudes; - faiblesse des gencives: décoction de 80g de feuilles et plante entière; bouillir 5mn; en bains de bouche; - gencive, faiblesse des gencives: décoction de 80g de feuilles et plante entière; bouillir 5mn; en bains de bouche; - gingivite: 70g de plante séchée pour 1 litre d'eau; laisser macérer 15mn, chauffer; laisser bouillir 30 secondes; infuser 10mn; filtrer; bains de bouche chauds; - lymphangite réticulaire: infusion de 60g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses</p>

		<p>par jour. Infusion de 100-120g de plante entière pendant 25mn; en applications locales;</p> <p>- myalgie: infusion de 100g de plante entière pendant 20mn; en applications locales;</p> <p>- névralgie: 1 poignée de plante fleurie pour 1 litre d'eau (ou vinaigre, ou du vin); bouillir 10mn; en compresses chaudes;</p> <p>- névralgie du trijumeau: infusion de 100g de plante entière pendant 25mn; en applications locales;</p> <p>- plaie: 1 poignée de plante fleurie pour 1 litre d'eau (ou vinaigre, ou du vin); bouillir 10mn; en compresses chaudes;</p> <p>- point de côté: décoction de 50g de fleurs de verveine dans du vinaigre; en cataplasme aussi chaud que possible;</p> <p>- sinusite: infusion de 100g de plante entière pendant 25mn; pour fumigations;</p> <p>- synovite: infusion de 100g de plante entière pendant 30mn; pour applications locales;</p> <p>- trijumeau, névralgie du trijumeau: infusion de 100g de plante entière pendant 25mn; en applications locales;</p> <p>- vision: fortifiant: infusion de 60g de plante entière pendant 20mn; 3 tasses par jour. Aussi en applications locales;</p>
VERONICA ACINIFOLIA L.	Véronique à feuilles de calament acinos	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles: excitant, diurétique, antiscorbutique</p>
VERONICA AGRESTIS L.	Véronique ageste	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: amer, astringent, diurétique</p>
VERONICA allionii Vill.	Véronique d'Allioni	PROPRIETES: voir VERONICA officinalis
VERONICA ALPINA L.	Véronique des Alpes	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: amer, stomachique</p>
VERONICA anagallis-aquatica L.	Véronique mouron d'eau	<p>PROPRIETES: stimulant; amer; astringent; excitant; expectorant; diurétique; antiscorbutique;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: bronchite catarrhale et bronchite chronique</p>
VERONICA ARVENSIS L.	Véronique des champs	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: amer, diurétique, astringent, stomachique</p>
VERONICA austriaca L. *subsp. teucrium (L.) D. A. Webb.	Véronique germandrée	PROPRIETES: voir VERONICA officinalis
VERONICA BECCABUNGA L. *subsp.beccabunga	Véronique beccabonga	<p>PROPRIETES: stimulant; amer; astringent; détersif; excitant; scorbut; expectorant; diurétique; antiscorbutique;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- asthénie due à un manque de vitamine C: 50-100g de concentré de la plante entière fraîche sans rhizome, ou en bouillon végétal;</p> <p>- gastrectasie: 100g de jus de la plante fraîche, dans du bouillon de légumes froids;</p> <p>- lithiasse salivaire: 100-150g par jour de jus de la plante aérienne fraîche;</p> <p>- lymphatisme: 100g par jour de jus de plante entière fraîche;</p> <p>- prurit d'origine hépatique: 50g par jour du jus de la plante aérienne fraîche;</p>
VERONICA CHAMAEDRYD L. *subsp.chamaedrys	Véronique petit chêne	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: amer, astringent, stomachique</p>
VERONICA HEDERIFOLIA L. *subsp. HEDERIFOLIA	Véronique à feuilles de lierre	<p>PROPRIETES:</p> <p>- plante: amer, astringent</p>
VERONICA MONTANA L.	Véronique des montagnes	PROPRIETES: voir VERONICA officinalis
VERONICA OFFICINALIS L.	Véronique officinale	<p>PROPRIETES: apéritif, stimulant et diurétique.</p> <p>- plante: amer, vulnéraire, un peu astringent, rhume, goutte, catarrhes, phtisie;</p> <p>- feuilles en infusion: tonique; excitant; stomachique; expectorant; diurétique; apéritif;</p> <p>- usage externe: vulnéraire;</p> <p>USAGE INTERNE: inappétence; digestions lentes; aérophagie; bronchites chroniques, toux, asthme; troubles hépatiques; migraines; goutte, rhumatismes; hématuries</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- atonie gastrique: infusion de 50 g de sommités fleuries pendant 15 mn; 2-3 tasses par jour loin des repas;</p>

		<p>- digestif: infusion: 1 cuillerée à dessert par tasse d'eau; bouillir; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- dyspepsies hyposthéniques ou atoniques: infusion de 50g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- engorgement du pancréas: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 15mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- gastralgie: 1 tasse d'infusion d'1 cuillerée à dessert par tasse d'eau, infusée 10 mn, le matin pendant 8 à 10 jours;</p> <p>- gravelle oxalique: infusion de 50g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- hémicrânie: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour;</p> <p>- laryngo-pharyngite: infusion de 50g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour. Aussi en gargarismes;</p> <p>- pancréas, engorgement du pancréas: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 15mn; 4 tasses par jour;</p> <p>- prostatorrhée: infusion de 60g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour avec un peu de jus d'agrumes;</p> <p>- stomatite: infusion de 50g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour. Infusion de 100g de sommités fleuries