

Index des plantes en phytothérapie:

Plantes pour les yeux

Conjonctivite et Blépharite:

Plante	action	emploi
Carotte	Fortifie et hydrate les muqueuses	Carotte crue ou en jus
Violette odorante	Utile en cas de Blépharite	Bains d'yeux avec l'infusion
Fenouil sauvage	Anti-inflammatoire	Bains d'yeux avec l'infusion
Camomille	Anti-inflammatoire	Bains d'yeux avec l'infusion
Pourpier	Émollient et anti-inflammatoire	Cataplasmes
Sureau noir	Adoucissant et antiseptique	Compresses et bains d'yeux

Kératite:

Plante	action	emploi
Carotte	Fortifie le tissu de la cornée	Carotte crue ou en jus

Diminution de la Vision:

Plante	action	emploi
Carotte	Améliore l'acuité visuel	Carotte crue ou en jus
Myrtille	Améliore la circulation sanguine	Jus vrai ou décoction de fruits

Plantes pour le système nerveux

Épuisement et Asthénie:

Plante	action	emploi
Ail	Active le métabolisme	Cru, en extrait ou en aïoli
Cresson	Active le métabolisme	Cru, en jus
Oignon	Active le métabolisme	Cru, en jus, cuit ou rôti
Menthe poivrée	Tonifiante	Infusion, essence
Basilic	Tonifiant, fait monter la tension	Infusion, essence
Sarriette	Tonifie le système nerveux	Infusion, essence
Céleri	Tonifiant, reminéralisant	Cru ou en jus frais
Fraisier des bois	Stimule le métabolisme	Cure
Romarin	Tonifiant général	Infusion, bains, friction
Thym		Infusion, essence

Dépression nerveuse:

Plante	action	emploi
Mélicse	Équilibre le système nerveux	Infusion, extraits
Valériane	Sédatif léger, diminue l'anxiété	Infusion, macération ou poudre
Angélique	Tonifiante et équilibrante	Infusion, décoction
Céleri	Tonifiant général	Jus frais
Sauge	Stimule les glandes surrénales	Infusion, essence
Thym	Tonifiant général	Infusion, essence

Nervosité et anxiété:

Plante	action	emploi
Laitue sauvage	Sédatif	Décoction, jus frais
Lavande	Sédatif et équilibrante	Infusion, extraits, essence
Mélicse	Sédatif léger et équilibrant	Infusion, extraits
Valériane	Sédatif léger, diminue l'anxiété	Infusion, macération ou poudre
Coquelicot	Sédatif	Infusion, sirop, décoction
Marjolaine	Sédatif, soulage l'anxiété	Infusion, essence
Verveine	Soulage l'anxiété	Infusion

Insomnie:

Plante	action	emploi
Laitue sauvage	Sédatif	Décoction, jus frais
Lavande	Sédatif, calme l'excitation	Infusion, extraits, essence
Mélicse	Sédatif et équilibrante	Infusion, extraits
Coquelicot	Sédatif et somnifère	Infusion, sirop ou décoction

Mal de tête et migraine:

Plante	action	emploi
Mélicse	Antispasmodique et sédatif	Infusion et extrait
Menthe poivrée	Tonifiante et digestive	Infusion et essence
Moutarde	Réulsive, décongestionne	Avec la farine de moutarde
Verveine	Analgésique	Infusion et décoction
Violette	Anti-inflammatoire	Infusion et compresses
Basilic	Antispasmodique	Infusion, essence
Angélique	Soulage les migraines	Infusion ou décoction

Plantes pour la bouche:

Aphtes:

Plante	action	emploi
Ronce noire	Astringente et Hémostatique	Bains de bouche avec la décoction
Sauge	Astringente et antiseptique	Bains de bouche avec la décoction
Thym	Antiseptique	Bains de bouche avec la décoction

Plantes pour la gorge, le nez et les oreilles:

Amygdalite et pharyngite:

Plante	action	emploi
Verveine	Anti-inflammatoire et émolliente	Gargarisme ou cataplasme
Citronnier	Antiseptique et cicatrisant	Gargarisme
Noyer	Antiseptique et cicatrisant	Gargarisme avec la décoction
Thym	Antiseptique	Gargarisme avec l'infusion

