

# Table des matières

## 1

### **La phytothérapie, sa constance, ses tendances, ses mouvances**

Rapport phytothérapie-allopathie .....	7
Médecines naturelles hors frontières européennes .....	7

## 2

### **Ce qu'il faut savoir avant de prescrire ou de conseiller**

Visite à la pharmacie verte .....	9
Limites de la phytothérapie .....	11
Un ennemi de la phytothérapie : « l'imprécision » .....	12
Notion d'espèce .....	12
Notion de chimiotype .....	13
Précision des organes végétaux concernés .....	14
Contrôle de la qualité des végétaux .....	14
Pharmaciens d'officine et phytothérapie .....	15
Préoccupations et précautions spécifiques en dermatologie .....	16
Être bien dans sa peau .....	17
À propos du stress et du stress oxydatif en dermatologie .....	17
Méthodologie générale et objectifs .....	18

# 3

## Notions de pharmacie galénique

Avertissement au lecteur .....	21
Différentes formes galéniques .....	21
Formes classiques .....	23
Formes issues de recherches récentes .....	28
Excipients .....	31
Excipients ou molécules à effet promoteur (susceptibles d'augmenter l'absorption épidermique) .....	31
Les huiles végétales .....	33
Nomenclature des acides gras .....	34
Notion d'acide gras essentiel .....	35
Rôle des AGE au niveau cutané .....	36
Insaponifiables .....	37
Choix d'une huile végétale de bonne qualité .....	37
Huiles végétales recommandées .....	37

# 4

## Traitements phyto-aromathérapeutiques des affections dermatologiques

Abcès .....	53
Acné .....	57
Allergies cutanées .....	64
Ampoules .....	65
Anti-inflammatoires cutanés .....	66
Antirides .....	67
Antitranspirants .....	67
Aphtes .....	68
Blessures, écorchures ou égratignures .....	69
Bouchons de cérumen .....	73
Brûlures et érythèmes .....	74
Cellulite .....	79

Cheveux, chute de cheveux .....	82
Cicatrices.....	86
Contusions.....	91
Cors, durillons, oignons.....	91
Couperose .....	92
Coupures, éraflures, petites blessures ouvertes ou en séton.....	94
Crevasses .....	98
Croûtes de lait des nourrissons.....	99
Dartres = eczématides = parakératoses.....	100
Démangeaisons.....	101
Déodorants.....	102
Durillons.....	105
Écchymoses, contusions et hématomes .....	105
Écrouelles, scrofules, lupus .....	109
Eczémas.....	110
Engelures .....	121
Érysipèle, rougeole, rubéole, scarlatine .....	121
Escarres .....	122
Furoncles = clous, anthrax, phlegmons = flegmons .....	123
Gerçures .....	127
Hémorroïdes externes .....	128
Hémostatiques .....	129
Herpès.....	131
Hyperhydrose.....	134
Impétigo .....	136
Inflammations ou irritations locales .....	137
Lèpre .....	141
Mycoses cutanées.....	143
Œdèmes .....	156
Oignons.....	157
Ongles fragiles .....	157
Panaris.....	158
Parasitoses animales.....	158
Piqûres d'insectes .....	166
Piqûres de méduses .....	173
Psoriasis .....	173
Soins capillaires .....	176
Taches pigmentaires.....	178

Ulcères.....	179
Ulcères variqueux.....	181
Urticaire.....	181
Verrues.....	184
Vitiligo.....	186
Zona.....	187