pendant 25mn; en bains de bouche;</p> <p>- tonique: infusion: 1 cuillerée à dessert par tasse d'eau; bouillir; infuser 10mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- toux bronchitique: infusion de 50g de sommités fleuries pendant 20mn; 3 tasses par jour avec du miel;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <p>- dartre: 1 poignée par litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages et pansements;</p> <p>- laryngo-pharyngite: infusion de 50g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour. Aussi en gargarismes;</p> <p>- plaie: 1 poignée par litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages et pansements;</p> <p>- prurit cutané: infusion de 100g de sommités fleuries pendant 30mn; en applications locales;</p> <p>- stomatite: infusion de 50g de sommités fleuries pendant 15mn; 3 tasses par jour. Infusion de 100g de sommités fleuries pendant 25mn; en bains de bouche;</p> <p>- ulcère: 1 poignée par litre d'eau; bouillir 10mn; en lavages et pansements;</p> <p>Médecine vétérinaire ancienne: en infusion pour le coryza des oiseaux de volière, et l'ictère des chevaux</p>
VERONICA PEREGRINA L.	Véronique voyageuse	PROPRIETES: - plante: amer, astringent, antiscorbutique
VERONICA PERSICA POIRET	Véronique de Perse	PROPRIETES: - plante: amer, diurétique
VERONICA PRAECOX All.	Véronique précoce	PROPRIETES: - plante: amer, stomachique, diurétique
VERONICA SCUTELLATA L. *VAR. SCUTELLATA	Véronique à écusson	PROPRIETES: - plante: amer, astringent, excitant, diurétique
VERONICA SERPYLLIFOLIA L. *SUBSP. SERPYLLIFOLIA	Véronique à feuilles de serpolet	PROPRIETES: - plante: amer, astringent, excitant
VERONICA SPICATA L. *subsp.spicata	Véronique en épi	PROPRIETES: - sommités fleuries: excitant, stomachique; - plante: amer, vulnérable
VERONICA TRIPHYLLOS L.	Véronique à feuilles trilobées	PROPRIETES: - plante: amer, diurétique, jaunisse, épilepsie (autrefois)
VERONICA urticifolia Jacq.	Véronique à feuilles d'ortie	PROPRIETES: - plante: amer, astringent, vulnérable
VETIVERIA zizanoides	Vétivier	PROPRIETES: tonique antiseptique, psychotrope, reconstituant, tonifiant, aphrodisiaque, antimites. arthrite; nervosité; insomnie; rhumatismes; stress; lipothymie; anorexie; vieillissement tissulaire; ménopause; fatigue; perte d'appétit. POSOLOGIE EXTERNE: - contre troubles dus au décalage horaire et aux différents maux liés aux transports: dans une base de 60 ml d'huile d'amande d'abricot ajouter 5 gouttes d'huile de vétivier, 5 gouttes d'huile de géranium, et 2 de genévrier ou de pamplemousse: appliquer généreusement cette préparation sur la peau avant de partir en voyage; arrivé à destination, se doucher ou prendre un bain puis réappliquer toutes les 4-5 heures;

		ASSOCIATION: angélique, agrumes, cannelle, lavande, bois de santal, sauge, achillée millefeuille
VIBURNUM LANTANA L.	Viorne lantane	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cardiotonique Surtout utilisé en Gemmothérapie: - Action sur l'appareil respiratoire: Asthme surinfecté sur terrain allergique - Eczéma atopique (avec Melittis melissophyllum) - Maladie de Basedow (en alternance avec Cornus sanguinea) - Draineur du poumon - Asthme - Dyspnée asthmatique d'origine allergique - Dyspnée non allergique - Rhinite spasmodique chronique - Asthme infecté - Inhibe les spasmes bronchiolaires - Eczéma - Maladie de Basedow <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - laryngo-trachéite: infusion de 60g de feuilles pendant 20mn; 2-3 tasses par jour avec du miel; <p>Risques: fruits toxiques;</p>
VIBURNUM OPULUS L.	Viorne obier	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - écorce: sédatif; antispasmodique; réduit crampes musculaires et spasmes intestinaux; oreillons; troubles nerveux; crampes; spasmes; maladies cardiaques; rhumatismes; relaxant; dorsalgie due à des contractions musculaires. <p>POSOLOGIE INTERNE: 1 tasse de décoction ou 1-2 cuillères à café de teinture, 4 ou 5 fois par jour.</p> <p>ATTENTION: parfois peut être hypotenseur (tendance à affaiblir exagérément).</p>
VIBURNUM prunifolium	Viorne, Viburnum	<p>PROPRIETES: sédatif utérin et nervin; astringent; diurétique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - écorce: sédatif; antispasmodique; réduit crampes musculaires et spasmes intestinaux; oreillons; <p>USAGE INTERNE: règles douloureuses; accidents nerveux de la grossesse, menaces d'avortement; crampes musculaires;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE: décoction de 30g pour 1 litre d'eau; 2-3 tasses par jour;</p>
VIBURNUM TINUS L.	Laurier tin	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruits: très purgatifs, anti-catarrhaux, contre hydropisie
VICIA ERVILIA (L.) WILLD.	Pois pigeon	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - farine: catarrhes, affections de l'intestin; - farine en cataplasmes: résolutif, maturatif
VICIA FABA L.	Fève fraîche	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: diurétique; - farine des graines: cataplasmes résolutifs maturatifs; - fleurs et gousses vertes: diurétique; sédatif des voies urinaires et hépatiques; - fèves: diarrhée, dysenterie; - farine de fève: taches de rousseur; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - lumbago: 5g de fleurs dans 1 tasse d'eau bouillante et infuser 10mn; 2-3 tasses par jour. Utiliser aussi en applications locales; - minéralisant: consommer les grains contenus dans les cosses, crus et cuits, de préférence avec du riz; - reconstituant: utiliser les graines torréfiées pour préparer un " café "; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - lumbago: 5g de fleurs dans 1 tasse d'eau bouillante et infuser 10mn; 2-3 tasses par jour. Utiliser aussi en applications locales;
