

Table des matières

Introduction	7
Glossaire et lexique	11
Abréviations.....	14
Abréviations des auteurs de taxonomie végétale	15
Les effets dus aux principes actifs ou la toxicité des plantes selon leurs composés biochimiques	21
Dose journalière minimum active (DJMA).....	29
Monographies de 357 plantes.....	33
Abricotier (<i>Prunus armeniaca</i> L.)	33
Ache des marais (<i>Apium graveolens</i> L.).....	35
Achillée millefeuille (<i>Achillea millefolium</i> L.)	36
Acore calamus (<i>Acorus calamus</i> L.).....	38
Adonis du printemps (<i>Adonis vernalis</i> L.)	38
Agave (<i>Agave americana</i> L.).....	38
Agripaume (<i>Leonorus cardiaca</i> L.)	39
Aigremoine (<i>Agrimonia eupatoria</i> L.)	39
Ail (<i>Allium sativum</i> L.).....	40
Ail des ours (<i>Allium ursinum</i> L.).....	42
Alchémille vulgaire (<i>Alchemilla vulgaris</i> L.).....	42
Alfalfa (<i>Medicago sativa</i> L.)	43
Alkékenge - Physalis - L'amour en cage (<i>Physalis alkekengi</i> L.).....	45
Aloès (<i>Aloe vera</i>).....	45
Amarante (<i>Amaranthus hypochondriacus</i> L.)	46
Aneth (<i>Anethum graveolens</i> L.).....	46
Angélique (<i>Angelica archangelica</i> L.)	47
Angélique chinoise (<i>Angelica sinensis</i>).....	49
Anis étoilé - Badiane (<i>Illicium verum</i> Hook. F.)	49
Anis vert (<i>Pimpinella anisum</i> L.)	50
Arbousier (<i>Arbutus unedo</i> L.).....	51
Argousier (<i>Hippophaë rhamnoides</i> L.).....	52
Aristolochie (<i>Aristolochia clematitis</i> L.).....	52

Armoise (<i>Artemisia vulgaris</i> L.).....	53
Artichaut (<i>Cynara cardunculus</i> L.)	55
Asperge (<i>Asparagus officinalis</i> L.).....	56
Aspérule odorante - Gaillet odorant (<i>Galium odoratum</i> (L.) Scop.)	56
Aubépine (<i>Crataegus oxyacantha</i> L.).....	57
Aubergine (<i>Solanum melongena</i> L.).....	58
Aubier de tilleul (<i>Alburnum tiliae</i> Scop. ou Mill.).....	58
Aulne (<i>Alnus glutinosa</i> (L.) Gaertn.).....	58
Aunée (<i>Inula helenium</i> L.).....	59
Aurone (<i>Artemisia abrotanum</i> L.)	60
Avoine (<i>Avena sativa</i> L.)	60
Ballote noire (<i>Ballota nigra</i> L.).....	61
Balsamier - Myrrhe amère (<i>Commiphora molmol</i> Engl.)	62
Bambou épineux (<i>Bambusa arundinacea</i> (Retz.) Willd.)	62
Bardane (<i>Arctium lappa</i> L.).....	63
Basilic (<i>Ocinum basilicum</i> L.).....	64
Baumier du Pérou (<i>Myroxylon balsamum</i> (L.) Harms var. <i>pereirae</i>)	64
Belladone (<i>Atropa belladonna</i> L.)	65
Benoite (<i>Geum urbanum</i> L.).....	67
Berce (<i>Hieracium spondylium</i> L.)	67
Bétoine (<i>Stachys officinalis</i> Trevis.)	68
Bistorte (<i>Polygonum bistorta</i> L.).....	68
Bixa - Rocou (<i>Bixa orellana</i> L.).....	69
Bleuet (<i>Centaurea cyanus</i> L.).....	69
Boldo (<i>Peumus boldus</i> Molina).....	69
Boswellia - Arbre à encens - Oliban (<i>Boswellia serata</i> Roxb.)	70
Boucage (<i>Pimpinella saxifraga</i> L.).....	71
Bouillon blanc (<i>Verbascum thapsiforme</i> L.).....	71
Bouleau (<i>Betula alba</i> L.)	72
Bourdaïne (<i>Rhamnus frangula</i> L.).....	73
Bourrache (<i>Borago officinalis</i> L.).....	74
Bourse à pasteur (<i>Capsella bursa pastoris</i> (L.) Medik.).....	75
Brunelle (<i>Prunella vulgaris</i> L.)	76
Bruyère (<i>Calluna vulgaris</i> (L.) Hull)	76
Bryone (<i>Bryonia dioica</i> Jacq.).....	76
Buchu (<i>Barosma betulina</i> (Berg) Bart. et Wendl.).....	77
Bugle rampante (<i>Ajuga reptans</i> L.)	78
Bugrane (<i>Ononis spinosa</i> L.).....	78
Buis (<i>Buxus sempervirens</i> L.).....	79
Busserole (<i>Arctostaphylos uva ursi</i> L.)	80
Cacao (<i>Theobroma cacao</i> L.)	81
Caféier (<i>Coffea</i> spp. ou <i>Coffea arabica</i> L.).....	82
Calament (<i>Calamintha officinalis</i> Moench)	84