Gorge, irritation:

Plante	action	emploi
Violette	Adoucit la gorge, calme la toux	Gargarisme avec l'infusion
Origan	Expectorant, sédatif, antitussif	Infusion, essence, inhalations
Châtaignier	Calme la toux	Décoction, gargarisme

Laryngite:

Plante	action	emploi
Verveine	Anti-inflammatoire, émolliente	Gargarisme, cataplasmes
Radis	Fluidifie les mucosités, antibiotique	Crus ou jus frais
Origan	Expectorant, sédatif, antitussif	Infusion, essence inhalation

Sinusite:

Plante	action	emploi
Carotte	Fortifie les muqueuses	Crue ou en jus
Verveine	Anti-inflammatoire, astringente	Inhalation, décoction, compresses
Radis	Fluidifie les mucosités, antibiotique	Crus ou en jus frais
Rose rouge	Astringente, Anti-inflammatoire	Irrigation nasales

Plantes pour le coeur:

Affections cardiaques:

Plante	action	emploi
Myrtille	Vasodilatateur et Hypotenseur	Jus frais, décoction, cure
Châtaignier	Faible en sodium, élevée en potassium	Crues ou grillées
Pommier	Diurétique	Crues, en jus, en décoction
Haricot	Améliore le rendement cardiaque	Décoction, en légume
Maïs	Active la fonction cardiocirculatoire	Infusion de styles

Palpitation:

Plante	action	emploi
Lavande	Sédative et équilibrante	Infusion, extraits, essence
Mélisse	Antispasmodique, sédative	Infusion, extraits,
Valériane	Antispasmodique	Infusion, macération, poudre
Citronnier	Antispasmodique, sédatif	Infusion de feuilles

Arythmie:

Plante	action	emploi
Valériane	Antispasmodique	Infusion, macération, poudre

Angine de poitrine:

Plante	action	emploi
Ail	Vasodilatateur, fluidifiant sanguin	Cru, extrait, décoction

Plantes pour les artères:

Hypertension artérielle:

Plante	action	emploi
Valérianne	Diminue l'anxiété et la tension	Infusion, macération, poudre
Ail	Vasodilatateur, fluidifiant sanguin	Cru, extrait, décoction
Oignon	Hypotenseur, diurétique, dépuratif	Cru, jus frais, bouilli ou rôti
Marjolaine	Hypotensive	Infusion, essence
Pommier	Diurétique	Crues, en jus, en décoction
Maïs	Diurétique	Infusion de styles

Hypotension artérielle:

Plante	action	emploi
Basilic	Tonifiant	Infusion, essence
Sarriette	Tonifiant système nerveux	Infusion, essence
Sauge	Tonifiante, stimulante	Infusion, essence
Romarin	Tonifiant général	Infusion, bains, friction
Thym	Tonifiant général	Infusion, essence

Évanouissement:

Plante	action	emploi
Lavande	Sédative et équilibrante	Infusion, essence, extrait
Mélisse	Antispasmodique, sédative	Infusion, extrait

Artériosclérose:

Plante	action	emploi
Ail	Vasodilatateur, fluidifiant sanguin	Cru, extrait, décoction

Plantes pour les veines:

Varices:

Plante	action	emploi
Noisetier	Tonifie la circulation	Décoction, compresses
Myrtille	Renforce la paroi des vaisseaux	Jus frais, décoction
Citronnier	Tonique veineux, protecteur capillaire	Jus de citron, essence

Phlébite:

Plante	action	emploi
Noisetier	Tonifie la circulation	Décoction, compresses

Ulcère variqueux:

Plante	action	emploi
Noisetier	Tonique veineux, cicatrisant	Compresses avec la décoction
Chou	Cicatrisant et vulnéraire	Cataplasmes avec les feuilles
Consoude	Cicatrisante	Compresses

Plantes pour le sang:

Anémie:

Plante	action	emploi
Ortie	Stimule la production de globules rouges	Infusion, jus frais
Oignon	Stimule la production de globules rouges	Cru, en jus, cuit ou rôti
Fraisier	Tonifiant, reminéralisant	Cure
Épinard	Riche en fer et vitamine C	Feuille en légume