VICIA SATIVA L. *SUBSP. SATIVA	Vesce cultivée	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - farine des graines: cataplasmes résolutifs
VICIA vesca	Vesce des marais	<p>PROPRIETES: diurétique; sédatif des voies urinaires et hépatiques;</p>

		<p>- le légume: très nutritif; léger, digeste;</p> <p>USAGE INTERNE: coliques néphrétiques et hépatiques; infections urinaires; goutte, rhumatismes</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - albuminurie: décoction de gousses vertes: 30g par litre d'eau; - affections urinaires: 30 à 60g de sommités fleuries en décoction par litre d'eau; 3 tasses par jour entre les repas; - coliques néphrétiques: 30 à 60g de sommités fleuries en décoction par litre d'eau; 3 tasses par jour entre les repas; - diurétique: 30 à 60g de sommités fleuries en décoction par litre d'eau; 3 tasses par jour entre les repas; - dysenteries: 30 à 60g de sommités fleuries en décoction par litre d'eau; 3 tasses par jour entre les repas; - goutte: 30 à 60g de sommités fleuries en décoction par litre d'eau; 3 tasses par jour entre les repas; - lombalgies: infusion de 30g de fleurs pour 1 litre d'eau; 3 tasses par jour entre les repas; - migraines: infusion de 30g de fleurs pour 1 litre d'eau; 3 tasses par jour entre les repas; - rhumatismes: 30 à 60g de sommités fleuries en décoction par litre d'eau; 3 tasses par jour entre les repas; - sciatique: 30 à 60g de sommités fleuries en décoction par litre d'eau; 3 tasses par jour entre les repas; - toux: 30 à 60g de sommités fleuries en décoction par litre d'eau; 3 tasses par jour entre les repas;
VINCA MAJOR L. *subsp. major	Grande pervenche	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles: tonique; astringent; hémorragies internes et menstruelles; ulcères; maux de gorge; hypertension; hémorroïdes; saignements de nez; petites plaies
VINCA MINOR L.	Petite pervenche	<p>PROPRIETES: favorise la circulation et l'oxygénation cérébrale;</p> <ul style="list-style-type: none"> - les feuilles: usage interne: tonique; apéritif; hémostatique, astringent; diurétique; dépuratif; antidiabétique; hypotenseur. - les feuilles: usage externe: anti-laiteux; vulnérable; - la vincamine: usage interne: vaso-dilatateur ou vasodilatateur, surtout vaso-régulateur, et oxygénateur cérébral (le cerveau qui pèse 2% du poids du corps, utilise 10% de l'oxygène inhalé); améliore la circulation coronarienne et la circulation périphérique (petits vaisseaux et capillaires), action non uniforme dans tous les territoires irrigués; abaisse le tonus artériel; - feuilles et jeunes tiges: contre crachements de sang, faibles accès de diarrhée ou de dysenterie; - en gargarisme contre les ulcérations de la bouche; coupé avec du lait, - l'extrait des feuilles contre la phtisie; <p>USAGE INTERNE: vincamine: sclérose cérébrale: insuffisance cérébrale (vertiges, bourdonnements d'oreille, troubles de la mémoire, difficultés de concentration, instabilité); diminution des facultés intellectuelles du 3^e âge, gériatrie; symptômes "céphaliques" de l'hypertension artérielle (céphalées, vertiges, "bourdonnements d'oreille"); séquelles d'accidents aigus de l'insuffisance cérébrale et des traumatismes crâniens; insuffisance coronarienne; syndromes artéritiques (action périphérique); accidents vasculaires rétiniens; vertiges de Ménière; séquelles de chirurgie otologique (oreilles);- feuilles: anémies; anorexie; hémoptysies; diabète; pertes blanches; entérites; hypertension;</p> <p>USAGE EXTERNE: feuilles: plaies, ecchymoses, engorgement laiteux; angines</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction de 30-60g de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 2mn; infuser 10mn; 2-4 tasses par jour, entre les repas; - vin: 100g de feuilles pour 1 litre; macérer 10 jours; 2-4 cuillerées à soupe par jour, avant les repas. <ul style="list-style-type: none"> - asthénie psychique: infusion de 10g de racine pendant 15mn; 3 tasses par jour; - dépuratif: 1 pincée de poudre de feuilles dans l'alimentation; - plexalgie: infusion de 10g de racine pendant 15mn; 2-3 tasses par jour loin des repas; - tonique: 1 pincée de poudre de feuilles dans l'alimentation; - vaso-dilatateur ou vasodilatateur: infusion de 10g de racine pendant 15mn; 3 tasses par jour;

		<p>- CONTRE-INDICATIONS: tumeurs cérébrales; Plante à ne surtout pas donner dans les cas de mastopathies et les cancers du sein (stimulant hypophysaire) - cf cours "sein et phytothérapie" par le Dr Schmitt;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - angines: décoction en gargarismes. - ecchymoses, engorgements laiteux: décoction en lotions et pansements; - gingivite: 50-60g de feuilles pour 1 litre d'eau bouillante; infuser 10mn; filtrer; bains de bouche; - glossite: décoction de 100g de feuilles; bouillir 10mn; en bains de bouche; - hémorragie anale: décoction de 80g de feuilles; bouillir 10mn; en lavements; - iritis: décoction de 60g de feuilles; bouillir 5mn; bains et applications locales; - otorrhée: décoction de 100g de feuilles; bouillir 10mn; en bains ou applications locales; - plaie: décoction de 100g de feuilles; bouillir 10mn; en applications locales; <p>Médecine vétérinaire empirique:</p> <ul style="list-style-type: none"> - contre la morve des chevaux: pervenche hachée avec du son - favorise le tarissement chez les ruminants: par voie interne avec du persil pendant 15 jours <p>Médecine vétérinaire moderne: anti laiteux (infusé ou décocté)</p>