Camomille puante (<i>Anthemis cotula</i> L.).....	84
Camomille romaine (<i>Chamaemelum nobile</i> (L.) All.).....	85
Canneberge (<i>Vaccinium macrocarpon</i> Aiton)	86
Cannelle de Ceylan (<i>Cinnamomum zeylanicum</i> Nees).....	86
Capillaire de Montpellier (<i>Adiantum capillus veneris</i> L.).....	88
Câprier (<i>Capparis spinosa</i> L.)	88
Capucine (<i>Tropaeolum majus</i> L.)	88
Cardamone (<i>Elettaria cardamum</i> (L.) Maton)	89
Carline (<i>Carlina acaulis</i> L.)	89
Carotte (<i>Daucus carota</i> L.).....	90
Caroubier (<i>Ceratonia siliqua</i> L.).....	91
Carthame (<i>Carthamus tinctorius</i> L.).....	91
Carvi - Cumin des prés (<i>Carum carvi</i> L.)	91
Cassis (<i>Ribes nigrum</i> L.).....	92
Cataire (<i>Nepeta cataria</i> L.).....	92
Céleri (<i>Apium graveolens</i> L.)	92
Centella asiatica - Hydrocotyle - Gotu kola - Fo ti tien (<i>Centella asiatica</i> (L.) Urb.)	94
Chardon bénit (<i>Cnicus benedictus</i> L.)	95
Chardon marie (<i>Silybum marianum</i> (L.) Gaertn.)	95
Châtaignier (<i>Castanea sativa</i> Mill.)	96
Chélidoine (<i>Chelidonium majus</i> L.)	97
Chêne (<i>Quercus robur</i> L.).....	98
Chèvrefeuille (<i>Lonicera caprifolium</i> L.)	99
Chicorée (<i>Cichorium intybus</i> L.).....	99
Chiendent (<i>Agropyrum repens</i> (L.) P. Beauv.).....	100
Chrysanthellum americanum (<i>Chrysanthellum americanum</i> DC)	101
Cimicifuga - Actée à grappes (<i>Cimicifuga Racemosa</i> (L.) Nutt.)	101
Citron (<i>Citrus lemon</i> (L.) Burm. F.)	102
Clématite (<i>Clematis vitalba</i> L.)	103
Cognassier (<i>Cydonia oblonga</i> Mill.)	104
Colchique (<i>Colchicum autumnale</i> L.).....	104
Consoude (<i>Symphytum officinale</i> L.).....	105
Coquelicot (<i>Papaver rhoeas</i> L.)	107
Corydalle (<i>Corydalis ambigua</i> Cham. et Schldt.)	109
Cresson officinal (<i>Nasturtium officinale</i> R. Br.).....	109
Criste marine (<i>Crithmum maritimum</i> L.).....	110
Cumin (<i>Cuminum cyminum</i> L.)	110
Curcuma - Safran des Indes (<i>Curcuma longa</i> L.).....	111
Cynorrhodon (fruit de l'églantier) (<i>Rosa canina</i> L.).....	112
Cyprès (<i>Cupressus sempervirens</i> L.)	112
Damiana (<i>Turnera diffusa</i> Willd.).....	113
Dauphinelle (<i>Delphinium consolida</i> L.)	113

