



**HAL**  
open science

## La phytothérapie et les troubles digestifs

Séverine Martin

► **To cite this version:**

Séverine Martin. La phytothérapie et les troubles digestifs. Sciences pharmaceutiques. 2001. hal-01734381

**HAL Id: hal-01734381**

**<https://hal.univ-lorraine.fr/hal-01734381v1>**

Submitted on 14 Mar 2018

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



## AVERTISSEMENT

Ce document est le fruit d'un long travail approuvé par le jury de soutenance et mis à disposition de l'ensemble de la communauté universitaire élargie.

Il est soumis à la propriété intellectuelle de l'auteur. Ceci implique une obligation de citation et de référencement lors de l'utilisation de ce document.

D'autre part, toute contrefaçon, plagiat, reproduction illicite encourt une poursuite pénale.

Contact : [ddoc-theses-contact@univ-lorraine.fr](mailto:ddoc-theses-contact@univ-lorraine.fr)

## LIENS

Code de la Propriété Intellectuelle. articles L 122. 4

Code de la Propriété Intellectuelle. articles L 335.2- L 335.10

[http://www.cfcopies.com/V2/leg/leg\\_droi.php](http://www.cfcopies.com/V2/leg/leg_droi.php)

<http://www.culture.gouv.fr/culture/infos-pratiques/droits/protection.htm>

2001

---

FACULTE DE PHARMACIE

**LA PHYTOTHERAPIE  
ET LES TROUBLES DIGESTIFS**



**THESE**

Présentée et soutenue publiquement  
Le 21 septembre 2001

Pour obtenir

**Le Diplôme d'Etat de Docteur en Pharmacie**

Par Séverine MARTIN

Membres du Jury

Président : M. François MORTIER, Professeur

Juges : Mme Isabelle LEVEQUE, Pharmacien  
M. Jean-Marc BOULANGE, Pharmacien

BU PHARMA-ODONTOL



104 058661 0

D

UNIVERSITE HENRI POINCARE – NANCY I

2001

---

FACULTE DE PHARMACIE

DB 25437

**LA PHYTOTHERAPIE  
ET LES TROUBLES DIGESTIFS**



**THESE**

Présentée et soutenue publiquement  
Le 21 septembre 2001.

Pour obtenir

**Le Diplôme d'Etat de Docteur en Pharmacie**

Par Séverine MARTIN

**Membres du Jury**

Président : M. François MORTIER, Professeur

Juges : Mme Isabelle LEVEQUE, Pharmacien  
M. Jean-Marc BOULANGE, Pharmacien

# FACULTE DE PHARMACIE

UNIVERSITE Henri Poincaré - NANCY I

## Membres du personnel enseignant

**Doyen** : Mme Chantal FINANCE

**Vice Doyen** : Mme Anne ROVEL

### DOYENS HONORAIRES

M. BERNANOSE André

M. VIGNERON Claude

### PROFESSEURS HONORAIRES

Mle BESSON Suzanne

Mle GIRARD Thérèse

M. LECTARD Pierre

M. MIRJOLET Marcel

M. PIERFITTE Maurice

### PROFESSEUR EMERITE

M. LOPPINET Vincent

### PROFESSEURS

M.	ASTIER Alain	Pharmacie Clinique
M.	ATKINSON Jeffrey	Pharmacologie
M.	BAGREL Alain	Biochimie fondamentale et clinique, Biotechnologies
Mle	BATT Anne Marie	Toxicologie
M.	BLOCK Jean Claude	Santé et Environnement
M.	BONALY Roger	Biochimie microbienne
Mme	CAPDEVILLE-ATKINSON	Pharmacologie Cardiovasculaire
Mme	FINANCE Chantal	Microbiologie moléculaire
Mme	FRIANT-MICHEL Pascale	Biomathématiques, Biophysique et Audioprothèse
Mle	GALTEAU Marie Madeleine	Biochimie
M.	HENRY Max	Biologie végétale
M.	HOFFMAN Maurice	Pharmacie clinique
M.	JACQUE Michel	Pharmacodynamie
M.	LABRUDE Pierre	Physiologie
M.	LALLOZ Lucien	Chimie organique
M.	LEROY Pierre	Physico-chimie appliquée à la formulation pharmaceutique
M.	MAINCENT Philippe	Pharmacie galénique
M.	MARSURA Alain	Chimie thérapeutique
M.	MARTIN Jean Armand	Chimie minérale et Minéralogie
M.	MORTIER François	Pharmacognosie
M.	NICOLAS Alain	Chimie analytique et Bromatologie
M.	REGNOUF DE VAINS Jean Bernard	Chimie Thérapeutique
Mme	SCHWARTZBROD Janine	Bactériologie - Parasitologie
M.	SCHWARTZBROD Louis	Virologie - Immunologie
M.	SIEST Gérard	Chimie Biologique
M.	SIMON Jean Michel	Droit et Economie de la Santé
M.	VIGNERON Claude	Hématologie

## MAITRES DE CONFERENCES

Mme	ALBERT Monique	Bactériologie - Virologie
M.	BONNEAUX François	Chimie Thérapeutique
M.	CATAU Gérald	Pharmacodynamie
M.	CHEVIN Jean Claude	Chimie minérale
M.	CHILLON Jean Marc	Pharmacologie
M.	COLLIN Jean François	Pôle européen
Mme	COLLOMB Jocelyne	Parasitologie
M.	COULON Joël	Biochimie
M.	DECOLIN Dominique	Chimie analytique
M.	DUCOURNEAU Joël	Biophysique, Audioprothèse, Acoustique
Mme	FAIVRE-FIORINA Béatrice	GBM - Hématologie
M.	FERRARI Luc	Biochimie
Mle	FONS Françoise	Biologie Végétale et Mycologie
Mme	FUZELLLIER Marie Claude	Pharmacognosie
M.	GANTZER Christophe	Virologie
M.	GIBAUD Stéphane	Pharmacie Clinique
Mme	HASENFRATZ-SAUDER Marie Paule	Biologie Végétale
Mle	HINZELIN Françoise	Biologie végétale et Pharmacognosie
M.	HUMBERT Thierry	Interactions moléculaires
Mle	IMBS Marie Andrée	Bactériologie - Virologie et Parasitologie
M.	JORAND Frédéric	Santé et Environnement
Mme	KEDZIEREWICZ Francine	Pharmacie Galénique
Mme	LARTAUD-IDJOUADIENE Isabelle	Pharmacologie
Mme	LEININGER-MULLER Brigitte	Biochimie
Mme	LETOT Michèle	Bactériologie - Virologie et Parasitologie
Mme	LIVERTOUX Marie Hélène	Toxicologie
Mme	MARCHAL-HEUSSLER Emmanuelle	Chimie Analytique
Mme	MARCHAND-ARVIER Monique	Immunologie - Hématologie
M.	MENU Patrick	Physiologie
M.	MONAL Jean Louis	Chimie Thérapeutique
M.	NOTTER Dominique	Biologie cellulaire
Mme	PAULUS Francine	Informatique
Mme	PERDICAKIS Christine	Chimie organique
Mme	PICHON Virginie	Biophysique
Mme	POCHON Marie France	Chimie analytique
Mme	ROVEL Anne	Immunologie - Hématologie
M.	VISVIKIS Athanase	Toxicologie
Mme	WELLMAN-ROUSSEAU Maria Monika	Biochimie
Mme	ZINUTTI Colette	Pharmacie galénique

## ASSISTANTS

Mme	BEAUD Mariette	Biologie Cellulaire
Mme	BERTHE Marie-Catherine	Biochimie
M.	DANGIEN Bernard	Botanique
Mme	MOREAU Blandine	Pharmacognosie
Mme	PAVIS Annie	Parasitologie
M.	TROCKLE Gabriel	Pharmacodynamie

## PROFESSEUR ASSOCIE

Mme	GRISON Geneviève	Pratiques officinales
-----	------------------	-----------------------

## PROFESSEUR AGREGE

M.	COCHAUD Christophe	Anglais
----	--------------------	---------

# SERMENT DES APOTHICAIRES



**Je** jure, en présence des maîtres de la Faculté, des conseillers de l'ordre des pharmaciens et de mes condisciples :

**D'**honorer ceux qui m'ont instruit dans les préceptes de mon art et de leur témoigner ma reconnaissance en restant fidèle à leur enseignement.

**D'**exercer, dans l'intérêt de la santé publique, ma profession avec conscience et de respecter non seulement la législation en vigueur, mais aussi les règles de l'honneur, de la probité et du désintéressement.

**D**e ne jamais oublier ma responsabilité et mes devoirs envers le malade et sa dignité humaine ; en aucun cas, je ne consentirai à utiliser mes connaissances et mon état pour corrompre les mœurs et favoriser des actes criminels.

**Que** les hommes m'accordent leur estime si je suis fidèle à mes promesses.

**Que** je sois couvert d'opprobre et méprisé de mes confrères si j'y manque.





« LA FACULTE N'ENTEND DONNER AUCUNE APPROBATION,  
NI IMPROBATION AUX OPINIONS EMISES DANS LES  
THESES, CES OPINIONS DOIVENT ETRE CONSIDEREES  
COMME PROPRES A LEUR AUTEUR ».

## **MES REMERCIEMENTS**

### **A Monsieur le Professeur F.MORTIER**

Vous nous faites l'honneur d'accepter la présidence du jury de cette thèse.

Veillez trouver ici l'expression de notre sincère reconnaissance.

### **A Madame I. LEVEQUE, Pharmacien**

Nous vous remercions d'avoir accepté de participer à notre jury de thèse.

Veillez trouver ici l'expression de notre reconnaissance.

### **A Monsieur J-M. BOULANGE, Pharmacien**

Nous vous remercions de nous avoir fait l'honneur d'accepter de juger de la qualité de cette thèse.

Croyez en nos remerciements les plus sincères.

**A mon père, qui m'a donné le courage d'effectuer mes études.**

**A ma mère, qui m'a soutenue tout au long de ces années.**

**A ma sœur Florence, qui a toujours été présente.**

**A ma sœur Estelle, qui a toujours été là pour me faire rire.**

**A ma grand mère, qui me manque.**

**A Philippe, qui m'a soutenue lors de l'élaboration de ce travail.**

**A ma famille et mes amis.**

**Veillez recevoir ma profonde affection et ma grande reconnaissance pour votre soutien.**

# TABLE DES MATIERES



INTRODUCTION .....

## 1<sup>ère</sup> partie : LA PHYTOTHERAPIE

CHAP.1 : GENERALITES ..... 16

<u>I DEFINITIONS</u>	16
<u>II LA PHYTOTHERAPIE : PHENOMENE DE MODE</u>	17
2.1. <u>Le regain d'intérêt de la population</u>	17
2.1.1. <u>Retour du public aux traitements naturels</u>	17
2.1.2. <u>Désaffection publique des médicaments classiques due aux effets secondaires</u>	17
2.2. <u>Adaptation de la phytothérapie à la nouvelle génération</u>	18
<u>III LA PHYTOTHERAPIE : DOMAINE RESERVE AUX OFFICINES DE PHARMACIE</u>	18

CHAP.2 : LA LEGISLATION ..... 19

<u>I LE MONOPOLE DU PHARMACIEN</u>	19
1.1. <u>Définition du monopôle du pharmacien</u>	19
1.1.1. <u>Les plantes médicinales</u>	19
1.1.2. <u>Les huiles essentielles</u>	20
1.2. <u>Les herboristes</u>	20
<u>II L'AUTORISATION DE MISE SUR LE MARCHÉ</u>	21
2.1. <u>Dossier allégé pour l'obtention d'AMM</u>	21
2.2. <u>Le cahier n°3 de l'Agence du médicament</u>	21
2.2.1. <u>Associations de drogues à usages complémentaires</u>	21
2.2.2. <u>Associations dans les mélanges de plantes</u>	22
2.2.3. <u>Cas particulier des associations des drogues laxatives</u>	22
2.3. <u>Les mélanges préparés à l'officine</u>	23

## CHAP.3 : LES PLANTES A L'OFFICINE .... 24

<b>I L'HERBORISTERIE</b>	24
1.1. <u>L'approvisionnement</u>	24
1.2. <u>Le contrôle</u>	24
1.3. <u>Le stockage</u>	25
<b>II LES DIFFERENTES FORMES GALENIQUES</b>	25
2.1. <u>Les tisanes</u>	26
2.1.1. <u>L'infusion</u>	26
2.1.2. <u>La décoction</u>	26
2.1.3. <u>La macération</u>	26
2.1.4. <u>La digestion</u>	26
2.2. <u>Les poudres</u>	26
2.3. <u>Les extraits</u>	26
2.3.1. <u>Les extraits fluides</u>	27
2.3.2. <u>Les extraits mous</u>	27
2.3.3. <u>Les extraits secs</u>	27
2.4. <u>Les alcoolés</u>	27
2.4.1. <u>Les alcoolatures</u>	27
2.4.2. <u>Les alcoolats</u>	27
2.4.3. <u>Les teintures mères</u>	28
2.4.4. <u>Les suspensions intégrales de plantes fraîches</u>	28
2.5. <u>Les huiles essentielles</u>	28

## 2<sup>ème</sup> partie : LE TRACTUS DIGESTIF ET SES PATHOLOGIES

### CHAP.1 : LE TRACTUS DIGESTIF ..... 30

#### L'ŒSOPHAGE ..... 31

<b>I ANATOMIE</b>	31
<b>II PHYSIOLOGIE</b>	31
<b>III PATHOLOGIE</b>	31

#### L'ESTOMAC ..... 32

<b>I ANATOMIE</b>	32
1.1. <u>Description</u>	32
1.2. <u>Innervation</u>	32
1.3. <u>Sécrétion</u>	33
1.4. <u>Protection de la muqueuse</u>	33



<b>III <u>ETIOLOGIES</u></b>	44
3.1. <u>Etiologies organiques</u>	44
3.2. <u>Etiologies non organiques</u>	44
3.3. <u>Etiologies iatrogènes</u>	45
<b>IV <u>CAS PARTICULIER DU NOURRISSON</u></b>	45
4.1. <u>Définition</u>	45
4.2. <u>Etiologies</u>	45
4.2.1. <u>Constipation d'origine fonctionnelle</u>	45
4.2.2. <u>Constipation d'origine organique</u>	45
<b>V <u>TRAITEMENT</u></b>	46
5.1. <u>Les règles hygiénodiététiques</u>	46
5.1.1. <u>Pour un adulte</u>	46
5.1.2. <u>Pour les enfants et nourrissons</u>	47
5.2. <u>Le traitement phytothérapique</u>	47
5.2.1. <u>Pour un adulte</u>	47
5.2.2. <u>Pour les enfants et nourrissons</u>	49
<b><u>LA DIARRHEE</u> .....</b>	<b>50</b>
<b>I <u>DEFINITION</u></b>	50
<b>II <u>PHYSIOPATHOLOGIE</u></b>	50
<b>III <u>DIAGNOSTIC</u></b>	51
<b>IV <u>DIARRHEE AIGUË</u></b>	51
4.1. <u>Définition</u>	51
4.1.1. <u>Chez l'adulte</u>	51
4.1.2. <u>Chez le nourrisson</u>	51
4.2. <u>Etiologies</u>	52
4.2.1. <u>Chez l'adulte</u>	52
4.2.2. <u>Chez le nourrisson</u>	52
<b>V <u>DIARRHEE CHRONIQUE</u></b>	53
5.1. <u>Définition</u>	53
5.1.1. <u>Chez l'adulte</u>	53
5.1.2. <u>Chez le nourrisson</u>	53
5.2. <u>Etiologies</u>	53
5.1.1. <u>Chez l'adulte</u>	53
5.1.2. <u>Chez le nourrisson</u>	53
<b>VI <u>TRAITEMENT</u></b>	54
6.1. <u>Les règles hygiénodiététiques</u>	54
6.1.1. <u>Pour un adulte</u>	54
6.1.2. <u>Pour les enfants et nourrissons</u>	55
6.2. <u>Le traitement phytothérapique</u>	56

## **LE REFLUX GASTRO-ŒSOPHAGIEN ..... 58**

<b><u>I DEFINITION</u></b>	58
<b><u>II SYMPTOMATOLOGIE</u></b>	58
2.1. <u>Le reflux gastro-œsophagien de l'adulte</u>	58
2.1.1. <u>Facteurs favorisants</u>	58
2.1.2. <u>Les signes d'accompagnement</u>	59
2.2. <u>Le reflux gastro-œsophagien du nourrisson</u>	59
<b><u>III ETIOLOGIES</u></b>	59
<b><u>IV DIAGNOSTIC</u></b>	60
<b><u>V TRAITEMENT</u></b>	60
5.1. <u>Pour un adulte</u>	60
5.1.1. <u>Les règles hygiéno-diététiques</u>	60
5.1.2. <u>Le traitement phytothérapeutique</u>	60
5.2. <u>Pour un nourrisson</u>	61
5.2.1. <u>Les règles hygiéno-diététiques</u>	61
5.2.2. <u>Le traitement phytothérapeutique</u>	62

## **L'INDIGESTION ..... 64**

<b><u>I DEFINITION</u></b>	64
<b><u>II SYMPTOMATOLOGIE</u></b>	64
<b><u>III ETIOLOGIES</u></b>	64
3.1. <u>Etiologies non organiques</u>	64
3.2. <u>Etiologies organiques</u>	65
<b><u>IV TRAITEMENT</u></b>	65
4.1. <u>Les règles hygiéno-diététiques</u>	65
4.2. <u>Le traitement phytothérapeutique</u>	65

## **LA DYSPEPSIE ..... 67**

<b><u>I DEFINITION</u></b>	67
<b><u>II SYMPTOMATOLOGIE</u></b>	67
2.1. <u>Les signes généraux</u>	67
2.2. <u>Deux formes de dyspepsie</u>	67
2.3. <u>Les signes d'accompagnements</u>	68
<b><u>III ETIOLOGIES</u></b>	68
<b><u>IV DIAGNOSTIC</u></b>	68
<b><u>V TRAITEMENT</u></b>	69
5.1. <u>Les règles hygiéno-diététiques</u>	69
5.2. <u>Le traitement phytothérapeutique</u>	69



<b><u>L'EPIGASTRALGIE</u></b> .....	<b>71</b>
I <b><u>DÉFINITION</u></b>	71
II <b><u>ETIOLOGIE</u></b>	71
III <b><u>DIAGNOSTIC</u></b>	71
IV <b><u>TRAITEMENT</u></b>	72
4.1. <u>Les règles hygiéno-diététiques</u>	72
4.2. <u>Le traitement phytothérapeutique</u>	72
<b><u>LA GASTRITE</u></b> .....	<b>73</b>
I <b><u>DEFINITION</u></b>	73
II <b><u>SYMPTOMATOLOGIE</u></b>	73
III <b><u>ETIOLOGIES</u></b>	74
3.1. <u>Gastrite aiguë</u>	74
3.2. <u>Gastrite chronique</u>	74
IV <b><u>TRAITEMENT</u></b>	74
4.1. <u>Les règles hygiéno-diététiques</u>	74
4.2. <u>Le traitement phytothérapeutique</u>	75
<b><u>AEROPHAGIE, BALLONNEMENT, METEORISME</u></b> .....	<b>76</b>
I <b><u>DEFINITION</u></b>	76
II <b><u>PHYSIOLOGIE</u></b>	76
III <b><u>ETIOLOGIES</u></b>	77
IV <b><u>TRAITEMENT</u></b>	78
4.1. <u>Aérophagie</u>	78
4.1.1. <u>Les règles hygiéno-diététiques</u>	78
4.1.2. <u>Le traitement phytothérapeutique</u>	78
4.2. <u>Ballonnement</u>	78
4.2.1. <u>Les règles hygiéno-diététiques</u>	78
4.2.2. <u>Le traitement phytothérapeutique</u>	78
4.3. <u>Météorisme</u>	79
4.3.1. <u>Les règles hygiéno-diététiques</u>	79
4.3.2. <u>Le traitement phytothérapeutique</u>	79
<b><u>COLOPATHIE FONCTIONNELLE</u></b> .....	<b>81</b>
I <b><u>DEFINITION</u></b>	81
II <b><u>SYMPTOMATOLOGIE</u></b>	81
III <b><u>DIAGNOSTIC</u></b>	82
IV <b><u>ETIOLOGIES</u></b>	82

<b>V TRAITEMENT</b>	82
5.1. <u>Les règles hygiéno-diététiques</u>	82
5.2. <u>Le traitement phytothérapeutique</u>	83

## 3<sup>ème</sup> PARTIE : PROPRIETES MEDICINALES

### Introduction

<u>CHAP.1 : LES ABSORBANTS</u> .....	86
<u>CHAP.2 : LES ANTIDIARRHEIQUES</u> .....	87
<u>CHAP.3 : LES ANTI-INFLAMMATOIRES</u> .....	89
<u>CHAP.4 : LES ANTIREFLUX</u> .....	90
<u>CHAP.5 : LES ANTISEPTIQUES</u> <u>INTESTINAUX</u> .....	91
<u>CHAP.6 : LES ANTISPASMODIQUES</u> .....	92
I <u>LES ANTISPASMODIQUES DIGESTIFS</u>	92
II <u>LES ANTISPASMODIQUES SEDATIFS</u>	97
<u>CHAP.7 : LES CARMINATIFS</u> .....	98
<u>CHAP.8 : LES CHOLAGOGUES ET LES</u> <u>CHOLERETIQUES</u> .....	101
I <u>LES CHOLAGOGUES</u>	101
II <u>LES CHOLERETIQUES</u>	102
III <u>LES AMPHOCHOLERETIQUES</u>	104
<u>CHAP.9 : LES EUPEPTIQUES ET LES</u> <u>STOMACHIQUES</u> .....	105
I <u>LES EUPEPTIQUES</u>	105
II <u>LES STOMACHIQUES</u>	106
<u>CHAP.10 : LES LAXATIFS</u> .....	108
I <u>LES LAXATIFS LUBRIFIANTS</u>	108
II <u>LES LAXATIFS A EFFET DE LEST</u>	108
III <u>LES LAXATIFS STIMULANTS</u>	110
<u>CHAP.11 : LES PANSEMENTS DIGESTIFS</u> .....	111

# 4<sup>ème</sup> PARTIE : PRINCIPES ACTIFS DES PLANTES MEDICINALES

## Introduction

### CHAP.1 : LES DROGUES A GLUCIDES ..... 114

<b><u>I LES OSES SIMPLES</u></b>	114
2.1. <b><u>D-sorbitol</u></b>	114
2.1.1. <u>Définition</u>	114
2.1.2. <u>Structure chimique</u>	115
2.1.3. <u>Propriétés pharmacologiques</u>	115
2.1.4. <u>Emploi</u>	115
2.1.5. <u>Contre-indication</u>	115
2.1.6. <u>Effets secondaires</u>	115
2.1.7. <u>Plantes médicinales</u>	115
2.2. <b><u>D-mannitol</u></b>	116
2.2.1. <u>Définition</u>	116
2.2.2. <u>Structure chimique</u>	116
2.2.3. <u>Propriétés pharmacologiques</u>	116
2.2.4. <u>Emploi</u>	116
2.2.5. <u>Contre-indication</u>	116
2.2.6. <u>Plantes médicinales</u>	116
<b><u>II LES POLYSACCHARIDES</u></b>	117
2.1. <b><u>Les algues</u></b>	117
2.1.1. <u>Alginates-Acides alginiques</u>	117
2.1.1.1. <u>Définition</u>	117
2.1.1.2. <u>Structure chimique</u>	117
2.1.1.3. <u>Propriétés pharmacologiques</u>	117
2.1.1.4. <u>Emploi</u>	117
2.1.1.5. <u>Plantes médicinales</u>	118
2.1.2. <u>Les carraghénanes</u>	118
2.1.2.1. <u>Définition</u>	118
2.1.2.2. <u>Structure chimique</u>	118
2.1.2.3. <u>Propriétés pharmacologiques</u>	118
2.1.2.4. <u>Emploi</u>	118
2.1.2.5. <u>Plantes médicinales</u>	118
2.1.3. <u>La gélose ou agar-agar</u>	119
2.1.3.1. <u>Définition</u>	119
2.1.3.2. <u>Structure chimique</u>	119
2.1.3.3. <u>Propriétés pharmacologiques</u>	119
2.1.3.4. <u>Emploi</u>	119
2.1.3.5. <u>Plantes médicinales</u>	119

2.2.	<u>Des végétaux supérieurs</u>	120
2.2.1.	<u>Les fibres alimentaires</u>	120
2.2.1.1.	Définition	120
2.2.1.2.	Les constituants	120
2.2.1.3.	Propriétés pharmacologiques	120
2.2.1.4.	Emploi	120
2.2.2.	<u>Les gommes et les mucilages</u>	121
2.2.2.1.	Définition	121
2.2.2.2.	Structure chimique	121
2.2.2.3.	Propriétés pharmacologiques	121
2.2.2.4.	Emploi	121
2.2.2.5.	Contre-indication	121
2.2.2.6.	Effets indésirables	122
2.2.2.7.	Plantes médicinales	122
2.2.3.	<u>Les pectines</u>	122
2.2.3.1.	Définition	122
2.2.3.2.	Structure chimique	122
2.2.3.3.	Propriétés pharmacologiques	123
2.2.3.4.	Emploi	123
2.2.3.5.	Plantes médicinales	123

## CHAP.2 : DROGUES A HETEROSIDES ..... 124

<b>I</b>	<b><u>LES PLANTES A HETEROSIDES ANTHRACENIQUES</u></b>	124
1.1.	<u>Définition</u>	124
1.2.	<u>Structure chimique</u>	124
1.3.	<u>Propriétés pharmacologiques</u>	125
1.4.	<u>Emploi</u>	125
1.4.1.	<u>Conditions et précautions d'emploi</u>	125
1.4.2.	<u>Posologie</u>	126
1.5.	<u>Contre-indication</u>	126
1.6.	<u>Effets indésirables</u>	127
1.7.	<u>Intéactions médicamenteuses</u>	127
1.8.	<u>Plantes médicinales</u>	127
<b>II</b>	<b><u>LES PLANTES A HETEROSIDES FLAVONIQUES</u></b>	127
2.1.	<u>Définition</u>	127
2.2.	<u>Structure chimique</u>	128
2.3.	<u>Propriétés pharmacologiques</u>	128
2.4.	<u>Emploi</u>	128
2.5.	<u>Plantes médicinales</u>	128
<b>III</b>	<b><u>LES PLANTES A TANINS</u></b>	129
3.1.	<u>Définition</u>	129
3.2.	<u>Structure chimique</u>	129
3.3.	<u>Propriétés pharmacologiques</u>	129

3.4. <u>Emploi</u>	130
3.5. <u>Plantes médicinales</u>	130

## CHAP.3 : DROGUES A HUILES ESSENTIELLES ..... 131

<u>I DEFINITION</u>	131
<u>II COMPOSITION CHIMIQUE</u>	131
2.1. <u>Les composés terpéniques</u>	131
2.2. <u>Les composés aromatiques</u>	132
<u>III PROPRIETES PHARMACOLOGIQUES</u>	132
<u>IV EMPLOI</u>	132
<u>V TOXICITE</u>	133
<u>VI PLANTES MEDICINALES</u>	133
6.1. <u>Apiaceae</u>	133
6.2. <u>Asteraceae</u>	133
6.3. <u>Lamiaceae</u>	134
6.4. <u>Lauraceae</u>	134
6.5. <u>Autres</u>	134

## 5<sup>ème</sup> PARTIE : MONOGRAPHIES

ACHILLEE MILLEFEUILLE	136
AGAR-AGAR	137
ALCHEMILLE	138
ALOES	139
ANETH	140
ANGELIQUE	141
ANIS VERT	143
ARGILE BLANCHE	144
ARTICHAUT	145
ASPERULE ODORANTE	146
BADIANIER DE CHINE	147
BASILIC	148
BELLADONE	149
BENOITE	150
BISTORTE	151
BLE	152
BOLDO	153
BOUILLON BLANC	154
BOURDAINE	155
CALAMENT	156
CAMOMILLE ROMAINE	157

CANNELIER DE CEYLAN	158
CAROTTE	159
CAROUBIER	160
CARRAGAHENN	162
CARVI	163
CASCARA	164
CASSIS	165
CHARBON VEGETAL	166
CHARDON MARIE	167
CHICOREE	168
COGNASSIER	169
CORIANDRE	170
CUMIN	171
CURCUMA	172
ESTRAGON	173
FENOUIL DOUX	174
FIGUIER	175
FRAISIER	176
FRENE A MANNE	177
FUCUS	178
FUMETERRE	179
GERANIUM ROBERT	180
GINGEMBRE	181
GOMME ADRAGANTE	182
GOMME DE STRECVLIA	183
GUIMAUVE	184
ISPAGHUL	185
KINKELIBA	186
LAMIER BLANC	187
LAMINAIRES	188
LAURIER COMMUN	189
LEVURES	190
LIN	191
MAIS	192
MARJOLAINE	193
MATRICAIRE	194
MAUVE	195
MELILOT	196
MELISSE	197
MENTHE POIVREE	198
MYRTILLE	200
NERPRUN	202
NOYER	203
OLIVIER	204
ORIGAN	205

PAPAYER	206
PAULLINIA	207
PENSEE SAUVAGE	208
PETITE CENTAUREE	209
PISSENLIT	210
POMMIER	211
POTENTILLE ANSERINE	212
PRUNIER	213
PSYLLIUM	214
RADIS NOIR	216
REGLISSE	217
RENOUEE DES OISEAUX	219
RHAPONTIC	220
RHUBARBE	221
ROMARIN	222
RONCE	224
ROSE TREMIERE	225
SALICAIRE	226
SARRIETTE DES MONTAGNES	227
SAUGE	228
SENE	229
SERPOLET	231
TAMARIN	232
TEMŒ-LAWACQ	233
THEIER	234
THYM	235
TILLEUL	236
TORMENTILLE	237
VERVEINE ODORANTE	238
<b>CONCLUSION.....</b>	<b>239</b>
<b>BIBLIOGRAPHIE.....</b>	<b>241</b>

# INTRODUCTION



Lors de son apparition sur cette terre, l'homme, pour survivre, a puisé dans la nature de quoi se nourrir et se soigner. La phytothérapie est donc un art connu depuis des siècles, mais au cours du temps, avec le progrès de la science, la médication chimique l'a supplantée.