VINCETOXICUM hirundinaria Medik. *subsp. hirundinaria	Dompte venin officinal	<p>PROPRIETES: sudorifique, hydropisie, peste,</p> <ul style="list-style-type: none"> - racine émétique; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - hépatomégalie: infusion de 15g de rhizome et racines pendant 30mn; 2 tasses par jour loin des repas; - lymphadénite: infusion de 10g de rhizome et racines pendant 25mn; 3 tasses par jour;
VINCETOXICUM NIGRUM (L.) MOENCH	Dompte venin noir	<p>PROPRIETES: sudorifique, émétique</p>
VIOLA arvensis Murray *subsp.arvensis	Violette des champs	<p>Propriétés</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dépurative - Diurétique - Laxative légère - Calmante et cicatrisante (par voie externe) <p>Applications Confirmés par l'usage:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Laxatif, diurétique, antidermatosique (éruption cutanée, acné, impétigo,...) voie orale <p>Infusé (10 g/litre; infusion de 15 min): 250 à 500 ml/jour</p> <p>Homéopathie: Dénomination: VIOLA TRICOLOR Partie employée: plante entière, fleurie, fraîche</p> <p>Médecine vétérinaire moderne: dépuratif Médecine vétérinaire homéopathique: pour les eczéma suintants de la tête, draineur cutané</p>
VIOLA ODORATA L.	Violette des haies	<p>PROPRIETES: Chez les Grecs et les Romains, on conseillait le vin de violette en cas de gueule de bois. On recommandait de porter des couronnes de violettes pour repousser maux de tête et vertiges, surtout après les excès de table. Hippocrate décrivait déjà la violette et ses propriétés. L'infusion de fleurs de violettes est utile dans les affections des voies respiratoires, les feuilles sont adoucissantes. La racine est vomitive et purgative.</p> <ul style="list-style-type: none"> - fleurs: émollient; expectorant; diaphorétique; laxatif; sudorifique; béchique; hypotensif; - fleurs en infusion: sudorifique; - en décoction: bain oculaire; - en sirop: antiseptique; faiblement laxatif; - rhizome: expectorant; béchique, bronchite; et en décoction concentrée: émétique, vomitif; - feuilles: rhumes, bronchites, coqueluche, irritations des voies respiratoires; - feuilles en tisane: tonifier les veines;

		<p>USAGE INTERNE: bronchites, stases bronchiques; toux; inflammations du tube digestif, des voies urinaires; diurétique; dépuratif; laxatif; tonique; fièvres éruptives; ulcère gastrique ou duodéal; angines;</p> <p>USAGE EXTERNE: gerçure des seins;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction légère: 5-10g de fleurs séchées pour 1 litre d'eau; tremper à froid quelques minutes, porter à ébullition; infuser 10mn; 3-4 tasses par jour entre repas; - angine: infusion de 60 g de feuilles pendant 20mn; 3 tasses par jour; - bronchite sèche: infusion de 40 g de fleurs pendant 20 mn; 3 tasses par jour avec du miel. Décoction de 50 g de racine; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour avec du miel. Respecter les doses; - émollient: infusion 1 cuillerée à dessert par tasse (2-5 fleurs); bouillir; infuser 10mn; 2-4 tasses par jour; - expectorant: décoction d'1 cuillerée à café de racine par tasse; bouillir 5mn; ou infusion 1 cuillerée à dessert par tasse (2-5 fleurs); bouillir; infuser 10mn; 2-4 tasses par jour; - hypotenseur: infusion 1 cuillerée à dessert par tasse (2-5 fleurs); bouillir; infuser 10mn; 2-4 tasses par jour; - laryngo-pharyngite: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 2 tasses par jour. Aussi en gargarismes; - podagre: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour avec un peu de jus de citron et du miel d'acacia; - sudorifique: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 2-3 tasses par jour; - toux nerveuse: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du miel; - trachéo-bronchite: décoction de 50g de racine; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du miel; - vomissement: infusion de 50g de fleurs pendant 20mn; 3 tasses par jour; - vomitif: décoction de 2-3 cuillerées à café de racine par tasse; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - gerçures des seins: feuilles cuites dans de l'eau ou feuilles fraîches broyées: cataplasme; - brûlures: faire bouillir les feuilles; comme cataplasmes froids; - gerçures des seins: feuilles cuites dans de l'eau ou feuilles fraîches broyées: cataplasme; - laryngo-pharyngite: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; 2 tasses par jour. Aussi en gargarismes; - pharyngite: infusion de 60g de fleurs pendant 20mn; en gargarismes; - sein, gerçures des seins: feuilles cuites dans de l'eau ou feuilles fraîches broyées: cataplasme;
VIOLA SYLVESTRIS (LAM.) RCHB.	Violette des bois	<p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - asthme catarrhal: décoction de 40 g de racine; bouillir 15mn; sucrer avec du miel; 4-5 cuillerées par jour, tiède, loin des repas