Desmodium (<i>Desmodium adscendens</i> (Sw.) DC.).....	114
Digitale jaune (<i>Digitalis lutea</i> L.).....	114
Digitale pourpre (<i>Digitalis purpurea</i> L.).....	115
Douce amère - Morelle (<i>Solanum dulcamara</i> L.).....	116
Drosera (<i>Drosera rotundifolia</i> L.).....	117
Echinacée (<i>Echinacea purpurea</i> (L.) Moench).....	118
Eleuthérocoque (<i>Eleutherococcus senticosus</i> Maxim.).....	119
Ephedra (<i>Ephedra sinica</i> L.).....	120
Epilobe en épis (<i>Epilobium augustifolium</i> L. et <i>hirsutum</i> L.).....	121
Epine vinette (<i>Berberis vulgaris</i> L.).....	122
Erigéron (<i>Erigeron canadensis</i> L.).....	123
Eschscholzia (<i>Eschscholzia californica</i> Cham.).....	123
Estragon (<i>Artemisia dracunculus</i> L.).....	123
Eucalyptus (<i>Eucalyptus globulus</i> Labill.).....	124
Eupatoire - Eupatoire chanvrine (<i>Eupatorium cannabinum</i> L.).....	126
Eupatoire rouge - Herbe à la gravelle (<i>Eupatorium purpureum</i> L.).....	126
Euphrase (<i>Euphrasia officinalis</i> L.).....	127
Fenouil (<i>Foeniculum vulgare</i> Mill.).....	127
Fenugrec - Trigonelle (<i>Trigonella foenum-graecum</i> L.).....	128
Ficaire (<i>Ranunculus ficaria</i> L.).....	130
Figuier blanc (<i>Ficus carica</i> L.).....	130
Figuier de barbarie (<i>Opuntia ficus-indica</i> Mill.).....	131
Fougère mâle (<i>Dryopteris filix-mas</i> (L.) Scott.).....	131
Fraisier (<i>Fragaria vesca</i> L.).....	132
Framboisier (<i>Rubus idaeus</i> L.).....	132
Fraxinelle (<i>Dictamnus albus</i> L.).....	133
Frêne (<i>Fraxinus excelsior</i> L.).....	134
Fucus (<i>Fucus vesiculosus</i> L.).....	134
Fumeterre (<i>Fumaria officinalis</i> L.).....	135
Gaillet gratteron - Caille-lait jaune (<i>Galium verum</i> L.).....	136
Galanga (<i>Alpinia officinarum</i> Hance).....	136
Galega (<i>Galega officinalis</i> L.).....	137
Galeopsis (<i>Galeopsis segetum</i> Neck.).....	138
Gatillier (<i>Vitex agnus cactus</i> L.).....	138
Gaulthérie (<i>Gaultheria procumbens</i> L.).....	139
Gelsemium (<i>Gelsemium sempervirens</i> (L.) A. St-Hil.).....	140
Genêt à balai (<i>Cytisus scoparius</i> (L.)).....	140
Genévrier (<i>Juniperus communis</i> L.).....	141
Gentiane jaune (<i>Gentiana lutea</i> L.).....	142
Géranium robert (<i>Geranium robertianum</i> L.).....	143
Gingembre (<i>Zingiber officinale</i> Roscoe).....	143
Ginkgo biloba (<i>Ginkgo biloba</i> L.).....	145
Ginseng (<i>Panax ginseng</i> C. A. Meyer).....	146

