

Herb Art

PLANTE MÉDICINALE



LIERRE TERRESTRE

Glechoma hederacea L.

Herb Art

PLANTE MÉDICINALE



LIERRRE TERRESTRE
Glechoma hederacea 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, Catherine Lalonde

Révision de contenu : Natacha Imbeault

Relecture d'épreuves : Lily Monier

Mise en page : Nicolas Bilodeau, Sylvie Bellay

© Danièle Laberge
pour les photographies

© Aline Bérard
pour les illustrations

Lierre terrestre
© 2010 L'Herbothèque

L'Herbothèque inc.
Lantier
(Québec) Canada
(819) 326-4516
herbo@herbotheque.com
www.herbotheque.com

ISBN : 978-2-89486-266-7

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
RACINE	11
TIGE	11
FEUILLES	11
FLEURS.....	11
FRUITS	12
GRAINES	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
I. RÉCOLTE.....	17
LES SOMMITÉS FLEURIES	17
LES FEUILLES	17
J. TRANSFORMATION.....	18
TISANE.....	18
CONCENTRÉ LIQUIDE.....	18
SÉCHAGE.....	18
MACÉRATION DANS L'HUILE	18

K. UTILISATIONS CULINAIRES	19
L. UTILISATIONS COSMÉTIQUES	20
M. AUTRES UTILISATIONS.....	21
ORNEMENTALE.....	21
APICULTURE	21
N. UTILISATIONS MÉDICINALES	22
PROPRIÉTÉS.....	22
Propriétés prédominantes	22
PRÉCAUTIONS.....	22
POSOLOGIE	22
MÉTABOLISME.....	23
Cataplasme pour tumeurs aux seins du Dr Christopher	23
Cataplasme anticellulite.....	23
SYSTÈME TÉGUMENTAIRE.....	24
SYSTÈME MUSCULAIRE ET OSSEUX.....	24
SYSTÈME NERVEUX	24
ORGANES DES SENS	24
Poudre sternutatoire	24
SYSTÈME GLANDULAIRE	24
SYSTÈME CIRCULATOIRE.....	24
SYSTÈME RESPIRATOIRE.....	25
Vinaigre pectoral	25
Huile décongestionnante	25
SYSTÈME DIGESTIF.....	26
SYSTÈME URINAIRE	26
SYSTÈME REPRODUCTEUR.....	26
PÉRINATALITÉ.....	26
O. ÉLIXIRS DE FLEURS	27
P. ASPECTS SUBTILS	28
MÉDECINE AYURVÉDIQUE	28
OBSERVATION GOETHÉENNE SELON PÉLIKAN	28
AUTRES.....	28
Q. RECHERCHES.....	29
R. INTERACTIONS	30
S. ANNEXE	31
TABLES DE CONVERSION	31

T. BIBLIOGRAPHIE	33
SITES INTERNET	33



Herbothèque
Institut de formation en herboristerie
et en médecine traditionnelle