

CE QU'IL FAUT SAVOIR DE CHAQUE PLANTE : ACTIONS ET PRECAUTIONS			
Plante	Propriétés et usage	contre-indications	Médicaments à prendre en compte
ALCHEMILLE	Régularise la sécrétion ovarienne de progestérone		
ALFALFA	Phyto-oestrogénique et action sur le cholestérol	Hyperestrogénie, cancers hormono- dépendants	Anti-coagulants
ARTICHAUT	Cholérétique cholagogue, usage comme hépatoprotecteur Détoxiquant hépatique	Obstruction des voies biliaires Maladie biliaire ou hépatique Personnes allergiques aux Astéracées	
AUBEPINE	Cardioprotectrice, calmante Cardiotonique		Dosages à adapter si prise concomitante de : Digitaline, Anti-hypertenseurs, Hypolipémiant
AVOINE	Stimulante thyroïdienne		
BARDANE	Anti-infectieuse, inflammation de la peau (acnée)	Personnes allergiques aux Astéracées et chez les personnes avec un diabète insulino- dépendant	Diurétique de synthèse, Anti-coagulants Posologie à adapter en cas de prise d'anti-diabétiques
BUSSESOLE	Antiseptique urinaire	Maladies rénales	Eviter la prise conjointe de substances acidifiant les urines, anti-inflammatoire et vitamine C
CANNEBERGE	Antiadhésive bactérienne, cardiologie	Lithiase urique et diabète	Warfarine (anti-coagulant)
CARALLUMA	Modérateur de l'appétit, action sur les lipides		
CASSIS	Anti-inflammatoire, action sur les articulations douloureuses	Maladie cardiaque sérieuse ou désordre rénal Hypersensibilité aux substances actives	Diurétiques de synthèse
CHARDON MARIE	Hépatoprotecteur Cholagogue et action sur les sucres et les lipides	Obstructions des voies biliaires Personnes allergiques aux plantes des Astéracées	
CURCUMA	Anti-inflammatoire Anti-oxydant	Obstructions des voies biliaires Calculs biliaires infra-centimétriques Maladies biliaires ou hépatiques Hypersensibilité aux substances actives	Anti-coagulants
CYPRES	Anti-viral, veinotonique		
DESMODIUM	Hépatoprotecteur , allergie		
ECHINACEE	Immunostimulante à action anti-virale et antispétique	Personnes allergiques aux Astéracées, hémochromatose, maladie auto-immune	
ESCHSCHOLTZIA	Hypnotique et sédative		Traitements anti-dépresseurs (IMAO, IRS), Anti-hypertenseurs
FUMETERRE	Anti-histaminique et cholérétique	Obstructions des voies biliaires Maladies biliaires ou hépatiques Hypersensibilité aux substances actives	
GATTILIER	Inhibiteur de la sécrétion de la prolactine, dopaminergique	Déconseillé chez les femmes ayant des antécédents personnels ou familiaux de cancer du sein , Cancers hormono- dépendants . Hypersensibilité aux substances active	Interactions théoriques avec les antagonistes dopaminergiques et oestrogéniques
GENTIANE	Stimulation des sécrétion salivaires et gastriques et anti-stress	Ulcères gastro-duodénaux en évolution	
GINKGO BILOBA	Vasodilatateur Anti-ischémique		Anti-coagulants
GINSENG	Améliore les capacités physiques et intellectuelles, anti-fatigue	Hypersensibilité aux substances active	Anti-coagulants, imao, triptans et digitaline
GRANDE CAMOMILLE	Anti-migraineux et anti-inflammatoire	Personnes allergiques aux Astéracées	
GRIFFONIA	Sérotoninergique, fringales et anti- migraineux	Tumeurs carcinoïdes de l'intestin grêle	Anti-dépresseurs
GUARANA	Stimulant physique et intellectuel, régulation de la faim	Troubles du rythme cardiaque non traités, insomnie, hypertension artérielle sévère, ulcère gastrique ou duodéal,	PE : IMAO, Amiodarone, Sympathomimétiques Ephédrine (CI)
HAMAMELIS	Protectrice des parois vasculaires, astringente et anti-inflammatoire		
HOUBLON	Oestrogénique - Anti-androgénique, sédatif léger	Cancers hormono-dépendants	
MARRIN D'INDE	Anti-hémorroïdaire, contre les inflammations vasculaires	Insuffisance cardiaque et rénale, pas avant une intervention chirurgicale, Hypersensibilité aux substances actives	

MELILOT	Lymphokinétique, veinotonique	Hypersensibilité aux substances actives - Maladies hépatiques et arrêt avant intervention chirurgicale	Anti-coagulants
MELISSE	Anti-spasmodique et sédatif	Hypersensibilité aux substances, glaucome et maladie de Basedow	Barbiturique, traitement Glaucome, hormones thyroïdiennes et ISRS (fluoxétine...)