Pourtant, les mentalités changent, et avec elles nous avons vu la phytothérapie revenir en force sur le marché. Il était donc intéressant de réunir toutes les connaissances que l'homme a rassemblé depuis des siècles pour traiter des pathologies typiques de notre temps atteignant une partie de notre anatomie essentielle : le tractus digestif.

Le sujet est traité de façon à contenir toutes les informations nécessaires au pharmacien pour formuler un conseil clair et complet lorsqu'il se trouve face à un patient souffrant d'un des troubles digestifs traités dans cet ouvrage.

La première partie de cette thèse redéfinit la phytothérapie :

- ✓ elle décrit le phénomène de mode qu'elle représente
- ✓ elle rappelle la législation régissant la délivrance des plantes médicinales
- ✓ elle retrace le passage des plantes médicinales à l'officine, de leur réception à leur délivrance.

La deuxième partie est consacrée à la description du tractus digestif et à l'ensemble des pathologies digestives pour lesquelles les plantes ont des vertus médicinales. Les maladies graves comme l'ulcère ou le cancer ont été exclues ; en effet il faut admettre les limites des drogues végétales et leur préférer alors une médication parfaitement maîtrisée et dont l'efficacité est reconnue scientifiquement.

Par la suite, nous nous sommes intéressés aux différentes classifications existantes des plantes médicinales. Ainsi, les drogues sont explicitées en fonction de leurs propriétés pharmacologiques. Ce chapitre permet aux patients de choisir facilement les plantes les plus appropriées pour un traitement adapté à leurs besoins personnels.

Dans un deuxième temps, nous abordons le côté scientifique du sujet : la recherche dans ce domaine n'étant encore qu'à ses débuts, seuls les principes actifs les plus connus sont développés.

Enfin, dans une dernière partie, les différentes drogues dont l'activité médicinale dans les troubles digestifs est reconnue par l'Agence Française de Sécurité Sanitaire des Produits de Santé sont classées par ordre alphabétique. Tous les détails de chaque plante énoncée au cours des chapitres précédents sont résumés ici.

L'ensemble de ce travail a pour but de constituer une synthèse intéressante : l'apport de la phytothérapie face aux troubles digestifs.

1<sup>ère</sup> PARTIE

LA

PHYTOTHERAPIE

# CHAP.1 : GENERALITES

## I DEFINITIONS

La phytothérapie est l'art de traiter par les plantes médicinales. Elle est dite "médecine douce", terme impropre pouvant mettre le doute dans l'esprit du public : "douce" s'apparente à "sans danger". Ce n'est pas le cas : la phytothérapie peut être dangereuse suivant les plantes et les doses administrées. On parle plutôt de "médecine traditionnelle". (44)

Pour éviter tout accident, la recherche vient compléter les données fournies par une utilisation remontant à la nuit des temps.

La pharmacognosie permet une meilleure connaissance scientifique des matières premières et des substances naturelles de notre environnement qui ont été sélectionnées au cours des siècles pour la thérapeutique ou qui ont fait leurs preuves cliniques dans la médecine actuelle. Elle étudie :

- ✓ Les dénominations internationales des matières,
- ✓ La biosynthèse des molécules, leur structure chimique, les contrôles de qualité,
- ✓ Les propriétés pharmacologiques et toxicologiques,
- ✓ Les applications en thérapeutique humaine,
- ✓ Les médicaments qui en dérivent. (49)

Le travail à effectuer reste important car la connaissance imparfaite de l'activité de ces nombreux produits, de leur biodisponibilité et de leur métabolisme, bien souvent modifié par rapport à ceux des remèdes traditionnels, rend délicat l'exercice du conseil en phytothérapie. (22)

La phytothérapie constitue une thérapeutique à "variables multiples" dont il est indispensable de définir et maîtriser rigoureusement la composition et de contrôler avec soin la fabrication mais aussi la dispensation.

Sur les vingt mille plantes répertoriées, seules deux cents sont utilisées et indiquées dans certaines circonstances :

- ✓ Maux bénins : fatigue passagère, rhume...
- ✓ Syndromes chroniques : insomnie, troubles digestifs...
- ✓ Préventif. (22)
- ✓ Thérapeutique de complémentarité pour réduire la prise de médicaments. (22)

En revanche, certaines indications ne doivent plus relever de ce type de thérapeutique : les maladies cardiovasculaires, le diabète, le cancer.... (22)

En outre, les plantes sont à éviter chez les nourrissons de moins de 24 mois, et doivent être utilisées avec précautions chez les femmes enceintes et les personnes âgées. (31)

Donc les plantes médicinales utilisées traditionnellement pour des indications mineures sont efficaces pour soigner des pathologies du quotidien qui rendent parfois la vie difficile. Elles entrent dans la composition de produits de bien être et de médications familiales le plus souvent conseillées par le pharmacien d'officine. (49)

## **II LA PHYTOTHERAPIE : PHENOMENE DE MODE**

La phytothérapie a considérablement évolué ces dernières années : les gens sont de plus en plus attirés par cette thérapie traditionnelle et en contrepartie, celle-ci s'est adaptée à cette nouvelle génération de consommateurs.

### **2.1. Le regain d'intérêt de la population**

Après un délaissement progressif des plantes, un nouvel intérêt se manifeste dans de nombreux pays (16). Plusieurs explications existent.

#### **2.1.1. Retour du public aux traitements naturels (22)**

L'individu recherche une nouvelle qualité de vie :

- ✓ Une vie bien remplie entraîne une nouvelle perception du temps : notre vie est de plus en plus rythmée par les alternances loisirs, voyages, soins d'hygiène.
- ✓ Un besoin de protection et de sécurité s'est développé et se traduit par la recherche de conseils, d'assistance...
- ✓ La recherche de compétence : le consommateur se documente et éprouve le besoin de se trouver en face de quelqu'un de compétent qui puisse lui donner des explications. En conséquence, il s'adresse à des professionnels.
- ✓ L'individu recherche des moyens qui lui permettent de se faire plaisir :
  - Produits de soins d'hygiène corporelle.
  - Produits alimentaires plus simples et rapides à préparer.
  - Une alimentation diététique.
  - Des médecines plus naturelles, plus proches de lui.

#### **2.1.2. Désaffection publique des médicaments classiques due aux effets secondaires**

De plus en plus de personnes hésitent à consommer des médicaments de synthèse, conscients des risques liés à une telle consommation : s'ils arrivent soulager, ils entraînent souvent du même coup de nombreux effets indésirables. Devant cette situation, il n'est pas étonnant que certaines personnes se tournent vers la médication naturelle. Dans ce domaine, les

plantes thérapeutiques occupent une place de choix. (www.adriengagnon.com)

## **2.2. Adaptation de la phytothérapie à la nouvelle génération**

En dépit de l'attrait qu'exerce la présentation en vrac de la plante, considérée comme plus naturelle, le sachet-dose apparaît plus pratique : il est plus facilement utilisable hors de chez soi. (34)

Mais, ce fût la création des gélules de poudre de plante qui révolutionna le domaine de la phytothérapie. Cette forme galénique moderne est pratique à emporter et d'une prise orale facile et rapide. (44)

Pourtant, malgré l'intérêt que les gélules suscitent chez de nombreux patients, certains regrettent le déclin des mélanges de plantes qui proposent un remède complet à une pathologie par l'association de différentes vertus. Le marché de la tisane reste donc stable : elle garde ses fidèles et donc sa place à côté des formes galéniques plus modernes. (34)

L'apparition de nouvelles formes galéniques a facilité le retour de la phytothérapie ; cette évolution lui a permis d'atteindre des patients de plus en plus jeunes, intéressés par les méthodes thérapeutiques naturelles, tout en ayant une vie active intense.

## **III LA PHYTOTHERAPIE : DOMAINE RESERVE AUX OFFICINES DE PHARMACIE**

Les scientifiques reconnaissent la phytothérapie comme une discipline médicale et des lois ont été votées pour céder ce marché au pharmacien. (22)

Les plantes médicinales sont soumises au monopôle du pharmacien par l'article L.512. du Code de la Santé publique : "la préparation et la vente des médicaments et des produits assimilés sont réservés au seul pharmacien".

Face à la concurrence des autres circuits de distribution, les grandes surfaces ou parapharmacies, l'officine dispose avec la phytothérapie spécialisée d'un atout qu'elle peut exploiter en faisant de ces médicaments le prolongement de ceux qui figurent sur l'ordonnance ou en les intégrant dans la médication familiale. (34)

Trop de pharmaciens se sont désintéressés des plantes médicinales et de leurs préparations galéniques. Aujourd'hui, c'est tout un ensemble de produits présenté comme favorable à la santé qui échappe à l'activité de la pharmacie. Les systèmes de diffusion sur Internet représente une menace encore mal perçue. (16)

La phytothérapie peut fournir un très bon médicament conseil et le pharmacien doit profiter de son monopôle pour mettre en avant ses multiples avantages.

## CHAP. 2 : LA LEGISLATION

La législation régissant les plantes médicinales est liée à la définition juridique du médicament.

### **Art. L.511. du Code de la Santé publique**

“On entend par médicament toute substance ou composition présentée comme possédant des propriétés curatives ou préventives à l’égard des maladies humaines ou animales, ainsi que tout produit pouvant être administré à l’homme ou à l’animal, en vue d’établir un diagnostic médical ou de restaurer, corriger ou modifier leurs fonctions organiques.”

Le mot “substance” englobe les drogues, donc n’importe quelle plante ou partie de plantes devient un médicament si elle est précédée d’indication de propriété.

Toutefois, deux conditions sont nécessaires pour qu’une plante soit considérée comme médicament :

- ✓ Elle doit être une plante médicinale.
- ✓ Elle doit être inscrite à la pharmacopée. (43)

## **I LE MONOPOLE DU PHARMACIEN**

### **1.1. Définition du monopôle du pharmacien**

#### **1.1.1. Les plantes médicinales**

L’article L.512. du Code de la Santé Publique définit le monopôle du pharmacien.

### **Art.L.512. du Code de Santé publique**

“Sont réservées aux pharmaciens...”

5° La vente des plantes médicinales inscrites à la pharmacopée sous réserve des dérogations établies par décret.”

Cet article ne vise que les plantes médicinales c’est à dire possédant des propriétés curatives ou préventives à l’égard des maladies. Par dérogation, il existe trente quatre plantes en vente libre dans la grande distribution, les parapharmacies... et seules sept d’entre elles sont autorisées à être commercialisées mélangées.

### **Décret n°79-480 du 15 juin 1979 :**

Art. 1<sup>er</sup>. – Les plantes ou parties de plantes médicinales inscrites à la pharmacopée et figurant sur la liste ci-après peuvent être vendues en l'état par des personnes autres que les pharmaciens et les herboristes : bardane, bouillon blanc, bourgeon de pin, bourrache, bruyère, camomille, chiendent, cynorrhodon, eucalyptus, frêne, gentiane, guimauve, hibiscus, houblon, lavande, lierre terrestre, matricaire, mauve, mélisse, menthe, ményanthe, olivier, oranger, ortie blanche, pariétaire, pensée sauvage, pétales de rose, queue de cerise, reine des prés, feuilles de ronces, sureau, tilleul, verveine, violette.

Art. 2. – Ces plantes ne peuvent être vendues mélangées entre elles ou à d'autres espèces à l'exception des suivantes : tilleul, verveine, camomille, menthe, oranger, cynorrhodon, hibiscus dont les mélanges entre elles sont autorisés.

#### **1.1.2. Les huiles essentielles**

La délivrance des huiles essentielles, comme celle des plantes médicinales, est réglementée par un article du Code de Santé publique.

#### **Art.L.512. du Code de Santé publique**

“Sont réservées aux pharmaciens...”

6° La vente au détail et toute dispensation au public des huiles essentielles dont la liste est fixée par décret ainsi que de leurs dilutions et préparations ne constituant ni des produits cosmétiques, ni des produits à usage ménager, ni des denrées ou boissons alimentaires.”

#### **Décret n° 86-778 du 23 juin 1986**

Art.1<sup>er</sup>.- La liste des huiles essentielles prévue à l'article L.512. du Code de Santé publique est fixée ainsi qu'il suit :

Essences provenant de : l'absinthe, la petite absinthe, l'armoise, le cèdre, l'hysope, la sauge, la tanaïsie, le thuya.

Le monopôle du pharmacien sur les huit plantes productrices d'huiles essentielles protège le patient d'une toxicité possible de celles-ci à hautes doses. C'est donc pour éviter des intoxications dues à l'usage abusif et non contrôlé que ce décret a été mis en place.

#### **1.2. Les herboristes**

En 1803, le pharmacien partageait son monopôle avec l'herboriste. En effet, la loi autorisait ce dernier à vendre les plantes ou parties de plantes indigènes ou acclimatées à l'exception des substances vénéneuses. En outre, il ne pouvait délivrer des mélanges à l'avance sauf dérogation accordée en 1943 pour les espèces digestives, pectorales, rafraîchissantes, stomachiques et vulnéraires. Depuis 1975, le diplôme d'herboriste ayant été supprimé en 1941, seuls ceux demeurant encore en exercice conservent leur droit leur vie durant. (22)

## **II L'AUTORISATION DE MISE SUR LE MARCHÉ**

### **2.1. Dossier allégé pour l'obtention d'AMM**

Les médicaments à base de plantes répondent à la définition de l'article L.511. du Code de Santé publique, évoqué précédemment, et relèvent donc de la réglementation générale du médicament. A ce titre, conformément à l'article L.601. du Code de Santé publique, toute spécialité pharmaceutique ou tout autre médicament à base de plante fabriqué industriellement, doit faire l'objet avant sa commercialisation ou sa distribution d'une Autorisation de Mise sur le Marché ou AMM obtenue sur la base d'un dossier adressé au directeur général de l'Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé ou AFSSAPS. (1)

Les pouvoirs publics ont réalisé qu'ils ne pouvaient pas s'opposer au développement de la phytothérapie et des médecines "douces". Le Ministère Français de la Santé a décidé de mettre en place une réglementation destinée aux médicaments à base de plante. En effet, l'AMM classique, exigeant la constitution d'un dossier pharmaceutique, pharmaco-toxicologique et clinique, est d'un prix trop élevé, inadapté à des produits phytothérapeutiques. C'est pour cette raison qu'il a mis en place une AMM "allégée" comprenant un dossier pharmaceutique complet et éventuellement un toxicologique en fonction de la plante et de la forme pharmaceutique utilisée (19). Le texte réglementaire est l'article R.5133. du Code de Santé publique.

### **2.2. Le cahier n°3 de l'Agence du médicament**

Le cahier n°3 constitue une note explicative pour aider les demandeurs dans l'élaboration de ces dossiers d'AMM.

Ce petit livre précise, entre autres, les indications thérapeutiques traditionnelles sélectionnées à la suite d'une étude bibliographique approfondie de l'ensemble des références disponibles, excluant certains usages correspondant à des pathologies pour lesquelles il serait dangereux de ne pas recourir aux médicaments dont l'efficacité a été établie.

Ce recueil indique également les associations médicamenteuses fixes qui sont habituellement acceptées sans qu'il soit fourni de documentation pharmacoclinique. (1)

#### **2.2.1. Associations de drogues à usages complémentaires (1)**

Les associations médicamenteuses à usages complémentaires acceptées sans documentation particulière, utiles dans le cas de troubles digestifs, sujet traité ici, sont :

41+ 61  
41+ 63  
43+ 47  
45+ 61  
61+ 63



Ces numéros correspondent aux indications thérapeutiques suivantes :

**N°41** : “traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulences.”

**N°43** : “traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs.”

**N°45** : “traditionnellement utilisé pour faciliter les fonctions d'élimination urinaire et digestive.”

**N°47** : “traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des diarrhées légères.”

**N°61** : “traditionnellement utilisé comme cholérétique ou cholagogue.”

**N°63** : “traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des troubles fonctionnels digestifs attribués à une origine hépatique.”

### 2.2.2. Associations dans les mélanges de plantes (1)

Aux drogues, support de l'activité médicinales, peuvent être ajoutées :

- ✓ Des drogues ou leurs préparations pouvant améliorer la saveur telles que : anis vert, badiane de chine, basilic, oranger amer, cannelles, carvi, coriandre, fenouil doux, clou de girofle, mélisse, menthe poivrée, orange douce, romarin, rose, sarriette, thym...
- ✓ Des drogues pouvant améliorer l'aspect, en particulier pour les tisanes : bleuet, coquelicot, karkadé, mauve, pensée, rose, souci, violette...

Dans les mélanges de plantes pour tisanes, il n'y a pas lieu de dépasser un maximum d'une dizaine de drogues :

- ✓ Cinq plantes considérées comme principes actifs.
- ✓ Trois plantes pour améliorer la saveur, avec un maximum de 15% en masse.
- ✓ Deux drogues pour l'amélioration de l'aspect, avec un maximum de 10% en masse.

Dans les autres médicaments, il n'y a pas lieu de dépasser un maximum de quatre préparations considérées comme principes actifs et deux préparations pour l'amélioration de la saveur et de l'aspect, lorsque la forme ingérée le justifie.

### 2.2.3. Cas particulier des associations des drogues laxatives (1)

Les associations de drogues laxatives ont une réglementation particulière due à l'existence de dérivés anthracéniques possédant de nombreux effets indésirables qui entraînent des précautions d'emploi.

Trois règles essentielles régissent ces associations :

- ✓ Le nombre de drogues ou préparations à base de drogues laxatives introduites dans une spécialité est limité à cinq, dont au maximum deux drogues ou préparations à dérivés anthracéniques.
- ✓ L'association entre les drogues à dérivés anthracéniques et les gommes, mucilages, pectines ou fibres, est admise. Dans ce cas,

l'information des professionnels de santé et du public est centrée sur les dérivés anthracéniques.

- ✓ Dans les tisanes, deux à cinq drogues correctrices du goût, ou plus généralement utilisées pour leur caractère organoleptique peuvent être associées aux drogues laxatives.

### **2.3 Les mélanges préparés à l'officine**

Pour les préparations en officine, le ministère précise :

- ✓ Si l'officine fabrique un mélange de plantes à son nom, il est nécessaire d'obtenir une AMM et donc de déposer un dossier : l'officine se substitue au laboratoire.
- ✓ Si l'officine fabrique un mélange de plantes conseil prescrit sur ordonnance, il faudra faire une inscription à l'ordonnancier comme toute préparation magistrale. (22)

Les produits de phytothérapie sont donc bien régis par la loi française et, considérés comme médicaments ; le pharmacien devrait y consacrer plus de temps et d'énergie.

## CHAP.3 : LES PLANTES A L'OFFICINE

De la réception jusqu'à la délivrance, les plantes font un séjour à l'officine. Ce chapitre est consacré aux règles à respecter par le pharmacien pour mettre à la disposition des patients des produits de qualité et aux différentes formes galéniques existantes.

### I L'HERBORISTERIE

#### 1.1. L'approvisionnement

Le pharmacien peut s'approvisionner dans un laboratoire à statut pharmaceutique ou dans un établissement à statut non pharmaceutique. (22) Dans tous les cas, pour avoir des produits de qualité et pour pouvoir les conserver plus longtemps en bon état, le pharmacien doit tenir compte du calendrier des récoltes. Les périodes de récolte favorables sont :

- ✓ Pour les écorces : en hiver.
- ✓ Pour les racines, rhizomes, bulbes : à l'automne.
- ✓ Pour les feuilles : juste avant l'épanouissement.
- ✓ Pour les fleurs : juste avant l'épanouissement.
- ✓ Pour les fruits : à maturité.
- ✓ Pour les semences : à maturité complète. (37)

#### 1.2. Le contrôle

A la réception des produits, le pharmacien doit avoir plusieurs réflexes : il doit noter :

- ✓ Le nom de la plante.
- ✓ Le fournisseur.
- ✓ La date de l'achat.
- ✓ La quantité.

Si l'approvisionnement se fait auprès d'un établissement pharmaceutique, les plantes sont forcément contrôlées antérieurement, le pharmacien peut alors se limiter à vérifier les caractères morphologique et organoleptique lorsqu'elles sont en l'état (saveur, aspect, odeur, couleur) (37). Dans le cas où elles proviendraient d'un laboratoire non pharmaceutique, le pharmacien engage alors sa responsabilité et se doit de faire le contrôle lui même (22).

### 1.3. Le stockage

Les plantes médicinales doivent être stockées dans un local assez grand, sec, sombre et aéré. La température idéale est de 15 à 18°C. (37)

Les récipients pour les conserver doivent être fermés et en carton, seul matériau permettant à la fois l'absence de poussière et de diffusion d'humidité en excès. (24)

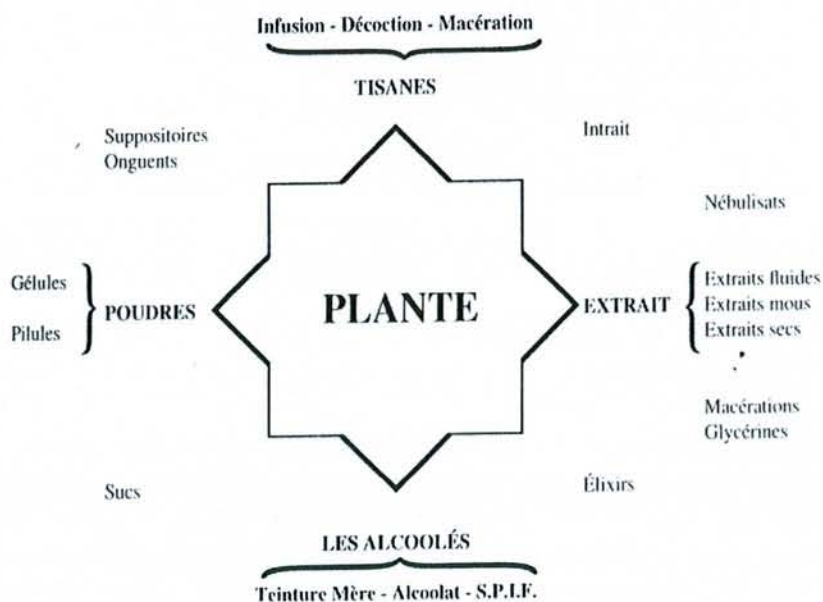
De toute évidence, quel que soit le local, il doit être d'une propreté parfaite pour éviter les contaminations et la détérioration des plantes ; il doit donc être désinfecté régulièrement.

En outre, une bonne rotation des stocks est nécessaire car la conservation est limitée dans le temps en fonction de la drogue. (37)

<u>Les drogues</u>	<u>Conservation optimales</u>	<u>Conservation tolérées</u>
Feuilles, poudres, Plantes et essences	6 mois – 1 ans	18 – 24 mois
Feuilles, sommités, Graines	12 – 18 mois	Jusqu'à 3 ans
Ecorces, bois, racines	2 – 3 ans	Jusqu'à 5 ans

## II LES DIFFERENTES FORMES GALENIQUES

La pharmacie galénique est l'art de transformer une substance présentant une activité thérapeutique en un médicament aisément utilisable pour un homme : les plantes peuvent adopter de nombreuses formes galéniques.



Les différentes formes galéniques d'après " Le totum en phytothérapie"(44)

## **2.1. Les tisanes**

Les tisanes visent à extraire la substance active des plantes : les plantes aromatiques ne doivent pas bouillir car leurs principes actifs se dissolvent par la vapeur, les fleurs ne doivent pas non plus être portées à ébullition. (49)

Différents procédés d'obtention existent :

- ✓ Infusion
- ✓ Décoction
- ✓ Macération
- ✓ Digestion

### **2.1.1. L'infusion**

L'infusion consiste à verser sur la drogue de l'eau potable bouillante et à laisser refroidir en couvrant la préparation.

L'infusion convient aux drogues fragiles et riches en huiles essentielles. (49)

### **2.1.2. La décoction**

La décoction consiste à maintenir la drogue avec de l'eau potable à ébullition pendant une durée de 15 à 30 minutes.

Ce procédé est approprié pour les drogues de consistance dure ou très dure (bois, racines, écorces). (49)

### **2.1.3. La macération**

La macération consiste à maintenir en contact la drogue avec de l'eau potable à température ambiante pendant une durée de 30 minutes à 4 heures.

Ce mode de préparation s'applique tout particulièrement aux drogues mucilagineuses (racines de guimauve ou de lin...). (49)

### **2.1.4. La digestion**

La digestion consiste à maintenir en contact la drogue avec de l'eau potable à une température inférieure à celle de l'ébullition, mais supérieure à la température ambiante pendant une durée de 1 heure à 5 heures.

Ce procédé est rarement utilisé. (49)

## **2.2. Les poudres**

Leur préparation implique un séchage préalable à une température précise ou une cryodessiccation des drogues végétales divisées. La pulvérisation se fait par broyage et tamisage en fonction de leur résistance.

Les poudres se retrouvent ensuite sous forme de gélules ou de pilules. (49)

## **2.3. Les extraits**

Les extraits sont des substances fluides, semi-liquides ou solides, résultant de l'évaporation d'un suc de plantes ou d'une solution obtenue en traitant une

substance végétale par un solvant approprié (eau, éther, alcool), afin d'obtenir une substance fluide, molle ou sèche. (44)

Un extrait se fabrique en deux temps :

- ✓ On extrait d'abord le produit, soit par macération, décoction, infusion ou lixiviation (opération qui consiste à faire passer lentement un solvant à travers un produit pulvérisé et déposé en couche épaisse, pour en extraire un ou plusieurs constituants solubles).
- ✓ Puis on évapore, soit à l'air libre soit en étuve sous vide. (44)

On trouve trois sortes d'extraits :

- ✓ Extraits fluides.
- ✓ Extraits mous.
- ✓ Extraits secs.

### 2.3.1. Les extraits fluides

Les extraits fluides sont des préparations liquides préparées uniquement à partir d'éthanol ou d'eau. (49)

### 2.3.2. Les extraits mous

Ce sont des préparations de consistance intermédiaire, se situant entre l'extrait fluide et l'extrait sec, obtenues par évaporation partielle du solvant (éthanol ou eau exclusivement). (49)

### 2.3.3. Les extraits secs

Les extraits secs sont des préparations solides obtenues par évaporation du solvant. La teneur finale est ajustée au moyen de substances inertes appropriées ou au moyen d'un autre extrait sec provenant de la matière première utilisée pour sa préparation. (49)

## 2.4. Les alcoolés (49)

Ce sont des préparations de liquides qui se dissolvent grâce à l'alcool éthylique dont la quantité sur les matières végétales ou chimiques, est définie préalablement. Le titre de l'alcool est défini suivant les principes à dissoudre.

### 2.4.1. Les alcoolatures

Les alcoolatures sont obtenues par macération de la plante fraîche dans l'alcool.

### 2.4.2. Les alcoolats

Ils sont obtenus par macération de la plante fraîche ou sèche dans l'alcool afin d'obtenir par distillation les principes actifs volatils.

### 2.4.3. Les teintures mères

Les teintures mères de drogues végétales sont obtenues par macération dans l'alcool à 65° de plantes fraîches.

Elles sont préparées au 1/10° de leur poids de plantes fraîches reporté à son poids sec et 9/10° d'alcool.

On laisse macérer trois semaines en agitant fréquemment le mélange puis on décante et ensuite on le presse à 100 kg/ cm<sup>2</sup> (expression). On le laisse reposer puis on le filtre.

### 2.4.4. Les suspensions intégrales de plantes fraîches

Les suspensions intégrales de plantes fraîches ou SIPF sont des suspensions cellulaires fines composées de la totalité de la drogue végétale en suspension dans de l'alcool à 30°.

Les plantes fraîches sont portées à 50°. On les broie plusieurs fois afin d'obtenir des particules très fines. On ajoute alors de l'alcool correspondant à 30 % du poids de la poudre. A la température normale, l'alcool bloque alors les réactions enzymatiques, évitant les risques de modifications ou de dégradation des principes actifs.

Pour utiliser les SIPF, on les dilue dans de l'eau afin que les activités enzymatiques contenues dans la plante reprennent leur action.

## 2.5. Les huiles essentielles (44)

Les huiles essentielles sont des produits huileux volatils odoriférants, que l'on extrait des végétaux. Il existe plusieurs procédés d'extraction des matières aromatiques. On distingue :

- ✓ L'entraînement à la vapeur d'eau, suivi éventuellement d'une rectification (centrifugation pour séparer les huiles de l'eau) à partir de drogues fraîches ou sèches.
- ✓ L'expression du péricarpe frais avec des moyens mécaniques appropriés et sans chauffage.

