

PHYTOTHERAPIE



Par Mady Pirard
Diplômée et certifiée par
L'Ecole Européenne d'Herboristerie-2007
Hippocratus Phyto-Aromathérapie médicale -2014



Formation à distance en
Aromathérapie de la santé
Herboristerie
Phytothérapie

<https://www.phyterma.eu>
info@phyterma.eu

PHYTOTHERAPIE

2ème Partie

Les pathologies courantes et leurs plantes

28. Conseils

28.1. La tisane - Informations supplémentaires

28.2. Le dosage en phytothérapie en fonction de l'âge et du poids

29. Le drainage en phytothérapie

Formation à distance en Phytothérapie - PHYTERMA

Copyright © Mady Pirard 2021 5

29.1. Le foie

29.2. Les intestins

29.3. Les reins

29.4. Les poumons

29.5. La peau

29.6. Quand et comment pratiquer les cures en phytothérapie

29.7. Le drainage reste indispensable

29.8. Les plantes du drainage

30. Les troubles gastro intestinaux

30.1. Mécanisme de la digestion

30.2. Quelques notions de diététique

30.3. Les affections courantes de l'appareil digestif et leurs remèdes

30.3.1. La cavité buccale

30.3.2. Les troubles gastriques

30.3.3. L'insuffisance hépatobiliaire

30.3.4. Les troubles de l'intestin

31. La phytothérapie et les problèmes de poids

31.1. L'obésité

31.2. La maigreur

32. La douleur en phytothérapie

33. Système sanguin et cardiovasculaire

33.1. Le sang

33.2. La mauvaise circulation

33.3. Quelques troubles courants

33.3.1. La tachycardie

33.3.2. La tension

33.3.3. Les hémorroïdes

33.3.4. Les troubles de la mémoire

34. Les troubles rhumatismaux

34.1. L'arthrose ou rhumatisme dégénératif

34.2. Tableau des plantes utilisées dans les affections rhumatismales

- 34.3. L'arthrite ou rhumatisme inflammatoire**
- 34.4. La polyarthrite rhumatoïde**
- 34.5. La goutte**
- 34.6. La fibromyalgie**
- 35. Bien-être féminin**
 - 35.1. Anatomie et physiologie féminine**
 - 35.2. Les troubles de la femme**
 - 35.2.1. Syndrome prémenstruel**
 - 35.2.2. Les dysménorrhées**
 - 35.2.3. Les troubles des saignements**
 - 35.2.4. L'endométriose**
 - 35.2.5. La ménopause**
 - 35.2.6. Phytothérapie**
 - 35.2.7. Les rééquilibrants hormonaux**
 - 35.2.8. Les antispasmodiques**
 - 35.2.9. Les hémostatiques**
 - 35.2.10. Les plantes de la bonne humeur**
 - 35.2.11. Les plantes agissant sur les bouffées de chaleur**
- 36. Troubles de l'appareil génital masculin**
- 37. Les maladies de la peau**
 - 37.1. Constitution de la peau**
 - 37.2. Les maladies de la peau et leurs remèdes**
- 38. Les organes respiratoires et ORL**
 - 38.1. Les troubles ORL et leurs remèdes**
 - 38.2. Les troubles des poumons et leurs remèdes**
- 39. Le système nerveux et les personnalités d'individus**
 - 39.1. Les troubles les plus courants et leurs remèdes**
- 40. Les maladies de l'enfance**
 - 40.1. Les maladies à boutons**
 - 40.2. Les maladies sans boutons**

3ème partie

Monographie – 95 plantes

Test - Certificat de « Conseil en Phytothérapie » à votre demande

Bibliographie

...

...

Les mécanismes de la migraine

L'origine de la migraine est complexe. En effet, c'est toute une cascade de réactions dans le système nerveux qui provoquerait cet intense mal de tête. On a récemment découvert un mécanisme neurologique permettant d'expliquer pourquoi la lumière exacerbe la douleur de la migraine tandis que l'obscurité la calme. Ces réactions en chaîne ont des effets non seulement sur les vaisseaux sanguins, mais aussi sur l'inflammation, les neurotransmetteurs et d'autres éléments.

Faute de comprendre à fond les mécanismes de la migraine, on en connaît tout de même de mieux en mieux les éléments déclencheurs et les moyens de la traiter.

REMEDES

En aromathérapie

L'huile essentielle de menthe poivrée est tout indiquée pour les maux de tête. 2 gouttes sur le front en partant du centre vers les tempes donnent d'excellent résultat.

La lavande vraie peut y être ajoutée. Dans ce cas, 1 goutte de chaque.

En tisane

La grande camomille *Tanacetum parthenium*.

