

Herb Art

PLANTE MÉDICINALE



LAVANDE

Lavandula angustifolia Mill.

Herb Art

PLANTE MÉDICINALE



LAVANDE
Lavandula angustifolia Mill.

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, Catherine Lalonde, Marie-Claude Sagala

Révision de contenu : Natacha Imbeault

Relecture d'épreuves : Nathalie Larose

Mise en page : Nicolas Bilodeau, Sylvie Bellay

© Danièle Laberge
pour les photographies

© Aline Bérard
pour les illustrations

Lavande

© 2010 L'Herbothèque

L'Herbothèque inc.

Lantier

(Québec) Canada

(819) 326-4516

herbo@herbotheque.com

www.herbotheque.com

ISBN : 978-2-89486-308-4

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

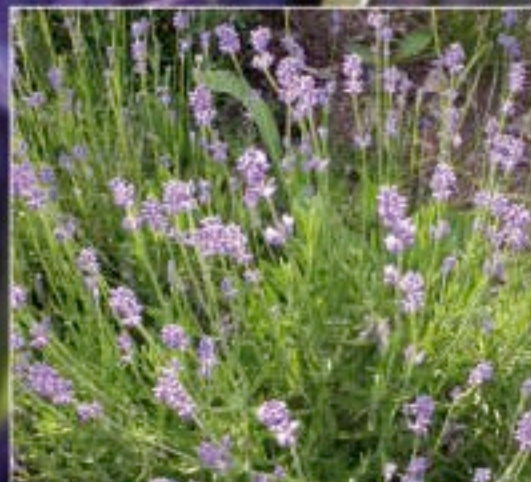
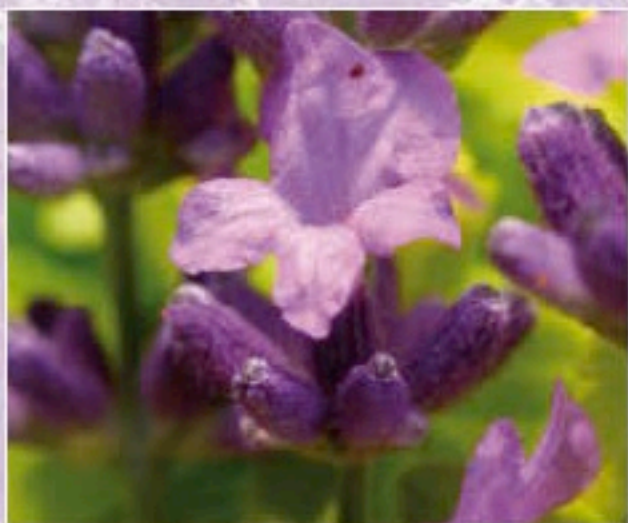
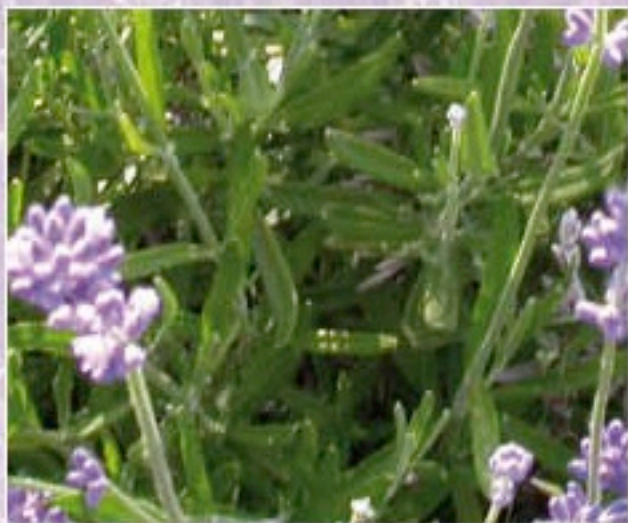


TABLE DES MATIÈRES

A. INTRODUCTION.....	7
B. IDENTIFICATION BOTANIQUE	8
FAMILLE.....	8
NOMS	8
ÉTYMOLOGIE.....	8
ORIGINE DE LA PLANTE	8
C. HISTOIRE, FOLKLORE ET LÉGENDES.....	9
D. DESCRIPTION BOTANIQUE	11
TYPE	11
ASPECT, HAUTEUR, VOLUME	11
TIGE	11
FEUILLES	11
FLEURS.....	11
GRAINES	11
ODEUR	11
GOÛT	12
E. PLANTES SEMBLABLES	13
F. PARTIES UTILISÉES.....	14
G. COMPOSITION	15
H. HABITAT NATUREL ET CULTURE	16
BESOINS.....	16
SEMIS.....	17
TRANSPLANTATION.....	17
PROPAGATION	17
COMPAGNONNAGE.....	18
MALADIES ET PARASITES	18
CULTURE COMMERCIALE	18
I. RÉCOLTE.....	19
LES FLEURS.....	19
LES PARTIES AÉRIENNES	19
J. TRANSFORMATION.....	20
TISANE.....	20
CONCENTRÉ LIQUIDE.....	20
SÉCHAGE.....	20
MACÉRATION DANS L'HUILE	20

K. UTILISATIONS CULINAIRES	22
Sucre floral	22
Gelée de pommettes et fleurs de lavande	22
Tisane à la lavande et à l'abricot	23
Poulet à la lavande	23
L. UTILISATIONS COSMÉTIQUES	24
Lotion de rinçage pour cheveux gras.....	24
Poudre désodorisante à la lavande.....	24
M. AUTRES UTILISATIONS.....	26
ORNEMENTALES	26
DOMESTIQUES	26
Coussin magique	26
ARTISANALES	27
N. UTILISATIONS MÉDICINALES	28
PROPRIÉTÉS.....	28
Propriétés prédominantes	28
PRÉCAUTIONS.....	28
POSOLOGIE	29
MÉTABOLISME.....	29
SYSTÈME TÉGUMENTAIRE.....	29
SYSTÈME MUSCULAIRE ET OSSEUX.....	30
SYSTÈME NERVEUX	30
ORGANES DES SENS	31
SYSTÈME GLANDULAIRE	31
SYSTÈME CIRCULATOIRE.....	31
SYSTÈME RESPIRATOIRE.....	31
Huile décongestionnante pour usage externe	31
Bain pour enfants asthmatiques	32
SYSTÈME DIGESTIF.....	32
SYSTÈME URINAIRE	32
SYSTÈME REPRODUCTEUR	32
PÉRINATALITÉ.....	33
O. ÉLIXIRS DE FLEURS	34
P. ASPECTS SUBTILS	35
MÉDECINE AYURVÉDIQUE	35
CARACTÉRISTIQUES EN MÉDECINE CHINOISE.....	35

AUTRES.....	35
Q. RECHERCHES.....	37
R. INTERACTIONS	38
S. ANNEXE	39
TABLES DE CONVERSION	39
T. BIBLIOGRAPHIE	41
SITES INTERNET	42



Herbothèque
Institut de formation en herboristerie
et en médecine traditionnelle