D'autres formes galéniques existent, mais celles qui viennent d'être citées sont les principales en sus des plantes en l'état bien sûr.

2<sup>ème</sup> PARTIE

LE TRACTUS

DIGESTIF

ET SES

PATHOLOGIES



CHAP.1 :

LE TRACTUS

DIGESTIF

# L'OESOPHAGE

## I ANATOMIE (45)

L'œsophage est constitué d'un tube s'étendant du pharynx jusqu'à l'estomac au niveau du cardia. Il mesure 35 cm et comprend un sphincter à chaque extrémité :

- Le sphincter supérieur de l'œsophage (SSO) qui joue un rôle dans la déglutition.
- Le sphincter inférieur de l'œsophage (SIO) qui est une zone de haute pression.

## II PHYSIOLOGIE (9)

L'œsophage a deux fonctions :

- Il participe aux phénomènes de déglutition.
- Il s'oppose au reflux gastro-œsophagien (RGO).

La déglutition : elle comprend la relaxation du SSO suivi d'une vague péristaltique parcourant tout l'œsophage jusqu'au SIO qui se relâche à son tour pour permettre le passage des aliments.

L'opposition au RGO : le sphincter inférieur de l'œsophage est sous le contrôle de plusieurs facteurs :

- Un facteur nerveux : l'augmentation de la pression du sphincter, secondaire à l'accroissement de la pression abdominale ou à l'acidification de la région sphinctérienne, suggère l'existence d'un arc réflexe où intervient le nerf vague ou pneumogastrique.
- Un facteur hormonal : la gastrine augmente le tonus du SIO.

## III PATHOLOGIE

Le reflux gastro-œsophagien.

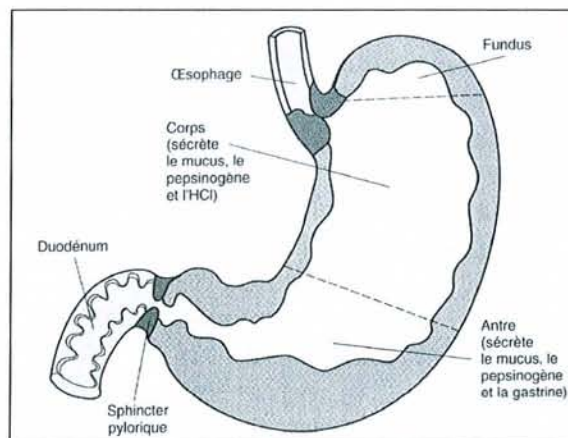
# L'ESTOMAC

## I ANATOMIE

### 1.1. Description (45)

L'estomac constitue la partie la plus large du tube digestif, située entre l'œsophage et le duodénum. Il est divisé en plusieurs parties :

- Le CARDIA, orifice d'entrée avec un système antireflux
- La GROSSE TUBEROSITE, poche d'air pouvant remonter, induisant une hernie hiatale
- Le FUNDUS, partie verticale appelée, également, corps de l'estomac
- L'ANTRE, partie horizontale
- Le PYLORE, partie terminale comportant un sphincter



L'estomac d'après *Physiologie Humaine* (47)

### 1.2. Innervation (47)

L'estomac est sous le contrôle de deux types d'innervation :

- L'innervation intrinsèque est responsable des mouvements spontanés de l'estomac, dont l'un d'entre eux est le péristaltisme.
- L'innervation extrinsèque est responsable de sa contraction ou relaxation.

### 1.3. Sécrétion (45)

L'estomac comporte deux zones sécrétrices :

- La zone glandulaire gastrique (territoire de sécrétion acide) au niveau du FUNDUS. De nombreux composés sont ici présents :
  - o Pepsinogène, pepsine
  - o Mucus
  - o Acide chlorhydrique
  - o Sérotonine (impliquée dans les phénomènes de vomissements)
  - o Prostaglandine (ayant une action protectrice de l'estomac)
  - o Motiline (agissant au niveau de la motilité de l'estomac)
  - o Histamine (agent conduisant à la sécrétion acide)
- La zone glandulaire pylorique (territoire de sécrétion non acide) : la gastrine est le principal composé sécrété.

### 1.4. Protection de la muqueuse (45)

De nombreux agents et systèmes, comme les prostaglandines, permettent à la muqueuse de se défendre contre l'agression des sécrétions acides. Le principal composé, et le plus efficace, est le mucus, sécrété au niveau du fundus.

## II PHYSIOLOGIE

### 2.1. La sécrétion gastrique (9)

#### 2.1.1. Composition du suc gastrique

Le suc gastrique est un liquide complexe dont les éléments sont sécrétés par diverses structures histologiques de la muqueuse gastrique. Il comprend entre autres :

- L'eau et les électrolytes : acide chlorhydrique, les ions sodium, potassium, calcium, magnésium
- Les enzymes protéolytiques : pepsine, gastrine
- Les mucoprotéines : mucus
- Le facteur intrinsèque jouant un rôle fondamental dans l'absorption de la vitamine B12

#### 2.1.2. Mécanisme de régulation de la sécrétion gastrique

Stimulation de la sécrétion :

- Par un facteur nerveux : le nerf pneumogastrique.
- Par un facteur hormonal : gastrine, histamine...

Inhibition de la sécrétion :

- Par les prostaglandines
- Par la somastatine

## 2.2. Motricité gastrique (9)

La motricité gastrique est responsable de la fonction de l'estomac qui est d'assurer un brassage du bol alimentaire, une digestion chimique restreinte, grâce à l'acide chlorhydrique et des enzymes comme la pepsine, suivi de l'évacuation du contenu.

Ce transit alimentaire se déroule en 2 à 8 heures. On peut le diviser en trois étapes : le remplissage, le brassage et la vidange.

### 2.2.1. Le remplissage

L'estomac se remplit de façon passive et s'adapte à son contenu. La distension de la paroi provoque la sécrétion gastrique et des phénomènes nerveux.

Les aliments, ensuite, s'organisent en couches superposées, comprenant en bas, les liquides, puis les couches protéiques et autres au centre, suivi des graisses dans la partie supérieure.

### 2.2.2. Le brassage

L'estomac vide, les contractions ne se produisent que toutes les 90 minutes partant du "pace maker" de l'estomac, et se poursuivant jusqu'au bout de l'intestin grêle. Ce phénomène peut s'intituler "service de nettoyage".

Après l'ingestion d'aliments, l'estomac entre dans une phase de repos de 10 minutes, puis les mouvements de brassage naissent, réduisant les aliments en une bouillie imprégnée des constituants du suc gastrique. Le tout s'effectue simultanément à la progression lente vers l'antrum puis le duodénum, où le bol alimentaire est déversé par petite fraction.

### 2.2.3 La vidange

L'estomac tend à se vider, mais le duodénum freine cette vidange pour ne pas subir un trop gros apport alimentaire. Cette vidange est donc un phénomène séquentiel.

Conclusion : l'estomac permet une première digestion mécanique (broyage, brassage), ainsi qu'une digestion chimique restreinte des aliments ingérés.

## **III PATHOLOGIES**

La gastrite.

L'indigestion.

Le reflux gastro-œsophagien.

L'épigastralgie.

La dyspepsie.

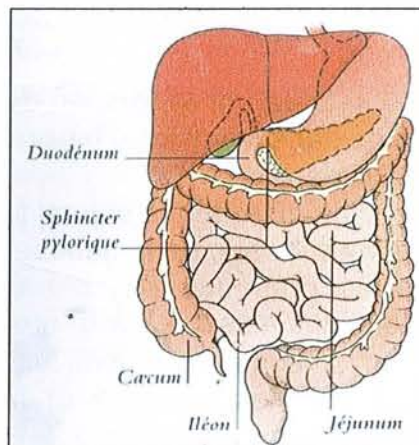
# L'INTESTIN

## L'INTESTIN GRELE

### I ANATOMIE (47)

L'intestin grêle est l'organe reliant l'estomac au gros intestin, d'une longueur de 8 à 9 mètres. Il comporte trois parties :

- Le DUODENUM (15 à 25 cm) : il fait suite à l'estomac
- Le JEJUNUM, libre à l'intérieur de la cavité abdominale
- L'ILEON, mobile, s'abouchant au côlon au niveau de la jonction iléo-cœcale



**L'intestin grêle d'après le *Grand atlas du corps humain* (23)**

### II PHYSIOLOGIE (9)

Dans l'intestin, comme dans l'estomac, deux phénomènes se côtoient : la digestion chimique et la digestion mécanique.

Pour simplifier son rôle, on peut situer la digestion chimique dans le duodénum et la digestion mécanique au niveau du jéjuno-iléon.

## **2.1. La digestion chimique**

La digestion chimique se déroule principalement au niveau du duodénum, car c'est là, que se déversent deux sécrétions essentielles à la digestion, par l'ampoule de VATER :

- Le suc pancréatique
- La bile

Ces deux liquides sont sécrétés par deux organes indépendants de l'intestin : le pancréas et le foie. Ils se déversent par deux canaux différents, se rejoignant au niveau de l'ampoule de VATER qui s'ouvre, grâce au sphincter d'ODDI, dans le duodénum.

### **2.1.1. Le suc pancréatique**

Le suc pancréatique est un liquide contenant surtout des enzymes qui vont digérer les différents composants des aliments :

- La trypsine digère les protides
- L'amylase agit sur les glucides, transformant l'amidon en maltose et dextrine
- La lipase digère les lipides, émulsionnant les graisses en fines gouttelettes, maintenues en suspension par la bile, puis elles sont dédoublées en acides gras et glycérol

### **2.1.2 La bile**

La bile est un liquide sécrété par le foie, en dehors des périodes digestives. Elle est ensuite stockée dans la vésicule biliaire où elle est concentrée.

La bile remplit deux fonctions :

- Une fonction discontinue qui est la fonction digestive. Elle active les enzymes du suc pancréatique, surtout la lipase, et solubilise les acides gras qui résultent de la digestion pancréatique, condition indispensable à leur absorption.
- Une fonction continue : la bile est sécrétée en continu par le foie pour éliminer les toxiques et la vésicule biliaire sert à les éloigner.

## **2.2. La digestion mécanique**

Dans le jéjuno-iléon, deux phénomènes se déroulent : la fin de la digestion et l'absorption intestinale.

La motricité intestinale est assurée par la contraction des fibres musculaires lisses de la paroi intestinale sous le contrôle nerveux et hormonal.

Le bol alimentaire transite grâce à deux types de mouvements :

- Mouvements par contraction des fibres circulaires ayant pour résultat le brassage du contenu intestinal
- Mouvements péristaltiques dus à une activité régulière et coordonnée des muscles circulaires et longitudinaux

Ces deux types de mouvements permettent la progression du contenu intestinal à une vitesse de 2 à 3 cm par minutes.

Le transit se fait en 2 à 6 heures.

Remarque : l'accélération du transit ne modifie que peu l'absorption des nutriments qui est un phénomène rapide, ce qui est différent pour les électrolytes.

### **III PATHOLOGIES**

Les dyspepsies.

Les indigestions.



# LE GROS INTESTIN

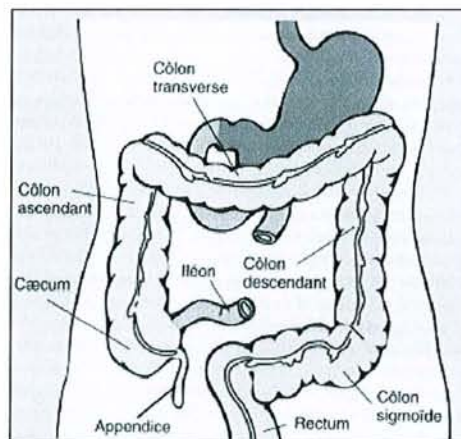
## I ANATOMIE (9)

Cet organe mesure 1,50 mètres de long et est divisé en plusieurs parties :

- Le CAECUM, cul de sac placé dans la fosse iliaque droite, comportant un appendice et une valvule iléo-cæcale
- Le COLON, lui-même divisé en trois :
  - côlon ascendant
  - côlon transverse
  - côlon descendant
- Le COLON ILIAQUE
- Le COLON SIGMOÏDE, qui débouche sur le rectum
- Le RECTUM, se terminant par une ampoule rectale et comportant deux sphincters.

Les derniers centimètres du rectum se rétrécissent pour former le canal anal, suivi de l'ampoule rectale débouchant sur l'anus.

Les deux sphincters sont :  
- le sphincter lisse tout d'abord  
- le sphincter strié, situé à l'extrémité du rectum, placé sous le contrôle de la volonté



Le gros intestin et le rectum d'après *Physiologie Humaine* (47)

## II PHYSIOLOGIE

Le rôle du gros intestin est de transformer le résidu alimentaire liquide en matière fécale solide et d'assurer son transport et stockage jusqu'à la défécation.

## **2.1. La formation de la matière fécale (9)**

Le résidu ayant subi les digestions successives au niveau de l'estomac et de l'intestin grêle, est une matière liquide : le gros intestin permet l'absorption importante d'eau et d'électrolytes ainsi que des acides biliaires.

En contre partie, les différentes cellules sécrètent du mucus et des électrolytes permettant ainsi le cheminement de la matière fécale jusqu'au rectum.

## **2.2. La fonction motrice (9)**

Le gros intestin permet le transit de la matière fécale jusqu'au rectum, facilité, comme vu précédemment, par la sécrétion de mucus. Mais, il assure également son stockage jusqu'à la défécation.

Ce transit est lent, et différents types de contractions interviennent pour obtenir ce résultat. En outre, ces contractions sont sous le contrôle de différents facteurs.

### **2.2.1. Les contractions permettant le transit**

#### **Les contractions de propulsion**

Elles sont de deux types :

- Les contractions à activité courante, qui propulsent les matières sur une distance assez courte.
- Les "mouvements de masse" sont des contractions qui ne se produisent que trois à quatre fois par jour, mais ce sont les plus efficaces. Elles sont très puissantes : elles prennent naissance dans le côlon transverse et se propagent jusqu'au sigmoïde permettant ainsi la propulsion de la matière fécale.

#### **Les contractions de segmentation**

Contrairement aux précédentes, ces contractions ne sont pas coordonnées et sont relativement stationnaires. Elles s'exercent de façon périodique.

### **2.2.2. Les facteurs modifiant la motilité colique**

#### **2.2.2.1. Facteurs influant sur les contractions de propulsion**

Différents paramètres influent sur ces contractions et peuvent les déclencher en dehors de la production physiologique.

Ceux-ci peuvent être l'ingestion d'aliments, l'exercice physique ou, éventuellement, certains laxatifs.

#### **2.2.2.2. Facteurs influant sur les contractions de segmentation**

Certains facteurs augmentent la fréquence de ces contractions qui sont relativement stationnaires, mais cette action peut tout de même jouer sur la vitesse de transit d'un patient : cela peut être l'alimentation, les émotions.

Au contraire, la motricité peut être ralentie par certains médicaments comme l'atropine, les anticholinergiques ou les psychotiques sédatifs.

### 2.3. La défécation (47)

La matière fécale transite jusqu'au rectum, qui se dilate et s'adapte à son contenu. Ce phénomène, si la quantité de matière est suffisante, provoque l'ouverture du sphincter lisse : la matière se déverse dans l'ampoule rectale, provoquant chez le patient le besoin de défécation.

Deux cas peuvent alors se présenter.

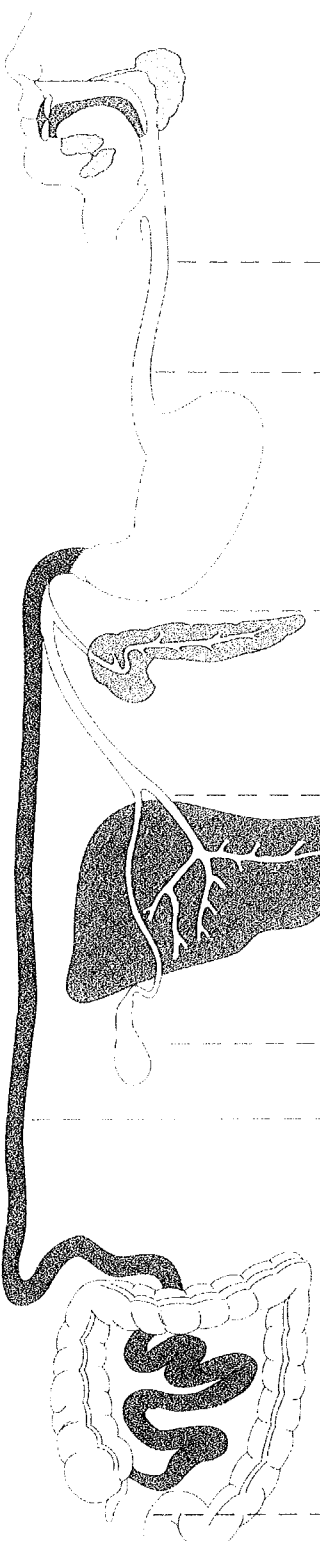
- 1<sup>er</sup> cas : si l'ordre n'est pas donné, le rectum s'adapte et le besoin de défécation disparaît.  
La matière fécale séjournant ainsi dans le rectum, se déshydrate et les bactéries détruisent le mucus : les selles se durcissent et ne sont plus lubrifiées. La défécation devient douloureuse.
- 2<sup>ème</sup> cas : l'ordre de défécation est donné, le sphincter strié, sous le contrôle de la volonté, s'ouvre.

## III PATHOLOGIES

Les colopathies fonctionnelles.

La constipation.

La diarrhée.



ORGANE	SÉCRÉTIONS EXOCRINES	FONCTIONS
Bouche et pharynx		Mastication (digestion mécanique); déclenchement du réflexe de déglutition
Glandes salivaires	Sel et eau	Humectage des aliments
	Mucus	Lubrification
	Amylase	Enzyme de digestion des polysaccharides
Œsophage		Déplacement du bol alimentaire jusqu'à l'estomac à l'aide des ondes péristaltiques
	Mucus	Lubrification
Estomac		Mise en réserve, brassage et dissolution d'aliments, et début de leur digestion; régulation de l'évacuation des aliments dissous dans l'intestin grêle
	HCl	Solubilisation des particules alimentaires
	Pepsine	Enzyme de digestion des protéines
	Mucus	Lubrification et protection de la surface épithéliale
Pancréas		Sécrétion d'enzymes et d'ions bicarbonate; fonctions endocrines non digestives
	Enzymes	Digestion des glucides, des lipides, des protéines et des acides nucléiques
	Bicarbonate	Neutralisation de l'acide chlorhydrique pénétrant dans l'intestin grêle en provenance de l'est
Foie		Sécrétion de la bile; plusieurs autres fonctions non digestives
	Sels biliaires	Émulsification des lipides
	Bicarbonate	Neutralisation de l'acide chlorhydrique pénétrant dans l'intestin grêle en provenance de l'est
	Produits de déchet organiques et oligo-éléments	Élimination dans les fèces
Vésicule biliaire		Mise en réserve et concentration de la bile entre les repas
Intestin grêle		Digestion et absorption de la plupart des sels; brassage et propulsion du contenu
	Enzymes	Digestion des aliments
	Sel et eau	Maintien de la fluidité du contenu luminal
	Mucus	Lubrification
Gros intestin (côlon)		Mise en réserve et concentration des matières non digérées; brassage et propulsion du contenu
	Mucus	Lubrification
Rectum		Défécation

**Fonctions des organes digestifs d'après *Physiologie Humaine* (47)**

**CHAP.2 :**

**LES PATHOLOGIES**

# LA CONSTIPATION

## I DEFINITION (30)

On parle de constipation lorsqu'un ou plusieurs des symptômes suivants sont présents :

- l'émission de selles dures et rares
- l'évacuation incomplète, émission de selles d'un volume insuffisant
- l'exonération difficile de selles dures

En conclusion, c'est un syndrome qui associe un retard d'évacuation et une déshydratation des selles.

La constipation touche tous les sujets quel que soit leur âge, mais il est plus fréquent chez les femmes. En France, 60% des adultes estiment qu'ils sont, au moins quelques fois, constipés. Seulement un tiers consultent et les autres se soignent seuls, essentiellement grâce aux conseils prodigués par leur pharmacien et la phytothérapie.

Un transit dit "normal" peut aller de trois selles par jour jusqu'à trois selles par semaine.

Pour simplifier, la constipation peut se définir ainsi :

- chez l'adulte, par moins de trois selles par semaines
- chez l'enfant de un à quatre ans, par moins de une selle tous les deux jours
- chez le nourrisson, par moins de une selle par jour

## II DIAGNOSTIC (38)

Le diagnostic est établi à partir de l'interrogatoire, qui permet de s'orienter vers une constipation fonctionnelle ou organique.

Il permet de préciser :

- la date d'apparition des symptômes (apparition récente, brutale) pour définir si la constipation est chronique ou aiguë
- la fréquence et la nature des selles
- les habitudes alimentaires et l'hygiène de vie
- la prise de médicaments
- les symptômes : douleurs abdominales, ballonnements...
- la prise de laxatifs irritants
- la survenue d'une altération de l'état général

### **III ETIOLOGIES** (3),(32)

La constipation peut résulter de nombreux facteurs.

#### **3.1 Etiologies organiques**

Etiologies digestives : - gastriques (cancer, sténose)  
- intestinales, coliques (mégacolon..)  
- rectales, anales (fissures, abcès, hémorroïdes compliquées)

Etiologies extra digestives : - hypothyroïdies, diabète, malnutrition  
- grossesse : la constipation est fréquente lors de la grossesse car elle est provoquée par une augmentation de la sécrétion de progestérone et par la compression de l'intestin par l'utérus.

#### **3.2 Etiologies non organiques**

##### Colopathies fonctionnelles

Constipation terminale ou dyschésie : c'est un trouble de l'évacuation des selles, le patient n'éprouvant pas le besoin d'y aller. Puis, il se retient en contractant le sphincter anal. Le rectum se distend en stockant les selles. Cette pathologie peut être liée à des problèmes psychologiques (lors de l'apprentissage de la continence dans la petite enfance, par l'attachement familial à la nécessité d'une selle par jour, la répugnance à utiliser les toilettes collectives...) ou à certaines activités professionnelles imposant de se retenir (routiers...). (32)

Constipation par troubles de la progression : elle est due à une diminution du bol alimentaire du fait d'une hydratation insuffisante, d'un déficit diététique en fibres alimentaires, d'une anorexie ou d'une restriction alimentaire.

Elle peut également être secondaire à des troubles de la motilité colique dus au manque d'activité physique ou à des perturbations psychologiques.

Remarque : les laxatifs irritants majorent cette constipation.

Cette pathologie s'accompagne de sensation de ballonnements, de douleurs dues aux contractions du côlon, de maux de tête, de flatulence.

C'est une des plus fréquentes, et c'est là que le pharmacien joue un rôle fondamental en rappelant les règles hygiéno-diététiques.

Constipation mixte : association d'une constipation par troubles de la progression et d'une constipation terminale.

Constipation occasionnelle : lors d'un voyage, en fin de grossesse, lors d'un alitement pour une maladie fébrile, après une intervention chirurgicale ou d'une immobilisation.

“Maladie des laxatifs” : bien que constipé, le malade éprouve le besoin impératif d’aller à la selle quotidiennement d’où l’utilisation continue de substances laxatives irritantes, conduisant à une dépendance. Les laxatifs irritent la muqueuse colique et déclenchent une hypersécrétion et une augmentation de la motricité intestinale. Après amélioration passagère du transit, liée à l’irritation de la muqueuse, survient un nouveau ralentissement du transit.

Ces laxatifs, à l’origine de la destruction de la muqueuse, sont : le séné, la bourdaine, le tamarin, le cascara, l’aloès...

### **3.3. Etiologies iatrogènes**

De nombreux médicaments ont un effet ralentisseur du transit.

Les antiacides (sels d’aluminium), les anticholinergiques, les antidépresseurs tricycliques, les diurétiques, les opiacés, les neuroleptiques, peuvent engendrer une constipation.

## **IV CAS PARTICULIER DU NOURRISSON** (28)

### **4.1. Définition**

Chez le nourrisson, la fréquence des selles est variable et dépend de son type d’alimentation.

On parle de constipation lors d’émission difficile et parfois douloureuse de selles trop rares :

- moins de trois fois par semaine pour un bébé nourri au lait artificiel
- moins de deux fois par jour pour un nouveau né nourri au sein

### **4.2. Etiologies**

#### **4.2.1. Constipations d’origine fonctionnelle**

##### Constipation secondaire aux erreurs diététiques

L’interrogatoire mettra en évidence un régime pauvre en résidus ou inversement, trop riche en fibres, ou encore, un apport hydrique insuffisant voire une sous nutrition.

##### Constipation primitive ou idiopathique

Elle peut se rattacher à l’existence d’un syndrome du côlon irritable, d’une colopathie fonctionnelle ou d’une colopathie spasmodique, dont le mécanisme est inconnu. Mais, certains facteurs peuvent entrer en compte : un facteur infectieux, alimentaire, psychique (stress, anxiété...).

##### Constipation iatrogénique

Certains médicaments peuvent provoquer une constipation notamment les sirops antitussifs à base de codéine.



#### 4.2.2. Constipation d'origine organique

Les constipations d'origine organique peuvent être révélatrices d'un syndrome inquiétant, et certains signes sont révélateurs de la gravité de l'atteinte :

- une constipation et des vomissements sont révélateurs d'un syndrome occlusif
- une constipation et des douleurs abdominales sont révélateurs d'une appendicite
- l'alternance diarrhée-constipation est révélatrice d'une maladie de HIRSCHSPRUNG (mégacôlon)

### **V TRAITEMENT**

La première chose est d'éliminer la possibilité d'une cause organique grâce à l'interrogatoire (absence d'apparition récente et brutale...).

Le traitement de la constipation consistera toujours à rappeler les règles hygiénodiététiques, et, si elles ne le permettent pas à elles seules, à rétablir un transit convenable à l'aide d'un traitement médicamenteux.

#### **5.1. Les règles hygiénodiététiques**

##### **5.1.1. Pour un adulte (30),(11)**

Plusieurs mesures sont à respecter pour retrouver un transit convenable :

- Eviter les aliments ralentisseurs du transit digestif :
  - Les légumes : choux, céleri, artichaut...
  - Viandes : viandes en sauce, fumées ou gibier
  - Poisson fumé
  - Œufs frits (omelette, brouillés...)
  - Riz, pomme de terre (frites, chips...)
  - Fromage très fermenté
  - Pâtisseries et confiseries
  - Graisses animales ou végétales cuites
  - Bière, apéritif, vins cuits, boissons gazeuses
  - Ail, échalote, oignon
- Réhydrater les selles
  - Boire abondamment des boissons non alcoolisées pour obtenir au moins 1,5 L d'eau par jour
  - Boire surtout entre les repas
  - Boire un grand verre d'eau ou de jus de fruit glacé le matin à jeun
- Apporter une alimentation riche en résidus

Les aliments dits "de ballast", les fibres alimentaires sont non digestibles : elles sont constitutives des végétaux.

  - Légumes verts, crus (râpés) et cuits
  - Les fruits frais (pommes, raisin, bananes...), ou desséchés (pruneaux, figues)

- Instaurer des règles d'hygiène et de rééducation
  - Prendre les repas à horaires réguliers
  - Bien mastiquer les aliments
  - Améliorer l'activité physique (7)
  - Aller à la selle à heure fixe sans attendre le besoin

### 5.1.2. Pour les enfants et les nourrissons (28)

Les conseils sur les mesures hygiénodietétiques sont à adapter à l'âge et au type d'alimentation de l'enfant.

- Alimentation lactée exclusive

Si l'allaitement se fait au sein :

Généralement les selles sont molles et grumeleuses. En cas de constipation, la mère doit augmenter sa ration en fibres, et ajouter 10 à 20 ml de jus de fruits entre deux tétées ou quelques millilitres d'eau d'HEPAR.

Si l'allaitement est artificiel :

La mère doit introduire des jus de fruits ou bien préparer les biberons à l'aide d'eau d'HEPAR ou éventuellement, substituer son lait habituel par un lait moins riche en caséine (MODILAC TRANSIT...). Elle peut également augmenter l'apport liquidien, en introduisant un biberon supplémentaire la nuit.

- Alimentation lactofarineuse

Dans ce cas, il est conseillé de diminuer la quantité des farines, ce qui permettra une amélioration du transit.

Surtout, le pharmacien conseillera d'éviter une introduction trop brutale ou trop précoce des farines pour éviter des modifications du transit de l'enfant.

- Alimentation diversifiée

Les conseils se rapprochent de ceux prodigués à l'adulte :

- augmenter la ration de légumes riches en fibres (légumes verts, fruits crus ou compote).
- limiter les aliments ralentisseurs du transit (riz, pâtes, coings...).
- augmenter la ration hydrique entre les repas.

## 5.2. Le traitement phytothérapeutique

### 5.2.1. Pour un adulte

#### Laxatifs de lest (42)

Principes actifs : fibres, mucilages.

Action : leur pouvoir hydrophile et leur résistance à l'hydrolyse enzymatique, permettent d'augmenter le volume et d'améliorer la consistance des selles en leur assurant une hydratation suffisante : c'est un effet mécanique.

