

Herb Art

PLANTE MÉDICINALE



CONSOUDE

Symphytum officinale L.

Première année

Deuxième trimestre

Herb Art
PLANTE MÉDICINALE



CONSOUDE
Symphytum officinale L.

Ce document rassemble des informations transmises selon la tradition des herboristes d'hier et d'aujourd'hui.

Les informations contenues dans ce document n'excluent en aucun cas le recours préalable à un diagnostic établi par un professionnel de la santé et ne peuvent remplacer celui-ci.

Malgré tout le soin apporté à la recherche et à la rédaction concernant ce document, une erreur aura pu s'y glisser. L'éditeur et toutes les personnes ayant travaillé au présent document ne pourront être tenus responsables des conséquences ou résultats, quels qu'ils soient, ou d'une interprétation erronée.

Tous les textes, photographies, dessins et illustrations du présent ouvrage sont protégés par la Loi sur le droit d'auteur.

Toutes représentations, reproductions, archivages, transmissions intégrales ou partielles, par quelque procédé que ce soit, sont strictement interdits.

Direction éditoriale et pédagogique : Natacha Imbeault

Recherche et rédaction : Johanne Fontaine

Révision de contenu : Natacha Imbeault

Relecture d'épreuves : Lily Monier

Mise en page : Sylvie Bellay

© Danièle Laberge pour les photographies

sauf #1 © Natacha Imbeault et #2 © Sylvie Bellay

© Aline Bérard

pour les illustrations

Consoude

© 2010 L'Herbothèque

L'Herbothèque inc.

Lantier

(Québec) Canada

(819) 326-4516

herbo@herbotheque.com

www.herbotheque.com

ISBN : 978-2-89486-207-0

Pour protéger l'environnement, ce livre est imprimé sur du papier « Rolland Hitech 50 » de Cascades qui a les spécifications suivantes :

• Contient 50 % de fibres postconsommation et 50 % de fibres vierges certifiées FSC

• Certifié ÉcoLogo et FSC Sources Mixtes

• Fabriqué à partir d'énergie biogaz



Sources Mixtes
Cert no. SW-COC-001501
© 1996 FSC

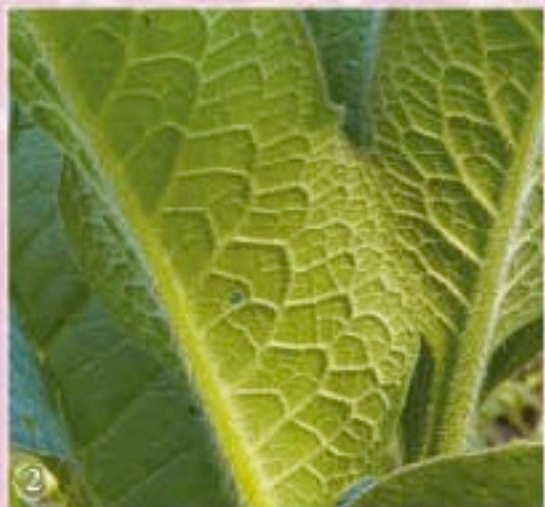


TABLE DES MATIÈRES

A. INTRODUCTION.....	7
B. IDENTIFICATION BOTANIQUE	8
FAMILLE.....	8
NOMS	8
ÉTYMOLOGIE.....	8
ORIGINE DE LA PLANTE	8
C. HISTORIQUE, FOLKLORE, LÉGENDES.....	9
Sirop de consoude de Fernel	9
LÉGENDE	10
D. DESCRIPTION BOTANIQUE	11
TYPE	11
ASPECT, HAUTEUR, VOLUME	11
RACINE	11
TIGE	11
FEUILLE.....	11
FLEUR	11
FRUIT	11
GRAINE.....	12
ODEUR	12
GOÛT	12
E. PLANTES SEMBLABLES	13
F. PARTIES UTILISÉES.....	14
G. COMPOSITION	15
H. HABITAT NATUREL ET CULTURE	16
BESOINS.....	16
SEMIS.....	16
TRANSPLANTATION.....	16
PROPAGATION	16
COMPAGNONNAGE.....	16
CULTURE COMMERCIALE	16
Évaluation de la consoude en vue de l'alimentation du bétail en Ouganda....	16
I. RÉCOLTE.....	18
LES FEUILLES	18
LES FLEURS.....	18
LES RACINES.....	18

J. TRANSFORMATION.....	19
TISANE.....	19
CONCENTRÉ LIQUIDE.....	19
SÉCHAGE.....	20
MACÉRATION DANS L'HUILE.....	20
K. UTILISATIONS CULINAIRES.....	21
RECETTES.....	21
Crêpes salées de consoude.....	21
L. UTILISATIONS COSMÉTIQUES.....	22
Bain de vapeur.....	22
Masque pour peau sèche.....	22
Soin antirides et pour poches sous les yeux.....	22
M. AUTRES UTILISATIONS.....	23
ORNEMENTALE.....	23
DOMESTIQUE.....	23
N. UTILISATIONS MÉDICINALES.....	24
PROPRIÉTÉS.....	24
Propriétés prédominantes.....	24
PRÉCAUTIONS.....	24
POSOLOGIE.....	25
MÉTABOLISME.....	25
SYSTÈME TÉGUMENTAIRE.....	25
Cataplasme de feuilles de consoude.....	26
Onguent cicatrisant à la consoude et la calendule.....	26
SYSTÈME MUSCULAIRE ET OSSEUX.....	26
SYSTÈME NERVEUX.....	26
ORGANES DES SENS.....	27
SYSTÈME GLANDULAIRE.....	27
SYSTÈME CIRCULATOIRE.....	27
SYSTÈME RESPIRATOIRE.....	27
SYSTÈME DIGESTIF.....	27
SYSTÈME URINAIRE.....	27
SYSTÈME REPRODUCTEUR.....	27
PÉRINATALITÉ.....	28
O. ÉLIXIR DE FLEUR.....	29
P. ASPECTS SUBTILS.....	30

Q. RECHERCHES	31
R. INTERACTIONS	32
S. ANNEXE	33
T. BIBLIOGRAPHIE	35
SITES INTERNET	36



Herbothèque
Institut de formation en herboristerie
et en médecine traditionnelle