# 5

## Monographies de plantes

Achillée millefeuille <i>Achillea millefolium</i> L. Asteraceae (ECE).....	189
Aigremoine <i>Agrimonia eupatoria</i> L. et/ou <i>A. procera</i> Wallroth Rosaceae.....	190
Arnica <i>Arnica montana</i> L. ou <i>A. chamissonis</i> Less. ssp. <i>foliosa</i> Asteraceae (ECE).....	191
Avoine <i>Avena sativa</i> L. Poaceae (ECE).....	192
Baume du Pérou <i>Myroxylon balsamum</i> var. <i>pereira</i> L. Fabaceae.....	193
Bourse-à-pasteur <i>Capsella bursa pastoris</i> (L.) Medikus Brassicaceae (ECE).....	194
Calendula = Souci <i>Calendula officinalis</i> L. Asteraceae (ECE).....	195
Camomille allemande = Matricaire <i>Matricaria recutita</i> (syn. <i>Chamomilla</i> <i>recutita</i> ) L. Asteraceae (ECE).....	196
Chêne <i>Quercus robur</i> L. et/ou <i>Q. petraea</i> (Mattuschka) Lieblein Fagaceae (ECE).....	197
Consoude <i>Symphytum officinale</i> L. Boraginaceae.....	198
Consoude <i>Symphytum officinale</i> L. Boraginaceae.....	199
Douce-amère <i>Solanum dulcamara</i> L. Solanaceae.....	200
Echinacée <i>Echinacea purpurea</i> (L.) Moench Asteraceae (ECE).....	200
Eucalyptus <i>Eucalyptus globulus</i> Labillardière, <i>E. fructicetorum</i> F. Von Mueller et/ou <i>E. smithii</i> R.T. Baker Myrtaceae.....	202
Fénugrec <i>Trigonella foenum-graecum</i> L. Fabaceae (ECE).....	202
Hamamélis <i>Hamamelis virginiana</i> L. Hamamelidaceae (ECE) (ESCOP).....	203
Harpagophyton <i>Harpagophytum procumbens</i> (Burchell) de Candolle Pedaliaceae (ECE).....	205
Lamier blanc <i>Lamium album</i> L. Lamiaceae.....	205
Levures médicinales (ECE).....	206
Lichen d'Islande <i>Cetraria islandica</i> L. Parmeliaceae (ECE).....	207
Lierre grimpant <i>Hedera helix</i> L. Araliaceae (ECE).....	208
Lin <i>Linum usitatissimum</i> L. divers cultivars Linaceae (ECE).....	209

Mauve <i>Malva sylvestris</i> L. et/ou <i>Malva sylvestris</i> ssp. <i>mauritiana</i> L. Ascherson et Graebner Malvaceae .....	210
Mauve <i>Malva sylvestris</i> L. et/ou <i>M. neglecta</i> Wallroth Malvaceae .....	210
Mélicot <i>Melilotus officinalis</i> L. Pallas et/ou <i>M. altissimus</i> Thuillier Fabaceae .....	211
Menthe poivrée <i>Mentha x piperita</i> L. Lamiaceae (ECE).....	212
Millepertuis <i>Hypericum perforatum</i> L. Hypericaceae (ECE).....	213
Moutarde blanche <i>Sinapis alba</i> L. Brassicaceae .....	214
Mûre <i>Rubus fruticosus</i> L. Rosaceae .....	215
Myrrhe <i>Commiphora abyssinica</i> Engler ou autres espèces de <i>Commiphora</i> de composition comparable Burseraceae (ECE) .....	216
Myrtille <i>Vaccinium myrtillus</i> L. Ericaceae (ECE) .....	217
Noyer <i>Juglans regia</i> L. Juglandaceae (ECE).....	218
Pensée sauvage <i>Viola tricolor</i> L. et essentiellement les sous-espèces suivantes <i>V. vulgaris</i> (Koch) Oborny, <i>V. arvensis</i> (Murray) Gaudin Violaceae ....	219
Petit Houx ou Fragon épineux <i>Ruscus aculeatus</i> L. Liliaceae (ECE) .....	220
Peuplier <i>Populus</i> sp. L. Salicaceae (ECE) .....	220
Plantain <i>Plantago lanceolata</i> L. ou <i>P. major</i> L. Plantaginaceae (ECE).....	221
Potentille <i>Potentilla anserina</i> L. Rosaceae.....	222
Potentille <i>Potentilla erecta</i> L. Räuschel (synonyme <i>P. tormentilla</i> Necker Rosaceae) .....	223
Prêle des champs <i>Equisetum arvense</i> L. Equisetaceae (ECE) .....	224
Prunellier <i>Prunus spinosa</i> L. Rosaceae .....	225
Raifort <i>Armoracia rusticana</i> Ph. Gaertner, B. Meyer et Scherbius (syn. <i>Cochlearia armoracia</i> L.) Brassicaceae (ECE).....	226
Ratanhia <i>Krameria triandra</i> Ruiz et Pav. Krameriaceae.....	227
Rosier à roses rouges = Rosier de Provins <i>Rosa gallica</i> L. et Rosier à roses pâles <i>Rosa centifolia</i> L. Rosaceae .....	227
Sauge officinale <i>Salvia officinalis</i> L. Lamiaceae (ECE) .....	228
Térébenthine du Mélèze <i>Larix decidua</i> Miller Pinaceae .....	229
Usnée <i>Usnea</i> sp. et surtout <i>U. barbata</i> (L.) Wiggers emend. Mot., <i>U. florida</i> (L.) Fries, <i>U. hirta</i> (L.) Hoffmann et <i>U. plicata</i> (L.) Fries, Usneaceae (ECE) .....	230
<b>Épilogue ou avenir de la phytothérapie</b> .....	233
<b>Références bibliographiques</b> .....	237
<b>Index général</b> .....	243
<b>Index des auteurs cités</b> .....	261