Délai d'action : 24-48 heures.

Précautions : ils nécessitent une consommation suffisante d'eau.

Ils ne doivent pas être conseillés à une personne alitée, n'ayant pas d'activité physique.

Effets secondaires : météorisme abdominal (ballonnement, gonflement du ventre)

Contre-indication : syndrome occlusif ou subocclusif, syndrome douloureux abdominal de cause indéterminée, fécalome.

Grossesse et allaitement.

Plantes médicinales : Ispaghul, psyllium, lin, fucus, laminaire, son de blé...

### **Laxatifs lubrifiants (11)**

Principes actifs : huile, mucilage.

Action : ils ramollissent le bol alimentaire, lubrifient les parois intestinales, favorisant la progression de la masse fécale.

Délai d'action : 8 à 72 heures.

Précautions : les laxatifs lubrifiants empêchent l'absorption de vitamines liposolubles ( vitamines A, D, E et K), donc ils sont déconseillés chez les personnes âgées.

Contre-indication : syndrome occlusif ou subocclusif, fécalome.

Plante médicinale : olive (huile).

### **Laxatifs stimulants (11)**

Principes actifs : dérivés hydroxyanthracéniques.

Action : les molécules sont transportées jusqu'au gros intestin où elles sont hydrolysées par le système enzymatique des bactéries de la flore intestinale sous forme de constituants actifs. Ils inhibent alors l'absorption d'eau et d'électrolytes, surtout le sodium, par blocage de l'enzyme  $\text{Na}^+/\text{K}^+$  ATPase de l'épithélium intestinal. En outre, l'excrétion d'eau et la teneur en électrolytes du volume intestinal sont augmentées par l'accroissement de la perméabilité au niveau des jonctions cellulaires, stimulant ainsi le péristaltisme intestinal et accélérant le transport du chyme. De plus, le péristaltisme est renforcé par une action directe sur la musculature lisse de l'intestin.

Délai d'action : 12 heures.

Dose maximale journalière : 25 mg en dérivés anthracéniques.

Précautions : l'utilisation doit être de courte durée, 8 à 10 jours, car ils sont irritants pour la muqueuse intestinale, et un relais par des laxatifs osmotiques doit être proposé. En outre, une situation de dépendance peut s'installer avec nécessité d'augmenter les doses progressivement.

Interactions médicamenteuses : l'usage des laxatifs stimulants perturbe la cinétique de nombreux médicaments cardiovasculaire : antiarythmique, digitalique, médicaments donnant des torsades de pointes (amiodarone, sotalol, sultopride...)

Effets secondaires : "la maladie des laxatifs" ; elle apparaît lors d'une utilisation prolongée des laxatifs stimulants et se traduit par des douleurs abdominales paroxystiques, des ballonnements post-prandiaux, une diarrhée puis le retour d'une constipation.

Risque d'hypokaliémie.

Coloration anormale des urines.

Contre-indication : colopathies inflammatoires, syndrome occlusif ou syndrome douloureux de cause indéterminée.

Grossesse et allaitement.

Enfants de moins de 10 ans.

Plantes médicinales : aloes, bourdaine, cascara, rhapontic, rhubarbe, séné...

### **Laxatifs par voie rectale** (11)

Principes actifs : polysaccharides

Action : ce sont des suppositoires ou des mini-lavements d'action rapide, qui provoquent une défécation en quelques minutes. Ils sont particulièrement indiqués lors d'un diagnostic de dyschésie (constipation terminale).

Délai d'action : 5 à 20 minutes.

Précautions : L'utilisation régulière est déconseillée car ils deviennent irritants (sensation de brûlures anales).

Contre-indication : maladie colique, fissures anales, recto-colite hémorragique ou maladie de CROHN.

Plante médicinale : gomme de sterculia

### **Les cholagogues ou cholérétiques** (42)

Indication : digestion difficile, constipation.

Action : ce sont des draineurs hépatiques qui, en provoquant la sécrétion de bile ou la vidange de la vésicule biliaire permet la digestion des aliments au niveau du duodénum et ainsi combat la constipation.

Posologie : prendre la plante avant les trois repas.

Plantes médicinales : l'artichaut, le boldo, la fumeterre, le millefeuille, le radis noir...

## **5.2.2 Pour les enfants et nourrisson**

Pour les enfants et les nourrissons, la consultation médicale est fortement conseillée, et les règles hygiénodététiques sont le principal remède. Les laxatifs par voie rectale peuvent être proposés (Babylax...).

# LA DIARRHÉE

## I DEFINITION (3),(32)

Une diarrhée se définit par l'émission quotidienne de selles trop fréquentes, abondantes et liquides.

Elle n'est pas une maladie en elle-même mais un symptôme exprimé lors d'affections diverses.

La phytothérapie y tient une place restreinte.

A la diarrhée aiguë s'oppose la diarrhée chronique.

## II PHYSIOPATHOLOGIE

On distingue différents types de diarrhées en fonction de leur mécanisme d'apparition.

### Diarrhée osmotique

Elle est liée à l'accumulation dans la lumière intestinale de substances osmotiquement actives, non absorbables, entraînant une hypersécrétion d'eau (malabsorption des hydrates de carbone, par lésion pariétale du grêle, par ingestion de laxatifs salins). Les selles sont mousseuses, irritantes et associées à des douleurs abdominales. Leur volume peut être très augmenté alors que le temps de transit est normal. (6)

### Diarrhée sécrétoire

Elle est liée à une sécrétion cellulaire excessive d'eau et d'électrolytes ou à une porosité intercellulaire accrue de l'épithélium intestinal (entérotaxine bactérienne, laxatifs irritants, gastrine...). Les selles liquides sont abondantes, diurnes et nocturnes, associées à des perturbations métaboliques (hypokaliémie, acidose). Le temps de transit est normal, et la diarrhée peut persister lors du jeûne. (6)

### Diarrhée exsudative

Elle est liée à une atteinte de la muqueuse du grêle ou du côlon par un processus inflammatoire (maladie de CROHN, recto-colite hémorragique...).

### **Diarrhée motrice**

Dans ce cas, les échanges hydro-électrolytiques ne sont pas mis en cause : la diarrhée est provoquée par l'accélération du transit, limitant les réabsorptions responsables de l'apparition de selles liquides. Elle peut être d'origine neurologique, humorale ou digestive. Les selles sont fréquentes, peu abondantes, impérieuses, post-prandiales, avec des résidus alimentaires. (6)

## **III DIAGNOSTIC** (3)

Le diagnostic se fait, dans un premier temps, grâce à un interrogatoire qui révèle les points essentiels pour définir la pathologie à l'origine de cette diarrhée.

Cet interrogatoire permet de déterminer :

- la consistance des selles, le nombre d'évacuation, la présence de pus ou de sang.
- l'existence de signes associés : intolérance alimentaire (vomissements, douleurs abdominales), fièvre, arthralgies.
- contexte de survenue : consommation d'aliments contaminant (œufs, glaces, charcuteries...), existence d'atteinte de l'entourage familial ou professionnel (restaurants, collectivités), notion d'un séjour à l'étranger, prise de médicaments (antibiotiques), existence d'une immunodépression (SIDA, chimiothérapie), maladie intestinale préexistante.
- signes de gravité : -déshydratation ( surtout chez les nouveaux nés, les enfants et les personnes âgées )  
- syndrome dysentérique.

## **IV DIARRHÉE AIGUË**

### **4.1. Définition** (32)

#### **4.1.1. Chez l'adulte**

La diarrhée aiguë est une modification brutale de la fréquence et/ou de la consistance des selles, évoluant depuis moins de trois semaines.

#### **4.1.2. Chez le nourrisson**

La diarrhée aiguë correspond à une exonération de selles trop liquides et trop fréquentes, c'est à dire plus de 3 à 4 selles par jour chez un nouveau né ayant eu jusqu'à présent des selles normales.

Le risque lors de la survenue d'une diarrhée aiguë chez un nourrisson de moins de trois mois peut être vital. En effet, deux facteurs physiologiques assimilent la diarrhée à un syndrome grave à ne pas négliger :

- La fréquence et l'imaturité des processus de réabsorption colique.
- L'imaturité rénale qui entraîne une déshydratation rapide.

## 4.2. Etiologies

### 4.2.1. Chez l'adulte (3)

- Etiologie bactérienne : toxi-infections alimentaires (salmonelles...). Bactéries invasives (shigelloses, écherichia coli) responsables de la diarrhée du voyageur : elle survient 5 à 10 jours après l'arrivée en zone tropicale, avec une guérison spontanée en 3 à 5 jours. Elle s'appelle également la TURISTA.
- Etiologie virale : gastro-entérites.
- Etiologie parasitaire : amibiase du voyageur.
- Etiologie post-antibiotique : due à un déséquilibre de la flore.
- Etiologie iatrogène : laxatifs, antiacides (sels de magnésium), AINS, colchicine, digitalique, antidépresseur, bloquant, metformine, sels d'or (ils altèrent la muqueuse du grêle ou du côlon).
- Etiologie allergique.
- Diarrhée dite de régime : une absorption excessive de sorbitol, de mannitol ou de lexitol, qui sont des édulcorants (substituts de sucre), entraîne une diarrhée, résultant d'une résorption digestive lente et d'un transit rapide au niveau de l'intestin grêle.

### 4.2.2. Chez le nourrisson (28)

Les origines de cette diarrhée sont diverses.

- Origine infectieuse quand la fièvre est présente.
- Origine intestinale : due à des bactéries (colibacilles, salmonelles...), à des virus (entérovirus), à des amibes ou levures (antibiotiques).
- Origine parentérale, secondaire à une otite, otomastoïdite, méningite, pneumonie.
- Origine alimentaire : absorption abusive de sucres, féculents. Il existe souvent une corrélation entre la diarrhée et le sevrage ou l'introduction d'un nouveau nutriment.
- Origine iatrogène : antibiotiques...

## **V DIARRHÉE CHRONIQUE**

### **5.1. Définition (42)**

#### **5.1.1. Chez l'adulte**

La diarrhée chronique se définit comme l'émission quotidienne de selles trop liquides ( plus de 80% d'eau) ou trop fréquente ( plus de trois fois par jour), évoluant depuis plus d'un mois.

Les étiologies sont multiples et le traitement adapté à l'origine de ce syndrome.

#### **5.1.2. Chez le nourrisson**

Les selles sont trop molles et trop fréquentes, malgré une diététique correcte. On parle de diarrhée chronique lorsqu'elle survient sur une période d'au moins quatre semaines, avec des phases de rémission.

### **5.2. Etiologies (32)**

#### **5.2.1. Pour l'adulte**

- Syndrome de l'intestin irritable : provoquant une diarrhée motrice fonctionnelle.
- Affection colique : parasitaire (lambliaze), infectieuse, inflammatoire ou iatrogène (antibiotique).
- Affection de l'intestin grêle : il existe dans ce cas une malabsorption intestinale s'accompagnant d'un amaigrissement lié soit à une atteinte de l'intestin grêle (maladie cœliaque, maladie de CROHN), soit à la pullulation bactérienne dans la lumière de l'intestin grêle (diverticulose).
- Affection stomacale : lésions anatomiques de l'estomac (gastrectomie).
- Maladies des laxatifs.
- Affection bilio-pancréatique et endocriniennes : thyroïdie...

Remarque : ne pas confondre diarrhée chronique et fausse diarrhée, qui est l'alternance d'une constipation et d'une diarrhée présente dans les cas de colopathies fonctionnelles.

#### **5.2.2. Pour le nourrisson (28)**

- Erreur diététique.
- Malnutrition : elle entraîne une pérennisation de la diarrhée.



- Infections parasitaires.
- Intolérance alimentaire : - au gluten : l'intolérance aux sucres provoque une diarrhée de fermentation avec production de selles acides.  
- au lait de vache, allergie protéinique, qui provoque l'apparition de selles graisseuses (stéatorrhée).
- Etiologie iatrogène.
- Mucoviscidose.
- Invagination intestinale, appendicite : la diarrhée s'accompagne alors de douleurs abdominales et de vomissements

## **VI TRAITEMENT**

Tout comme pour la constipation, le traitement de la diarrhée se déroule en deux étapes : l'observation des règles hygiéno-diététiques, poursuivie dans un deuxième temps, par un traitement médicamenteux, en cas d'échec du régime alimentaire.

### **6.1. Les règles hygiéno-diététiques**

#### **6.1.1. Pour l'adulte (3),(32)**

Plusieurs recommandations sont nécessaires pour la restauration du transit.

#### **Réhydratation essentielle**

La réhydratation se fait par voie orale, avec des boissons abondantes (environ 1,5 à 2 litres par jour), légèrement sucrées ou salées du type bouillon de légumes, soda dégazéifié...

#### **Régime restrictif**

Aliments interdits : les aliments à résidus cellulosiques (choux, tomates, courgettes, concombre, poireaux...)

les conserves

les aliments laxatifs (rhubarbe, épinards...)

les laitages (intolérance temporaire au lactose), les aliments et les boissons glacés, le vin blanc et les alcools.

Aliments autorisés : riz, pâtes, purée de carottes, semoule à l'eau, tapioca, pomme de terre, bouillons de légumes, gelées de fruits (myrtille, coing...), fruits secs, les bananes, pour compenser les pertes en potassium.

### **Mesures hygiéniques**

Pour limiter la transmission dans les diarrhées infectieuses, il est recommandé de se laver les mains après chaque selle ou chaque miction, avant chaque repas ainsi qu'après contact avec le malade, ses vêtements et ses objets familiers.

#### **6.1.2. Pour le nourrisson et l'enfant (28)**

Les recommandations sont à adapter à l'âge de l'enfant et, par conséquent à son type d'alimentation.

### **Régime restrictif**

#### ➤ **Aliments interdits**

De nombreuses analogies existent entre les règles hygiénodiététiques du nourrisson et de l'adulte, notamment sur les aliments à éviter :

- Laitages et ses dérivés (lait de vache, desserts lactés, lait pour nourrisson, farines lactées)
- Farines à base de légumes et fruits, aliments homogénéisés contenant du lait
- Fruits autres que la banane, coing, myrtille...
- Jus de fruits, biscuits, pâtisseries, légumes
- Graisses cuites

#### ➤ **Aliments autorisés et conseillés**

- Aliments riches en pectine : carottes (petits pots, purée, soupes, farine)  
banane bien mûre, gelée pomme-coing  
purée pomme-coing, pomme-myrtille...
- Aliments ralentissant le transit : riz, tapioca, maïzena, pâtes...
- Autres : lait pauvre en lactose  
Bouillon de légumes salés  
Coca-cola dégazéifié  
Viandes maigres cuites sans graisse (veau, bœuf)  
Poissons cuits à la vapeur
- Produits industriels :
  - ✓ CARIL : poudre à base de carottes, d'eau de riz à diluer dans l'eau
  - ✓ CAROGIL : mini-biberons prêts à l'emploi à base de riz et de carottes
  - ✓ Farines à base de riz et/ou carottes : MILURIS...

### **Réhydratation essentielle**

La réhydratation se fait par voie orale par des solutions glucoélectrolytiques (ALHYDRATE, ADIARIL, GALLIALITE, GES 45, HYDRIGOZ).

Ces solutions contiennent des glucides (glucose, dextrine, maltose, saccharose), des électrolytes et bicarbonates visant à compenser les pertes hydroélectrolytiques observées au cours de la diarrhée et à faciliter l'absorption d'eau et de sodium par la muqueuse intestinale.

Modalités pratiques : dissoudre un sachet dans 200 ml d'eau minérale (il ne doit pas être mélangé à d'autres solutions ou aliments)  
Au début, les prises doivent être fractionnées et proposées à intervalles rapprochés de 15 à 20 minutes.  
La solution est mieux tolérée si elle est froide.

Le lait doit être supprimé et remplacé par un lait de régime :  
- sans lactose : ALL110, DIARGAL, HNRL  
- pauvre en lactose: DIARIGOZ, HN25

La reprise du lait habituel se fait 3 à 5 jours plus tard.

Remarque : ne jamais sous estimer l'importance des pertes hydroélectrolytiques qui peuvent conduire à un collapsus, puis à une acidose métabolique du fait de la perte en carbonates, à une hypokaliémie dans les cas de diarrhées sévères ou chroniques, faites de selles contenant beaucoup de mucus. Enfin, une crise de tétanie est possible par hypomagnésie consécutive à une diarrhée prolongée.

## 6.2. Le traitement phytothérapeutique

### Les antidiarrhéiques (18)

Ce sont les plantes à tanins, qui sont astringents, c'est à dire qu'ils ont la propriété de resserrer les tissus et de diminuer les sécrétions.

Plantes médicinales : la myrtille, le fraisier, la carotte, le noyer, la ronce, la bistorte, la renouée des oiseaux, le cognassier, le guarana, la potentille...

### Les pansements intestinaux (18)

- Les argiles : ce sont des poudres pour suspension buvable qui améliorent la consistance des selles en cas de diarrhée modérée.

La posologie : - chez l'adulte, 3 sachets par jour (jusqu'à 6 en début de traitement). Ces sachets se prennent à distance des repas et autres médicaments.

- chez l'enfant de plus de un an, mélanger un sachet dans un petit pot.

- chez le nouveau né de moins d'un an, délayer un sachet dans un biberon de 50 ml, les prises sont à répartir au cours de la journée.

Plantes médicinales : argile blanche.

- Adsorbants intestinaux : ils sont à base de charbon, qui a la propriété d'adsorber les toxines et les gaz.

Posologie : ils doivent être pris à distance des autres médicaments, après les repas et au moment des douleurs.

Chez le nouveau né, il est possible de les mélanger au biberon.

Remarque : le charbon colore les selles en noir.

Plantes médicinales : le charbon provenant du peuplier ou de la noix de coco.

### **Les antiseptiques intestinaux (30)**

Ils sont à conseiller dans les diarrhées infectieuses pour détruire les bactéries responsables de ce symptôme.

Plantes médicinales : la myrtille, la salicaire...

### **Equilibrant de la flore intestinale (18)**

Ce sont les levures. Elles ont une action bactériostatique directe et stimulent la flore intestinale de défense.

Posologie : elles conviennent aux adultes et nourrissons pour lesquels les sachets ou gélules peuvent être délayés dans un peu d'eau ou dans le biberon.

Contre-indication : intolérance au lactulose.

Plantes médicinales : les champignons du type lactobacillus, sacchromyces boullardii...

### **Les antispasmodiques intestinaux (18)**

Ils sont indiqués lors de diarrhées accompagnées de douleurs abdominales, de crampes.

Plantes médicinales : la myrtille, la réglisse, la salicaire, la sauge...

En conclusion, le traitement est à composer soi-même ou sur les conseils de son pharmacien, en fonction des symptômes de la maladie et du diagnostic. Pour le nourrisson, le traitement de la diarrhée consiste en l'observance des règles hygiénodiététiques.

# LE REFLUX GASTRO-ŒSOPHAGIEN

## I DEFINITION

Le reflux gastro-œsophagien ou RGO est une remontée acide du contenu gastrique et/ou duodénal, à travers le cardia, dans l'œsophage, en dehors d'un effort de vomissement. (11)

Ce syndrome de reflux chlorhydrique peut occasionner de simples symptômes sans conséquence ou être responsable d'une inflammation de l'œsophage c'est à dire d'une œsophagite.

Si ce phénomène se produit moins d'une fois par semaine, un traitement ponctuel suffira. Par contre, une fréquence supérieure à une fois par semaine demande une consultation médicale pour s'assurer de l'absence d'une œsophagite. (8)

La prévalence de cette pathologie est élevée : 5 à 45% de la population est touchée, et les 2/3 des patients ont des signes persistant avec un traitement suivi ou intermittent de 5 à 10 ans. (29)

## II SYMPTOMATOLOGIE

Le RGO se traduit par une douleur de type brûlure, brève, avec une sensation de remontée de liquide acide dans l'œsophage sans effort, contrairement au vomissement. Ce reflux peut laisser parfois un goût amer dans la bouche. Généralement le RGO est post-prandial, déclenché lorsque la personne se penche en avant : "signe du lacet". (3)

### 2.1. Le reflux gastro-œsophagien de l'adulte

#### 2.1.1. Facteurs favorisants (3)

- ✓ Diminution du péristaltisme œsophagien.
- ✓ Certains médicaments : théophylline,  $\beta$  bloquant, inhibiteurs calciques, les médicaments anticholinergiques ou à activité atropinique (DIARSED, LIBRAX, ANAFRANIL), la théophylline,  $\beta$ 2 mimétiques...

- ✓ Aliments comme le café, les jus de fruits, les plats épicés, vinaigrés ou en sauce, le chocolat, les boissons fortement irritantes et stimulantes (alcool, café fort, boissons gazeuses)
- ✓ Une dénutrition
- ✓ Le tabagisme
- ✓ La position allongée (sieste, la nuit), et lors d'effort augmentant la pression intra-abdominale (défécation, exercices physiques...)

### 2.1.2. Les signes d'accompagnement (3)

Le RGO peut s'accompagner d'autres symptômes, liés à la pathologie responsable de ce reflux.

Signes digestifs : éructations, hoquet, dysphagie (douleur ou difficultés à la déglutition).

Diarrhée, véritables vomissements.

Signes extradiigestifs : toux quinteuse, dyspnée asthmatiforme, enrouement dû à une pharyngite ou laryngite chronique, douleurs thoraciques pseudo-angineuses, dyspnée en cas d'hernie hiatale.

## 2.2. Le reflux gastro-œsophagien du nourrisson

Comme pour l'adulte, c'est un dysfonctionnement de la barrière antireflux avec une anomalie du sphincter inférieur œsophagien (SIO), et de la vidange gastrique qui est ralentie.

Ces régurgitations de faible volume, survenant classiquement après le rôt ou dans les 2 heures suivant le repas, sans retentissement sur le développement de l'enfant, sont considérés comme normales et disparaissent avec l'apprentissage de la marche. Par contre, si elles se produisent en nocturne ou lors de changement de position de l'enfant, la consultation médicale est impérative. (28),(3)

Le pharmacien-conseil n'intervient qu'en cas de régurgitation diurne (jamais nocturne), sans retentissement clinique.

## III ETIOLOGIES (3)

Les étiologies sont très nombreuses et diverses.

Un RGO peut être dû :

- ✓ à un défaut de libération de gastrine ou à une insensibilité du SIO à la gastrine.
- ✓ à une diminution de la masse musculaire sphinctérienne et/ou à une perturbation de la physiologie des fibres musculaires.
- ✓ à un dysfonctionnement du vague.
- ✓ à une hernie hiatale par glissement.
- ✓ à une malposition cardiotubérositaire.
- ✓ à une intervention chirurgicale digestive (gastrectomie distale...).

- ✓ à la pose d'une sonde gastrique.
- ✓ à la prise de certains médicaments comme les œstroprogestatifs qui diminuent la motricité œsophagienne ou provoquent la relaxation du SIO.
- ✓ à la prise d'aliments particuliers comme le café, les jus de fruits, l'alcool, les graisses...

## **IV DIAGNOSTIC** (29)

Le diagnostic est réalisé, dans un premier temps, grâce à un interrogatoire qui révélera des signes caractéristiques du RGO, et des signes alarmants qui conduiront à la réalisation d'examens plus approfondis.

### **Signes révélateurs :**

- Digestifs : Pyrosis (brûlure rétrosternale ascendante).  
Régurgitations acides.  
Dyspepsie avec des douleurs des nausées et des éructations.
- Extradigestifs : Toux chronique, asthme...

**Signes d'alarme** : amaigrissement, dysphagie, hémorragie digestive...

## **V TRAITEMENT**

L'objectif du traitement est le soulagement des symptômes et la restauration de la qualité de vie, la cicatrisation des lésions et la prévention des récives. Si la fréquence est supérieure à une fois par semaine pour une personne de plus de 50 ans, la consultation est nécessaire pour une bonne prise en charge de la pathologie. (8)

Si les symptômes sont espacés et d'une fréquence inférieure à une fois par semaine, le traitement peut se faire avec l'aide du pharmacien. Dans ce cas, les conseils consisteront en un rappel des règles hygiéno-diététique associé à un traitement phytothérapeutique pour soulager immédiatement le patient. (29)

### **5.1. Pour un adulte**

#### **5.1.1. Les règles hygiéno-diététiques (8)**

##### **Les règles diététiques**

- ✓ Supprimer les aliments favorisant le RGO cités précédemment : alcool, plats épicés, vinaigrés, ou en sauce, les repas trop lourds et trop gras (frites, graisses...).
- ✓ Supprimer le potage du soir.
- ✓ Prendre plusieurs petits repas plutôt qu'un gros.
- ✓ Bien mastiquer.

- ✓ Ne pas diluer le bol alimentaire avec de l'eau, c'est à dire ne pas boire pendant les repas mais entre.
- ✓ Lutter contre la constipation qui favorise le RGO.

### Les règles hygiéniques

- ✓ Suppression du port de la ceinture ou de vêtements trop serrés.
- ✓ Surélever la tête de lit de 15 cm environ.
- ✓ Limiter autant que possible les activités nécessitant une anteflexion prolongée (jardinage, ménage...)
- ✓ Attendre 3 à 4 heures après le repas, avant d'aller se coucher : éviter les dîners tardifs et attendre le plus possible avant de s'allonger.
- ✓ Le tabac doit être banni car il réduit l'efficacité du SIO
- ✓ Arrêt des médicaments favorisant le reflux.

## 5.1.2. Le traitement phytothérapeutique

Le traitement consiste à soulager le patient des sensations de brûlures dues au reflux chlorhydrique. La phytothérapie offre deux possibilités :

- ✓ Les pansements mucoprotecteurs
- ✓ Les antireflux

### Les pansements mucoprotecteurs

Principes actifs : les polysaccharides (acides alginiques, alginates, carraghenanes, gélose, gommes et mucilages...)

Action : ils tapissent les muqueuses, les protégeant ainsi de l'agression par une hypersécrétion d'acide chlorhydrique, diminuant ainsi les sensations de brûlure.

Plantes médicinales : Agar-agar, Kaolin, Carragaheen, Ispaghul, gomme adragante...

### Les antireflux (29)

Principes actifs : les alginates.

Action : lorsqu'ils sont avalés après les repas, ils se positionnent au dessus du bol alimentaire, ils gonflent et forment un gel protégeant la muqueuse œsophagienne lors d'un reflux et réduisent le nombre et la durée moyenne des épisodes de RGO par son effet de barrière physique.

Posologie : prendre les alginates à la fin des repas et au coucher.

Plantes médicinales : fucus, laminaires...

## 5.2. Pour un nourrisson (28)

### 5.2.1. Les règles hygiénodiététiques

#### Les mesures diététiques

- En période d'alimentation lactée exclusive :
  - Le fractionnement des repas en 7 à 8 biberons par jour le premier mois permet de diminuer les à-coups volumétriques dans l'estomac.



- L'utilisation de caséines préalablement acidifiées par addition de ferments lactiques diminue le volume des flocons et accélère la vidange gastrique (PELARGON, BIO-GUIGOZ, GALLIA LACTOBIFIDUS...)
  - L'épaississement des repas permet de lutter contre le reflux : le lait habituel peut être remplacé par un lait préalablement épaissi. Ce sont les laits anti-régurgitation AR : ALMA AR, GUIGOZ CONFORT, MODILAC CONFORT, NIDAL AR...  
Ces laits à teneur en caséine prédominante, offrent une formule déjà épaissie avec de l'amidon de riz, de la farine de caroube ou bien de l'amidon de maïs. La posologie est de une cuillère mesure pour 30 ml d'eau.
- En période d'alimentation lacto-farineuse :
    - L'épaississement doit se faire à l'aide de farines sans gluten.
  - En période de diversification alimentaire :
    - L'épaississement se fait par l'addition de purée de légumes au biberon de lait.
    - Alternier dans la journée les moyens d'épaississement.
    - Eviter le jus d'orange de 10 heures et les aliments à base de cacao car ils diminuent le tonus du sphincter inférieur de l'œsophage et retardent la vidange gastrique.

### **Mesures générales**

- Proscrire les atmosphères tabagiques qui provoquent la chute du tonus du SIO.
- Eviter la compression abdominale par les couches ou les vêtements trop serrés.
- Eviter de déplacer l'enfant en position allongée trop rapidement après la prise de lait.

### **Mesures posturales**

- Le bébé reflueur doit être couché sur le dos, en décubitus dorsal, en décubitus latéral gauche (sur un plan horizontal sur le côté gauche) à plat ou sur un plan incliné à 30° lors de régurgitations simples.
- Pour des reflux plus importants, un matelas découpé aux dimensions voulues est intéressant, l'enfant étant maintenu par un lange, dans un berceau inclinable.

