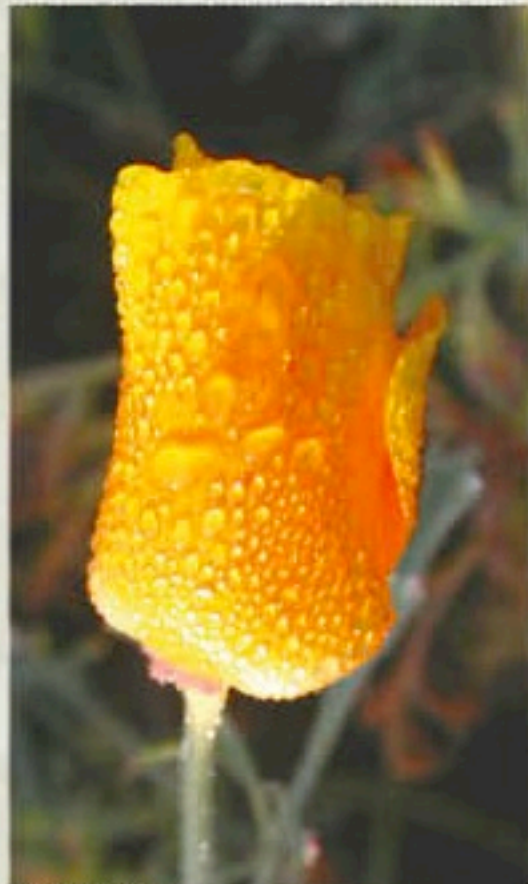


Herb Art

PLANTE MÉDICINALE



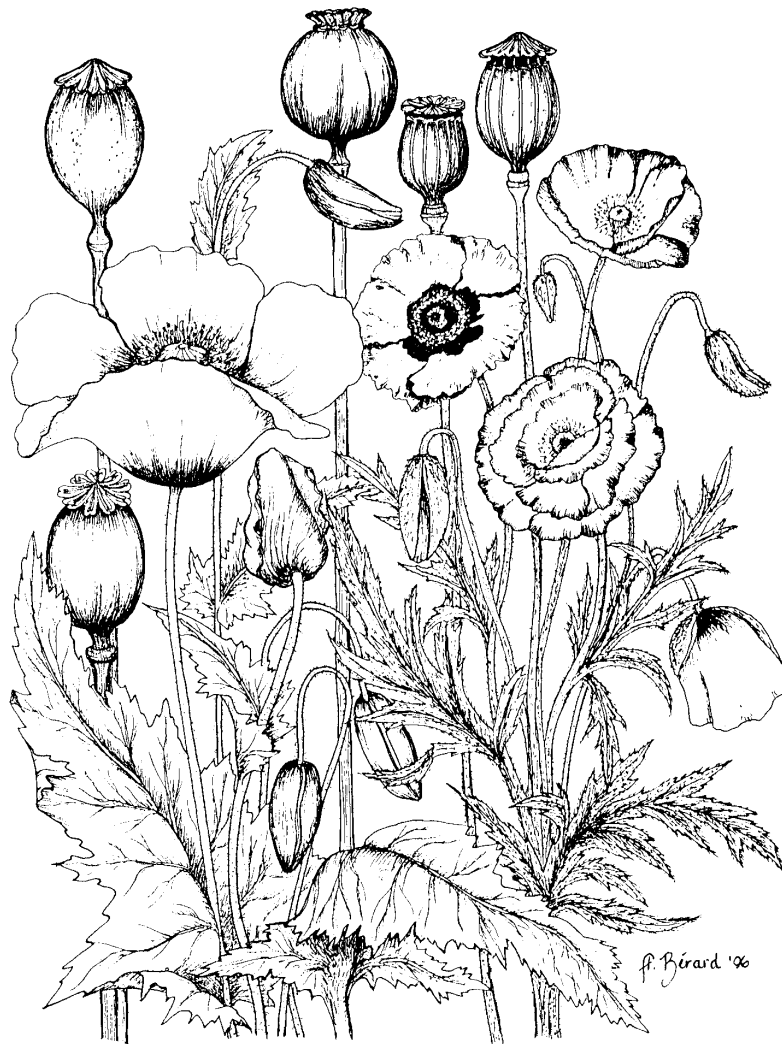
Coquelicot



Pavot de Californie

PAVOT
Papaver spp.

Herb Art
PLANTE MÉDICINALE



PAVOT
Papaver spp.

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 : Violette Dumont

Mise en page : Nicolas Bilodeau, Sylvie Bellay

© Danièle Laberge
pour les photographies

© Aline Bérard
pour les illustrations

Pavot
© 2010 L'Herbothèque

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

ISBN: 978-2-89486-307-7

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	9
C. HISTOIRE, FOLKLORE ET LÉGENDES.....	10
D. DESCRIPTION BOTANIQUE	14
TYPE	14
ASPECT, HAUTEUR, VOLUME	14
RACINE	14
TIGE	14
FEUILLES	14
FLEURS.....	15
FRUITS	15
GRAINES	16
ODEUR	16
GOÛT	16
E. PLANTES SEMBLABLES	17
F. PARTIES UTILISÉES.....	20
G. COMPOSITION	21
H. HABITAT NATUREL ET CULTURE	22
BESOINS	22
SEMIS.....	22
TRANSPLANTATION.....	22
PROPAGATION	22
COMPAGNONNAGE.....	22
MALADIES ET TRAITEMENTS	23
I. RÉCOLTE.....	24
LES FLEURS.....	24
LES FEUILLES	24
LES GRAINES.....	24
LE LATEX.....	24
J. TRANSFORMATION.....	25
TISANE.....	25

CONCENTRÉ LIQUIDE.....	25
SÉCHAGE	25
MACÉRATION DANS L'HUILE	25
K. UTILISATIONS CULINAIRES	26
Salade de rosettes de coquelicots aux fleurs sauvages.....	26
Vin de coquelicot	26
Pétales confits.....	27
Muffins de seigle au citron et aux graines de pavot.....	28
Petits pains	28
Biscuits aux graines de pavot	28
Un biscuit fourré	28
L. UTILISATIONS COSMÉTIQUES	30
M. AUTRES UTILISATIONS.....	31
ORNEMENTALE.....	31
DOMESTIQUE.....	31
ARTISANALE	31
N. UTILISATIONS MÉDICINALES	32
PROPRIÉTÉS.....	32
PROPRIÉTÉS PRÉDOMINANTES	32
PRÉCAUTIONS.....	32
POSOLOGIE	33
MÉTABOLISME.....	33
SYSTÈME TÉGUMENTAIRE.....	33
SYSTÈME MUSCULAIRE ET OSSEUX.....	34
SYSTÈME NERVEUX	34
Sirop calmant	34
ORGANES DES SENS	34
Cataplasme apaisant	35
SYSTÈME GLANDULAIRE	35
SYSTÈME CIRCULATOIRE.....	35
SYSTÈME RESPIRATOIRE.....	35
Tisanes pectorales	36
SYSTÈME DIGESTIF.....	36
SYSTÈME URINAIRE	36
SYSTÈME REPRODUCTEUR	36
PÉRINATALITÉ.....	36

O. ÉLIXIRS DE FLEURS	37
P. ASPECTS SUBTILS	38
Q. INTERACTIONS	39
R. ANNEXE	40
TABLES DE CONVERSION	40
S. BIBLIOGRAPHIE	42
SITES INTERNET	42



Fruits du pavot somnifère



Pavot somnifère



Pavot de Californie



Pavots variés



Herbothèque
Institut de formation en herboristerie
et en médecine traditionnelle