Hémorragie:

Plante	action	emploi
Noisetier	Vasoconstricteur, hémostatique	Décoction, compresse
Ortie	Arrête les hémorragies	Jus frais, infusion

Thrombose:

Plante	action	emploi
Ail	Antiagrégant plaquettaire, Fibrinolytique	Cru, extraits, décoction
Citronnier	Nettoie le sang, améliore la circulation	Jus de fruit, essence

Plantes pour l'appareil respiratoire:

Bronchite:

Plante	action	emploi
Carotte	Fortifie les muqueuses	Crue, en jus
Ail	Antibiotique, expectorante	Cru
Tournesol	Balsamique, expectorant	Infusion fleur et tiges
Oignon	Antibiotique, anti-inflammatoire	Cru, jus frais, sirop
Hysope	Mucolytique, expectorante, antiseptique	Infusion, essence
Violette	Décongestionne, adoucit les muqueuses	Infusion, sirop
Radis	Mucolytique, expectorant, antibiotique	Cru, jus frais
Moutarde	Révulsive, décongestionne	Cataplasmes de farine

Pneumonie:

Plante	action	emploi
Violette	Décongestionne, adoucit les muqueuses	Infusion, sirop
Moutarde	Révulsive, décongestionne	Cataplasmes de farine

Asthme:

Plante	action	emploi
Valériane	Antispasmodique et sédatif	Infusion, macération, poudre
Ail	Expectorant et anti asthmatique	Cru
Citronnier	Antispasmodique et sédatif	Infusion feuilles
Oignon	Antibiotique, anti inflammatoire	Cru, jus frais, sirop

Toux:

Plante	action	emploi
Laitue	Sédatif, calme la toux	Décoction, jus frais
Origan	Expectorant, anti tussif	Condiment, infusion, essence
Thym	Antiseptique, expectorant, anti tussif	Infusion, essence, inhalations

Plantes pour l'appareil digestif:

Manque d'appétit:

Plante	action	emploi
Sarriette	Ouvre l'appétit, élimine les gaz	Infusion, essence
Angélique	Ouvre l'appétit, élimine les gaz	Infusion ou décoction
Absinthe	Tonique amer, augmente l'appétit	Infusion feuilles
laurier	Ouvre l'appétit, facilite la digestion	Infusion

Plantes pour le foie et la vésicules biliaire:

Mauvais fonctionnement du foie:

Plante	action	emploi
Verveine	Décongestionne, antispasmodique	Infusion, décoction
Oignon	Désintoxique le foie	Cru, jus frais, bouilli ou roti
Artichaut	Protecteur du foie, cholérétique	Infusion jus frais, extrait
Radis	Décongestionne, désintoxique	Cru, jus frais
Pissenlit	Augmente la production de bile	Salade, jus frais, infusion
Absinthe	Décongestionne et stimule le foie	Infusion, macération
Chicorée	Décongestionne	Salade, jus frais, infusion

Hépatite:

Plante	action	emploi
Menthe	Contre le virus de l'hépatite A	Infusion, essence
Oignon	Désintoxique le foie	Cru, jus frais, bouilli ou roti
Artichaut	Protecteur du foie, cholérétique	Infusion jus frais, extrait
Radis	Décongestionne, désintoxique	Cru, jus frais
Pissenlit	Décongestionne, désintoxique	Salade, jus frais, infusion
Absinthe	Décongestionne et stimule le foie	Infusion, macération

Plantes pour l'estomac:**Acidité gastrique:**

Plante	action	emploi
Carotte	Normalise la production de suc	Crue, jus
Citronnier	Régularise l'acidité gastrique	Jus
Courge	Adoucissante, anti-inflammatoire	Pulpe du fruit

Insuffisance de sucs gastriques:

Plante	action	emploi
Angélique	Augmente la sécrétion de sucs	Infusion ou décoction
Menthe	Facilite les processus digestifs	Infusion

Dyspepsie:

Plante	action	emploi
Ortie	Stimule la sécrétion des sucs digestifs	Jus frais, infusion
Camomille	Anti-inflammatoire	Infusion, poudre, essence
Fenouil	Facilite la digestion	Infusion de graines, essence
Menthe	Tonifie	Infusion, essence
Sarriette	Facilite la digestion	Infusion, essence
Angélique	Tonifie et stimule	Infusion, décoction
Verveine	Digestive, antispasmodique, carminative	Infusion de feuilles

Descente d'estomac:

Plante	action	emploi
Menthe	Digestive, tonifiante	Infusion, essence
Angélique	Tonifie et stimule	Infusion, décoction

Vomissements:

Plante	action	emploi
Mélicse	Antispasmodique, sédativc, digestive	Infusion, extrait
Aneth	Sédativc, calme les vomissements	Infusion de graines
Sauge	Antispasmodique, digestive	Infusion, essence

Troubles nerveux de l'estomac:

Plante	action	emploi
Valériane	Sédativc, calme la douleur	Infusion
Basilic	Calme les spasmes gastriques	Infusion, essence
Marjolaine	Calme les spasmes nerveux	Infusion, essence
Origan	Sédatif, antispasmodique, carminatif	Infusion, essence, en condiment

Aérophagie:

Plante	action	emploi
Aneth	Sédativc, calme les vomissements	Infusion de graines
Basilic	Calme les excès de gaz et d'éruclation	Infusion, essence
Marjolaine	Antiflatulente	Infusion, essence
Fenouil	Facilite l'expulsion des gaz digestifs	Infusion de graines, essence,

Gastrite:

Plante	action	emploi
Carotte	Normalise, cicatrisante	Crue ou cuite, en jus

Ulcère de l'estomac:

Plante	action	emploi
Carotte	Normalise, cicatrisante	Crue ou cuite, en jus
Chou	Cicatrisation des ulcères	Un ½ verre de jus avant les repas

Plantes pour l'intestin:**Gaz intestinaux:**

Plante	action	emploi
Carotte	Prévient les gaz intestinaux	Infusion de graines
Ail	Élimine les bactéries du colon	Cru, extrait, décoction
Aneth	Carminative	Infusion de graines
camomille	Digestive, carminative	Infusion, poudre, essence

Plante	action	emploi
Fenouil	Facilite l'expulsion des gaz	Infusion ou essence des graines
Menthe	Élimine les gaz et les putréfactions	Infusion, essence
Marjolaine	Antispasmodique, digestive	Infusion, essence
Sarriette	Apéritive, antispasmodique, carminative	Infusion, essence
Angélique	Élimine les gaz et les putréfactions	Infusion, décoction
Estragon	Apéritif, digestif, carminatif	Condiment, infusion, essence
Origan	Sédatif, antispasmodique, carminatif	Condiment ou infusion

Fermentations intestinales:

Plante	action	emploi
Lavande	Antiseptique	Essence, infusion
Myrtille	Normalise, évite les flatulences	Jus frais, décoction, infusion
Angélique	Élimine les gaz	Infusion, décoction
Courge	Adoucissant intestinal	Pulpe du fruit
Sauge sclérée	Calme les spasmes intestinaux	Infusion
Thym	Combat les putréfactions intestinales	Infusion, essence

Altération de la flore intestinale:

Plante	action	emploi
Ail	Équilibre la flore intestinale	Cru, extraits, décoction
Myrtille	Freine le développement des colibacilles	Jus frais, décoction, infusion
Oignon	Régule la flore intestinales	Cru, jus frais, cuit ou rôti
Thym	Combat les putréfactions intestinales	Infusion, essence

Colite:

Plante	action	emploi
Ail	Équilibre la flore intestinale	Cru, extraits, décoction
Noyer	Astringent, tonifiant	Infusion
Pommier	Anti-diarrhéique	Cru, ou cuit
Thym	Combat les putréfactions intestinales	Infusion, essence

Coliques intestinales:

Plante	action	emploi
Mélisse	Antispasmodique, sédatif, digestive	Infusion, extraits
Camomille	Digestive, antispasmodique	Infusion

Constipation:

Plante	action	emploi
Pissenlit	Laxatif léger et dépuratif	Feuille, jus frais, infusion
Chicorée	Active les mouvements Péristaltiques	Infusion