## 5.2.2. Le traitement phytothérapeutique (28)

Comme, nous l'avons vu dans les règles diététiques, la phytothérapie joue un rôle important dans le traitement du RGO, par ses plantes à composants épaississants, qui augmentent la viscosité du liquide gastrique diminuant ainsi son pouvoir refluant

## **Poudres épaississantes**

- **GELPECTOSE®** à base de pectine, de cellulose, de silice colloïdale  
Posologie : 2 cuillérées à café pour 100ml  
Verser la poudre dans le lait chaud, agiter. Laisser reposer : le gel se forme au cours du refroidissement.  
Effet secondaire : une constipation peut survenir.
- **GUMILK®**  
Composition : mucilage extrait de l'endosperme de graine de Caroube.  
Posologie: une mesurette de 2 g par 100ml.  
Verser la poudre dans le lait chaud, agiter, laisser refroidir et reposer.  
Agiter avant utilisation.  
Remarque : en cas d'allaitement au sein, on conseille 1 à 2 cuillérées à dessert d'une bouillie à l'eau préparée à partir d'une mesure et demi de poudre et 50 ml d'eau.  
Effet secondaire : diarrhée.
- **MAGIC MIX®**  
Composition : amidon de maïs.  
Posologie : 2 g pour 100 ml dans un biberon chaud ou froid. Bien agiter avant l'utilisation.

## **Laits anti-régurgitation**

Ce sont des laits préalablement épaissis à l'aide d'amidon de riz, de farine de Caroube, ou bien, d'amidon de maïs.

On les utilise quotidiennement en remplacement d'un lait traditionnel. De ce fait, les conseils d'utilisation sont les mêmes : ajouter à une mesurette 30 ml d'eau.

Exemples : NIDAL AR, MODILAC CONFORT, GUIGOZ CONFORT...

## **Les pansements digestifs**

Principe actif : pectines, gomme.

Action: ils protègent la muqueuse digestive en la tapissant d'un gel homogène.

Posologie : 1 à 2 mesures dans chaque biberon.

Plantes médicinales : la Caroube.

Exemple : POLYSILANE Nourrisson.

## **Les antireflux**

Les données et recommandations sont les mêmes que chez l'adulte.

# L'INDIGESTION

## I DEFINITION

L'indigestion est un trouble fonctionnel des facultés digestives particulièrement de l'estomac.

C'est un incident passager et souvent assimilé à une "crise de foie".  
La notion de déclenchement alimentaire est fréquente. (3)

## II SYMPTOMATOLOGIE

L'indigestion se traduit par une douleur à l'hypocondre droit, des céphalées souvent pulsatiles obligeant à l'arrêt de l'activité et à se coucher dans l'obscurité ; des nausées et des vomissements peuvent survenir, d'abord d'origine alimentaire puis bilieux. (38)

La sensation de malaise et les douleurs au niveau de l'estomac s'accompagnent d'aérophagie, d'acidité, de gaz, d'une paresse et de la sensation d'avoir la langue pâteuse. (3)

## III ETIOLOGIES

Les étiologies sont multiples qu'elles soient organiques ou non, mais la cause la plus souvent signalée est alimentaire.

### 3.1. Etiologies non organiques

Les causes alimentaires : ([www. Ayurvedic.org](http://www.Ayurvedic.org))

- Manger trop vite, en marchant
- Ecartés diététiques inhabituels.
- Manger trop de nourriture : frites, viandes, sucreries...

- Repas irréguliers : manger avant que le dernier repas ne soit digéré.
- Consommation excessive de thé, café, alcool, tabac...

#### Les causes psychologiques (3)

- Anxiété, le stress.
- Les troubles émotionnels.
- La douleur.

### **3.2. Etiologies organiques (3)**

L'indigestion peut provenir de la présence de certaines pathologies chez le sujet telles que :

- ✓ La dyspepsie
- ✓ Une colopathie fonctionnelle
- ✓ Une lithiase vésiculaire
- ✓ Une duodénite
- ✓ Une migraine...

## **IV TRAITEMENT**

Comme dans toutes les pathologies atteignant le système digestif, la première mesure à prendre est de suivre les règles hygiéno-diététiques adaptées, et d'absorber un traitement pour soulager rapidement les symptômes les plus handicapant.

### **4.1. Les règles hygiéno-diététiques (3)**

Un régime diététique est à suivre quelques jours :

- ✓ Pendant 24 à 36 heures, se limiter à la prise de bouillon de légumes, de jus de fruits et d'eau minérale telles que VICHY, EVIAN ou VITTEL.
- ✓ Poursuivre pendant quelques jours par un régime d'abord lacté et végétarien.
- ✓ Reprendre une alimentation habituelle progressivement.

### **4.2. Le traitement phytothérapeutique**

Le traitement phytothérapeutique est à adapter en fonction des symptômes ressentis par le patient.

#### **Les antispasmodiques digestifs**

Indication : douleurs abdominales.

Action : ils permettent le relâchement des fibres musculaires lisses.

Posologie : la prise se fait au moment des douleurs ou après les repas.

Plantes médicinales : Anis vert, aneth, angélique, aspérule odorante, basilic, la camomille romaine, le carvi, le fenouil, la marjolaine...

### **Les antispasmodiques sédatifs**

Indication : douleurs abdominales provoquées par le stress, l'anxiété...

Action : ils permettent le relâchement des fibres musculaires lisses et leur action légèrement sédatif permet de détendre le patient stressé.

Posologie : la prise se fait au moment des douleurs ou après les repas.

Plantes médicinales : aspérule odorante, boldo, marjolaine...

### **Les pansements digestifs**

Indication : lors de brûlures d'estomac.

Action : les pansements agissent en formant un gel visqueux tapissant les muqueuses digestives, et les protégeant de l'acidité produite en excès par les organes concernés.

Posologie : les absorber au moment des douleurs et à distance d'autres médicaments.

Plantes médicinales : Fucus, la mauve, le carragaheen...

### **Les cholagogues**

Indication : digestion difficile.

Action : ce sont des draineurs hépatiques qui, en provoquant la sécrétion de bile ou la vidange de la vésicule biliaire favorisent l'élimination des déchets et des toxines en rétablissant un fonctionnement harmonieux du foie.

Posologie : prendre la plante entre les repas.

Plantes médicinales : le radis noir.

### **Les carminatifs**

Indication : lors d'aérophagie de ballonnements épigastriques.

Action : par leur action antiseptique ou autres, ils diminuent les gaz produits par une fermentation excessive. En effet, ils ont la propriété d'accélérer l'expulsion des gaz intestinaux.

Posologie : la prise se fait après les repas.

Plantes médicinales : la coriandre, la badiane, la mélisse, la sauge...

### **Les absorbants**

Indication : lors d'aérophagie.

Action : ils absorbent les toxines, les bactéries responsables de la fermentation ainsi que les gaz.

Posologie : la prise se fait entre les repas.

Plantes médicinales : le charbon végétal, l'argile blanche.

# LA DYSPEPSIE

## I DEFINITION

La dyspepsie est un trouble fonctionnel digestif fréquent. Les symptômes sont centrés sur la partie haute de l'abdomen, à type de douleur ou d'inconfort intermittent ou continu depuis moins de trois mois. (3)

La dyspepsie est le motif le plus fréquent de consultation en gastro-entérologie : les enquêtes montrent que 10 à 20% de la population se plaint de manifestations dyspeptiques. Elle atteint essentiellement les adultes de 30-40 ans pendant de nombreuses années avec des périodes d'améliorations et d'aggravations. (6)

Synonyme : digestion difficile.

## II SYMPTOMATOLOGIE

### 2.1 Les signes généraux (3)

De nombreuses formes de dyspepsie existent en fonction des symptômes retrouvés.

Les symptômes les plus fréquents sont :

- ✓ La douleur ressemblant à une brûlure
- ✓ Sensation de non vidange, de non-digestion avec une pesanteur épigastrique en période post-prandiale
- ✓ Crampes épigastriques avec éructations, sensation de ballonnement
- ✓ Satiété précoce, lenteur à la digestion
- ✓ Aérophagie
- ✓ Douleurs aggravées par l'alimentation...

### 2.2. Deux formes de dyspepsie (6)

Parmi tous les symptômes pouvant exister, deux formes de dyspepsies ont été distinguées et proposées dans la classification de ROME II :

- Dyspepsie pseudo-ulcéreuse : la douleur centrée sur la partie haute de l'abdomen étant le symptôme prédominant.

- Dyspepsie motrice : le symptôme prédominant étant une sensation d'inconfort centré sur la partie haute de l'abdomen. Cette sensation est souvent associée à une satiété précoce, une plénitude épigastrique, des nausées.

## 2.2. Les signes d'accompagnement (3)

Les symptômes traditionnels de la dyspepsie peuvent s'accompagner de :

- ✓ Anorexie
- ✓ Nausée
- ✓ Modification du transit intestinal
- ✓ Troubles de l'humeur à type d'anxiété, de dépression
- ✓ Pyrosis : brûlure par des remontées acides ou RGO...

## III ETIOLOGIES

### Etiologies organiques (29)

- Ulcère.
- Cancer gastrique.

### Etiologies secondaires (29)

- Troubles endocriniens.
- Troubles métaboliques (diabète).
- Etiologie iatrogène (AINS).

### Etiologies diverses (6)

- Troubles de la motricité gastro-duodénale.
- Troubles de la sensibilité gastrique.
- Retard de vidange gastrique.
- Sensibilité exagérée à la distension de l'estomac.
- Troubles de l'adaptation de la paroi gastrique au contenu.
- Constipation chronique.
- Colopathie fonctionnelle.
- Erreurs diététiques...

## IV DIAGNOSTIC

Le diagnostic est avant tout clinique : il permet de déterminer les symptômes définissant la dyspepsie du patient.

Mais il ne faut surtout pas omettre de rechercher les signes d'alerte d'une dyspepsie organique comme l'amaigrissement qui est révélateur. (29)

## **V TRAITEMENT**

### **5.1. Les règles hygiéno-diététiques** (3), (29)

Dans le cas d'une dyspepsie, les règles à respecter concernent essentiellement l'hygiène de vie.

- ✓ Avoir une vie régulière, en évitant les facteurs de stress.
- ✓ Exercer une activité physique.
- ✓ Pratiquer des activités de détente : marche, vélo, natation...
- ✓ Prendre les repas à heure fixe dans le calme, en prenant le soin de bien mastiquer.
- ✓ Consommer une alimentation rationnelle : éviter les fritures, les sauces, les excitants (café, thé...), les boissons alcoolisées, les épices, la charcuterie, tous les aliments riches en déchets celluloseux.
- ✓ Favoriser les viandes grillées, les légumes verts, les fruits, les boissons non gazeuses.
- ✓ Proscrire le tabac.
- ✓ Éviter certains médicaments comme l'aspirine, les AINS.

### **5.2. Le traitement phytothérapeutique**

Le traitement doit s'adapter aux symptômes ressentis par le patient sachant que chaque dyspepsie s'exprime de manière différente.

#### **Les antispasmodiques digestifs** (29)

Indication : douleurs abdominales.

Action : ils permettent le relâchement des fibres musculaires lisses.

Posologie : la prise se fait au moment des douleurs ou après les repas.

Plantes médicinales : le romarin, la sauge, le serpolet, la matricaire, le fenouil,

#### **Les antispasmodiques sédatifs** (29)

Indication : douleurs abdominales provoquées par le stress, l'anxiété...

Action : ils permettent le relâchement des fibres musculaires lisses et leur action légèrement sédatif permet de détendre le patient stressé.

Posologie : la prise se fait au moment des douleurs ou après les repas.

Plantes médicinales : marjolaine, mélisse...

#### **Les pansements digestifs** (29)

Indication : brûlures d'estomac.

Action : les pansements agissent en formant un gel visqueux tapissant les muqueuses digestives, et les protégeant de l'acidité produite en excès par les organes concernés.

Posologie : les absorber au moment des douleurs et à distance d'autres médicaments.

Plantes médicinales : Fucus, la mauve, le carragaheen...



### **Les stomachiques**

Indication : digestion difficile.

Action : ils favorisent le fonctionnement normal de l'estomac.

Posologie : la prise se fait avant les repas.

Plantes médicinales : la coriandre, le fenouil, le carvi, la matricaire, le romarin..

### **Les eupeptiques (18)**

Indication : digestion difficile.

Action : ils sont susceptibles d'exciter les fonctions digestives et d'améliorer la digestion.

Posologie : la prise se fait avant les repas.

Plantes médicinales : la petite centaurée, la sarriette des montagnes, l'aneth, la verveine odorante...

### **Les cholagogues ou cholérétiques**

Indication : digestion difficile.

Action : ce sont des draineurs hépatiques qui, en provoquant la sécrétion de bile ou la vidange de la vésicule biliaire permet la digestion des aliments au niveau du duodénum.

Posologie : prendre la plante avant les trois repas.

Plantes médicinales : l'artichaut, le boldo, la fumeterre, le millefeuille, le radis noir...

### **Les carminatifs**

Indication : aérophagie, ballonnements, météorismes.

Action : par leur action stimulante sur les sécrétions gastriques et salivaires, ainsi que sur la motilité de l'intestin, ils ont la propriété d'accélérer l'expulsion des gaz intestinaux.

Posologie : la prise se fait après les repas.

Plantes médicinales : le romarin, la badiane, la mélisse, la sauge...

### **Les absorbants**

Indication : aérophagie, ballonnements, météorisme.

Action : ils absorbent les toxines, les bactéries responsables de la fermentation ainsi que les gaz.

Posologie : la prise se fait entre les repas.

Plantes médicinales : le charbon végétal, l'argile blanche.

# L'EPIGASTRALGIE

## I DEFINITION

Ce sont des douleurs à l'estomac décrites et localisées par le malade au niveau de l'épigastre, zone se situant dans le prolongement du sternum en se dirigeant vers l'abdomen. Ces douleurs peuvent être d'origine gastrique, colique, vésiculaire, pancréatique mais aussi cardiaque, vasculaire...  
Ce syndrome est très fréquent chez les femmes enceintes. (11)

## II ETIOLOGIES

Lorsque les épigastralgies sont d'origine digestive, de nombreux facteurs peuvent en être responsables.

### Etiologie iatrogène (11)

- ✓ Aspirine, AINS.
- ✓ Certains antibiotiques : érythromycine...
- ✓ Hypoglycémifiants oraux : biguanides.
- ✓ Antiparkinsoniens : L.dopa.

### Etiologie alimentaire (3)

- ✓ Les plats épicés, gras ou sucrés : confiture, le miel...
- ✓ Certains fruits acides : les oranges.
- ✓ Boissons alcoolisées : vin blanc, bière, apéritif...

## III DIAGNOSTIC

L'interrogatoire permet de s'orienter, de déterminer la pathologie et le facteur déclenchant. Il cherchera à préciser :

- ✓ La localisation précise de la douleur et ses irradiations.
- ✓ Le mode de début et l'évolution.
- ✓ Le type, l'intensité, les relations avec les repas.
- ✓ Les facteurs déclenchant ou soulageant la douleur (position antalgique)
- ✓ Les signes associés digestifs (nausées, vomissements, troubles du transit) et généraux (fièvre, altération de l'état général)
- ✓ Les antécédents familiaux et personnels.
- ✓ Les prises médicamenteuses, la consommation de tabac, d'alcool.

Une crainte existe : c'est de méconnaître l'ulcère gastro-duodéal. La notion d'urgence est déterminée par la brutalité de survenue de la douleur, son intensité particulièrement forte ou encore par le contexte (fièvre, choc, hémorragie). (6)

## **IV TRAITEMENT**

### **4.1. Les règles hygiéno-diététiques** (3)

- ✓ Eviter les aliments incriminés : épices, les plats gras, sucrés, les boissons alcoolisées...
- ✓ Pour la femme enceinte :
  - éviter le décubitus dorsal
  - Plier les jambes pour se baisser.
  - Fractionner les repas en évitant les graisses, les jus de fruits, le chocolat.
  - Ne pas se coucher après manger.

### **4.2. Le traitement phytothérapeutique**

#### **Les pansements digestifs :**

Indication : brûlures d'estomac.

Action : les pansements agissent en formant un gel visqueux tapissant les muqueuses digestives, et les protégeant de l'acidité produite en excès par les organes concernés.

Posologie : les absorber au moment des douleurs et à distance d'autres médicaments (2 heures minimum).

Plantes médicinales : Fucus, la mauve, le carragaheen...

#### **Les antispasmodiques digestifs**

Indication : douleurs abdominales.

Action : ils permettent le relâchement des fibres musculaires lisses.

Posologie : la prise se fait au moment des douleurs ou après les repas.

Plantes médicinales : le romarin, la sauge, le serpolet, la matricaire, le fenouil, la marjolaine, le fenouil, la menthe.

#### **Les antispasmodiques sédatifs**

Indication : douleurs abdominales provoquées par le stress, l'anxiété...

Action : ils permettent le relâchement des fibres musculaires lisses et leur action légèrement sédatif permet de détendre le patient stressé.

Posologie : la prise se fait au moment des douleurs ou après les repas.

Plantes médicinales : boldo, marjolaine, verveine odorante...

# LA GASTRITE

## I DEFINITION

C'est une inflammation de la muqueuse gastrique due à une hypersécrétion acide. Cela peut être une simple inflammation aiguë ou elle peut être chronique. (39)

Les gastrites aiguës sont rares, si l'on exclut les gastrites médicamenteuses aux AINS.

Les gastrites chroniques sont très fréquentes, et liées dans 80 % des cas à une infection à *Helicobacter pylori*. (6)

Les signes cliniques sont très divers, la gastrite n'est définie que par la constatation des lésions.

Elle se confond avec la dyspepsie. (3)

## II SYMPTOMATOLOGIE

Ce sont des douleurs de type brûlure, d'intensité modérée immédiatement après les repas ou sont parfois déclenchées par un aliment.

Contrairement à l'ulcère, les douleurs ne sont pas calmées par l'alimentation.

Ces brûlures sont augmentées par les crudités, les aliments acides, les jus de fruits, le miel, la confiture et certains vins.

L'acidité, le stress et les épices aggravent les symptômes. (6)

**Les gastrites aiguës** : c'est une nécrose localisée de la muqueuse dans une zone inflammatoire sans atteinte du revêtement plus profond. Les douleurs épigastriques peuvent s'accompagner de vomissements. (9)

**Les gastrites chroniques** : les douleurs s'expriment par une sensation de brûlure exacerbées par la prise d'aliments. Elles sont accompagnées de vomissements, éructations, sensation de ballonnement ou d'une hémorragie digestive. (9)

### **III ETIOLOGIES**

#### **3.1. Gastrite aiguë** (6), (33)

- Origine infectieuse : staphylocoques, streptocoques, colibacilles, salmonelles...
- Origine allergique : ingestion d'allergènes alimentaires.
- Origine iatrogène : par la prise de médicaments gastro-toxiques (antibiotiques, anti-inflammatoires, aspirine, corticoïdes).
- Origine alimentaire : par une intoxication.
- Origines diverses :
  - Par ingestion de caustique.
  - Par intoxication alcoolique aiguë.
  - Provoqué par un stress : accidents, brûlures, choc émotionnel intense.

#### **3.2. Gastrite chronique** (22)

Les gastrites chroniques sont le résultat :

- D'un vieillissement de la muqueuse
- D'une intoxication alcoolique chronique.
- Du tabagisme.
- De la prise de médicaments gastro-toxiques à long terme : aspirine, anti-inflammatoire, antibiotique...
- D'une infection à *Helicobacter pylori*.

### **IV TRAITEMENT**

#### **4.1. Les règles hygiéno-diététiques** (3)

Les règles hygiéno-diététiques sont pratiquement identiques à celles proposées lors d'une dyspepsie :

- Arrêter le tabac dont le rôle irritant a été démontré.
- Fractionner les repas au cours de la journée.
- Prendre le temps pour manger dans le calme et de bien mastiquer les aliments.
- Éviter les aliments déclenchant les brûlures : pain, féculents, aliments très gras, les sauces épicées les sucreries, les confitures...
- Ne pas s'allonger après le repas.
- Éviter le port de ceintures ou de vêtements trop serrés.

## **4.2. Le traitement phytothérapique**

### **Les pansements digestifs :**

Indication : brûlures d'estomac.

Action : les pansements agissent en formant un gel visqueux tapissant les muqueuses digestives, et les protégeant de l'acidité produite en excès par les organes concernés.

Posologie : les absorber au moment des douleurs et à distance d'autres médicaments (2 heures minimum).

Plantes médicinales : Fucus, la mauve, le carragaheen...

### **Les antispasmodiques digestifs**

Indication : douleurs abdominales.

Action : ils permettent le relâchement des fibres musculaires lisses.

Posologie : la prise se fait au moment des douleurs ou après les repas.

Plantes médicinales : le romarin, la sauge, le serpolet, la matricaire, la fenouil, l'aneth, l'angélique...

### **Les antispasmodiques sédatifs**

Indication : douleurs abdominales provoquées par le stress, l'anxiété...

Action : ils permettent le relâchement des fibres musculaires lisses et leur action légèrement sédatif permet de détendre le patient stressé.

Posologie : la prise se fait au moment des douleurs ou après les repas.

Plantes médicinales : aspérule odorante, mélisse, marjolaine...

### **Les anti-inflammatoires (18)**

Indication : inflammation d'un tissu.

Action : ils interfèrent avec les mécanismes de l'inflammation.

Posologie : la prise se fait au moment des repas.

Plantes médicinales : camomille romaine, pensée sauvage, réglisse...

Remarque : la menthe ne doit jamais être utilisée lors de gastrites car elles augmentent les troubles.

# AEROPHAGIE BALLONNEMENTS METEORISME

## I DEFINITION (9)

Ces phénomènes sont la conséquence d'une augmentation du volume des gaz dans une partie plus ou moins étendue du tube digestif.

### Aérophagie

Il s'agit d'éruclations s'accompagnant souvent d'une sensation de pesanteur de l'estomac, d'une mauvaise digestion. Les troubles éventuels de la vidange gastrique entraînent une mauvaise évacuation des gaz et une stase alimentaire responsable de la sensation dyspepsique post-prandiale. (39)

Le tic d'éruclation est le cas le plus souvent rencontré : c'est une déglutition d'air suivi d'une éruclation qui soulage. Mais parfois, il s'agit bien d'un excès de gaz. En effet, outre l'air avalé à chaque déglutition soit 2 à 4 litres d'air par jour, peuvent s'ajouter les déglutitions lors de la mastication de chewing-gum, l'air transportée par les aliments comme la mie de pain, la meringue, les soufflés, les œufs brouillés, les boissons gazeuses.

### Ballonnement

Le ballonnement est la plainte la plus fréquente. La présence de gaz intestinaux abondants provoque une augmentation du volume de l'abdomen associé à une sensation de gêne plus ou moins douloureuse. Ce phénomène est généralement post-prandial et peut s'accompagner d'une perturbation du transit.

### Météorisme

Le météorisme, appelé également aérocolie, est l'émission rectale de gaz. Ce syndrome s'accompagne le plus souvent, de ballonnements et de douleurs abdominales.

## II PHYSIOLOGIE

Chaque partie du tractus digestif possède ses propres caractéristiques concernant la présence de gaz ou d'air.

L'estomac possède une poche d'air, plus ou moins volumineuse. Les déglutitions ainsi que l'ingestion d'aliments contenant de l'air (mie de pain, soufflés...) remplissent cette poche. (9)

Dans l'intestin grêle, les gaz sont rares.

Par contre, dans le côlon, les gaz sont très abondants, surtout au fur et à mesure qu'on se rapproche du rectum. En effet, dans cette partie de l'intestin, les bactéries de la flore intestinale sont à l'origine des phénomènes de fermentation et de putréfaction, durant le stockage de la masse fécale. (9)

L'élimination des gaz peut se faire de trois manières : (9)

- ✓ Par les éructations qui évacuent plus ou moins complètement la poche de gaz gastrique.
- ✓ Par une absorption à travers la membrane digestive.
- ✓ Par l'émission de gaz rectaux.

### **III ETIOLOGIES**

Les différentes étiologies s'expliquent donc par une élimination insuffisante des gaz, due à un excès d'ingestion, à une insuffisance de résorption ou à un excès de production. (9)

#### **Ingestion exagérée de gaz lors :**

- ✓ De tic d'éructation.
- ✓ De déglutitions lors de la mastication de chewing-gum.
- ✓ De l'ingestion d'aliments contenant de l'air : soufflés, mie de pain, œufs brouillés, boissons gazeuses. (9)

#### **Excès de production lors :**

- ✓ D'une colite de fermentation.
- ✓ D'une colite de putréfaction.
- ✓ D'une insuffisance gastrique. (9)
- ✓ De l'ingestion d'aliments producteurs de gaz : haricots secs, choux, lentilles, artichaut, salsifis, oignons, frites, bananes, melon, prunes, fruits secs... ([www.médecine\\_et\\_santé.com](http://www.médecine_et_santé.com))
- ✓ D'une malabsorption des glucides : le lactose du lait ou le fructose du miel et de certains fruits.
- ✓ De stress, d'anxiété : le facteur psychologique influe sur le temps stomacal de la digestion entraînant une aérophagie importante. ([www.médecine\\_et\\_santé.com](http://www.médecine_et_santé.com))

#### **Insuffisance de résorption lors :**

- ✓ D'entérites.
- ✓ D'un arrêt du transit.
- ✓ D'un déséquilibre électrolytique...



## **IV TRAITEMENT**

### **4.1. Aérophagie**

#### **4.1.1. Les règles hygiéno-diététiques (27)**

- ✓ Prendre les repas au calme, à heure régulière.
- ✓ Prendre le temps de mastiquer lentement et efficacement les aliments.
- ✓ Supprimer les boissons gazeuses et les aliments apportant trop d'air (mie de pain, soufflés, œufs brouillés, meringues, croissants, pommes, crèmes glacées...)
- ✓ Supprimer les chewing-gum, les bonbons, le tabac.

#### **4.1.2. Le traitement phytothérapeutique (9)**

Le traitement permet d'absorber les gaz.

#### **Les absorbants**

Indication : aérophagie, ballonnements, météorisme.

Action : ils absorbent les toxines, les bactéries responsables de la fermentation ainsi que les gaz.

Posologie : la prise se fait entre les repas.

Plantes médicinales : le charbon végétal, l'argile blanche.

### **4.2. Les ballonnements**

#### **4.2.1. Les règles hygiéno-diététiques (9)**

Il faut diminuer les phénomènes de fermentation donc :

- ✓ supprimer certains aliments producteurs de gaz (haricots blancs, choux, jus de pomme, prunes, raisin...).
- ✓ diminuer les fibres alimentaires.
- ✓ supprimer les boissons alcalines dont la neutralisation par l'acidité gastrique augmente la production de gaz carbonique.

#### **4.2.2. Le traitement phytothérapeutique (9)**

Le traitement consiste à limiter les douleurs en utilisant les antispasmodiques qui par leur activité musculotrope, réduisent également l'hypermotricité segmentaire et par là, favorisent le rétablissement du transit.

La constipation est souvent un symptôme responsables de ballonnement : il faut donc la traiter à l'aide de fibres par exemple.

En outre, la quantité des gaz présents dans les intestins doit être diminuée par des absorbants ou des carminatifs qui limitent la production des gaz lorsqu'ils sont antiseptiques intestinaux.

### **Les antispasmodiques digestifs**

Indication : douleurs abdominales.

Action : ils permettent le relâchement des fibres musculaires lisses.

Posologie : la prise se fait au moment des douleurs ou après les repas.

Plantes médicinales : l'angélique, la sauge, le serpolet, la matricaire, la fenouil, la marjolaine, le fenouil...

### **Les carminatifs**

Indication : aérophagie, ballonnements, météorisme.

Action : par leur action stimulante sur les sécrétions gastriques et salivaires, ainsi que sur la motilité de l'intestin, ils ont la propriété d'accélérer l'expulsion des gaz intestinaux.

Posologie : la prise se fait après les repas.

Plantes médicinales : la badiane, le carvi, la mélisse, le fenouil doux...

### **Les antiseptiques intestinaux**

Indication : ballonnements, météorismes.

Action : ils détruisent les bactéries responsables des phénomènes de fermentation diminuant ainsi la production de gaz.

Posologie : pas de particularité.

Plantes médicinales : la menthe poivrée, le serpolet, le thym...

### **Les absorbants**

Indication : aérophagie, ballonnements, météorismes.

Action : ils absorbent les toxines, les bactéries responsables de la fermentation ainsi que les gaz.

Posologie : la prise se fait entre les repas.

Plantes médicinales : le charbon végétal, l'argile blanche.

## **4.3. Le météorisme**

### **4.3.1. Les règles hygiénodiététiques (9)**

Les règles s'apparentent énormément à celles proposées en cas de ballonnement. En effet, il faut "couper les gaz", c'est à dire limiter au maximum la production de gaz intestinaux en diminuant les phénomènes de fermentation. Il faut donc bien suivre les règles hygiénodiététiques suivantes :

- ✓ supprimer certains aliments producteurs de gaz (haricots blancs, choux, le jus de pomme, les prunes, le raisin...).
- ✓ diminuer les fibres alimentaires.
- ✓ supprimer les boissons alcalines dont la neutralisation par l'acidité gastrique augmente la production de gaz carbonique.

### **4.3.2. Le traitement phytothérapeutique**

Le traitement consiste à diminuer la quantité de gaz présents en les absorbant ou à l'aide de plantes carminatives qui accélèrent leur expulsion.

### **Les antiseptiques intestinaux**

Indication : ballonnements, météorismes.

Action : ils détruisent les bactéries responsables des phénomènes de fermentation diminuant ainsi la production de gaz.

Posologie : pas de particularité.

Plantes médicinales : la menthe poivrée, le serpolet, le thym...

### **Les carminatifs**

Indication : aérophagie, ballonnements, météorismes.

