

QUELQUES PLANTES À AVOIR SOUS LA MAIN :

PLANTE	GROSSESSE ET ALLAITEMENT	SOIN DES ENFANTS	PEAU ET YEUX	SYSTÈME NERVEUX	SYSTÈME DIGESTIF	PULMONAIRE ET O.R.L.	GÉNITO-URINAIRE	CIRCULATOIRE LOCOMOTEUR
ACHILLÉE <i>Achillea millefolium</i> Fleur	Contre-indiquée	Fièvre Cystite Saignement de nez	Saignement Acné / bain de vapeur		Trouble du foie Diarrhée	Sinusite /bain de vapeur	Cystite Crampes menstruelles Menstruations abondantes	Varice Phlébite
CAMOMILLE <i>Matricaria recutita</i> Fleur	Calme Riche en calcium	Agitation Poussée dentaire Colique	Tout trouble cutané Conjonctivite	Insomnie / agitation	Inflammation Crampes / gaz Infection	Sinusite /bain de vapeur	Crampes menstruelles Inflammation	
CALENDULE <i>Calendula officinalis</i> Fleur	Contre-indiquée	Maladies infantiles Mono-nucléose Muguet	Tout trouble cutané Conjonctivite		Inflammation Ulcère	Grippe	Herpès Vaginite Candida	
CATAIRE <i>Nepeta cataria</i> Feuille	Calmante	Agitation Insomnie Fièvre Colique Douleurs		Maux de tête	Crampes Diarrhée	Toux spasmodique		
CAYENNE <i>Capsicum annuum</i> Fruit			Engelure Saignement		Infection	Sinusite Grippe / bronchite		Stimulant circulatoire Ext: douleurs arthritiques

PLANTE	GROSSESSE ET ALLAITEMENT	SOIN DES ENFANTS	PEAU ET YEUX	SYSTÈME NERVEUX	SYSTÈME DIGESTIF	PULMONAIRE ET O.R.L.	GÉNITO-URINAIRE	CIRCULATOIRE LOCOMOTEUR
FRAMBOISIER <i>Rubus idaeus</i> Feuille	Tonique durant la grossesse	Grippe Diarrhée/ constipation	Conjonctivite Démangeaisons		Diarrhée	Grippe (à prendre au tout début) Amygdalite	Tonique Crampe menstruelle Cystite	
GUIMAUVE <i>Althaea officinalis</i> Racine et feuille	Stimule la lactation	Poussée dentaire Colique	Inflammation Eczéma		Ulcère Diminue l'irritation	Toux sèche Bronchite Laryngite	Cystite Calculs	
GINGEMBRE <i>Zingiber officinalis</i> Rhizome	Nausée			Stimulant	Crampes Gaz Nausée	Fièvre Grippe, sinusite...	Crampes menstruelles Menstruations qui retardent	Stimulant circulatoire Varices
MÉLISSE <i>Melissa officinalis</i> Feuille	Nausée	Agitation Coliques Fièvre Maladies infantiles (oreillon)		Dépression Anxiété Insomnie	Crampes Gaz Nausée	Grippe	Herpès Crampes menstruelles	
MILLEPERTUIS <i>Hypericum perforatum</i> Fleur			Brûlure Plaies, bobo...	Dépression Stress Insomnie	Ulcère (huile en interne)			Douleurs musculaires et rhumatismales

PLANTE	GROSSESSE ET ALLAITEMENT	SOIN DES ENFANTS	PEAU ET YEUX	SYSTÈME NERVEUX	SYSTÈME DIGESTIF	PULMONAIRE ET O.R.L.	GÉNITO-URINAIRE	CIRCULATOIRE LOCOMOTEUR
MOLÈNE <i>Verbascum thapsus</i> Feuille et fleur		Oreillons Coqueluche	Ulcère	Légèrement sédatif		Tonique pulmonaire Toux, bronchite, asthme Otite		
ORME ROUGE <i>Ulmus rubra</i> Écorce	Brûlement d'estomac	Diarrhée Constipation	Eczéma Inflammation		Diarrhée Ulcère Irritation Répare la muqueuse	Toux sèche Inflammation	Cystite	
PLANTAIN <i>Plantago major</i> Feuille	Hémorroïdes	Diarrhée	Piqûre Coupure Brûlure Eczéma / psoriasis		Diarrhée Ulcère	Rhume /grippe	Cystite Menstruations abondantes	Hémorroïdes Varicosités Septicémie
ROMARIN <i>Rosmarinus officinalis</i> Feuille	Contre-indiqué		Antiseptique	Dépression Maux de tête	Infection Gaz	Grippe /bronchite Amygdalite Sinusite	Vaginite Crampes	Stimulant circulatoire Varices Hypotension

PLANTE	GROSSESSE ET ALLAITEMENT	SOIN DES ENFANTS	PEAU ET YEUX	SYSTÈME NERVEUX	SYSTÈME DIGESTIF	PULMONAIRE ET O.R.L.	GÉNITO-URINAIRE	CIRCULATOIRE LOCOMOTEUR
SAUGE <i>Salvia officinalis</i> Feuille	Contre-indiqué		Antiseptique Transpiration excessive	Maux de tête Irritabilité	Gingivite Dyspepsie Gaz	Laryngite Bronchite / rhume	Crampes Vaginite Ménopause	
SUREAU <i>Sambucus nigra</i> Fleur		Fièvre Maladies infantiles (varicelle)	Trouble cutané Brûlure			Grippe Sinusite	Rétention d'eau	Goutte Arthrite
THYM <i>Thymus vulgaris</i> Feuille			Antiseptique	Stimulant	Infection	Grippe / bronchite Toutes infections du syst. respiratoire	Cystite Vaginite	