

PAMP : PLANTES AROMATIQUES MEDICINALES ET A PARFUM

Voici quelques plantes médicinales appelées « aromatiques et à parfum » que nous pouvons trouver en Haute Provence

**Attention, assurez-vous que c'est la bonne plante. Si vous avez le moindre doute référez-vous à un ouvrage, internet ou un autochtone connaisseur ! Pour bien les reconnaître, vérifiez toujours la fleur, les feuilles et quelquefois la forme de la tige !
Ne sous-estimons pas le pouvoir des plantes !**

LA LAVANDE : (labiacée)

Ses propriétés sont surtout calmantes et antiseptiques bactéricides).

Se révèle aussi efficace lors des affections pulmonaires toux et rhumatismales.

Utilisée en infusions, dans les bains (surtout pour calmer les enfants) et en essence contre les brûlures et les infections.

Dans les Alpes, quand les chiens sont mordus par les vipères, les chasseurs cueillent de la lavande, la froissent et la frottent sur la morsure, ce qui neutralise le venin.

Les fleurs de lavande servent aussi à aromatiser le linge et préservent des mites.

LE THYM : (labiacée : Barigoule ou Farigoule)

Symbole de Courage.

Ses propriétés en font un grand tonique général et psychique ; il active les défenses de l'organisme en stimulant la production des globules blancs lors des maladies infectieuses.

A prendre en infusion ou huile essentielle

C'est aussi un antiseptique intestinal, pulmonaire et urinaire .C'est l'un des plus anciens remèdes contre les morsures.

Pour les enfants malades, on le conseille sous forme de tisanes ou de bains pour les apaiser et qu'ils puissent retrouver un bon sommeil.

Remède contre l'alcoolisme et l'épilepsie en tisane durant toute l'année.

Le thym est employé depuis les temps les plus anciens par les médecins Egyptiens,

Etrusques, Grecs etc. Dans l'Antiquité, il est utilisé pour empêcher les fausses couches et accélérer les accouchements. C'était aussi un remède contre la lèpre, les paralysies et les maladies des nerfs.

On peut aussi mettre les fleurs dans une bouteille et faire macérer avec de l'huile pendant 10 jours afin d'obtenir une excellente huile de thym !

LE ROMARIN (labiacée)

Symbole d'Immortalité.

Ses propriétés en font un stimulant général, notamment des surrénales et cardiovasculaire.

Augmente les sécrétions biliaires, agit dans les affections du système nerveux et se révèle un excellent cicatrisant des plaies et brûlures. Sous toutes réserves ; il peut avoir des vertus aphrodisiaques en bains mélangé à de la sauge, de l'origan, de la menthe et de la muscade concassée...

Par contre, en quantité exagérée, le romarin a un pouvoir fortement épileptique et rend les animaux craintifs.

Vers 100 avant JC, un médecin Syrien (Archigène) fut le premier à tenter d'extraire l'huile essentielle contenue dans le romarin. Les Grecs s'en servaient comme encens lors des cérémonies funéraires, ainsi que pour conserver les corps.

Au Moyen-Age, le romarin est considéré comme une plante magique, possédant un grand pouvoir protecteur et faisait donc partie des plantes « sacrées »

Il était de tradition de dire que dans une maison, le romarin portait chance et éloignait le mauvais sort. Mais attention, à forte dose il peut devenir une drogue !

LA SAUGE (labiacée)

Plante bénéfique, en effet, son nom dérivé du latin « Salvia » veut dire : sauver, soigner.

Symbole d'immortalité.

Ses 450 espèces différentes poussent sur tous les continents et elle reste un remède populaire très employé en étant l'une des plantes médicinales les plus renommées.

Ses propriétés sont stimulantes, antispasmodique mais comme elle contient un principe œstrogène, elle reste surtout employée en gynécologie pour les traitements des congestions du petit bassin, de la stérilité, de la ménopause et réduit les douleurs de l'accouchement.

Elle est aussi utilisée lors des crises d'asthme, des troubles intestinaux ou biliaires et contre les piquûres de guêpes ou la chute des cheveux.

Selon la légende, son surnom est « la toute bonne » et les druides lui conféraient le pouvoir de ressusciter les personnes décédées.

Pour les Egyptiens, elle préservait de la stérilité et se révélait un puissant remède contre les blessures affectives.

LA SARRIETTE : (« Pèbre d'Ail », « Poivre d'Ane », « Herbe de St Julien »)

Ses propriétés sont essentiellement stimulantes intellectuelle et sexuelle et surtout antibactériennes.