Action : par leur action stimulante sur les sécrétions gastriques et salivaires, ainsi que sur la motilité de l'intestin, ils ont la propriété d'accélérer l'expulsion des gaz intestinaux.

Posologie : la prise se fait après les repas.

Plantes médicinales : le coriandre, la mélisse, le laurier commun, la badiane...

### **Les absorbants**

Indication : aérophagie, ballonnements, météorismes.

Action : ils absorbent les toxines, les bactéries responsables de la fermentation ainsi que les gaz.

Posologie : la prise se fait entre les repas.

Plantes médicinales : le charbon végétal, l'argile blanche.

# COLOPATHIE FONCTIONNELLE

## I DEFINITION (8)

La colopathie fonctionnelle est une affection du gros côlon, indépendante de toute cause organique (absence de lésion organique). Elle est liée à des troubles de la sensibilité de la motricité et de la sécrétion : elle correspond à une réactivité excessive de cet organe.

L'explication la plus probable est l'augmentation de la perception viscérale de la douleur chez les patients, comme une hypersensibilité à la distension colique.

Cette pathologie est souvent chronique, apparaissant vers la trentaine.

## II SYMPTOMATOLOGIE

La colopathie fonctionnelle se traduit par une douleur qui apparaît la journée, de manière post-prandiale, évoluant par crise de quelques jours, a priori sans horaires précis. (8)

Cette douleur est de type torsion ou spasme, parfois brûlure. Elle peut aller de la simple gêne jusqu'à la douleur ressentie comme intolérable. (8)

Ce symptôme s'accompagne d'une sensation de distension abdominale et de ballonnements intestinaux qui oblige le patient à desserrer ses vêtements ou sa ceinture. En effet, l'augmentation de la production de gaz coliques liée à un dysfonctionnement de la flore bactérienne locale peut expliquer la survenue de ballonnements. De ce fait, les éructations et l'émission de gaz soulagent le patient. (8)

Un autre symptôme typique de la colopathie fonctionnelle est l'atteinte du transit caractérisée par une alternance diarrhée-constipation. (8)

D'autres signes dits "signes d'accompagnement" peuvent être cités : leur apparition n'est pas systématique mais elle est possible chez certain patient. Par exemple, la dyspepsie et la colopathie sont souvent très intriquées, une tendance à l'anxiété, une dépression, une migraine, une asthénie, des palpitations peuvent accompagner les symptômes douloureux. (8)

Remarque: il ne faut pas confondre l'alternance diarrhée-constipation présente dans la colopathie fonctionnelle et une constipation plus ou moins chronique émaillée de diarrhée qui est en réalité une "fausse diarrhée" c'est à dire des selles liquides suivant l'expulsion d'un bouchon de selles dures.

### **III DIAGNOSTIC**

Le diagnostic est établi à partir des symptômes révélés par l'interrogatoire. En fait, c'est surtout un diagnostic de présomption ou d'élimination, après suppression de toutes les autres causes possibles. (9)

### **IV ETIOLOGIES** (9)

Différents facteurs peuvent être à l'origine de ces symptômes.

#### **Facteur psychique**

- ✓ Stress
- ✓ Contrariété
- ✓ Emotions

#### **Facteur alimentaire**

- ✓ Excès de fibres dans l'alimentation (poireaux, oignons, choux...)
- ✓ Régime pauvre en fibres alimentaires
- ✓ Excitants : café, thé, alcool...
- ✓ Condiments du type piments, poivres....

#### **Facteur infectieux**

- ✓ Actuels ou passés : colopathie post amibienne...

#### **Facteur iatrogène**

La prise de laxatifs stimulants agressifs peut être à l'origine de ce syndrome : séné, bourdaine...

### **V TRAITEMENT**

#### **5.1. Les règles hygiéno-diététiques** (8)

##### **A éviter :**

- ✓ Le tabac, l'alcool, le café
- ✓ Le stress
- ✓ Les aliments gras
- ✓ Les aliments farineux : le maïs, les flageolets, les salsifis, les artichaut, les petits pois, le chou, le chou-fleur...

- ✓ Les aliments fermentescibles : haricots blancs, céleri, choux, raisins secs, jus de pomme, banane...
- ✓ L'apport supplémentaire de gaz par les boissons gazeuses, la mastication de chewing-gum

**Favoriser :**

- ✓ Une vie calme
- ✓ Une bonne répartition des repas dans la journée
- ✓ Les boissons non gazeuses
- ✓ Les fibres alimentaires
- ✓ Les légumes verts : haricots verts, courgettes, asperges, salade verte cuite ou crue
- ✓ Les fruits cuits ou très mûrs
- ✓ Les viandes et poissons maigres
- ✓ L'activité physique modérée pour muscler la sangle abdominale : la marche, la gymnastique, la natation....

## **5.2. Le traitement phytothérapeutique**

Les plantes utilisées doivent être choisies en fonction des symptômes ressentis par le patient.

### **Les antispasmodiques digestifs** (11)

Indication : douleurs abdominales.

Action : ils permettent le relâchement des fibres musculaires lisses.

Posologie : la prise se fait au moment des douleurs ou après les repas.

Plantes médicinales : l'angélique, la sauge, le serpolet, la matricaire, la fenouil, la marjolaine, le fenouil...

### **Les antispasmodiques sédatifs** (11)

Indication : douleurs abdominales provoquées par le stress, l'anxiété...

Action : ils permettent le relâchement des fibres musculaires lisses et leur action légèrement sédatif permet de détendre le patient stressé.

Posologie : la prise se fait au moment des douleurs ou après les repas.

Plantes médicinales : aspérule odorante, boldo, marjolaine...

### **Les absorbants** (11)

Indication : aérophagie, ballonnements, météorismes.

Action : ils absorbent les toxines, les bactéries responsables de la fermentation ainsi que les gaz.

Posologie : la prise se fait entre les repas.

Plantes médicinales : le charbon végétal, l'argile blanche.

### **Les pansements digestifs** (11)

Indication : brûlures d'estomac.

Action : les pansements agissent en formant un gel visqueux tapissant les muqueuses digestives, et les protégeant de l'acidité produite en excès par les organes concernés. De plus, ils ont la propriété d'absorber les gaz.

Posologie : les absorber au moment des douleurs et à distance d'autres médicaments (2 heures minimum).

Plantes médicinales : Fucus, la mauve, le carragaheen, l'argile blanche...

### **Les laxatifs de lest (11)**

Indication : constipation.

Principes actifs : fibres ou mucilages.

Action : ils augmentent le volume des selles et les hydratent de façon à provoquer la défécation.

Plantes médicinales : ispaghul, psyllium, lin, fucus, son de blé...

Remarque : la lutte contre la constipation est essentielle pour éviter la stagnation du bol fécal qui augmente la production des gaz coliques, mais les laxatifs stimulants sont contre-indiqués ici car ils provoquent la maladie des laxatifs avec des risques de lésions coliques. Les cholagogues et les cholérétiques sont également déconseillés car ils induisent des diarrhées et des douleurs abdominales en cas de colopathie fonctionnelle.

### **Les antidiarrhéiques (11)**

Indication : diarrhées.

Action : les tanins sont astringents donc ils resserrent les tissus et diminuent les sécrétions, développant ainsi un pouvoir antidiarrhéiques.

Posologie : les absorber trois à quatre fois par jour.

Plantes médicinales : la myrtille, la ronce, le fraisier...

3<sup>ème</sup> PARTIE

LES

PROPRIETES

MEDICINALES



## Introduction

Dans ce chapitre, les plantes médicinales sont classées selon leurs propriétés pharmacologiques ayant un intérêt dans le traitement des troubles digestifs. Certains de ces végétaux possèdent plusieurs propriétés, on ne s'étonnera donc pas de les voir cités plusieurs fois.

# CHAP.1 : LES ABSORBANTS

Les absorbants sont intéressants pour leur capacité à retenir ou faire disparaître les toxines, les bactéries responsables de la fermentation gastro-intestinales, ainsi que les gaz en s'en imprégnant. Les substances citées sont minérales ou organiques, obtenues après traitement particulier. Elles ont été retenues car elles sont très utilisées et très appréciées par les patients pour leur origine naturelle et leur propriétés, qualités que toute plante médicinale détient.

<u>PLANTES</u>	<u>DENOMINATION</u>	<u>AUTRES PROPRIETES</u>	<u>INDICATIONS</u>	<u>PAGES</u>
<u>Argile blanche</u>	Kaolin (CALMODIGER)	Pansement digestif	Indigestion Dyspepsie Aérophagie Ballonnement Météorisme Colopathie fonctionnelle Diarrhée	Page 144
<u>Charbon végétal</u>	Populus nigra SALICACEAE Noix de coco	Pansement digestif	Indigestion Dyspepsie Aérophagie Ballonnement Météorisme Colopathie fonctionnelle Diarrhée	Page 166



<b><u>Myrtille</u></b> <b><u>Airelle</u></b>	Vaccinum myrtillus ERICACEAE	Antibactérien intestinal Antispasmodique	Diarrhée Colopathie fonctionnelle	<b>Page</b> <b>200</b>
<b><u>Noyer</u></b>	Juglans regia JUGLANDACEAE		Diarrhée Colopathie fonctionnelle	<b>Page</b> <b>203</b>
<b><u>Paullinia</u></b> <b><u>Guarana</u></b>	Paullinia cupana SAPINDACEAE		Diarrhée Colopathie fonctionnelle	<b>Page</b> <b>207</b>
<b><u>Potentille</u></b> <b><u>ansérine</u></b>	Potentilla anserina ROSACEAE		Diarrhée Colopathie fonctionnelle	<b>Page</b> <b>212</b>
<b><u>Renouée</u></b> <b><u>des</u></b> <b><u>oiseaux</u></b>	Polygonum aviculare POLYGONACEAE		Diarrhée Colopathie fonctionnell	<b>Page</b> <b>219</b>
<b><u>Ronce</u></b>	Rubus fruticosus ROSACEAE		Diarrhée Colopathie fonctionnelle	<b>Page</b> <b>224</b>
<b><u>Salicaire</u></b>	Lythrum salicaria LYTHRACEAE	Antiseptique intestinal	Diarrhée Colopathie fonctionnelle	<b>Page</b> <b>226</b>
<b><u>Theier</u></b>	Camellia sinensis THEACAE		Diarrhée Colopathie fonctionnelle	<b>Page</b> <b>234</b>
<b><u>Tormentille</u></b>	Potentilla tormentilla ROSACEAE		Diarrhée Colopathie fonctionnelle	<b>Page</b> <b>237</b>



## CHAP. 4 : LES ANTIREFLUX

Les substances antireflux forment un gel à la surface du contenu gastrique avec un effet de barrière physique, réduisant le nombre et la durée des épisodes de reflux gastro-œsophagien.

<u>PLANTES</u>	<u>DENOMINATION</u>	<u>AUTRES PROPRIETES</u>	<u>INDICATIONS</u>	<u>PAGES</u>
<b><u>Caroubier</u></b>	Ceratonia siliqua CAESALPINIACEAE	Antidiarrhéique	Reflux gastro-œsophagien	<b>Page 160</b>
<b><u>Fucus</u></b>	Fucus vesiculosus FUCACEAE	Pansement digestif Laxatif de lest	Reflux gastro-œsophagien	<b>Page 178</b>
<b><u>Laminaires</u></b>	Laminaria digitata Laminaria hyperborea LAMINARIACEAE	Pansement digestif Laxatif de lest	Reflux gastro-œsophagien	<b>Page 188</b>



## CHAP.6 : LES ANTISPASMODIQUES

Les antispasmodiques ou substances spasmolytiques ont la propriété de relâcher les fibres musculaires lisses et ainsi de lutter contre les douleurs du type spasme, crampe...

### I LES ANTISPASMODIQUES DIGESTIFS

Les antispasmodiques digestifs agissent sur les fibres musculaires lisses du tube digestif soulageant les patients des douleurs abdominales tels que les spasmes ou crampes.

<u>PLANTES</u>	<u>DENOMINATION</u>	<u>AUTRES PROPRIETES</u>	<u>INDICATIONS</u>	<u>PAGES</u>
<b><u>Achillée Millefeuille</u></b>	Achillea millefolium ASTERACEAE	Anti-inflammatoire Cholérétique	Diarrhée Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Ballonnement Colopathie fonctionnelle	<b>Page 136</b>
<b><u>Aneth</u></b>	Anethum graveolens APIACEAE	Carminative Diurétique Eupeptique	Diarrhée Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Ballonnement Colopathie fonctionnelle	<b>Page 140</b>
<b><u>Angélique</u></b>	Agelica archangelica APIACEAE	Carminative Cholagogue Eupeptique Stomachique	Diarrhée Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Ballonnement Colopathie fonctionnelle	<b>Page 141</b>





<b><u>Coriandre</u></b>	Coriandrum sativum LAMIACEAE	Carminatif Stomachique	Diarrhée Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Ballonnement Colopathie fonctionnelle	<b>Page 170</b>
<b><u>Cumin</u></b>	Cuminum cyminum APIACEAE	Carminative Eupeptique	Diarrhée Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Ballonnement Colopathie fonctionnelle	<b>Page 171</b>
<b><u>Estragon</u></b>	Artemisia dracunculus ASTERACEAE	Eupeptique	Diarrhée Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Ballonnement Colopathie fonctionnelle	<b>Page 173</b>
<b><u>Fenouil doux</u></b>	Foeniculum vulgare APIACEAE	Carminative Stomachique	Diarrhée Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Ballonnement Colopathie fonctionnelle	<b>Page 174</b>
<b><u>Fumeterre</u></b>	Fumaria officinalis FUMARIACEAE	Amphocholérétique	Diarrhée Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Ballonnement Colopathie fonctionnelle	<b>Page 179</b>
<b><u>Matricaire</u></b>	Chamomilla recutita ASTERACEAE	Carminatif Stomachique	Diarrhée Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Ballonnement Colopathie fonctionnelle	<b>Page 194</b>



<b><u>Psyllium</u></b>	Psyllium afra Psyllium indica PLANTAGINACEAE	Laxatif à effet de lest	Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Ballonnement Colopathie fonctionnelle	<b>Page 114</b>
<b><u>Réglisse</u></b>	Glycyrrhiza glabra FABACEAE	Anti-inflammatoire	Diarrhée Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Ballonnement Colopathie fonctionnelle	<b>Page 217</b>
<b><u>Romarin</u></b>	Rosmarinus officinalis LAMIACEAE	Anti-inflammatoire Carminative Cholagogue Cholérétique Diurétique Stomachique	Diarrhée Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Ballonnement Colopathie fonctionnelle	<b>Page 222</b>
<b><u>Sauge</u></b>	Salvia officinalis LAMIACEAE	Cholérétique	Diarrhée Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Ballonnement Colopathie fonctionnelle	<b>Page 228</b>
<b><u>Serpolet</u></b>	Thymus serpyllum LAMIACEAE	Antiseptique intestinal Carminative Stomachique	Diarrhée Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Ballonnement Colopathie fonctionnelle	<b>Page 231</b>
<b><u>Thym</u></b>	Thymus vulgaris LAMIACEAE	Antiseptique Cholérétique Eupeptique	Diarrhée Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Ballonnement Colopathie fonctionnelle	<b>Page 235</b>



## CHAP.7 : LES CARMINATIFS

Les substances carminatives stimulent les sécrétions gastriques et salivaires ainsi que la motilité de l'intestin : elles accélèrent ainsi l'expulsion des gaz.

<u>PLANTES</u>	<u>DENOMINATION</u>	<u>AUTRES PROPRIETES</u>	<u>INDICATIONS</u>	<u>PAGES</u>
<b><u>Aneth</u></b>	Anethum graveolens APIACEAE	Antispasmodique Diurétique Eupeptique	Indigestion Dyspepsie Ballonnement Météorisme	<b>Page 140</b>
<b><u>Angélique</u></b>	Agelica archangelica APIACEAE	Antispasmodique Cholagogue Eupeptique Stomachique	Indigestion Dyspepsie Ballonnement Météorisme	<b>Page 141</b>
<b><u>Anis vert</u></b>	Pimpinella anisum APIACEAE	Antispasmodique Stomachique	Indigestion Dyspepsie Ballonnement Météorisme	<b>Page 143</b>
<b><u>Badianier de chine</u></b>	Illicium verum ILLICIAEAE	Antispasmodique Eupeptique	Indigestion Dyspepsie Ballonnement Météorisme	<b>Page 147</b>
<b><u>Basilic</u></b>	Ocimum basilicum LAMIACEAE	Antispasmodique Stomachique	Indigestion Dyspepsie Ballonnement Météorisme	<b>Page 148</b>
<b><u>Boldo</u></b>	Pneumus boldus MONIMIACEAE	Antispasmodique Cholagogue Cholérétique Stomachique Sédatif léger	Indigestion Dyspepsie Ballonnement Météorisme	<b>Page 153</b>
<b><u>Cannelier de Ceylan</u></b>	Cinnamomum verum LAURACEAE	Eupeptique Stomachique	Indigestion Dyspepsie Ballonnement Météorisme	<b>Page 158</b>
<b><u>Carvi</u></b>	Carum carvi APIACEAE	Antispasmodique Cholagogue (léger) Stomachique	Indigestion Dyspepsie Ballonnement Météorisme	<b>Page 163</b>



<b><u>Temœ-</u> <u>lawacq</u></b>	Curcuma xanthorrhiza ZINGIBERACEAE	Cholagogue Cholérétique Stomachique	Indigestion Dyspepsie Ballonnement Météorisme	<b>Page 233</b>
---------------------------------------	---------------------------------------	---	--	---------------------





<b><u>Maïs</u></b>	Zea maïs POACEAE		Indigestion Dyspepsie Constipation	<b>Page 192</b>
<b><u>Menthe poivrée</u></b>	Mentha piperata LAMIACEAE	Antiseptique intestinal Antispasmodique Carminative Cholérétique Eupeptique	Indigestion Dyspepsie Constipation	<b>Page 198</b>
<b><u>Olivier (huile)</u></b>	Olea europea OLEACEAE	Cholérétique Laxative	Indigestion Dyspepsie Constipation	<b>Page 204</b>
<b><u>Pissenlit</u></b>	Taraxacum officinale ASTERACEAE	Cholérétique Diurétique Eupeptique	Indigestion Dyspepsie Constipation	<b>Page 210</b>
<b><u>Radis noir</u></b>	Raphanus sativus BRASSICACEAE		Indigestion Dyspepsie Constipation	<b>Page 216</b>
<b><u>Romarin</u></b>	Rosmarinus officinalis LAMIACEAE	Anti- inflammatoire Antispasmodique Carminative Cholérétique Diurétique Stomachique	Indigestion Dyspepsie Constipation	<b>Page 222</b>
<b><u>Temœ- lawacq</u></b>	Curcuma xanthorrhiza ZINGIBERACEAE	Cholérétique Carminative Stomachique	Indigestion Dyspepsie Constipation	<b>Page 233</b>
<b><u>Tilleul</u></b>	Tilia cordata ou sylvestris Tilia platyphyllos ou grandifolia TILIACEAE	Antispasmodique Cholérétique	Indigestion Dyspepsie Constipation	<b>Page 236</b>

## **II LES CHOLERETIQUES**

Les cholérétiques sont des substances provoquant une hypersécrétion de la bile, employées pour améliorer la digestion des aliments.

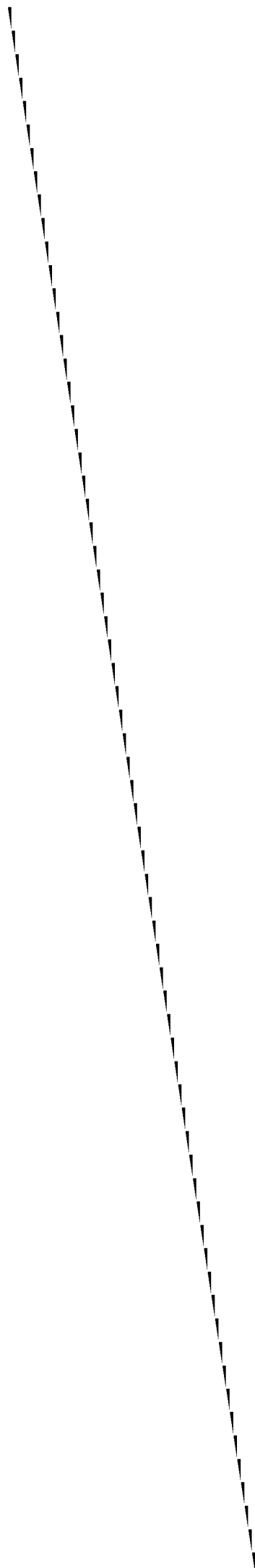
<b><u>PLANTES</u></b>	<b><u>DENOMINATION</u></b>	<b><u>AUTRES PROPRIETES</u></b>	<b><u>INDICATIONS</u></b>	<b><u>PAGES</u></b>
<b><u>Achillée millefeuille</u></b>	Achillea millefolium ASTERACEAE	Anti-inflammatoire Antispasmodique	Dyspepsie Constipation	<b>Page 136</b>
<b><u>Artichaut</u></b>	Cynara scolymus ASTERACEAE	Amphocholérétique	Dyspepsie Constipation	<b>Page 145</b>



### III LES AMPHOCHOLERETIQUES

Les amphocholérétiques sont des régulateurs du flux biliaire, c'est à dire qu'il favorise un fonctionnement normal de la production et de l'excrétion de la bile.

<u>PLANTES</u>	<u>DENOMINATION</u>	<u>AUTRES PROPRIETES</u>	<u>INDICATIONS</u>	<u>PAGES</u>
<b><u>Artichaut</u></b>	Cynara scolymus ASTERACEAE	Cholérétique	Indigestion Dyspepsie Constipation	<b>Page 145</b>
<b><u>Fumeterre</u></b>	Fumaria officinalis FUMARIACEAE	Antispasmodique	Indigestion Dyspepsie Constipation	<b>Page 179</b>



<b><u>Menthe poivrée</u></b>	Mentha piperata LAMIACEAE	Antiseptique intestinal Antispasmodique Carminative Cholagogue Cholérétique	Dyspepsie Indigestion	<b>Page 198</b>
<b><u>Papayer</u></b>	Carica papaya PASIIFLOREAE		Dyspepsie Indigestion	<b>Page 206</b>
<b><u>Petite centaurée</u></b>	Erythraea centaurium GENTIANACEAE		Dyspepsie Indigestion	<b>Page 209</b>
<b><u>Pissenlit</u></b>	Taraxacum officinale ASTERACEAE	Cholagogue Cholérétique Diurétique	Dyspepsie Indigestion	<b>Page 210</b>
<b><u>Sarriette des montagnes</u></b>	Sturela montana LAMIACEAE	Antiseptique intestinal Carminative	Dyspepsie Indigestion	<b>Page 227</b>
<b><u>Thym</u></b>	Thymus vulgaris LAMIACEAE	Antiseptique intestinal Antispasmodique Cholérétique	Dyspepsie Indigestion	<b>Page 235</b>
<b><u>Verveine odorante</u></b>	Lippia citriodora VERBENACEAE	Antispasmodique sédatif	Dyspepsie Indigestion	<b>Page 238</b>

## II LES STOMACHIQUES

Les plantes stomachiques favorisent le fonctionnement normal de l'estomac.

<b><u>PLANTES</u></b>	<b><u>DENOMINATION</u></b>	<b><u>AUTRES PROPRIETES</u></b>	<b><u>INDICATIONS</u></b>	<b><u>PAGES</u></b>
<b><u>Angélique</u></b>	Angélica archangélica APIACEAE	Antispasmodique Carminative Cholagogue Eupeptique	Dyspepsie Indigestion	<b>Page 141</b>
<b><u>Anis vert</u></b>	Pimpinella anisum APIACEAE	Antispasmodique Carminative	Dyspepsie Indigestion	<b>Page 143</b>
<b><u>Basilic</u></b>	Ocimum basilicum LAMIACEAE	Antispasmodique Carminative	Dyspepsie Indigestion	<b>Page 148</b>
<b><u>Boldo</u></b>	Pneumus boldus MONIMIACEAE	Antispasmodique Carminative Cholagogue Cholérétique Sédatif léger	Dyspepsie Indigestion	<b>Page 153</b>



## CHAP. 10 : LES LAXATIFS

Les laxatifs sont employés pour lutter contre la constipation : ils ont la particularité de faciliter l'évacuation des selles sans entraîner d'irritation locale ou générale. Certaines de ces substances, possédant des modes d'action différents, peuvent être classées en plusieurs catégories.

### I LES LAXATIFS LUBRIFIANTS

Ce type de laxatif agit en lubrifiant les parois intestinales, favorisant ainsi la progression de la masse fécale. Ils ont également la propriété de ramollir le bol alimentaire. (17)

<u>PLANTES</u>	<u>DENOMINATION</u>	<u>AUTRES PROPRIETES</u>	<u>INDICATIONS</u>	<u>PAGES</u>
<b><u>Olivier</u></b> <b>(huile)</b>	Olea europea OLEACEAE	Cholagogue Cholérétique	Constipation Colopathie fonctionnelle	<b>Page</b> <b>204</b>

### II LES LAXATIFS A EFFET DE LEST

Les laxatifs à effet de lest agissent en augmentant la masse fécale et en modifiant sa consistance. (1)

<u>PLANTES</u>	<u>DENOMINATION</u>	<u>AUTRES PROPRIETES</u>	<u>INDICATIONS</u>	<u>PAGES</u>
<b><u>Agar-agar</u></b>	Gélidium, Gracilaria, euchema RHODOPHYCEAE	Pansement digestif	Constipation Colopathie fonctionnelle	<b>Page</b> <b>137</b>
<b><u>Blé</u></b>	Triticum vulgare Graminées		Constipation Colopathie fonctionnelle	<b>Page</b> <b>152</b>





### III LES LAXATIFS STIMULANTS

Les laxatifs stimulants, souvent appelés laxatifs irritants, modifient les échanges hydroélectrolytiques intestinaux et stimulent la motricité colique. Ainsi, ils provoquent le besoin de défécation. (1)

<u>PLANTES</u>	<u>DENOMINATION</u>	<u>AUTRES PROPRIETES</u>	<u>INDICATIONS</u>	<u>PAGES</u>
<u>Aloes</u>	Aloe vera ou barbadensis LILIACEAE	Cholagogue	Constipation aiguë, occasionnelle	Page 139
<u>Bourdaine</u>	Rhamnus frangula RHAMNACEAE		Constipation aiguë, occasionnelle	Page 155
<u>Cascara</u>	Rhamnus purshiana RHAMNACEAE		Constipation aiguë, occasionnelle	Page 164
<u>Nerprun</u>	Rhamnus catharticus RHAMNACEAE		Constipation aiguë, occasionnelle	Page 202
<u>Rhapontic</u>	Rheum rhabarbarum POLYGONACEAE		Constipation aiguë, occasionnelle	Page 220
<u>Rhubarbe</u>	Rheum officinale POLYGONACEAE		Constipation aiguë, occasionnelle	Page 221
<u>Séné d'Alexandrie</u>	Cassia senna CAESALPINIACEAE		Constipation aiguë, occasionnelle	Page 229
<u>Séné de Tinnevely</u>	Cassia angustifolia CAESALPINIACEAE		Constipation aiguë, occasionnelle	Page 229



<b><u>Gomme adragante</u></b>	Astragalus gummifer FABACEAE	Laxatif à effet de lest	Reflux gastro-œsophagien Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Colopathie fonctionnelle	<b>Page 182</b>
<b><u>Guimauve</u></b>	Althaea officinalis MALVACEAE	Laxatif à effet de lest	Reflux gastro-œsophagien Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Colopathie fonctionnelle	<b>Page 184</b>
<b><u>Ispaghul</u></b>	Plantago ovata	Laxatif à effet de lest	Reflux gastro-œsophagien Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Colopathie fonctionnelle	<b>Page 185</b>
<b><u>Mauve</u></b>	Malva sylvestris MALVACEAE	Laxatif à effet de lest	Reflux gastro-œsophagien Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Colopathie fonctionnelle	<b>Page 195</b>
<b><u>Psyllium</u></b>	Psyllium afra Psyllium indica PLANTAGINACEAE	Antispasmodique Laxatif à effet de lest	Reflux gastro-œsophagien Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Colopathie fonctionnelle	<b>Page 114</b>
<b><u>Rose trémière</u></b>	Althaea rosea MALVACEAE		Reflux gastro-œsophagien Indigestion Dyspepsie Epigastralgie Gastrite Colopathie fonctionnelle	<b>Page 225</b>

4<sup>ème</sup> PARTIE

PRINCIPES

ACTIFS DES

PLANTES

MEDICINALES

## Introduction

Les plantes médicinales ont un environnement chimique qui peut comporter un grand nombre de molécules actives toutes responsables d'une propriété médicinale : il est difficile de déterminer la principale. En outre, ces substances n'ont pas toutes été mises en évidence. Un classement des plantes par principes actifs est un exercice complexe, et pour les raisons énoncées précédemment, toutes celles répertoriées dans les monographies ne peuvent être mentionnées : seuls les principes actifs majeurs seront traités dans ce chapitre.

# CHAP.1 : LES DROGUES A GLUCIDES

Les glucides, appelés aussi hydrates de carbone ou saccharides, constituent le groupe le plus important des éléments plastiques et énergétiques des végétaux et de leurs substances de réserve (10).