Giroflier - Clou de girofle (<i>Eugenia caryophyllus</i> (Spreng.) Bull. et Harr.).....	148
Grande ciguë (<i>Conium maculatum</i> L.)	148
Grande pimprenelle (<i>Sanguisorba officinalis</i> L.).....	149
Grenadier (<i>Punica granatum</i> L.)	150
Griffonia (<i>Griffonia simplicifolia</i> (Vahl ex DC.) Baill.).....	150
Grindélia (<i>Grindelia robusta</i> Nutt.).....	151
Guar (<i>Cyamopsis tetragonoloba</i> (L.) Taub.)	151
Guarana (<i>Paullinia cupana</i> H.B.K.).....	152
Gui (<i>Viscum album</i> L.).....	152
Guimauve (<i>Althaea officinalis</i> L.)	154
Gymnema sylvestre (<i>Gymnema sylvestris</i> (Retz.) Schult.)	155
Hamamélis (<i>Hamamelis virginiana</i> L.)	155
Haricot « cosse » (<i>Phaesolus vulgaris</i> L.).....	156
Harpagophytum (<i>Harpagophytum procumbens</i> DC. ex Meisn.)	157
Hélonias - Fausse unicorne (<i>Chamaelirium luteum</i> L.)	158
Herniaire (<i>Herniaria glabra</i> L.)	158
Houblon (<i>Humulus lupulus</i> L.).....	159
Houx (<i>Ilex aquifolium</i> L.).....	160
Hydrastis (<i>Hydrastis canadensis</i> L.).....	160
Hysope (<i>Hysopus officinalis</i> L.)	162
Hysope d'eau (<i>Bacopa monieri</i> L. Pennell)	162
If d'Europe (<i>Taxus baccata</i> L.).....	163
Immortelle (<i>Helichrysum arenarium</i> (L.) Moench)	164
Impérateur (<i>Imperatoria ostruthium</i> Koch).....	164
Ipéca (<i>Cephaelis ipecacuanha</i> (Brot.) A. Rich.)	165
Ipéca de l'Inde (<i>Tylophora asthmatica</i> = <i>Tylophora indica</i> (Burm. F.) Merr).....	165
Iris (<i>Iris germanica</i> L.)	166
Ispaghul (<i>Plantago ovata</i> Forssk.).....	167
Jambosier (<i>Syzygium jambolanum</i> Skeels. ou <i>cumini</i> L.)	168
Joubarbe (<i>Sempervivum tectorum</i> L.).....	168
Jusquiame (<i>Hyoscyamus niger</i> L.)	169
Kawa kawa (<i>Piper methysticum</i> G. Forst.).....	169
Khella (<i>Ammi visnaga</i> Lam.).....	170
Kolatier - Cola (<i>Cola acuminata</i> P. Beauv.).....	171
Konjac (<i>Amorphophallus konjac</i> Koch)	172
Kuzu (<i>Pueraria lobata</i> Ohwi)	172
Laitue vireuse (<i>Lactuca virosa</i> L.).....	173
Lamier blanc - Ortie blanche (<i>Lamium album</i> L.)	173
Lapacho (<i>Tabebuia impetiginosa</i> Stand.)	174
Laurier noble (<i>Laurus nobilis</i> L.)	175
Lavande vraie (<i>Lavandula vera</i> DC.).....	176