VIOLA TRICOLOR L. *SUBSP. TRICOLOR	Violette tricolore	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuilles avec modération: dépuratif; diurétique; diaphorétique; expectorant; émollient; légèrement laxatif; décongestionnant; antiprurigineux; tonique; antisiphilitique; diminuer le catarrhe; inflammations; tonifier les vaisseaux sanguins; antiscrofuleux; - parties aériennes: dépuratif; stimuler systèmes circulatoire et immunitaire; important draineur cutané; - racine: vomitif <p>USAGE INTERNE: dermatoses: eczéma, acné, psoriasis, teigne, impétigo, dartres, croûtes de lait; ulcères de jambes eczématisés; phlébites, hémorroïdes; herpès; urticaire; oligurie; rhumatisme, goutte, artériosclérose; scrofuleuse; spasmes nerveux, hystérie.</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion de 60g (1 poignée) de fleurs pour 1 litre d'eau bouillante; infuser 10mn; 3 tasses par jour entre les repas; - acné: partie aérienne fleurie: dépuratif, antioxydant, améliore l'état des peaux séborrhéiques; faire tremper 50 g dans 1 l d'eau froide pendant 2 heures puis mettre à chauffer sur feu doux; éteindre aux premiers bouillons puis laisser infuser 10 mn avant de filtrer: 3-4 tasses par jour;

		<ul style="list-style-type: none"> - céphalée: décoction de 40 g de fleurs; bouillir 3 mn; 2 tasses par jour loin des repas; - coqueluche ou toux spasmodiques: infusion de 40 g de fleurs pendant 20 mn; 2 tasses par jour avec du miel; - dermatose: faire tremper 50g dans 1l d'eau froide pendant 2 heures puis mettre à chauffer sur feu doux; éteindre aux premiers bouillons puis laisser infuser 10mn avant de filtrer: 3-4 tasses par jour; - eczéma: faire tremper 50g dans 1l d'eau froide pendant 2 heures puis mettre à chauffer sur feu doux; éteindre aux premiers bouillons puis laisser infuser 10mn avant de filtrer: 3-4 tasses par jour; - psoriasis: décoction de 30g de feuilles; bouillir 3mn; 3 tasses par jour loin des repas; - toux spasmodiques: infusion de 40 g de fleurs pendant 20 mn; 2 tasses par jour avec du miel; - vomissement: décoction de 30g de fleurs; bouillir 5mn; 2 tasses par jour; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - eczéma: faire tremper 50g dans 1l d'eau froide pendant 2 heures puis mettre à chauffer sur feu doux; éteindre aux premiers bouillons puis laisser infuser 10mn avant de filtrer: en compresses pour eczéma; - croûtes de lait: infusion de 80 g de fleurs pendant 30 mn; en applications locales; - impétigo: sous forme de toilette;
<p>VISCUM ALBUM L. *subsp. ALBUM</p>	<p>Gui blanc</p>	<p>PROPRIETES: Le gui en usage externe exerce une action inhibitrice et nécrasante sur certaines tumeurs. A haute dose, la plante est toxique pour le cœur. Mais la toxicité du gui dépend de l'arbre qui sert de support. Les guis les plus dangereux poussent sur l'aubépine, le robinier, le peuplier, le tremble et le saule blanc. vaso-dilatateur ou vasodilatateur; tonique cardiaque faisant baisser la tension et le rythme cardiaque; hypotenseur (action centrale sur le système vasomoteur, également sur artérioles et capillaires en fortifiant les parois des capillaires); antispasmodique; diurétique éliminateur de l'urée (associée souvent avec la scille); décongestif; stimuler le système immunitaire; épilepsie; convulsions;</p> <ul style="list-style-type: none"> - on peut l'utiliser comme anxiolytique et hypnotique car il soulage les angoisses, les maux de tête et stimule la concentration, mais aussi pour traiter le prostatisme. D'autre part on le prescrit contre l'épilepsie, les bourdonnements d'oreilles et l'hyperactivité chez les enfants. Il traiterait aussi les hémorragies à tendances congestives, et peut-être le cancer selon les recherches en cours. <p>USAGE INTERNE: athérosclérose; hypertension et ses troubles (vertiges, bourdonnements d'oreille...); néphrite chronique; hémorragies congestives (ménorragies, hémoptysies, épistaxis); crises nerveuses, épilepsie, convulsions, hystérie, danse de Saint-Guy; migraine; albuminurie; asthme, coqueluche; ménopause et ses symptômes: palpitations, tachycardie, troubles circulatoires périphériques, dyspnée, prostatisme; goutte;</p> <p>USAGE EXTERNE: pertes blanches; algies rhumatismales, névrites, sciatique</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion d'1 ou 2 pincées de feuilles coupées pour 1 tasse d'eau; bouillir et infuser 10mn; 2 tasses par jour entre les repas; - vin: 30-40g de feuilles coupées dans 1 litre de vin blanc; 1 verre par jour; - albuminurie: infusion de 30-40g de feuilles; infuser 30mn; 2 tasses par jour; ou 30-40g de feuilles coupées dans 1 litre de vin blanc; 1 verre par jour; - artériosclérose: infusion de 30g de feuilles pendant 30mn; 2-3 tasses par jour; - chorée: infusion de 40 g de feuilles pendant 25 mn; 3 tasses par jour; - éclampsie: infusion de 40g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; - épilepsie: infusion de 40g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; - hémorragie: infusion de 50g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; - hypertension artérielle: infusion de 40g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; - maladie de Bright: infusion de 40g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; - ménopause: infusion de 40g de feuilles pendant 25mn; 2-3 tasses par jour; - néphrite, néphrite chronique (mal de Bright): infusion de 40g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour loin des repas; - néphrosclérose: infusion de 40g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour; - vaso-dilatateur ou vasodilatateur: infusion de 40g de feuilles pendant 25mn; 3 tasses par jour; <p>Risques</p>