On peut les diviser en deux groupes :

- Les oses ou sucres simples.
- Les osides ou association de plusieurs molécules ; les holosides ne sont formés que de sucres, les hétérosides sont constitués d'un ou plusieurs oses et d'une partie non glucidique appelée génine ou aglycone.

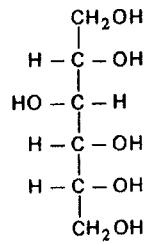
## I LES OSES SIMPLES

### 1.1. D-sorbitol

#### 1.1.1. Définition

Le D-sorbitol est un polyol existant à l'état naturel dans le Sorbier des oiseaux (*Sorbus Aucuparia*) et dans le thalle de quelques algues (10). Industriellement, il n'est pas obtenu par extraction mais préparé par réduction catalytique du glucose (35).

### 1.1.2. Structure chimique



D-sorbitol (35)

### 1.1.3. Propriétés pharmacologiques

Le D-sorbitol est doué de propriétés cholagogues (36). Il provoque la vidange de la vésicule biliaire soit le déversement de bile dans le duodénum, permettant ainsi une meilleure digestion des aliments.

En outre, il a une activité laxative osmotique par réhydratation du bol fécal.

### 1.1.4. Emploi

L'activité laxative du D-sorbitol, par réhydratation des selles, justifie son indication dans la constipation occasionnelle. Ses propriétés cholagogues renforcent l'effet de lest : le déversement de la bile dans le duodénum augmente la digestion des nutriments trop consistants.

L'effet cholagogue est très utile également dans les digestions difficiles, les dyspepsies (10).

### 1.1.5. Contre-indication

- Colopathies organiques inflammatoires
- Obstruction des voies biliaires
- Syndrome occlusif
- Syndrome douloureux abdominal de cause indéterminée

### 1.1.6. Effets secondaires

A forte dose, le D-sorbitol peut provoquer des diarrhées et des douleurs abdominales surtout chez les patients souffrant de colopathie fonctionnelle.

### 1.1.7. Plantes médicinales

- Fucus
- Laminaires

## 1.2. D-mannitol

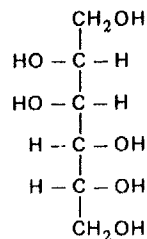
### 1.2.1. Définition

Le D-mannitol est un hexitol obtenu à partir de la manne du frêne (*Fraxinus ornus*) (36). La manne "en larmes" est officinale en France : elle est inscrite dans la IX<sup>e</sup> édition de la Pharmacopée française.

Cet exsudat est un suc épais à l'air, obtenu par incision du tronc de l'arbre : il renferme 50 % de mannitol. (35)

Le D-mannitol existe également dans le thalle d'algues brunes.

### 1.2.2. Structure chimique



D-mannitol (35)

### 1.2.3. Propriétés pharmacologiques

Le D-mannitol est un laxatif doux : il a la capacité d'hydrater le bol fécal facilitant ainsi son transit. Il augmente également son volume et provoque ainsi le besoin d'exonération. (35)

### 1.2.4. Emploi

Ce sucre est utilisé dans les constipations occasionnelles mais aussi dans les constipations chroniques. En effet, agissant uniquement sur l'hydratation et le volume du bol fécal, le mannitol n'est pas irritant : il peut donc être utilisé en traitement prolongé. (35)

### 1.2.5. Contre-indication (36)

- Obstruction des voies biliaires

### 1.2.6. Plantes médicinales

- Frêne à manne
- Fucus...

## II LES POLYSACCHARIDES

### 2.1. Des algues

Les algues sont une source importante de polysaccharides : ils possèdent tous des propriétés épaississantes et gélifiantes lorsqu'ils se trouvent en présence d'un liquide. (10)

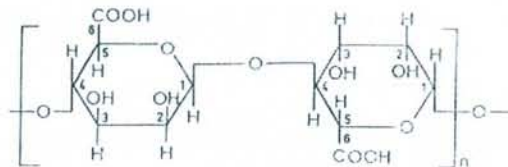
#### 2.1.1. Les alginates ou acides alginiques

##### 2.1.1.1. Définition

Les plantes productrices d'acide alginique sont des algues brunes appartenant surtout au genres *Fucus*, *Laminaria*, *Macrocystis*. L'alginate a de nombreux emplois pharmaceutiques. (35)

##### 2.1.1.2. Structure chimique (35)

L'alginate se présente sous forme de sels de l'acide alginique et de certains cations. C'est un polymère linéaire d'acides D-mannuronique et L-gulonique.



Acide alginique (36)

##### 2.1.1.3. Propriétés pharmacologiques

L'acidité gastrique libère l'acide alginique qui forme un gel visqueux et mousseux réalisant une barrière flottante au dessus du contenu gastrique. En cas de reflux, celui-ci est limité et le gel protège la muqueuse œsophagienne de l'agressivité gastrique (35).

Ce gel peut également tapisser les parois gastriques formant un pansement digestif (10).

En outre, l'acide alginique, en gonflant en présence d'eau, augmente le volume des selles et provoque la défécation : c'est un laxatif à effet de lest (36).

##### 2.1.1.4. Emploi

Les alginates peuvent être employés comme antireflux dans le reflux gastro-œsophagien, comme pansement digestif dans les brûlures gastriques ou comme laxatif à effet de lest dans la constipation (10).



### 2.1.1.5. Plantes médicinales

- Fucus
- Laminaires

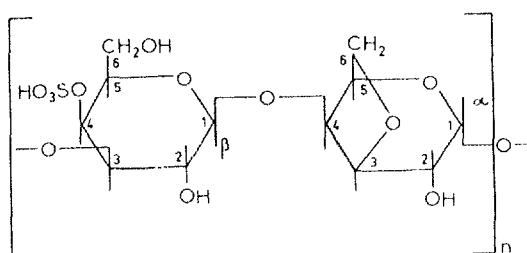
### 2.1.2. Les carraghénanes

#### 2.1.2.1. Définition

Les carraghénanes sont produits par des algues rouges, appartenant au genre *Chondrus*, surtout *Chondrus crispus* (Carragaheen ou "Mousse d'Irlande") (35).

#### 2.1.2.2. Structure chimique

Les carraghénanes sont des mélanges complexes de plusieurs polyholosides : ce sont des galactanes contenant des groupements d'esters sulfuriques. (35)(36)



Carraghénane (36)

#### 2.1.2.3. Propriétés pharmacologiques

Ces polysaccharides ont la propriété de former un gel au contact de l'eau et à température ambiante. (10) Ce gel augmente le volume du bol fécal et déclenche un besoin de défécation : c'est un laxatif à effet de lest.

Par ailleurs, on lui reconnaît des propriétés émoullientes et protectrices de la muqueuse gastrique par recouvrement des parois digestives. (35)

#### 2.1.2.4. Emploi

Les carraghénanes sont utilisés comme laxatif à effet de lest dans la constipation et comme pansement digestif dans les aigreurs et brûlures gastriques. (35)

### 2.1.2.5. Plantes médicinales

- Carragaheen

### 2.1.3. La gélose ou agar-agar

#### 2.1.3.1. Définition (36)

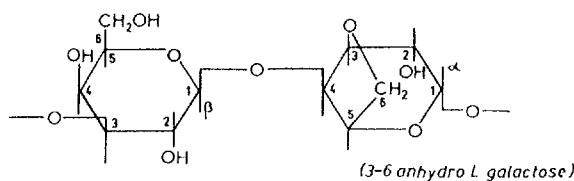
La gélose ou agar-agar est une substance colloïdale obtenue à partir de diverses algues rouges d'origine asiatique telles que *Gélidium* ou *Gracilaria*.

#### 2.1.3.2. Structure chimique

Ce polysaccharide est formé de deux parties : l'agarose et l'agaropectine.

L'agarose est formé d'unités d'agarobioses constitués de galactose et d'anhydrogalactose.

L'agaropectine est un polymère de galactose, d'anhydrogalactose, d'acide galacturonique et d'acide galactose-sulfonique. (35)



#### Agarobiose (35)

#### 2.1.3.3. Propriétés pharmacologiques

La gélose se dissout dans l'eau chaude et forme par refroidissement des gels épais, non assimilables, infermentescibles et non toxiques. Donc, lors de son ingestion, elle gonfle et augmente l'hydratation et le volume du bol fécal : c'est un laxatif mécanique à effet de lest. (10)

#### 2.1.3.4. Emploi

L'agar-agar est utilisé comme laxatif mécanique en cas de constipation, pour réguler le transit. (10)

Cette gélose est également émolliente donc, par sa capacité à former un gel tapissant les parois digestives, elle convient dans les brûlures et aigreurs stomacales comme pansement digestif. (36)

#### 2.1.3.5. Plantes médicinales

- *Gélidium*
- *Gracilaria*

## 2.2. Des végétaux supérieurs

### 2.2.1. Les fibres alimentaires

#### 2.2.1.1. Définition (10)

Les fibres alimentaires sont des résidus végétaux résistant à la digestion par les enzymes du tractus digestif de l'homme.

On les trouve dans de nombreux aliments tels que :

- Les fruits frais : pomme, orange, abricot, ananas...
- Les légumes frais: choux, carotte, salade, oignon, tomate...
- Les légumes secs : haricots, pois...
- Les céréales et dérivés : riz brun, flocon d'avoine, son de blé, seigle...

#### 2.2.1.2. Les constituants (40)

Ce sont des polysaccharides :

- La cellulose (insoluble dans l'eau)
- L'hemicellulose
- Les pentosanes
- Les lignines
- Les pectines (très hydrophiles)

#### 2.2.1.3. Propriétés pharmacologiques

Les fibres insolubles augmentent la masse des selles dans des proportions importantes, et la capacité de rétention d'eau de la fraction des fibres non dégradées dans le côlon y contribue également.

En outre, les fibres insolubles (son, cellulose) permettent une régulation du transit en accélérant les transits longs et en allongeant les transits courts. Elles n'ont aucun effet si le transit est normal. (40)

Par ailleurs, la dégradation bactérienne de la partie hydrosoluble des fibres produit de l'acide aliphatique qui provoque des contractions phasiques de l'iléon et inhibe les contractions coliques non propulsives. (10)

#### 2.2.1.4. Emploi

Les fibres alimentaires sont indiquées dans la constipation et la colopathie fonctionnelle, avec un apport hydrique suffisant et une augmentation progressive des doses journalières tout en respectant les règles hygiéno-diététiques. (10)

Les fibres céréalières à fort pouvoir d'absorption d'eau et peu fermentescibles sont préférables aux fibres solubles qui sont parfois source de flatulences. (10)

## 2.2.2. Les gommes et mucilages

### 2.2.2.1. Définition

Les gommes et mucilages sont des polysaccharides hétérogènes qui ont la propriété commune de gonfler au contact de l'eau et de constituer des masses gélatineuses ou des solutions colloïdales. (35)

On considère les mucilages comme des constituants normaux de la cellule (cellules à mucilages) alors que les gommes sont des substances qui exsudent des organes végétaux, naturellement ou à la suite de traumatismes. (36)

### 2.2.2.2. Structure chimique

Ce sont des polyholosides hétérogènes dont le poids moléculaire et les oses peuvent varier.

On rencontre essentiellement le glucose, le galactose, le rhamnose, l'arabinose. (35)

L'acide uronique est toujours présent dans les gommes, et peut aussi appartenir à des mucilages dits acides (les mucilages neutres ne contiennent que des oses). (35)

Pour être des gommes, les molécules ne doivent pas avoir un caractère uniforme mais au contraire posséder des inclusions rompant la régularité de l'alignement et conditionnant la fixation de l'eau. (35)

### 2.2.2.3. Propriétés pharmacologiques

Les molécules très peu fermentescibles absorbent un grand volume d'eau et forment, au niveau du côlon, un gel volumineux qui augmente la masse et le degré d'humidité du bol fécal, stimule le péristaltisme et facilite l'exonération sans pour autant modifier sensiblement la durée du transit en absence de constipation. (10)

Ce sont donc des laxatifs mécaniques à effet de lest.

### 2.2.2.4. Emploi

Les gommes et mucilages sont indiqués en cas de constipation.

Ils doivent être absorbés avec une grande quantité d'eau pour provoquer le gonflement des macromolécules, ainsi qu'à distance de la prise d'autres médicaments car ils provoquent une modification d'absorption de ces substances. (1)

### 2.2.2.5. Contre-indication (1)

- Affections sténosantes du pylore
- Mégacôlon par altération de la motricité gastrique
- Personnes alitées

### 2.2.2.6. Effets indésirables (1)

- Météorisme abdominal
- Ballonnements

### 2.2.2.7. Plantes médicinales

#### Gomme :

- Gomme adragante
- Gomme arabique
- Gomme de sterculia

#### Mucilages neutres :

- Caroubier
- Guar

#### Mucilages acides :

- Plantaginaceae
  - Ispaghul
  - Psyllium
- Malvaceae
  - Mauve
  - Guimauve
- Autres
  - Lin

## 2.2.3. Les pectines

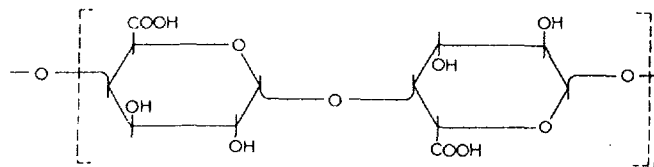
### 2.2.3.1. Définition

Les pectines sont des polysaccharides acides particulièrement abondants dans les fruits immatures sous forme insoluble (protopectine) dans les membranes cellulaires des végétaux, assurant la rigidité des tissus. Ils sont ensuite dégradés en sucres et acides au cours du mûrissement. (10)

Ces pectines se retrouvent également en solution dans le suc de certains fruits. (35)

### 2.2.3.2. Structure chimique

Les pectines se présentent sous forme de sels de l'acide pectique. (35)



Acide pectique (35)

### 2.2.3.3. Propriétés pharmacologiques

Les acides pectiques sont hydrophiles : en absorbant l'eau, ils constituent une préparation épaississante du contenu gastrique, jouant le rôle de régulateur de transit. (10)

De plus, assez rapidement fermentés, ils favorisent la croissance bactérienne augmentant ainsi le volume fécal. (10)

### 2.2.3.4. Emploi

Les pectines sont employées pour leurs propriétés épaississantes dans le reflux gastro-œsophagien et dans les diarrhées (10). Elles peuvent également être utilisées contre la constipation car en augmentant le volume du bol fécal elles provoquent la défécation.

### 2.2.3.5. Plantes médicinales (35)(36)

- Carotte
- Coing
- Pomme

## CHAP. 2 : LES DROGUES A HETEROSIDES

Les hétérosides résultent de la condensation d'un ou plusieurs oses avec une partie non sucrée (génine ou aglycone) (35).

### I LES PLANTES A HETEROSIDES ANTHRACENIQUES

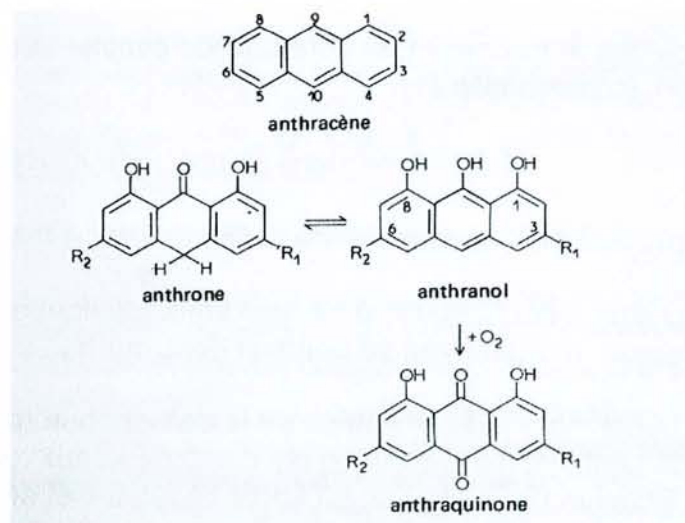
#### 1.1. Définition

Les plantes à hétérosides anthracéniques constituent un groupe important en phytothérapie (35).

Leur répartition géographique est très large : en France, on trouve la bourdaine, le nerprun, aux Etats Unis le cascara et la rhubarbe en Chine (35). Toutes ces plantes ont en commun leur propriété purgative (35).

#### 1.2. Structure chimique

Les hétérosides anthracéniques sont des dérivés phénoliques de l'anthracène à divers stades d'oxydation (anthrone, anthranol, anthraquinone...) (35).



A partir de ce noyau, on obtient des formes combinées ou anthracénosides (35). Ces hétérosides ont une forme plus ou moins complexe :

- Forme de monomère : franguloside, émodol...
- Forme de dimère symétrique : sennosides A et B...

### **1.3. Propriétés pharmacologiques (10)**

Les anthraquinones ont une action laxative ou purgative plus ou moins violente selon la dose. A dose thérapeutique, ce sont des laxatifs irritants, stimulants. Les drogues ne sont utilisées qu'après stockage prolongé ou traitement thermique approprié au cours desquels les hétérosides d'antrones monomères sont oxydés en hétérosides anthraquinoniques. Les génines libres (anthraquinones) sont pratiquement inactives.

Les génines libres présentes dans la drogue (ou formées au début de l'hydrolyse gastrique) et qui atteignent l'intestin, sont absorbées au niveau de l'intestin grêle, glucuroconjuguées au niveau hépatique et en grande partie éliminées par voie urinaire.

Les hétérosides d'antraquinones et les diantrones hydrosolubles et de masse moléculaire importante ne sont ni résorbés, ni hydrolysés au niveau de l'intestin. Parvenus dans le côlon, ils sont hydrolysés par les  $\beta$ -glucosidases de la flore intestinale et les anthraquinones libérées sont réduites : les formes actives sont donc les antrones formés. Cela explique le temps de latence entre la prise et l'effet qui est de 8 à 12 heures.

Les hétérosides hydroxyanthracéniques agissent sur la motilité intestinale. On pense que les hydroxyanthracénosides agissent sur les mouvements de l'eau et des électrolytes. Par inhibition de l'activité Na-K-ATPase des entérocytes, ils provoquent une inhibition de la résorption de l'eau, du sodium, des chlorures et une augmentation de la sécrétion du potassium au niveau de la muqueuse intestinale. Ces phénomènes hydro-électrolytiques entraînent une augmentation du volume du bol fécal qui, couplé à une stimulation du péristaltisme intestinal, provoque une défécation (10).

### **1.4. Emploi**

Les hétérosides anthracéniques sont utilisés comme laxatif stimulant dans la constipation occasionnelle (1).

#### **1.4.1. Conditions et précautions d'emploi (1)**

- La présentation sous forme de tisane en vrac est à proscrire.
- L'utilisation des drogues à dérivés anthracéniques doit être limitée dans le temps : le traitement se poursuit donc sur huit à dix jours maximum.
- Le traitement médicamenteux de la constipation n'est qu'un adjuvant au traitement hygiénodététique qui comprend deux règles essentielles :
  - Enrichir l'alimentation en fibres végétales et en eau.
  - Exercer une activité physique et de rééducation de l'exonération.



- La prise prolongée de dérivés anthracéniques peut entraîner deux séries de troubles :
  - La “maladie des laxatifs” avec colopathie fonctionnelle sévère, mélanose recto-colique, anomalies hydro-électrolytiques avec hypokaliémie.
  - Une situation de dépendance avec besoin régulier de laxatifs, nécessité d’augmenter la posologie et constipation sévère en cas de sevrage ; cette dépendance, de survenue variable selon les patients, peut se créer à l’insu du médecin.

#### 1.4.2. Posologie

Les quantités de drogues à introduire dans une unité de prise sont calculées en fonction de leurs dérivés anthracéniques tels qu’ils sont exprimés à la Pharmacopée. (1)

Pour chacun de ces principes actifs, une dose journalière maximale est donnée, et pour permettre une modulation individuelle de la posologie journalière, chaque unité de prise contient la moitié de la dose maximale journalière. (1)

Droque laxative de référence	Dérivés anthracéniques exprimés en	Dose maximale journalière chez l’adulte exprimée en dérivés anthracéniques (mg)
Aloes	Barbaloïne	25
Bourdaine	Gluco-franguline A	25
Cascara	Cascaroside A	25
Rhapontic	Rhaponticoside	50
Rhubarbe	Rhéine	50
Séné	Sennoside B	25

En cas d’association de ces drogues entre elles, les quantités de chacune doivent être moindres pour tenir compte de l’action laxative cumulative des différents constituants dont les doses efficaces sont variables. (1)

#### 1.5. Contre-indication (1)

- Colopathies organiques inflammatoires (rectocolite ulcéreuse, maladie de Crohn...)
- Syndrome occlusif ou subocclusif
- Syndromes douloureux abdominaux de cause indéterminée
- Etats de déshydratation sévère avec déplétion électrolytique
- Enfants de moins de dix ans
- Grossesse et allaitement (les dérivés anthracéniques passent dans le lait entraînant un risque d’apparition de diarrhée chez le nourrisson alimenté au sein) (10)

### 1.6. Effets indésirables (1)

- Possibilité de diarrhée, de douleurs abdominales en particulier chez les sujets souffrant du côlon irritable
- Possibilité d'hypokaliémie
- Parfois, coloration anormale des urines sans signification clinique
- Syndrome de dépendance
- "Maladie des laxatifs" lors d'un traitement prolongé

### 1.7. Interactions médicamenteuses (1)

#### Association déconseillée :

Médicaments donnant des torsades de pointes : amiodarone, astémizole, bépridil, brétylium, disopyramide, érythromycine IV, halofantrine, pentamidine, quinidines, sparfloxacine, sotalol, sultopride, terfénadine, vincamine.

L'association de dérivés anthracéniques et de ces substances entraînerait un risque majoré de troubles ventriculaires, notamment de torsades de pointes. Dans ce cas, il est préférable d'utiliser un laxatif non stimulant.

#### Association nécessitant des précautions d'emploi :

- Digitaliques : l'hypokaliémie favorise les effets toxiques des digitaliques.
- Autres hypokaliémiantes : diurétiques hypokaliémiantes (seuls ou associés), amphotéricine B (voie IV), corticoïdes (gluco-, minéralo- : voie générale), tétracosactide.

### 1.8. Plantes médicinales

- Aloès
- Bourdaine
- Cascara
- Nerprun
- Rhapontic
- Rhubarbe
- Séné

## II LES PLANTES A HETEROSIDES FLAVONIQUES

Les hétérosides flavoniques regroupent un grand nombre de molécules comme les flavones, les flavonols, les chalcones, les biflavonoïdes... (10)

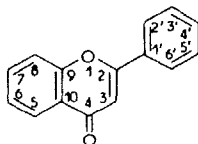
Ces principes actifs ne possèdent pas une, mais plusieurs propriétés pharmacologiques.

### 2.1. Définition

Les hétérosides flavoniques représentent un immense groupe de substances polyphénoliques, qui sont des pigments jaunes très répandus chez les végétaux (35).

## 2.2. Structure chimique

Les flavonoïdes sont des polyphénols le plus souvent sous forme d'hétérosides ou flavonosides dont les génines sont des dérivés de la phénylchromone (flavones vraies). (35)



Phényl-2-chromone (35)

## 2.3. Propriétés pharmacologiques

Les pigments flavoniques, dépourvus de toxicité pour l'homme, ont des propriétés physiologiques intéressantes (36).

Les flavonoïdes sont essentiellement des médicaments de l'insuffisance veineuse, mais en dehors de cette action physiologique générale, certains flavonoïdes possèdent des activités particulières comme diurétiques, antispasmodiques, hépatoprotecteurs... (35)

En effet, l'action sur les fibres lisses est classiquement reconnu aux divers flavonoïdes. Par ailleurs, la propriété hépatoprotectrice vis à vis de toxiques se définirait par un phénomène écran contre les radicaux libres et par un mécanisme mettant en jeu l'interférence avec les cytochromes P-450 (15).

## 2.4. Emploi

Les hétérosides flavoniques sont utilisés en fonction de leurs propriétés reconnues : les antispasmodiques sont utilisés dans les douleurs abdominales telles que les crampes, les spasmes...

## 2.5. Plantes médicinales

Hépatoprotecteur :

- Chardon marie

Antispasmodique :

- Achillée millefeuille
- Matricaire
- Mélilot
- Menthe poivrée
- Réglisse
- Romarin
- Sauge
- Thym
- Tilleul

### III LES PLANTES A TANINS

#### 3.1. Définition

Les tanins sont des substances d'origine végétale, de structure polyphénolique, de saveur astringente, ayant la propriété commune de tanner la peau c'est à dire de la rendre imputrescible et imperméable en se fixant sur les protéines (36).

#### 3.2. Structure chimique

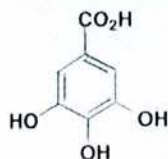
Les tanins peuvent être scindés en deux groupes malgré la complexité des structures :

- Les tanins hydrolysables
- Les tanins condensés.

Dans le domaine traité ici, ce sont essentiellement les tanins hydrolysables qui nous intéressent et qui seront traités (35).

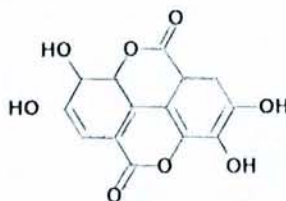
Ce sont des polyesters de glucides et d'acides-phénols, facilement scindés par les acides et les enzymes en oses et en un acide-phénol. Selon la nature de celui-ci, on distingue les tanins galliques et les tanins ellagiques (35).

Les tanins galliques : ils donnent par hydrolyse des oses et de l'acide gallique.



Acide gallique (35)

Les tanins ellagiques : ils donnent par hydrolyse des oses et de l'acide ellagique (35).



Acide ellagique (35)

#### 3.3. Propriétés pharmacologiques

Les tanins ont des propriétés astringentes par voies externe et interne. Elles découlent de leur affinité pour les molécules protéiques. (10)

En usage interne, les tanins sont antidiarrhéiques par leur action antiseptique, ralentissant le péristaltisme intestinal.

### **3.4. Emploi**

Les tanins galliques et ellagiques sont employés dans les cas de diarrhées pour leurs propriétés astringentes et antiseptiques.

### **3.5. Plantes médicinales**

- Alchemille vulgaire
- Benoîte
- Bistorte
- Cognassier
- Fraisier
- Myrtille
- Ronce
- Salicaire...

# CHAP.3 : LES DROGUES A HUILES ESSENTIELLES

## I DEFINITION

L'huile essentielle appelée parfois essence, est un mélange complexe de substances odorantes et volatiles contenue dans les végétaux (10).

Ce produit est obtenu à partir d'une matière végétale soit par entraînement à la vapeur, soit par des procédés mécaniques (expression...), soit par distillation sèche. L'huile essentielle est ensuite séparée de la phase aqueuse par des procédés physiques, pour les deux premiers modes d'obtention (10).

Les huiles essentielles peuvent être localisées dans des cellules sécrétrices, dans des organes sécréteurs comme des poches, des canaux ou des poils sécréteurs (35).

## II COMPOSITION CHIMIQUE

La composition chimique des huiles essentielles est assez complexe, comportant des nombreux constituants. Ceux-ci appartiennent à deux grands groupes chimiques :

- Les composés terpéniques.
- Les composés aromatiques dérivés du phénylpropane.

### 2.1. Les composés terpéniques (35)

Ils comprennent les carbures terpéniques et leur dérivés oxygénés.

Les monoterpènes (C<sub>10</sub>) :

- Alcools : linalol, citronellol, menthol, bornéol....
- Aldéhydes: geranial, citronellal...
- Cétones: carvone, camphre, thuyone...
- Ethers : eucalyptol...
- Phénols : thymol, carvacrol...

Les sesquiterpènes (C<sub>15</sub>) :

- $\beta$ -caryophyllène, farnésol...

Les diterpènes (C<sub>20</sub>).

Les triterpènes (C<sub>30</sub>).

## 2.2. Les composés aromatiques (35)

Les huiles essentielles renferment aussi des composés aromatiques plus particulièrement des composés "phénylpropanoïdes".

Parmi ces derniers, on peut citer :

- L'acide et l'aldéhyde cinnamiques
- L'eugénol
- L'anéthol et l'aldéhyde anisique
- L'estragole...

## III PROPRIETES PHARMACOLOGIQUES

En dehors de leurs saveurs très recherchées dans l'alimentation et les cosmétiques, les huiles essentielles possèdent de nombreuses propriétés pharmacologiques comme eupeptiques et carminatifs (anis, badiane...), comme stomachiques (menthe, mélisse, verveine...), comme antispasmodiques (camomille romaine...), comme cholérétiques (romarin, sauge...)....(36)

## IV EMPLOI

Les emplois par voie interne sont à adapter aux propriétés reconnues de l'huile essentielle :

- Pour des propriétés stomachiques, eupeptiques, cholérétiques, elles sont indiquées dans les dyspepsies.
- Pour des propriétés carminatives, elles sont utilisées dans l'aérophagie...
- Pour des propriétés antispasmodiques, elles sont employées dans les douleurs abdominales...

Autrefois, leur administration se faisait diluée dans l'alcool avant l'absorption. Aujourd'hui, elle se fait en gélules, ce qui nécessite l'absorption préalable des huiles essentielles sur un support inerte tel que la silice colloïdale : c'est une microencapsulation. Grâce à ces nouveaux procédés, la conservation des huiles est améliorée et on peut mélanger sans interaction, ni altération des principes actifs entre eux.

