






Nom commun et nom latin	Parties utilisées	Indications principales	Mode de préparation	
<p>EUPHORBE</p> <p>Stillingia sylvatica</p> <p>Famille des <i>Euphorbiacées</i></p>	<p>Racine</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Purgatif violent. • Le latex est caustique. 	<p>Toxique</p>	
<p>FENOUIL</p> <p>Foeniculum vulgare</p> <p>Famille des <i>Apiacées</i></p>	<p>Graines. Huile essentielle</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ballonnements, stimulant de l'appétit, facilite la digestion. • Favorise la lactation 	<p>Tisane</p>	
<p>GRENADIER</p> <p>Punica granatum</p> <p>Famille des <i>Lythracées</i></p>	<p>Peau et pulpe de fruit Ecorce</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ecorce de la racine : vermifuge contre le vers solitaire (mais souvent mal toléré). • Fleurs : Diarrhée chronique, leucorrhées, hémorragies. • Le suc de la pulpe servait à faire la grenadine. 	<p>Infusion Attention peau du fruit et écorce sont toxiques (sur avis médical uniquement)</p>	
<p>GUIMAUVE</p> <p>Althéa officinalis</p> <p>Famille des <i>Malvacées</i></p>	<p>Racines. Feuilles. Fleurs</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Emolliente : combat l'irritation des muqueuses, soulage les excès d'acidité gastrique. • Légèrement laxative. 	<p>Infusion Macération de racines.</p>	
<p>HÉLYCHRISE ITALIENNE</p> <p>Hélichrysum italicum</p> <p>Famille des <i>Astéracées</i></p>	<p>Parties aériennes fleuries.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bleus, œdèmes, coups. • Fluidifiant sanguin pour l'acné rosacée, la couperose, les varicosités. 	<p>Huile essentielle par voie cutanée</p>	

Nom commun et nom latin	Parties utilisées	Indications principales	Mode de préparation	
<p>HYSOPE</p> <p>Hyssopus officinalis</p> <p>Famille des <i>Lamiacées</i></p>	<p>Sommités fleuries. Huile essentielle.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Affection bronchique : expectorant, favorise la respiration. • Maladies des bronches avec essoufflement, asthme. • Apaisante sur l'appareil digestif (flatulence, indigestion, coliques). 	<p>Infusion. L'huile essentielle est neurotoxique.</p>	