		<p>Les baies blanches du gui provoquent des troubles digestifs et cardio-vasculaires, occasionnellement mortels;</p> <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - algie rhumatismale: 1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 15mn; en cataplasmes; - crevasse des mains: 1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 15mn; en cataplasmes; - engelures: décoction d'1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 15 mn: en bains et compresses; - glaucome: infusion de 40g de feuilles pendant 30mn; 3 tasses par jour; - leucorrhée: bouillir 5mn, 50g de feuilles; en injections vaginales; - névrite: 1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 15mn; en cataplasmes; - rhumatisme, algie rhumatismale: 1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 15mn; en cataplasmes; - sciatique: 1 poignée de feuilles pour 1 litre d'eau; bouillir 15mn; en cataplasmes;
VISNAGA daucoides Gaertn., AMMI VISNAGA (L.) LAM.	Ammi visnaga	<p>PROPRIETES: antispasmodique des fibres lisses (artères coronaires, uretères, bronches); vaso-dilatateur ou vasodilatateur coronaire; modérateur du système nerveux central;</p> <ul style="list-style-type: none"> - fruits: apéritif; - suc de la plante et fruits: diurétique, rhumatismes; <p>La décoction de fruits est traditionnellement utilisée au Moyen-Orient comme:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anti-lithiasique urinaire, du fait d'une action spasmodolytique puissante sur tous les muscles lisses (bronches, tractus gastro-intestinal, voies biliaires, coronaires et sphère uro-génitale) - La khelline est un spasmodolytique et la visnadine un vaso-dilatateur ou vasodilatateur coronarien - Lithiases urinaires et biliaires - Bronchite, emphysème, coqueluche - Asthme, peu efficace en crise, mais active en traitement de fond - A été utilisée en prévention de l'angine de poitrine <p>USAGE INTERNE: coliques néphrétiques; lithiase urinaire; asthme, coqueluche; infarctus du myocarde;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aménorrhée: infusion de 50g de fruits; infuser 30mn; 1-3 tasses par jour; <p>Risques: nausées, migraines, insomnies</p>
VITEX AGNUS-CASTUS L.	Poivre des moines	<p>PROPRIETES: antispasmodique; sédatif général et génital; équilibrant du système vago-sympathique;</p> <ul style="list-style-type: none"> - teinture mère: ralentit la sécrétion des oestrogènes en freinant leur stimulation d'origine hypophysaire; - Emménagogue, sédatif, anaphrodisiaque - Inhibe in vitro et in vivo (rat) la sécrétion de prolactine - Favorise la conception - Anti-oestrogène et anti-androgène - Insuffisance ovarienne secondaire à l'exception du prolactinome et de l'hypothyroïdie - Entraîne une remontée des concentrations de progestérone en milieu de cycle - Normalise la sécrétion pulsatile de Gh-Rh et des gonadotrophines LH et FSH - Affections gynécologiques par hyperfolliculinie - Syndrome prémenstruel - Mastodynies polyménorrhée - Oligoménorrhée - Troubles menstruels - Anomalies du cycle et des phases du cycle menstruel avec hyperprolactinémie latente - Stérilités <p>USAGE INTERNE: palpitations; douleurs du plexus solaire; vertiges; spasmes intestinaux; insomnies; éréthisme génital;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - infusion: 1 cuillerée à soupe pour 1 tasse, infuser 15mn, 2 à 4 tasses par jour; - consommer de préférence les baies dès le lever, avant le petit déjeuner. - 1 tasse de décoction ou 20-30 gouttes de teinture dans un peu d'eau tous les jours.

		<p>- céphalée due au météorisme: infusion de 50 g de fruits pendant 24 mn; 2-3 tasses par jour;</p> <p>- dystonie neuro-végétative: infusion de 50g de fruits pendant 30mn; 3 tasses par jour;</p> <p>ATTENTION: peut provoquer le cycle menstruel. Ne pas consommer associé à la progestérone.</p>
VITEX negundo	Gattilier de Chine	<p>PROPRIETES:</p> <p>- racines, feuilles, fruits: malaria; asthme; rhume; toux; dysenterie bactérienne;</p> <p>- feuilles: abcès; ulcères;</p> <p>- bourgeons floraux: pneumonie;</p> <p>- fruit séché: vermifuge;</p> <p>- racines: expectorant; tonique</p>
VITIS diverses espèces	Vigne	<p>PROPRIETES:</p> <p>- feuilles: astringent</p>
VITIS VINIFERA L. *SUBSP. VINIFERA	Raisin	<p>PROPRIETES: très digeste; énergétique musculaire et nerveux; reminéralisant; détoxiquant: draineur organique; stimulant et décongestionnant hépatique; rafraîchissant; cholagogue; diurétique; laxatif et antiputrescible; rajeunissant cutané;</p> <p>- Cette plante soigne les varices et les hémorroïdes et les troubles circulatoires. Elle est aussi efficace dans le traitement des fragilités capillaires sur les jambes. Elle est légèrement laxative, très nutritive et purifie l'organisme. Elle est également utilisée pour soigner les diarrhées, les règles abondantes et les hémorragies utérines;</p> <p>- Tonique veineux et capillaire, régulateur de la pression sanguine, astringent, diurétique, rafraichissant;</p> <p>- feuilles: astringent; diarrhées; hémorragies; tonique; diurétique; rétention d'urine; troubles circulatoires de la puberté et de l'âge critique; varices;</p> <p>- vrilles: astringent;</p> <p>- liquide formant les "pleurs de la vigne", exsudation de la sève qui se produit au printemps: maladies des yeux;</p> <p>- graines: diarrhées;</p> <p>- vin rouge bouilli avec du persil: en lotions ou compresses: plaies et ulcères</p> <p>USAGE INTERNE: raisin: anémie, convalescences, déminéralisation; grossesse; surmenage, asthénie; sports d'endurance; états aigus fébriles; congestion du foie, de la rate; tempéraments bilieux et sanguins; arthritisme, rhumatisme, goutte, lithiases; troubles de la ménopause (métorrhagies); couperose; constipation; gastrite; pléthore, obésité; néphrites, azotémies, œdèmes; intoxications; entérite; troubles de l'hypertension; troubles digestifs: dyspepsies; constipation, entérite; dermatose: eczéma, furonculose; soins du visage; hémorroïdes;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <p>- cure de raisin: 1 à 2kg par jour, ou 700 à 1400g de jus: Chasselas de Fontainebleau, Pineau petit gris; Pineau noir de Bourgogne, Pineau blanc, Morillon, Riesling, Savagnin jaune du Jura;</p> <p>- suc récolté avant maturité: verjus;</p> <p>- moût: suc du raisin mûr;</p> <p>- raisin sec;</p> <p>- sève de printemps: pleurs de la vigne.