Préparation et utilisation

Verser 5 g de cette plante dans 250 ml d'eau. Amener aux premiers frémissements, retirer de la source de chaleur et laisser infuser 3 minutes à couvert. Filtrer.

Prendre 2 à 3 tasses par jour.

Angoisse :

Désigne un état de mal-être qui se manifeste par une sensation interne d'oppression et de resserrement ressentie au niveau du plexus solaire, ceci s'accompagnant généralement d'une crainte de malheurs ou de mort. La crise se manifeste par une attaque de panique. La crise d'angoisse aiguë apparaît de façon brutale et dure de quelques minutes à quelques heures. La personne va ressentir une peur intense, une sensation de danger immédiat et des sensations physiques désagréables (palpitation, sueurs, tremblements, douleurs thoraciques, etc.).

REMEDES

Aromathérapie

Ingrédients

1 ml d'HE d'Encens *Boswellia carterii*
2 ml d'HE de Marjolaine à coquilles *Origanum majorana*
2 ml d'HE de Camomille noble *Chamaemelum nobile*
3 ml d'HE de Petit grain bigarade *Citrus aurantium*
2 ml d'HE de Mandarine *Citrus reticulata*
10 ml d'HV d'amande douce ou autre.

Préparation et conseils

5 ou 6 gouttes et au besoin sur le plexus solaire.

Gemmothérapie et aromathérapie

Ingrédients

25 ml d'alcool à 96°
2 ml d'HE de Marjolaine à coquilles *Origanum majorana*
3 ml d'HE de Camomille noble *Chamaemelum nobile*
3 ml d'HE de Petit grain bigarade *Citrus aurantium*
2 ml d'HE de Ylang ylang *Cananga odorata*
30 ml de Figuier *Ficus carica*
30 ml de Tilleul *Tillia cordata*
30 ml d'Aubépine *Crataegus oxyacantha*

Préparation et conseils

Mélanger d'abord les HE dans l'alcool en agitant bien et ensuite ajouter les macérâts concentrés.

Prendre 20 gouttes de ce mélange dans un verre d'eau, 2 à 3 x/ jour selon les besoins.

...

...

Bibliographie :

- « La phytothérapie entre science et tradition » P. Depoërs, F. Ledoux, P. Meurin Ed. Amyris 2002
- « Huiles essentielles – 2000 ans de découvertes aromathérapeutiques pour une médecine d'avenir » – Dominique Baudoux - Auto édition
- L'aromathérapie « Se soigner par les huiles essentielles » de Dominique Baudoux - Ed. Amyris 2001
- « L'argile, médecine ancestrale » Philippe Andrianne Ed. Amyris 2003
- « La Gemmothérapie : Médecine des bourgeons » Philippe Andrianne Ed. Amyris 2000
- « L'herboristerie » Patrice de Bonneval Ed DésIris 1999
- « La plante médicinale de la tradition à la science » Dr C. Duraffourd et J.C. Lapraz et R. Chemli
- « Le livre des bonnes herbes ». P. Lieutaghi - Actes Sud 1996
- « ABC de la phytothérapie dans les maladies infectieuses » Dr C. Duraffourd et J.C. Lapraz et Dr J. Valnet 1998
- « L'encyclopédie des plantes aromatiques et médicinales » N. Vermeulen
- « Guide pratique de phytothérapie » R. Fauron – R. Moatti
- « Utiliser les plantes médicinales à bon escient » Dr Roger Moatt Albin Michel 1990
- « Soins naturels pour amateurs de plein air » Sylvie Hampikian Ed. Terre vivante
- « L'apithérapie Médecine des abeilles » Pr. Th. Cherbuliez Pr. R. Domerego Ed. Amyris
- « L'hydrolathérapie » Thérapie des eaux florales Lydia Bosson G. Dietz Ed. Amyris
- « Les huiles végétales » Chantal et Lionel Clergeaud Ed. Amyris 2003
- « Phyto-aromathérapie pratique » Marcel Bernadet Ed Dangles 1983
- « Drogues végétales et plantes médicinales » Marc Delfosse APB 1998
- « Secret d'une herboriste » Marie-Antoinette Mulo Ed. Dauphin 2007-2009
- « « Plantes médicinales » Frantisek Stary – Hana Storchova Ed. Gründ 2002
- « Le guide phytothérapie » Dr Daniel Scimeca et Dr Max Tétou Ed. Alpen 2008
- « Les plantes sauvages » Thierry Thévenin Ed. Lucien Souny 2008
- « Les recettes secrètes de mon herbaliste » Ch. Bernard Ed. La source vive 2015

- « Toutes les plantes qui soignent » Pr Ameenah Gurib-Fakim Ed. Michel Lafon 2008

Sites internet :

www.wikiphyto.org

www.doctissimo.fr

www.passeportsante.net