Lichen d'Islande (<i>Cetraria islandica</i> (L.) Ach. s.l.).....	177
Lierre grimpant (<i>Hedera helix</i> L.)	178
Lierre terrestre (<i>Glechoma heredacea</i> L.)	179
Lin (<i>Linum usitatissimum</i> L.)	179
Linaire (<i>Linaria vulgaris</i> Mill.)	180
Livèche (<i>Levisticum officinale</i> W. D. J. Koch)	181
Lobélie (<i>Lobelia inflata</i> L.)	182
Lotier corniculé (<i>Lotus corniculatus</i> L.).....	182
Lycophe (<i>Lycopus europeaus</i> L.).....	183
Lycopode (<i>Lycopodium clavatum</i> L.)	184
Lysimaque (<i>Lysimachia vulgaris</i> L.)	185
Maca (<i>Lepidium meyenii</i> Walp.).....	185
Maïs style (<i>Zea mays</i> L.)	185
Manioc (<i>Manihot esculenta</i> Crantz)	186
Marjolaine (<i>Origanum majorana</i> L.).....	186
Marron d'Inde (<i>Aesculus hippocastanum</i> L.)	187
Marrube blanc (<i>Marrubium vulgare</i> L.)	188
Maté (<i>Ilex paraguariensis</i> L.).....	189
Matricaire (<i>Matricaria recutita</i> (L.) Rauschert)	189
Mauve (<i>Malva sylvestris</i> L.).....	191
Mélèze (<i>Larix decidua</i> syn. <i>Larix europaea</i> DC.)	191
Mélilot blanc (<i>Melilotus officinalis</i> (L.) Pall.).....	192
Mélicse (<i>Melissa officinalis</i> L.)	193
Menthe (<i>Mentha x piperita</i> L.)	194
Menthe bergamote (<i>Mentha x citrata</i> Ehrh.)	195
Menthe verte (<i>Mentha spicata</i> L.)	196
Merisier (<i>Prunus avium</i> (L.) Moench)	196
Mézéréon - Bois gentil (<i>Daphne mezereum</i> L.)	197
Millepertuis (<i>Hypericum perforatum</i> L.).....	198
Momordique (<i>Momordica charantia</i> L.)	200
Monarde (<i>Monarda punctata</i> L. syn. <i>didyma</i> L.).....	200
Mouron blanc - Mouron des oiseaux (<i>Stellaria media</i> (L.) Vill.)	202
Mouron rouge (<i>Anagallis arvensis</i> L.)	202
Moutarde noire (<i>Brassica nigra</i> (L.) Koch)	203
Muguet (<i>Convallaria majalis</i> L.).....	204
Mûrier sauvage - Ronce (<i>Rubus fruticosus</i> L.).....	205
Muscadier (<i>Myristica fragrans</i> Houtt.).....	205
Myrrhe (<i>Commiphora erythrae</i> Engl.).....	206
Myrtille (<i>Vaccinium myrtillus</i> L.)	206
Nerprun (<i>Rhamnus carthaticus</i> L.).....	207
Nigelle (<i>Nigella sativa</i> L.)	208
Noisetier (<i>Corylus avellana</i> L.)	209
Noix vomique (<i>Strychnos nux vomica</i> L.).....	209