Atonie intestinale:

Plante	action	emploi
Fenouil	Facile l'expulsion des gaz	Infusion, essence
Camomille	Stimule la motilité du conduit digestif	Infusion
Pissenlit	Laxatif doux et dépuratif	Feuille, jus frais, infusion
Merisier	Laxatif doux, tonifiant	Cure

Parasites intestinaux:

Plante	action	emploi
Ail	Vermifuge	Lavement, cru, décoction
Myrtille	Élimine les oxyures	Cure
Oignon	Contre les ascaris et oxyures	Cru, jus frais
Absinthe	Vermifuge	Infusion
Estragon	Vermifuge	Infusion, essence
Menthe	Vermifuge, digestif	Infusion
Courge	Vermifuge	Graines
Thym	Vermifuge contre les ténias	Infusion, essence

Plantes pour l'anus et le rectum:**Hémorroïdes:**

Plante	action	emploi
Noisetier	Tonifie, hémostatique	Décoction, bain de siège
Citronnier	Améliore la circulation veineuse	Jus
Noyer	Astringent, antiseptique, cicatrisant	Bain de siège

Plantes pour l'appareil urinaire:**Lithiase urinaire:**

Plante	action	emploi
Carotte	Fortifiant urinaire	Cru, jus

Plante	action	emploi
Citronnier	Contre les calculs rénaux	Jus
Oignon	Élimination de l'acide urique	Cru, jus frais, bouilli ou rôti
Ortie	Élimination des résidus acides	Jus frais, infusion
Pommier	Diurétique	Cru, cuit, jus
Fraisier	Dissolution des calculs rénaux	Cure
Maïs	Sédatif, anti-inflammatoire	Infusion

Coliques néphrétiques:

Plante	action	emploi
Verveine	Antispasmodique, sédatif	Infusion
Camomille	Antispasmodique, digestive	Infusion, poudre, essence

Oedème:

Plante	action	emploi
Maïs	Diurétique, sédatif, anti-inflammatoire	Infusion
Asperge	Diurétique	En légume, infusion

Néphrite et Néphrose:

Plante	action	emploi
Pommier	Diurétique	Cru, cuit, décoction
Merisier	Diurétique	Décoction
Maïs	Diurétique, sédatif, anti-inflammatoire	Infusion
Courge	Diurétique, anti-inflammatoire	Pulpe
Bourrache	Élimine l'urée et l'acide urique	Jus frais des feuilles

Infection urinaire:

Plante	action	emploi
Ail	Antibiotique	Cru, extraits, décoction
Myrtille	Antiseptique urinaire	Infusion
Merisier	Diurétique	Cure
Thym	Diurétique, antiseptique	Infusion, cataplasmes

Cystite:

Plante	action	emploi
Violette	Emoliente, anti-inflammatoire	Infusion
Maïs	Diurétique, sédatif, anti-inflammatoire	Infusion

Plante	action	emploi
Courge	Désenflamme et détend la vessie	Graines

Plantes pour l'appareil génital masculin:

Affection de la prostate:

Plante	action	emploi
Courge	Freine le grossissement de la prostate	graines

Impuissance sexuelle:

Plante	action	emploi
Sarriette	Aphrodisiaque	Infusion, essence

Plantes pour l'appareil génital féminin:

Stérilité féminine:

Plante	action	emploi
Sauge	Favorise l'équilibre hormonale	Huile de graines

Crevasses du mamelon:

Plante	action	emploi
Fraisier	Astringent, anti-inflammatoire, cicatrisant	Compresse

Dysménorrhée:

Plante	action	emploi
Mélisse	Équilibrante, antispasmodique	Infusion
Camomille	Normalise les règles	Infusion
Basilic	Facilite la menstruation	Infusion, essence
Absinthe	Emménagogue puissant	Infusion
Verveine	Antispasmodique	Infusion
Menthe	Facilite la menstruation	Infusion
Ortie	Calme les règles douloureuses	Infusion
Sauge	Stimule et régularise les règles	Infusion, essence
Bourrache	Régulateur hormonal	Huile de graines

Règle irrégulière:

Plante	action	emploi
Laurier	Emménagogue	Infusion

Plante	action	emploi
persil	Stimule et régularise les règles	Infusion

Règles trop abondantes:

Plante	action	emploi
Noisetier	Vasoconstructeur	Décoction
Ortie	Vasoconstrictrice, hémostatique	Jus, infusion

Ménopause:

Plante	action	emploi
Sauge	Favorise l'équilibre hormonal	Infusion, essence

Leucorrhée:

Plante	action	emploi
Noyer	Astringent, anti-inflammatoire	Irrigations vaginales, infusion
Ortie	Astringente, anti-inflammatoire	Irrigations vaginales

Plantes pour le métabolisme:

Goutte:

Plante	action	emploi
Citronnier	Alcanise le sang	Jus
Ortie	Dépurative, diurétique, alcanisante	Jus frais, infusion
Pissenlit	Diurétique, dépuratif	Jus
Céleri	Diurétique	Salade, infusion, décoction
Fraisier	Dépuratif, alcalinisant	Cure
Haricot	Diurétique	Décoction
Merisier	Diminue le taux d'acide urique	Cure

Boulimie:

Plante	action	emploi
Laitue sauvage	Sédative	Décoction, jus frais
Valériane	Sédative	Infusion, macération, poudre
Marjolaine	Sédative, soulage l'anxiété	Infusion, essence

Diabète:

Plante	action	emploi
Ail	Normalise le taux de glucose	Cru, extrait décoction
Myrtille	Hypoglycémiant	Infusion de feuilles
Artichaut	Hypoglycémiant	Légume, infusion, jus, extraits
Chou	Baisse le taux de glucose	Jus de la plante
Noyer	Hypoglycémiant	Infusion
Haricot	Baisse le taux de glucose	Décoction
Sauge	Hypoglycémiant	Infusion

Hyperthyroïdie:

Plante	action	emploi
Carotte	Régularise la fonction de la thyroïde	Crue, jus
Maïs	Ralentit l'activité de la glande	Grains ou farine

Plantes pour l'appareil locomoteur:

Contusion:

Plante	action	emploi
Lavande	Anti-rhumatismale, anti-inflammatoire	Lotions, frictions
Hysope	Vulnéraire	Lavage

Entorse:

Plante	action	emploi
Lavande	Anti-rhumatismale, anti-inflammatoire	Lotions et frictions, huile, essence
Laurier	Anti-inflammatoire	Lotion à l'huile de laurier
Romarin	Vulnéraire, anti-rhumatismale	Friction, compresses

Douleur rhumatismale:

Plante	action	emploi
Lavande	Calme des douleurs	Lotions et frictions, huile, essence
Valériane	Analgésique	Infusion, macération, poudre
Piment	Révuksif, décongestionne	Cataplasmes piments piquants
Camomille	Anti-rhumatismale	Friction avec l'huile
Menthe	Anti-rhumatismale	Friction avec l'essence
Marjolaine	Anti-rhumatismale	Frictions, bains
Laurier	Anti-rhumatismal	Lotion avec l'essence
Origan	Anti-rhumatismal	Cataplasme, friction

Plante	action	emploi
Romarin	Vulnéraire, anti-rhumatismale	Frictions, compresses

Lumbago:

Plante	action	emploi
Laurier	Anti-rhumatismal	Lotion avec l'essence
Valériane	Analgésique	Infusion, macération, poudre
Piment	Révulsif, décongestionne	Cataplasmes piments piquants
Romarin	Vulnéraire, anti-rhumatismale	Frictions, compresses

Sciatique:

Plante	action	emploi
Laurier	Anti-rhumatismal	Lotion avec l'essence
Valériane	Analgésique	Infusion, macération, poudre
Verveine	Analgésique	Infusion, décoction, compresses
Moutarde	Révulsive, décongestionne	Cataplasme de farine

Arthrose:

Plante	action	emploi
Lavande	Anti-rhumatismale	Lotion, friction

Arthrite urique:

Plante	action	emploi
Ail	Active le métabolisme	Cru, extrait, décoction
Citronnier	Alcanise le sang	Jus
Ortie	Dépurative, diurétique, alcanisante	Jus, infusion
Fraisier	Dépuratif, alcanisant	Cure
Merisier	Soulage douleurs articulaires	Cure