</p> <p>- infusion d'1 cuillerée à soupe de feuille (5g) pour 1 tasse d'eau; bouillir; infuser 10mn; 2-4 tasses par jour entre les repas;</p> <p>- bronchite: décoction de 100 g de fruit séché au soleil ou au four; bouillir 15 mn; 3-4 tasses par jour;</p> <p>- coeur, hypertrophie adipeuse du coeur: boire du vinaigre de vin dilué dans de l'eau;</p> <p>- engorgement du pancréas: manger très lentement en mâchant bien des grains de raisin; avaler aussi la peau bien lavée;</p> <p>- engorgement de la rate: manger très lentement en mâchant bien des grains de raisin; avaler aussi la peau bien lavée;</p> <p>- gastro-entérite: cure de raisin sous contrôle médical;</p> <p>- hypertrophie adipeuse du coeur: boire du vinaigre de vin dilué dans de l'eau;</p> <p>- hystérie: consommer du raisin en grande quantité sous contrôle médical;</p> <p>- oedème: manger cru;</p> <p>- pancréas, engorgement du pancréas: manger très lentement en mâchant bien des grains de raisin; avaler aussi la peau bien lavée;</p> <p>- rate, engorgement de la rate: manger très lentement en mâchant bien des grains de raisin; avaler aussi la peau bien lavée;</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - rhume: faire bouillir 50g de raisins secs dans 250g d'eau pendant 10mn; boire chaud le soir avant le coucher; - syncope: 150g par jour de jus de raisin; - varice: jeter 50g de feuilles de vigne rouge dans 1 litre d'eau bouillante; infuser 10mn; passer; 1 tasse, 3-4 fois par jour en dehors des repas; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - angine: 1 cuillerée de vinaigre pour 10 cuillerées d'eau: en gargarisme; - circulation sanguine, la favoriser: décoction: 2 poignées pour 1 litre d'eau; bouillir 15mn; ajouter à l'eau d'un bain de pieds ou de mains; bains de 10-15mn; - conjonctivite: infusion de 15-20g de feuilles pour 1 litre d'eau, en lavages oculaires; - couperose: 100 g de feuilles dans 1 litre d'eau; bouillir 20 mn; infuser 10 mn; filtrer, appliquer en compresses; - menstruation, favoriser la menstruation: décoction: 2 poignées pour 1 litre d'eau; bouillir 15mn; ajouter à l'eau d'un bain de pieds ou de mains; bains de 10-15mn; - ophtalmie: sève de printemps en en collyre; - paralysie rhumatismale: marc de raisin en applications locales; - plaie: sève de printemps en compresse; - sang, circulation sanguine, la favoriser: décoction: 2 poignées pour 1 litre d'eau; bouillir 15mn; ajouter à l'eau d'un bain de pieds ou de mains; bains de 10-15mn; - yeux, conjonctivite: infusion de 15-20g de feuilles pour 1 litre d'eau, en lavages oculaires; - yeux, ophtalmie: sève de printemps en en collyre <p>- SYNERGIES: cyprès, marron d'Inde, viburnum</p>
XANTHIUM ORIENTALE L.	Lampourde à grands fruits	PROPRIETES: voir XANTHIUM strumarium
XANTHIUM SPINOSUM L.	Lampourde épineuse	PROPRIETES: - plante: résolutif, diurétique, antiscrofuleux. - feuilles: amères, astringentes, maladies de la peau, fièvres intermittentes
XANTHIUM STRUMARIUM L.	Lampourde ordinaire	PROPRIETES: dépuratif; diaphorétique; scrofule; catarrhes; lèpre USAGE EXTERNE: contre les écrouelles;
YUCCA FILAMENTOSA L.	Yucca	PROPRIETES: - racine en cataplasmes ou en onguent: rougeurs; entorses; foulures; - racines en décoction: arthrite
ZANTHOXYLUM americanum	Clavalière à feuilles de frêne	PROPRIETES: - écorce irritante: mâchée pour oublier les maux de dents; - écorce séchée: stimule les systèmes circulatoire et digestif; - fruits en tisane: maux de gorge; - écorce et fruits: stimulant; rhumatismes; affections cutanées; catarrhe; varices; ulcères de peau; migraines nerveuses; tonique aux convalescents
ZEA MAYS L.	Maïs	PROPRIETES: Riche en vitamines B et E, il contient également de l'acide linoléique et de l'acide linoléique, et des sels minéraux. - Il nettoie les artères et purifie le sang, grâce à ses deux acides (baptisés scientifiquement acides gras insaturés) qui ont la propriété de dissoudre le cholestérol en excès. - Il fait de beaux cheveux, toujours grâce à ces deux acides qui aident l'organisme à fixer la kératine, principal composant du cheveu. - Il fortifie l'enfant dans le sein de sa mère par sa vitamine E (la vitamine de la reproduction). C'est l'un des meilleurs aliments de la femme enceinte. Cuit à l'eau en légume. Ou sous forme d'huile: L'huile de maïs est l'une des seules, avec l'huile de tournesol, conseillée par les cardiologues. - stigmates: diurétique, en infusion contre maladies de reins et de vessie; coliques néphrétiques. - Farine: cataplasmes émollients;
		POSOLOGIE INTERNE: - artériosclérose, lutter contre l'artériosclérose: 20-30 g d'huile; - calculs rénaux: jeter 20 g de styles -pistils ou " cheveux " qui sortent de l'épi- dans 1 litre d'eau bouillante; laisser infuser 15 mn puis passer; boire 1 tasse toutes les 4 heures; pour une action diurétique plus puissante, faire une décoction; - cholestérol du sang: baisser le taux: 0-30 g d'huile; - colique néphrétique: décoction de 80 g de stigmates; bouillir 10 mn; 3 tasses par jour; - diurétique: décoction de 80g de stigmates; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - faiblesse infantile: faire une bouillie à partir de la farine de grains; la laisser