Noni (<i>Morinda citrifolia</i> L.)	210
Noyer (<i>Juglans regia</i> L.)	211
Oignon (<i>Allium cepa</i> L.)	212
Olivier (<i>Olea europaea</i> L.)	212
Onagre (<i>Oenothera biennis</i> L.)	213
Oranger (<i>Citrus aurantium</i> L.)	214
Origan (<i>Origanum vulgare</i> L.)	215
Orme rouge (<i>Ulmus rubra</i> Muhl.)	215
Orthosiphon - Thé de Java (<i>Orthosiphon stamineus</i> Benth.)	216
Ortie - Grande ortie (<i>Urtica dioica</i> L.)	216
Panicaut (<i>Eryngium maritimum</i> L.)	218
Papayer (<i>Carica papaya</i> L.)	218
Pâquerette (<i>Bellis perennis</i> L.)	219
Pariétaire (<i>Parietaria officinalis</i> L.)	219
Partenelle - Grande camomille (<i>Tanacetum parthenium</i> (L.) Sch. Bip.)	220
Passiflore (<i>Passiflora incarnata</i> L.)	220
Patience sauvage (<i>Rumex crispus</i> L.)	221
Pensée sauvage (<i>Viola tricolor</i> L.)	222
Persil (<i>Petroselinum crispum</i> (Mill.) Nyman)	222
Pétasite (<i>Petasites hybridus</i> (L.) G. Gaertn.)	224
Petit houx - Fragon (<i>Ruscus aculeatus</i> L.)	224
Petite centaurée (<i>Centaurium erythraea</i> Rafn.)	225
Petite oseille (<i>Rumex acetosella</i> L.)	226
Petite pervenche (<i>Vinca minor</i> L.)	226
Peuplier noir (<i>Populus nigra</i> L.)	227
Pfaffia (<i>Pfaffia stenophyllia</i> (Mart.) Kuntze)	227
Piment de cayenne (<i>Capsicum frutescens</i> L.)	228
Pin maritime (<i>Pinus pinaster</i> Aiton)	229
Pin sylvestre - Pin rouge du nord (<i>Pinus sylvestris</i> L.)	229
Pissenlit (<i>Taraxacum officinalis</i> Weber)	230
Pivoine (<i>Paeonia officinalis</i> L.)	231
Plantain (<i>Plantago major</i> L.)	232
Polygala (<i>Polygala senega</i> L.)	233
Polypode (<i>Olypodium vulgare</i> L.)	234
Pomme de terre (<i>Solanum tuberosum</i> L.)	234
Potentille anserine (<i>Potentilla anserina</i> L.)	235
Pourpier (<i>Portulaca oleraceae</i> L.)	235
Prêle (<i>Equisetum arvense</i> L.)	236
Primevère (<i>Primula officinalis</i> (L.) Hill.)	237
Prunellier (<i>Prunus spinosa</i> L.)	238
Prunier d'Afrique (<i>Pygeum africanum</i> Hook.)	239
Psyllium (<i>Plantago psyllium</i> L.)	239

Pulmonaire (<i>Pulmonaria officinalis</i> L.).....	240
Pulsatille (<i>Pulsatilla vulgaris</i> Mill.).....	241
Pyrole ombellée (<i>Chimaphila umbellata</i> (L.) W. P. C. Barton).....	241
Qat (<i>Catha edulis</i> Forssk.).....	242
Quinquina (<i>Cinchona pubescens</i> Vahl).....	242
Radis noir (<i>Raphanus sativus</i> var. <i>niger</i> (Mill.) Kerner).....	243
Raifort (<i>A Armoracia rusticana</i> G. Gaertn., B. Mey., Scherb.).....	244
Rathania (<i>Krameria triandra</i> Ruiz et Pav.).....	245
Rauwolfia (<i>Rauwolfia serpentina</i> (L.) Benth. ex Kurz).....	245
Réglisse (<i>Glycyrrhiza glabra</i> L.).....	246
Rehmannia (<i>Rehmannia glutinosa</i> Libosch.).....	248
Reine des prés (<i>Filipendula ulmaria</i> (L.) Maxim.).....	248
Renouée des oiseaux (<i>Polygonum aviculare</i> L.).....	249
Rhodiola (<i>Rhodiola rosea</i> L.).....	250
Rhubarbe (<i>Rheum palmatum</i> L.).....	250
Ricin (<i>Ricinus communis</i> L.).....	252
Romarin (<i>Rosmarinus officinalis</i> L.).....	253
Rooibos - Thé rouge (<i>Aspalathus linearis</i> (Burm.) R. Dahlgren).....	254
Rose de Damas (<i>Rosa damascena</i> Mill.).....	254
Rose trémière (<i>Alcea rosea</i> L.).....	255
Rue (<i>Ruta graveolens</i> L.).....	255
Sabal - Palmier de Floride (<i>Sabal serrulata</i> (Michx.) Benth. et Hook.).....	256
Safran (<i>Crocus sativus</i> L.).....	256
Salicaire (<i>Lythrum salicaria</i> L.).....	257
Salsepareille (<i>Smilax aspera</i> L. ou <i>medica</i> Cham.).....	258
Sanguinaire (<i>Sanguinaria canadensis</i> L.).....	258
Sanicle (<i>Sanicula europaea</i> L.).....	259
Santonine (<i>Artemisia cina</i> syn. <i>Semen contra</i> Berg).....	260
Saponaire - Herbe à savon (<i>Saponaria officinalis</i> L.).....	260
Sarriette des montagnes (<i>Satureja montana</i> L.).....	261
Sauge sclarée (<i>Salvia sclarea</i> L.).....	263
Saule blanc (<i>Salix alba</i> L.).....	263
Sceau de Salomon (<i>Polygonatum multiflorum</i> (L.) All.).....	265
Scille (<i>Urginea maritima</i> (L.) Baker).....	265
Scrofulaire (<i>Srophularia nodosa</i> L.).....	266
Scutellaire (<i>Scutellaria lateriflora</i> L.).....	267
Sené (<i>Senna alexandrina</i> Mill.).....	267
Séneçon (<i>Senecio vulgaris</i> L.).....	269
Serpolet (<i>Thymus serpillum</i> L.).....	270
Soja (<i>Glycine max</i> (L.) Merr.).....	271
Solidage (<i>Solidago serotina</i> (Kuntze) McNeillou <i>canadensis</i> L.).....	274
Sorbier des oiseaux (<i>Sorbus aucuparia</i> L.).....	274
Souchet (<i>Cyperus esculentus</i> L.).....	275