Plantes pour la peau:

Blessures et Ulcères:

Plante	action	emploi
Camomille	Cicatrisante, émolliente, antiseptique	Lavage avec infusion
Noyer	Astringent, cicatrisant, antiseptique	Compresses, lavage
Romarin	Cicatrisant, antiseptique	Bains et lavages

Plante	action	emploi
Consoude	Accélère la cicatrisation	Compresses, cataplasme

Eczéma:

Plante	action	emploi
Carotte	Adoucit, embellit la peau	Cru, jus, cataplasme
Myrtille	Améliore les eczémas	Lotion, décoction
Ortie	Adoucissante	Lotion, compresse
Camomille	Anti-inflammatoire, antiseptique	bains
Pissenlit	Laxatif, dépuratif	Salade, jus, infusion

Cellulite:

Plante	action	emploi
Pissenlit	Laxatif, dépuratif	Salade, jus, infusion

Acné:

Plante	action	emploi
Carotte	Adoucit, embellit la peau	Cru, jus, cataplasme
Oignon	Adoucit, embellit, nettoie la peau	Lotion, compresses, cataplasmes
Chou	Cicatrisant, vénéraire, nettoie	Cataplasmes
Sureau noir	Sudorifique, dépuratif	Compresses ou lavages

Tranpiration excessive:

Plante	action	emploi
Sauge	Réduit la transpiration	Infusion, essence

Peau sèche:

Plante	action	emploi
Carotte	Adoucit, embellit la peau	Cru, jus, cataplasme
Citronnier	Adoucit, hydrate	Lotion
Fraisier	Adoucit, nettoie, embellit la peau	Cataplasmes, lotion

Plantes contre les infections:

Baisse des défenses:

Plante	action	emploi
Ail	Antibiotique naturel	Cru, extrait, décoction

Maladies fébriles:

Plante	action	emploi
Citronnier	Nettoie le sang	Jus

Plante	action	emploi
Camomille	Fait baisser la fièvre	Infusion
Pommier	Tonifiant, fébrifuge	Décoction
Bourrache	Dépuratif, sudorifique	Infusion
Sureau noir	Dépuratif, sudorifique	Infusion de fleurs

Diphthérie:

Plante	action	emploi
Citronnier	Fait disparaître les bacilles	Badigeon de jus

Salmonéllose:

Plante	action	emploi
Ail	Antibiotique	Cru, extraits, décoction
Pommier	Anti-diarrhéique	Fruits crus ou cuits
Thym	Antibiotique	Infusion, essence

Coqueluche:

Plante	action	emploi
Laitue sauvage	Sédative, anti-tussive	Décoction, jus frais
Origan	Expectorant	Infusion, essence, fumigation
Châtaignier	Anti-tussif	Décoction

Grippe:

Plante	action	emploi
Citronnier	Nettoie le sang	Jus
Sureau noir	Sudorifique, dépuratif	Infusion

Plantes pour d'autres maladies:

Brûlures:

Plante	action	emploi
Consoude	Cicatrisante, riche en allantoïde	Compresse, cataplasmes

Alcoolisme:

Plante	action	emploi
Radis	Désintoxique, décongestionne le foie	Jus, racines

Tabagisme:

Plante	action	emploi
Carotte	Accélère l'élimination de la nicotine	Crue, jus
Ail	Désintoxicant	Cru, extrait, décoction
Radis	Désintoxique, décongestionne le foie	Jus, racines
Sauge	Favorise l'hygiène buccale	Bains de bouches, gargarisme

Piqûres d'insectes:

Plante	action	emploi
Lavande	Antiseptique, cicatrisante	Lavage et compresse
Persil	Soulage les piqûres	Cataplasme, lotion, jus

Cancer:

Plante	action	emploi
Carotte	Antioxydant	Crue, cuite, jus
Ail	Prévient les tumeurs malignes	Cru, extrait, décoction
Oignon	Préventif cancer de l'intestin	Cru, jus, cuit
Chou	Préventif	Jus frais