Elle est utilisée dans le traitement de nombreuses infections et elle présente une grande supériorité d'action à ce niveau par rapport aux autres plantes. C'est un merveilleux ANTIBIOTIQUE !

Ses vertus fortifiantes et surtout aphrodisiaques lui ont valu le surnom ' d'herbe à satyre » ou « herbe de l'amour » et certains herboristes ont suggéré sa consommation à la place de celle du ginseng. On dit aussi qu'elle promet longue vie à ceux qui en prennent régulièrement.

LE GENEVRIER : (Conifère ; Genièvre)

Symbole de protection et de secours.

On utilise les baies, le bois et les feuilles.

Le genévrier agit surtout sur la lassitude générale ou organique, sur les affections des voies urinaires et le diabète. Il se révèle aussi un tonique des viscères, un excitant général des sécrétions et un antiseptique.

Les baies de genièvre sont très efficaces contre les rhumatismes, l'arthrite et le diabète ; (moudre chaque jour une dizaine de baies et les absorber avec de l'eau pendant 15 jours à un mois).

Le bois de genévrier favorise la cicatrisation. (pris en décoction).

On utilisait les baies de genièvre grillées pour désinfecter les habitations lors des épidémies et cet arbuste a donc gardé des vertus purificatrices.

Il a aussi la réputation de protéger des serpents et ses feuilles épineuses éloignent les esprits porteurs de maladies et les sorcières.

Mais il ne doit pas être utilisé chez la femme enceinte car il favorise l'avortement.

Les feuilles de **coquelicot** calment aussi la toux



L'HYSOPE :(labiacée, « herbe sacrée des Hébreux »)

Elle est surtout utilisée pour combattre les affections bronchiques et les paresse digestives.

Employée en cataplasmes pour soigner les blessures et les « bleus ».

Mais attention, elle peut provoquer une véritable crise d'épilepsie chez l'homme et elle reste donc vivement déconseillée aux personnes présentant des troubles nerveux !!

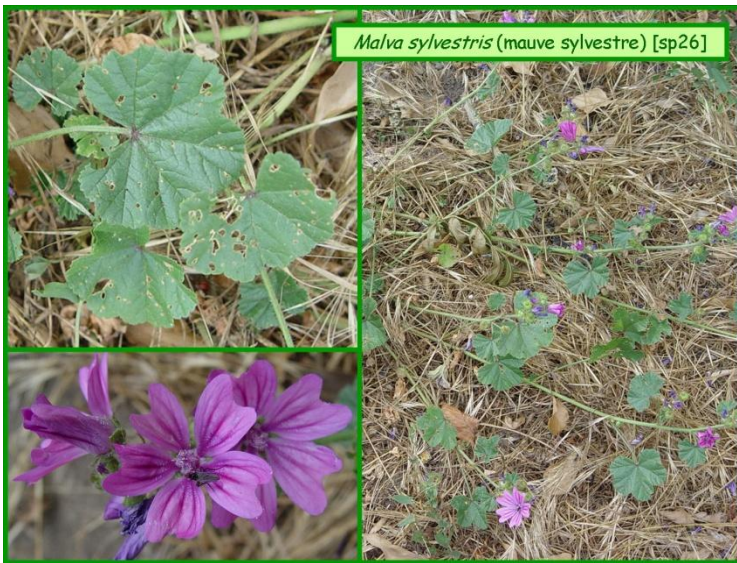
Le SOUCI ou calendula



Cicatrisant et antiseptique. L'huile s'applique sur les petites blessures du quotidien.

Recouvrir 3 fois leur volume avec de l'alcool à 40 °C. Macération pendant 10 jours, filtrer, laisser reposer au frais dans l'obscurité.

MAUVE



Les fleurs en infusion ou en gargarisme soignent les angines, les bronches et la toux.

Les tiges en infusions régulent les intestins et la vessie.

Les feuilles peuvent être utilisées comme pansement sur les brûlures et inflammation. Les feuilles en décoction (15min) peuvent être utilisées pour un lavement vaginal.

Les feuilles bouillies avec leurs racines sont efficaces contre le poison !

Le Cade, l'Ortie, la Bourrache, La Camomille matricaire, le Pissenlit, la Millepertuis et bien d'autres encore sont toutes des PAMP aux vertus peu connues et peu utilisées.

Je vous laisse les découvrir.....