

# *Herb Art*

## PLANTE MÉDICINALE



*TANAISIE*

*Tanacetum vulgare* L.

*Herb Art*  
PLANTE MÉDICINALE



*TANAISIE*  
*Tanacetum vulgare* 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

**Tanaisie**  
© 2010 L'Herbothèque

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

**ISBN : 978-2-89486-281-0**

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

<b>A. INTRODUCTION.....</b>	<b>7</b>
<b>B. IDENTIFICATION BOTANIQUE .....</b>	<b>8</b>
FAMILLE.....	8
NOMS .....	8
ÉTYMOLOGIE.....	8
ORIGINE DE LA PLANTE .....	8
<b>C. HISTOIRE, FOLKLORE ET LÉGENDES.....</b>	<b>9</b>
<b>D. DESCRIPTION BOTANIQUE .....</b>	<b>11</b>
TYPE .....	11
ASPECT, HAUTEUR, VOLUME .....	11
RACINE .....	11
TIGE .....	11
FEUILLES .....	11
FLEURS.....	11
GRAINES .....	11
ODEUR .....	11
GOÛT .....	12
<b>E. PLANTES SEMBLABLES .....</b>	<b>13</b>
<b>F. PARTIES UTILISÉES.....</b>	<b>14</b>
<b>G. COMPOSITION .....</b>	<b>15</b>
<b>H. HABITAT NATUREL ET CULTURE .....</b>	<b>16</b>
BESOINS.....	16
SEMIS.....	16
TRANSPLANTATION.....	16
PROPAGATION .....	16
COMPAGNONNAGE.....	16
<b>I. RÉCOLTE.....</b>	<b>17</b>
<b>J. TRANSFORMATION.....</b>	<b>18</b>
TISANE.....	18
CONCENTRÉ LIQUIDE.....	18
SÉCHAGE.....	18
MACÉRATION DANS L'HUILE .....	18
<b>K. UTILISATIONS CULINAIRES .....</b>	<b>19</b>
RECETTES .....	19
Pommes poêlées à la tanaïsie.....	19

Biscuits à la tanaïse .....	20
<b>L. UTILISATIONS COSMÉTIQUES .....</b>	<b>21</b>
Lotion de tanaïse .....	21
<b>M. AUTRES UTILISATIONS.....</b>	<b>22</b>
ORNEMENTALE.....	22
DOMESTIQUES .....	22
AUTRES.....	23
<b>N. UTILISATIONS MÉDICINALES .....</b>	<b>24</b>
PROPRIÉTÉS.....	24
Propriétés prédominantes .....	24
PRÉCAUTIONS.....	24
POSOLOGIE .....	24
MÉTABOLISME.....	25
SYSTÈME TÉGUMENTAIRE.....	25
Lotion pour les poux de tête .....	25
SYSTÈME MUSCULAIRE ET OSSEUX.....	26
SYSTÈME NERVEUX .....	26
ORGANES DES SENS .....	26
SYSTÈME GLANDULAIRE .....	26
SYSTÈME CIRCULATOIRE.....	27
SYSTÈME RESPIRATOIRE.....	27
SYSTÈME DIGESTIF .....	27
Tisane digestive .....	27
Tisane pour inflammation de l'estomac .....	27
Infusion vermifuge .....	28
Infusion de graines de tanaïse .....	28
SYSTÈME URINAIRE .....	28
SYSTÈME REPRODUCTEUR .....	28
PÉRINATALITÉ.....	28
<b>O. HISTOIRE DE CAS.....</b>	<b>29</b>
<b>P. ÉLIXIRS DE FLEURS.....</b>	<b>30</b>
<b>Q. ASPECTS SUTBLS.....</b>	<b>31</b>
MÉDECINE AYURVÉDIQUE .....	31
OBSERVATION GOETHÉENNE SELON PÉLIKAN .....	31
AUTRES.....	31
<b>R. RECHERCHES .....</b>	<b>33</b>

<b>S. INTERACTIONS</b> .....	<b>34</b>
<b>T. ANNEXE</b> .....	<b>35</b>
TABLES DE CONVERSION .....	35
<b>U. BIBLIOGRAPHIE</b> .....	<b>37</b>
SITES INTERNET .....	37





 Herbothèque  
Institut de formation en herboristerie  
et en médecine traditionnelle