Souci - Calendula (<i>Calendula officinalis</i> L.).....	275
Stramoine - Datura (<i>Datura stramonium</i> L.).....	276
Sureau noir (<i>Sambucus nigra</i> L.).....	277
Tamarin (<i>Tamarindus indica</i> L.).....	278
Tanaisie (<i>Tanacetum vulgare</i> L.).....	278
Thé noir (<i>Camellia sinensis</i> (L.) Kuntze).....	279
Thé vert (<i>Camellia sinensis</i> (L.) Kuntze).....	280
Thuya - Cèdre blanc du Canada (<i>Thuya occidentalis</i> L.).....	281
Thym commun (<i>Thymus vulgaris</i> L.).....	281
Tilleul (<i>Tillia platyphyllos</i> Scop.ou <i>Tillia cordata</i> Mill.).....	283
Tormentille (<i>Potentilla erecta</i> (L.) Rausch.).....	284
Trèfle d'eau - Ményanthe (<i>Menyanthe trifoliata</i> L.).....	285
Trèfle rouge (<i>Trifolium pratense</i> L.).....	285
Tremble (<i>Populus tremula</i> L.).....	286
Tussilage - Pas d'âne (<i>Tussilago farfara</i> L.).....	286
Uncaria - Griffé du chat (<i>Uncaria tomentosa</i> (Willd. ex Schult.) DC. = <i>Uncaria guianensis</i>).....	287
Valériane (<i>Valeriana officinalis</i> L.).....	288
Vélar - Erysimum - Sisymbre -Herbe aux chantres (<i>Sysimbrium officinalis</i> (L.) Scop.).....	290
Verge d'or (<i>Solidago virgaurea</i> L.).....	290
Véronique (<i>Veronica officinalis</i> L.).....	291
Verveine odorante - Verveine citronnelle (<i>Lippia citriodora</i> H.B.K. syn. <i>Aloysia triphylla</i> (L'Her.) Britt.).....	291
Verveine officinale (<i>Verbena officinalis</i> L.).....	292
Viburnum (<i>Viburnum prunifolium</i> L.).....	292
Vigne rouge (<i>Vitis vinifera</i> L.).....	293
Violette (<i>Viola odorata</i> L.).....	294
Viorne obier (<i>Viburnum opulus</i> L.).....	294
Vipérine (<i>Echium vulgare</i> L.).....	295
Withania (<i>Withania somnifera</i> Dunal).....	296
Yam - Ignose sauvage (<i>Dioscorea villosa</i> L.).....	296
Zédoaire (<i>Curcuma zedoaria</i> Roscoe).....	297