MILLEPERTUIS	Anti-dépresseur	Hypersensibilité aux substances actives - Troubles bipolaires	Immunosuppresseurs, Anti-rétroviraux, Anti-coagulants, anti-viraux, anti-dépresseurs, digoxine, etc...Attention avec le Millepertuis.
MUCUNA	Dopaminergique et androgénique	Cancers évolutifs - Patients Schizophrènes	Anti-dépresseurs
NOYER	Antidiarrhéique et antispasmodique intestinal	constipation sévère	
OLIVIER	Hypotenseur, action sur les sucres et les lipides	Personnes allergiques aux Oléacées - Maladies cardiaques ou rénales	
ORTHOSIPHON	Diurétique Épargneur de potassium Lipolytique Inhibiteur de la formation de calculs rénaux	Hypersensibilité aux substances actives	
ORTIE PA	Minéralomodulante, arthrose, anti-inflammatoire	Hypersensibilité aux substances actives, maladie cardiaque ou rénale	
ORTIE RACINES	Inhibitrice de la croissance prostatique, acné et hyperséborrhée	Hypersensibilité aux substances actives	
PASSIFLORE	Anxiolytique -Sédatif, spasme musculaire	Hypersensibilité aux substances actives	Dosages à adapter si prise de sédatifs de synthèse
PENSEE SAUVAGE	Antiprurigineuse, anti-inflammatoire dermatologique	Allergie vraie au dérivés salicylés	Anti-coagulants
PILOSELLE	Diurétique Bactériostatique urinaire, cholérétique, action astringente intestinale		
PIN SYLVESTRE	Antiseptique respiratoire, expectorant, mucolytique		
PISSENLIT	Diurétique, cholérétique et laxatif	Personnes allergiques aux Astéracées - Maladies hépatiques et rénales, obstructions des voies biliaires, ulcères	
PLANTAIN LANCEOLE	Anti-histaminique - Anti-inflammatoire et anti-tussif	Hypersensibilité aux substances actives	
PRELE	Minéralomodulante	Maladies cardiaques sévères ou rénales	Diurétiques
RADIS NOIR	Détoxiquant hépatique Cholérétique cholagogue et mucolytique	Obstruction des voies biliaires	
REGLISSE	Anti-inflammatoire et antiviral	Hypertension - Insuffisance rénale grave - Hypersensibilité aux substances actives - Kaliopénie - Hypertonie	Digitaline et dérivés, Corticostéroïdes, diurétiques, contraceptifs oraux, laxatifs
REINE DES PRES	Anti-inflammatoire -Décongestionnant et diurétique	Allergie vraie aux dérivés salicylés Néphrites - Syndrome de Reye	AINS (Paracétamol) Antibiotiques (tétracycline, pénicilline) Anti-coagulants (surveillance biologique)
RHODIOLE	Anxiolytique - Antidépresseur et adaptogène	Troubles bipolaires - Hypersensibilité aux substances actives	
SAUGE SCLAREE	Oestrogénique et bouffées de chaleurs	Cancer hormono-dépendant - Hyper oestrogénie	
SAULE	Antalgique et anti-inflammatoire	Allergie vraie aux dérivés salicylés - Syndrome de Reye Asthme - Ulcères gastro-duodénaux actives - Maladies hépatiques ou rénales - Troubles de la coagulation -phosphate déshydrogénase Déficit en glucose	Anti-coagulants (surveillance biologique) Salicylates et autres AINS
SCROFULAIRE	Anti-inflammatoire et anti-douleurs	déconseillé chez les femmes ayant des antécédents personnels ou familiaux de cancer du sein, Cancers hormono-dépendants . Hypersensibilité aux substances active	Anti-arythmiques Anti-coagulants
SUREAU	Anti-viral et modulateur des sécrétions muqueuses		
TRIBULUS	Potentialisateur des androgènes et anti-lithiase urinaire	Cancer androgéno-dépendant	
VALERIANE	Anxiolytique, sédatif	Personnes allergiques aux Valérianaées	Dosages à adapter si prise concomitante de sédatifs de synthèse
VIGNE ROUGE	Protecteur - Veino-capillaires, veinotonique	Hypersensibilité aux substances actives	