		<p>refroidie et la consommer avec du lait entier, chaud, parfumé au chocolat;</p> <ul style="list-style-type: none"> - goutte: décoction de 40g de stigmates; bouillir 10mn; boire à volonté dans la journée; - gravelle oxalique: décoction de 40g de stigmates; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - hydropisie: décoction de 60g de stigmates; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour; - lithiase rénale: décoction de 100g de stigmates; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - néphrite: décoction de 50g de stigmates; bouillir 10mn; 2-3 tasses par jour; - obésité: décoction de 80g de stigmates d'épis; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - oligurie: décoction de 50g de stigmates des épis; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - oxalurie: décoction de 50g de stigmates des épis; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - rein, lithiase rénale: décoction de 100g de stigmates; bouillir 10mn; 3 tasses par jour; - rhumatisme chronique: décoction de 100g de stigmates des épis; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec du jus de citron; - urétrite: infusion des barbes du maïs; - uricémie: décoction de 60g de stigmates des épis; bouillir 10mn; 3 tasses par jour avec jus de citron et miel; <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - oreillons: décoction de 100g de stigmates des épis; bouillir 10mn; en applications locales; <p>Médecine vétérinaire moderne: diurétique</p>
ZINGIBER officinale Roscoe	Gingembre	<p>PROPRIETES: antiscorbutique; antiseptique; chauffant; carminatif; sudatif; antiémétique; ballonnements; tonique; diaphorétique; expectorant; stimulant; antidépresseur; stimule les tissus de l'organisme; contre les affections liées à un défaut d'assimilation; rhumes; toux; grippe; indigestion; vomissements; éructations; douleurs abdominales; mal des transports; laryngite; arthrite; hémorroïdes; céphalée; impuissance; diarrhée; maladie cardiaque; amnésie passagère; digestif; stimuler la sécrétion thyroïdienne; diminuer le tonus parasympathique; accroître la sécrétion d'hormones mâles;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stomachique, digestif, tonique - Augmente le flux salivaire - Augmente le péristaltisme intestinal - Anti-nauséeux, antiémétique puissant à la dose de 2 g (shogaols et gingérols) action sur les récepteurs D2 et 5HT3 - Molluscicide, antischistozomiase et bilharziose par shogaols et gingérols gingérols et gingéronones inhibent la synthèse des prostaglandines et des leucotriènes, antiulcéreux - Tonicardiaque - Antimigraineux - Analgésique, antirhumatismal - Le bêta-sesquiphellandrène est antiviral (rhinovirus), antibactérien, fongicide - Antimutagène (gingérol et zingéron) - cristallisé ou infusé: diminuer nausées; - en inhalations: rhumes; infections pulmonaires; - huile essentielle: douleurs musculaires; rhumatismes; lumbago; fatigue; - tisane: indigestion; flatulences; fièvre; <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - antiscorbutique: racine fraîche ou en poudre séchée ou pulvérisée; - antiseptique: racine fraîche ou en poudre séchée ou pulvérisée; - ballonnements: racine fraîche ou en poudre séchée ou pulvérisée; - digestif: racine fraîche ou en poudre séchée ou pulvérisée; - contre le mal des transports (terre, air, mer): tisane de 2 cuillères à café de racine râpée dans une tasse d'eau bouillante, laisser reposer 5 minutes, ou manger du gingembre confit. - tonique: racine fraîche ou en poudre séchée ou pulvérisée; - transport: contre le mal des transports (terre, air, mer): tisane de 2 cuillères à café de racine râpée dans une tasse d'eau bouillante, laisser reposer 5 minutes, ou manger du gingembre confit. <p>POSOLOGIE EXTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - contre le mal des transports (terre, air, mer), verser quelques gouttes d'huile de gingembre sur un tampon à coller derrière l'oreille <p>ATTENTION: ne pas consommer en cas de forte fièvre, hémorragie, inflammation cutanée ou ulcération. A forte dose il peut déclencher la menstruation. Les femmes</p>

		<p>enceintes ayant été victimes d'une fausse couche doivent consulter un médecin avant toute prise;</p> <p>ASSOCIATION: poivre commun, eucalyptus, genévrier, cèdre, coriandre, tout agrume</p>
ZIZYPHUS JUJUBA MILL. NON LAM.	Jujubier commun	<p>PROPRIETES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - jujubes séchées: émollient; pectoral; calmant; diurétique; - frais: nutritif; - graines: anxiété; insomnie; vertiges; sueurs nocturnes; - fruits bouillis dans du lait: pectoral, anti catarrhal; - écorce: diminue diarrhées et fièvres; - racines: fébrifuge; favorisent la pousse des cheveux; <p>USAGE INTERNE: inflammations de la gorge et des voies respiratoires (enrouement, bronchites, rhumes, asthme...); inflammations intestinales et urinaires; constipation;</p> <p>POSOLOGIE INTERNE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - décoction de 30 à 60g par litre d'eau; bouillir 30mn; à volonté; - inflammation des voies urinaires: décoction de 60g de fruits; bouillir ½ minute; 2 tasses par jour avec du miel; - rhume de poitrine: décoction de 60g de fleurs; bouillir 30mn; 3 tasses par jour avec du miel; - vessie, inflammation des voies urinaires: décoction de 60g de fruits; bouillir ½ minute; 2 tasses par jour avec du miel;