Plantes à utiliser sous contrôle d'un phytothérapeute et/ou avec prudence, voire même à éviter, en cas de :.....	299
En cas d'acnée (s'il y a hypersensibilité).....	299
En cas d'adénome de la prostate.....	299
En cas d'agitation nerveuse.....	299
En cas d'aigreurs d'estomac.....	299
En cas d'allaitement.....	300
En cas d'allergies.....	300
En cas d'angine de poitrine.....	302
En cas d'anorexie.....	302

En cas d'arthrite	302
En cas d'asthme	302
En cas de bourdonnements d'oreilles	302
En cas de calculs biliaires	303
En cas de calculs rénaux	303
En cas de cancer	303
En cas de cancer hormonodépendant	303
En cas de céphalées	303
En cas de cirrhose du foie	303
En cas de colopathies inflammatoires	303
En cas de constipation	303
En cas de coups de soleil	303
En cas de cystite	303
En cas de démence sénile	304
En cas de dépression	304
En cas de diabète	304
En cas de diarrhée	304
En cas de douleurs gastro-intestinales	304
En cas de dyspepsie	304
En cas d'épilepsie	304
En cas de glaucome	304
En cas de goutte	304
En cas de grossesse	304
En cas d'hyperhydrose (transpiration excessive)	306
En cas d'hypertension	306
En cas d'hyperthyroïdie	306
En cas d'hypotension	307
En cas d'hypothyroïdie	307
En cas d'impuissance	307
En cas d'inflammation des reins	307
En cas d'insuffisance cardiaque	307
En cas d'insuffisance hépatique	307
En cas d'insuffisance rénale	307
En cas de maladie d'Alzheimer	307
En cas de maladie de Basedow	307
En cas de maladie de Crohn	307
En cas de maladie de l'appareil digestif	307
En cas de maladies de l'appareil locomoteur	308
En cas de maladie de l'appareil urinaire	308
En cas de maladies auto-immunes	308
En cas de maladies cardio-vasculaires	308
En cas de maladies de la peau	308
En cas de maladies des voies respiratoires	308

En cas de mastodynie.....	308
En cas de migraines, céphalées.....	308
En cas de nausées.....	308
En cas de néphrites	308
En cas d'occlusion intestinale.....	308
En cas d'œdèmes	309
En cas de rétrécissement anormal du tractus digestif.....	309
En cas de rhumatismes.....	309
En cas de saignements (tendance aux hémorragies, aux « bleus »).....	309
En cas de sida.....	309
En cas de stérilité.....	309
En cas de stress	309
En cas de syndrome prémenstruel	309
En cas de troubles oculaires.....	309
En cas de troubles du sommeil	309
En cas d'ulcères duodénaux.....	309
En cas d'ulcères gastriques.....	310
En cas de varices.....	310
En cas de vomissements	310
Toxicité par organes des plantes.....	311
Toxicité par fruits charnus et baies	311
Toxicité par fruits frais.....	311
Toxicité par fruits immatures	311
Toxicité par graines ou fruits secs	311
Toxicité par les écorces.....	312
Toxicité par les fleurs.....	312
Toxicité par les parties aériennes de la plante	312
Toxicité par les racines, rhizomes, bulbes et tubercules (les parties souterraines)	312
Toxicité par les tiges et feuilles	312
Plantes et parties de plantes dont la cuisson inhibe la toxicité	312
Plantes ou parties de plantes toxiques à l'état frais.....	313
Plantes ou parties de plantes toxiques à l'état sec.....	313
Plantes qui perdent tout ou partie de leur toxicité par séchage.....	313
Plantes qui présentent une toxicité lorsqu'elle est employée en extrait	313
Plantes qui provoquent des réactions allergiques cutanées	313

Liste des plantes à visée hormonale qui devraient être prises en compte en cas de grossesse, d'allaitement, ainsi qu'en cas de traitement contenant des hormones	315
Notes	319

Contenu protégé par copyright