Conclusion : toutes ces huiles essentielles sont employées en pharmacie sous forme de plantes aromatiques en infusion ou en Aromathérapie c'est à dire à partir des essences mêmes.

## **V TOXICITE**

Les huiles essentielles ont posé parfois des problèmes de toxicité, d'où le vote d'un **décret n°86-778 du 23 juin 1986** (13), inscrivant huit huiles essentielles officinales au monopôle des pharmacies. En conséquence, elles ne peuvent plus être vendues en dehors des officines. Ce décret concerne les huiles renfermant des pinocamphrones et des thuyones. En effet, ses deux principes actifs sont neurotoxiques c'est à dire convulsivants. (10)

Cela concerne les huit plantes suivantes (13) :

- Absinthe
- Petite absinthe
- Armoise blanche
- Cèdre
- Hysope
- Sauge
- Tanaisie
- Thuya

D'autres plantes à huiles essentielles sont toxiques à haute dose :

- Huile essentielle à anéthole : elle peut entraîner des convulsions et des lésions hépatiques.
- Huile essentielle à safrol et à estragole : elle est impliquée dans la cancérogénèse.
- Huile essentielle de lavande : elle peut entraîner une dépression cardiaque.
- Huile essentielle à menthol: elle est contre-indiquée chez la femme enceinte et chez les enfants de moins de 7 ans car à haute dose, elle provoque un spasme du larynx pouvant entraîner une mort par asphyxie.
- Huile à camphre : elle est contre-indiquée chez les enfants.

## **VI PLANTES MEDICINALES**

### **6.1. Apiaceae**

- Anis
- Fenouil
- Aneth
- Carvi
- Coriandre...

### **6.2. Asteraceae**

- Matricaire
- Armoise
- Estragon



### **6.3. Lamiaceae**

- Basilic
- Calament
- Mélisse
- Marjolaine
- Menthe poivrée
- Origan
- Romarin
- Sarriette
- Sauge
- Serpolet

### **6.4. Lauraceae**

- Cannelier de Ceylan

### **6.5. Autres**

- Badianier de Chine
- Verveine odorante....

5<sup>ème</sup> PARTIE

MONOGRAPHIES

DES

PLANTES

MEDICINALES

# ACHILLEE MILLEFEUILLE

## DENOMINATION :

Achillea millefolium ASTERACEAE

## DROGUE :

Les sommités fleuries

## PRINCIPES ACTIFS : (25)

Huile essentielle : ▶ chamazulène (dont le précurseur est l'achillicine)  
▶ pinène, limonène, bornéol, camphre, thuyone...

Flavonoïdes

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'huile essentielle, par son azulène, est anti-inflammatoire. Par ses flavonoïdes, la plante est antispasmodique et cholérétique (5)(41).

## INDICATIONS :

Le millefeuille est indiqué dans les troubles dyspeptiques tels que les crampes de type gastrique, intestinal ou biliaire (49).

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 250ml d'eau bouillante sur 5g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Sachets-dose.

Boire une tasse trois à quatre fois par jour, entre les repas (49).

Gélule : 0,20g de poudre par gélule.

Absorber deux gélules à la fin des trois repas (41).

Attention : l'huile essentielle contient des traces de thuyone qui est convulsivant, donc le millefeuille doit être utilisé avec modération (41).

## SPECIALITES : (4)

GASTROTISANE

TISANE DIGESTIVE WELEDA

TISANE PROVENCALE N°1 ET 5

# AGAR-AGAR

## **DENOMINATION :**

Algues rouges ou algues à gélose  
Gélidium, gracilaria, euchema RHODOPHYCEAE

## **DROGUE :**

Le thalle

## **PRINCIPES ACTIFS :**

Gélose ou Agar-agar : substances glucidique comportant deux fractions faites d'une longue chaîne de galactose et d'anhydrogalactose (4).

## **ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

La gélose a un pouvoir gélifiant : elle forme un pansement mucoprotecteur émollient. L'augmentation du volume des selles aide à la régulation du transit : c'est un laxatif de lest (4).

## **INDICATIONS :**

L'agar-agar est indiqué dans la constipation, et dans les brûlures digestives, inflammations ou irritations du tractus digestif comme pansement gastro-intestinal (4).

## **CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

## **POSOLOGIES :** (17)

La gélose ne peut pas être prise sous forme de tisane : elle existe dans des spécialités sous forme de sachets buvables, de comprimés...

Laxatif : prendre un à deux comprimés le matin ou le soir au coucher.

Pansement gastro-intestinal : une prise après les repas et au coucher, à distance de tout autre médicament.

## **SPECIALITES :** (4)

DRAGEES VEGETALES REX

MOLAGAR

PHOSPHALUGEL

TONILAX

TISANE BORIBEL N°7 ET 10

# ALCHEMILLE VULGAIRE

**DENOMINATION :**

Alchemilla glabra ROSACEAE

**DROGUE :**

Parties aériennes séchées

**PRINCIPES ACTIFS :** (49)

Tanins : 6 à 8% qui sont des tanins ellagiques et galliques (dont l'agrimoniine)  
Flavonoïdes (2%).

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Les tanins sont astringents soit antidiarrhéiques (5).

**INDICATIONS :**

L'alchémille vulgaire est indiquée dans les diarrhées ou hémorragies (49).

**CAHIERS DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°47 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des diarrhées légères »

**POSOLOGIE :**

Tisane : verser 250 ml d'eau bouillante sur 5g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse trois fois par jour, entre les repas (25).

Gélule : 200mg de nébulisat par gélule.

Absorber une gélule trois fois par jour (2).

**SPECIALITES :** (4)

DIABENE

# ALOES

## **DENOMINATION :**

Aloe vera ou barbadensis LILIACEAE

## **DROGUE :** (5)

La plante peut produire deux drogues : le suc ou exsudat, et le gel formé d'eau, de mucilages...

Le gel est utilisé par la voie externe.

La drogue qui nous intéresse ici est le suc : il s'écoule spontanément des feuilles et est concentré par ébullition.

## **PRINCIPES ACTIFS :** (10)

Dérivés hydroxyanthracéniques (15 à 40%) : Aloïne A et B principalement.  
Aloe-émodol.

Fraction résineuse.

## **ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

L'aloès est un laxatif irritant : il stimule le péristaltisme intestinal, augmente les sécrétions de la muqueuse et inhibent la résorption de l'eau au niveau du côlon (24).

Il a également une légère action cholagogue (4).

## **INDICATIONS :**

L'aloès est indiqué dans la constipation occasionnelle. (14)

## **CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication L1 : « traitement de courte durée de la constipation occasionnelle »

## **POSOLOGIE :** (49)(20)

Infusion : néant.

Gélule : deux gélules maximum par jour le matin ou le soir au coucher.

Remarque : la dose létale est de 1g pendant plusieurs jours.

## **SPECIALITES :** (4)

DRAGEES VAGETALES REX

IDEOLAXYL

NOVOLAX

TONILAX

# ANETH

## DENOMINATION :

Anethum graveolens APIACEAE

## DROGUE:

Le fruit

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Huile essentielle (3 à 4%): - riche en carvone

- limonène, anéthol, eugénol,  $\alpha$ -phellandrène...

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Grâce essentiellement à son huile essentielle, l'aneth a des propriétés eupeptique, carminative et diurétique. Elle possède également une action spasmolytique sur les muscles lisses (5).

## INDICATIONS :

L'aneth, par ses propriétés, est indiqué dans les troubles digestifs se définissant par une dyspepsie, douleurs abdominales, aérocolie...(25)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

Indication n°61 : « traditionnellement utilisé comme cholérétique ou cholagogue »

## POSOLOGIES :

Infusion : verser 250ml d'eau bouillante sur 5g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Pour une action eupeptique : boire une tasse avant les repas.

Pour une action carminative : boire une tasse après les repas. (25)

## SPECIALITES : (4)

TISANE SAINT LUC

# ANGELIQUE

## DENOMINATION :

Angelica archangelica APIACEAE

## DROGUE :

Le fruit

La souche

## PRINCIPES ACTIFS : (24)

La souche : huile essentielle à phéllandrène

Le fruit : -Coumarines (qui sont des furanocoumarines : archangéline, archangélicine...)

-Tanins

-Huile essentielle à phéllandrène.

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'huile essentielle et les principes amers stimulent la sécrétion gastrique et pancréatique : on dit que l'angélique est stomachique, eupeptique (49).

Elle a des propriétés antispasmodiques : elle agit sur les colites en calmant efficacement les spasmes intestinaux et les douleurs (10).

L'angélique est cholagogue en favorisant l'écoulement de la bile et facilitant ainsi la digestion (2).

Cette plante est également carminative : ses propriétés spasmolytiques et antimicrobiennes évitent la formation des gaz intestinaux (2).

## INDICATION :

L'angélique est utilisée dans le traitement symptomatique des dyspepsies accompagnée d'une hyposécrétion gastrique. Elle est également indiquée en cas d'aérophagie, de ballonnements, de douleurs et spasmes intestinaux ou colites (49).

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »



**PRECAUTIONS :**

L'angélique contient des furanocoumarines qui sont photosensibilisantes. Il est donc conseillé d'éviter toute exposition au soleil ou UV car il existe des risques de photodermie. Lors de l'utilisation de cette plante médicinale dans une infusion, le risque est moindre car les furanocoumarines sont peu solubles dans l'eau (49).

**POSOLOGIES :**

Infusion : verser 250ml d'eau bouillante sur 1,5g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse non sucrée 20 minutes avant les repas. (49)

Gélule : 325mg de poudre à 0,15% d'huile essentielle par gélule.

Absorber une gélule aux trois repas. (2)

**SPECIALITES :** (4)

ARKOGELULE ANGELIQUE

MEDIFLOR N°3

TISANE BORIBEL N°6 ET 7

# ANIS VERT

## DENOMINATION :

Pimpinella anisum APIACEAE

## DROGUE :

Le fruit : diakène

## PRINCIPES ACTIFS : (49)

Huile essentielle (2 à 3%) riche en trans-anéthole (90%)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'huile essentielle possède des propriétés stomachiques, carminatives et antispasmodiques (44).

## INDICATIONS :

Du fait de ses propriétés, l'anis vert est indiqué dans les lenteurs digestives (ballonnements, aérophagie) (12), dans les contractions douloureuses de l'estomac et de l'intestin (44).

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

## POSOLOGIE :

Tisane : verser 250ml d'eau bouillante sur une cuillère à café de plante, laisser infuser pendant 10 à 15 minutes avant de filtrer.

Pour une activité eupeptique, boire une tasse avant les repas.

Pour une activité carminative ou antispasmodique, boire une tasse après chaque repas. (25)

## SPECIALITES : (4)

TISANE DES FAMILLES

HEPATOFLORINE

HERBESAN

MEDIFLOR N°3

MUCINUM

TISANE BORIBEL N°6

SANTANE D5

TISANE PROVENCALE N°5

# ARGILE BLANCHE

## DENOMINATION :

KAOLIN (CALMODIGER) : argile naturelle

## DROGUE :

Argile blanche

## PRINCIPES ACTIFS :

Kaolinite, argile blanche, riche en silice (48%), en aluminium (36%) et sels minéraux (14%) (2)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES : (4)

Cette fine poudre minérale doit son activité à son fort pouvoir absorbant et sa richesse en minéraux et oligo-éléments. Les silicates d'aluminium tapissent la muqueuse gastro-intestinale, la protègent en formant un véritable pansement gastrique, aident à sa cicatrisation, absorbent les toxines et les gaz intestinaux

## INDICATIONS :

Le kaolin est indiqué dans toutes les pathologies gastro-intestinales et infections intestinales : colopathies fonctionnelles accompagnées de météorismes, diarrhée, gastrites (17).

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

L'argile blanche, malgré une forte utilisation, n'est pas inscrite sur ce cahier.

## POSOLOGIES :

Gélule : 570mg d'argile par gélule.

Absorber trois gélules par jour, entre les repas, à distance de tout autre médicament (49).

Sachet : pour un adulte, absorber trois sachets par jour,  
pour un enfant, absorber 1 à 2 sachets par jour,  
pour un nourrisson, absorber un demi à 1 sachet par jour. (17)

## SPECIALITES : (4)

ELUSANE KAOLIN  
ARKOGELULE  
SMECTA  
BEDELIX

DIGESTOBOL  
ARGILE BLANCHEKAOBROL  
KAOMUTH  
SURGASTRYL...

# ARTICHAUT

## DENOMINATION :

Cynara scolymus ASTERACEAE

## DROGUE :

Feuille radicale

## PRINCIPES ACTIFS : (10)

Acides phénols : cynarine, acide chlorogénique

Acides alcools : acides malique, succinique, lactique, fumarique, citrique...

Flavonoïdes

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'artichaut, par l'action synergique de ses constituants, est cholérétique (stimulation de la sécrétion biliaire) et amphocholérétique (régulation de la sécrétion biliaire). La cynarine est le composant le plus actif (24).

Les feuilles de cette plante ont également un pouvoir hépatoprotecteur et régénérateur de la cellule hépatique (5)(2).

Pour certains praticiens, la sécrétion accrue d'acide biliaire stimule la motricité intestinale et la digestion des graisses(10).

## INDICATIONS :

L'action sur la vésicule biliaire justifie l'utilisation de l'artichaut dans les dyspepsies non ulcéreuses, les troubles hépato-biliaires ainsi que dans la constipation par insuffisance hépatique. (25)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°45 : « traditionnellement utilisé pour faciliter les fonctions d'élimination urinaire et digestive »

Indication n°61 : « traditionnellement utilisé comme cholérétique ou cholagogue »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 250ml d'eau bouillante sur 10g de plante, laisser infuser 15 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse 20 à 30 minutes avant les trois repas. (25)

Gélule : contenant 200mg de poudre par gélule.

Absorber une gélule avant les trois repas. (25)

## SPECIALITES : (4)

HEPATOFLORINE

HEPAX

CHOPHYTOL

HEPACLEM

# ASPERULE ODORANTE

## DENOMINATION :

Galium odoratum RUBIACEAE

## DROGUE :

Parties aériennes

## PRINCIPES ACTIFS : (24)

Hétéroside coumarinique

Iridoïde : aspéruloside

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les parties aériennes de l'aspérule odorante ont une action antispasmodique due à la coumarine (4).

Elle possède également une légère action sédatrice (10).

## INDICATIONS :

L'aspérule odorante est indiquée dans les dyspepsies ou digestions difficiles accompagnées de douleurs, notamment occasionnées par un stress ou une anxiété. (4)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 250ml d'eau chaude sur une cuillère à dessert de plante, laisser infuser 3 à 5 minutes avant de filtrer.

Boire trois tasses par jour. (46)

## SPECIALITES : (4)

TISANE DE DRAINAGE N°3

TISANE BORIBEL N°13

# BADIANIER DE CHINE

## DENOMINATION :

Illicium verum ILLICIACEAE

La badiane est également appelée anis étoilé.

## DROGUE :

Le fruit

## PRINCIPES ACTIFS : (49)

Huile essentielle (5 à 9%) : riche en trans-anéthol (80 à 90%)

Autres : tanins, flavonoïdes...

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'anis étoilé, grâce à son huile essentielle anisée, a des propriétés spasmolytique, eupeptique (25) et surtout carminative par inhibition de la fermentation intestinale (10).

## INDICATION :

La badiane est indiquée dans les dyspepsies, les troubles digestifs accompagnés de crampes gastro-intestinales légères, flatulences, ballonnements.

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 250 ml d'eau bouillante sur une cuillère à café de badiane soit environ 3g. Laisser infuser 15 minutes avant de filtrer. (49)

Boire une tasse après chaque repas pour lutter contre les gaz gastro-intestinaux. (25)

## SPECIALITES : (4)

DRAGEES VEGETALES REX

GASTROPAX

TISANE BORIBEL N°4

# BASILIC

## DENOMINATION:

Ocimum basilicum LAMIACEAE

## DROGUE:

Feuilles

## PRINCIPES ACTIFS : (49)

Huile essentielle : -riche en estragole  
-linalol, eugenol...

Autres : tanins, flavonoïdes...

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les feuilles de basilic ont une activité antispasmodique (25), stomachique, carminative (49).

## INDICATIONS :

Cette plante est indiquée dans le traitement complémentaire des flatulences et des ballonnements ainsi que dans les troubles digestifs avec une composante douloureuse. (49)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 150ml d'eau bouillante sur 2 cuillérées à café de basilic soit environ 4g, laisser infuser 10 à 15 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse, non sucrée, 2 à 3 fois par jours entre les repas en cas de ballonnements chroniques. (49)

# BELLADONE

## DENOMINATION :

Atropa belladonna SOLANACEAE

## DROGUE :

Les feuilles

## PRINCIPES ACTIFS : (24)

Alcaloïdes : ▶hyoscyamine (présent dans la plante fraîche)  
▶atropine (présent dans la drogue sèche, provenant de la racémisation de l'hyoscyamine)  
▶scopolamine

Coumarine : scopolétole.

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'atropine inhibe de façon compétitive et réversible la fixation d'acétylcholine sur ses récepteurs et cet antagonisme entraîne, entre autres, au niveau des fibres lisses un relâchement entraînant une diminution du tonus, de l'amplitude, de la fréquence des contractions intestinales. Il provoque également une augmentation de la pression intra vésicale, une diminution du tonus des voies biliaires (10). En outre, l'atropine provoque une baisse des sécrétions salivaires et gastriques (5).

## INDICATIONS :

L'activité antispasmodique de la belladone est très appréciée dans les spasmes de l'estomac, de l'intestin, en cas de colique hépatique, de colopathie fonctionnelle...En outre, la baisse des sécrétions gastriques peut être intéressante en cas d'hyperchlorhydrie lors de brûlures gastriques.

L'association de la belladone et des plantes à dérivés anthracéniques est fréquente car, l'atropine, grâce à son action spasmolytique, atténue les effets anthracénosides sur le péristaltisme (10).

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

La belladone, ayant des effets toxiques pouvant entraîner la mort, elle n'est pas vendue en vrac, donc elle n'est pas inscrite sur la liste des indications proposées par le cahier de l'agence. Cette plante entre ainsi uniquement dans la composition de spécialités à des concentrations conseillées.

## SPECIALITES : (4)

DRAGES VEGETALES REX  
GASTROPAX

MUCINUM  
TONILAX...



# BENOITE

## DENOMINATION :

Geum urbanum ROSACEAE

## DROGUE :

Le rhizome

## PRINCIPES ACTIFS : (49)

Tanins galliques (25%)

Huile essentielle : eugénol (majoritaire)

Sucres libres (saccharose, glucose, fructose,...)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les tanins ont des propriétés toniques et astringentes.(5)

## INDICATIONS :

Comme astringent, par voie orale, le rhizome de benoîte est utilisé dans les diarrhées légères. (49)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°47 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des diarrhées légères »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser de l'eau bouillante sur une demi ou une cuillère à café, couvrir, puis laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse tiède plusieurs fois par jour en cas de diarrhées légères. (49)

Teinture : diluer 20 à 30 gouttes dans un peu d'eau plusieurs fois par jours. (49)

## SPECIALITES : (4)

PROTEXINE

TISANE LAHODER

# BISTORTE

## DENOMINATION :

Polygonum bistorta POLYGONACEAE

## DROGUE :

Le rhizome

## PRINCIPES ACTIFS : (25)

Tanins galliques et catéchiques (30%)

Amidon (30%)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les tanins exercent leur action astringente très forte qui en fait un très bon antidiarrhéique (25).

L'amidon apporte un avantage au bistorte par rapport aux autres plantes astringentes : il réduit l'activité irritante des tanins pour les muqueuses (25).

## INDICATION :

La bistorte est donc indiquée dans le cas de diarrhées légères (25).

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°47 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des diarrhées légères »

## POSOLOGIES : (25)

Tisane : laisser macérer 15g de plante dans 250ml d'eau pendant 10 heures.

Boire une tasse 4 à 5 fois par jour entre les repas.

Gélule : 500 mg de poudre par gélule.

Absorber 2 gélules 3 fois par jour entre les repas.

## SPECIALITES : (4)

TISANE HAMON N°1, 10 et 14

# BLE

**DENOMINATION :**

Triticum vulgare POACEAE

**DROGUE :**

Le fruit

**PRINCIPES ACTIFS :** (5)

Amidon

Inositophosphate de calcium et de magnésium dans le son de blé

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Outre son intérêt au niveau diététique, le blé a des propriétés laxatives grâce aux inositophosphates de calcium et de magnésium qui ont un pouvoir reconstituant (5), et au son qui est non digestible, ce qui en fait un laxatif de lest (4).

**INDICATION :**

Le blé est indiqué en diététique et en cas de constipation (4).

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

**POSOLOGIE :**

Une consommation accrue de blé doit être conseillée lors d'une constipation mais sous forme d'aliment.

# BOLDO

## DENOMINATION :

Pneumus boldus MONIMIACEAE

## DROGUE :

Les feuilles

## PRINCIPES ACTIFS : (4)

Alcaloïdes isoquinoléïques : la boldine est l'alcaloïde majoritaire

Huile essentielle à eucalyptol et ascaridol

Flavonoïdes

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

La boldine possède une action cholérétique et cholagogue. On lui reconnaît également un pouvoir spasmolytique démontré in vitro. En outre, en médecine traditionnelle, les feuilles sont utilisées comme diurétique, stomachique, carminatif, et sédatif léger (activités dont on ne connaît pas les constituants responsables). (49)

## INDICATIONS :

La boldine est la plante idéale pour favoriser la digestion en cas de dyspepsie ou digestion lente (20). Elle peut être également indiquée en cas de constipation due à une insuffisance biliaire (44).

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°45 : « traditionnellement utilisé pour faciliter les fonctions d'élimination urinaire et digestive »

Indication n°61 : « traditionnellement utilisé comme cholérétique ou cholagogue »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 500 ml d'eau bouillante sur 5 g de boldine, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse 20 à 30 minutes avant les trois repas. (25)

Gélule : 260 mg de poudre à 2% d'alcaloïdes totaux : absorber une gélule avant les trois repas (2).

## SPECIALITES : (4)

ARKOGELULE BOLDO

BOLDOFLORINE

MEDIFLOR N°5

TISANE BORIBEL N°4 et 7

HEPATOFLORINE

MUCINUM

HEPACLEM

OXYBOLDINE

# BOUILLON BLANC

**DENOMINATION :**

Verbasum thapsus SCROPHULARIACEAE

**DROGUE :**

Les fleurs

**PRINCIPES ACTIFS :** (5)

Mucilage  
Saponosides  
Flavonoïdes...

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Outre ses propriétés expectorantes, le bouillon blanc peut être utilisé pour son pouvoir émollient et adoucissant, intéressant dans les irritations digestives (5).

**INDICATIONS :**

Le bouillon blanc est indiqué dans les irritations digestives : dyspepsie...(49)

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

**POSOLOGIE :** (49)

Tisane : verser 150ml d'eau bouillante sur 1,5 à 2g de fleurs, laisser infuser pendant 10 minutes puis filtrer.

Boire trois à quatre tasses par jour.

# BOURDAINE

## DENOMINATION :

Rhamnus frangula RHAMNACEAE

## DROGUE :

Ecorce des tiges et branches après un an de conservation ou après chauffage à 100°C durant une heure (5)

## PRINCIPES ACTIFS : (40)

Dérivés dihydroxyanthracéniques : ▶ frangulosides A et B  
▶ Glucofrangulosides A et B

Anthraquinones libres : émodol...

## ACIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les composés anthracéniques sont responsables d'une activité cholagogue, laxative ou purgative selon la dose (5). En effet, ils stimulent le péristaltisme intestinal et les hétérosides augmentent les sécrétions de la muqueuse et inhibent la résorption de l'eau au niveau du côlon (24).

## INDICATIONS :

La bourdaïne est indiquée dans la constipation occasionnelle (10).

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication L1 : « traitement de courte durée de la constipation occasionnelle »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 150 ml d'eau bouillante sur une demi-cuillère café de bourdaïne et filtrer après 10 à 15 minutes.

Sauf prescription contraire, boire une tasse d'infusion fraîchement préparée le matin et/ou le soir au coucher. (49)

L'usage doit être limité à quelques jours car l'écorce de bourdaïne est un laxatif irritant pouvant provoquer la maladie des laxatifs. (49)

## SPECIALITES : (4)

BABYLAX  
BOLDOFLORINE  
DRAGEES FUCA  
HERBESAN

DRAGEES VEGETALES REX  
TONILAX  
MEDIFLOR N°1, 2, 10 ET 12  
TISANE BORIBEL N° 4, 7 ET 13

# CALAMENT

**DENOMINATION :**

Calamintha officinalis LAMIACEAE

**DROGUE :**

Les sommités fleuries

**PRINCIPES ACTIFS :** (25)

Huile essentielle

Acides phénols : acide caféique, chlorogénique, labiatique

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Le calament est un stimulant aromatique (25).

**INDICATIONS :**

Les sommités fleuries sont traditionnellement utilisées dans les dyspepsies et les aérophagies (25).

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

**POSOLOGIES :**

Tisane : verser 250 ml d'eau bouillante sur 5 g de plante, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse après chaque repas. (25)

# CAMOMILLE ROMAINE

## DENOMINATION :

Anthemis nobilis ASTERACEAE

## DROGUE :

Le capitule floral

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Huile essentielle : chamazulène (carbure sesquiterpénique)

Lactones sesquiterpéniques : nobiline...

Polyphénols, flavonoïdes, coumarines...

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les polyphénols, les flavonoïdes et les coumarines sont responsables de l'action antispasmodique de la camomille romaine. La nobiline est responsable de l'effet tonique amer, c'est à dire apéritif et eupeptique. Et enfin, le chamazulène, qui donne cette coloration bleue à l'huile essentielle, est anti-inflammatoire. (25)

## INDICATIONS : (49)(40)

En conséquence, les capitules floraux de la camomille romaine sont indiqués dans les digestions difficiles, les dyspepsies avec flatulences, ballonnements, et crampes gastriques, ainsi que dans les troubles coliques avec spasmes.

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

## POSOLOGIES : (25)

Tisane : verser 250 ml d'eau bouillante sur 5 g de plante, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse après chaque repas si vous voulez combattre les ballonnements et les digestions difficiles (avant les repas pour un effet apéritif).

## SPECIALITES : (4)

VITAFLO

DIAREX...



# CANNELIER DE CEYLAN

## DENOMINATION :

Cinnamomum verum LAURACEAE

## DROGUE :

L'écorce privée du liège et du parenchyme sous-jacent

## PRINCIPES ACTIFS : (49)

Huile essentielle : cinnamaldéhyde (65 à 75%), eugénol...

Tanins condensés

Autres : mannitol, mucilages...

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Le cannelier de Ceylan est un stimulant aromatique : il possède, en effet, des propriétés eupeptique, stomachique, et carminative. (49)(10)

## INDICATIONS :

En conséquence, la cannelle est utilisée en cas de troubles dyspeptiques tels que crampes gastro-intestinales légères, flatulences, ballonnements. (49)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 150 ml d'eau bouillante sur 1 g de plante, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse après les repas en cas de troubles digestifs. (49)

## SPECIALITES : (4)

DIAREX...

# CAROTTE

**DENOMINATION :**

Daucus carta LAMIACEAE

**DROGUE :**

La racine

**PRINCIPES ACTIFS :** (5)

Pectines et mucilages

Carotène ou pro-vitamine A

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Les pectines ont un pouvoir d'absorption sur les toxines intestinales, et le mucilage joue un rôle épaississant. (48)(5)

**INDICATIONS :**

La carotte, sous forme de soupe, est très utilisée dans le traitement symptomatique des diarrhées non fébriles des nourrissons et des jeunes enfants. La consistance des selles redevient normale en l'espace de 24-48 heures. (5)

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

La carotte n'appartient pas à la liste des plantes retenue par l'agence du médicament pour les diarrhées légères : elle fait surtout partie des remèdes diététiques associés aux traitements médicaux.

**SPECIALITES:**

CARIL

CAROGIL

MILURIS

# CAROUBIER

## DENOMINATION :

Ceratonia siliqua CAESALPINIACEAE

## DROGUE : (10)

La pulpe du fruit

L'albumen des graines ou "gomme de caroube"

## PRINCIPES ACTIFS : (4)

Graine : galactomannane

Pulpe : glucides (sucres solubles, pectine)  
tanins condensés

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

La pulpe du fruit, riche en oses et pectines, a des propriétés absorbantes sur les toxines lors de diarrhées légères et forme, en milieu aqueux, un gel volumineux qui protège la muqueuse intestinale, donc on l'emploie comme antidiarrhéique chez le nouveau né. (25)

La graine, grâce aux galactomannanes, a des propriétés épaississantes et émulsionnantes, utiles dans les vomissements et régimes amaigrissants. (4)

## INDICATIONS :

Le caroubier a deux indications principales, en fonction de la partie de plantes utilisées. La pulpe de fruit est utile dans les diarrhées légères du nourrisson et du jeune enfant, associé, bien sûr, à une réhydratation sur 24 heures, ainsi que dans les gastro-entérites. (10)

La gomme de caroube est indiquée dans les vomissements du nouveau-né. Pour son caractère épaississant, il peut être utilisé comme "coupe faim". (4)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 : (le fruit)

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

Indication n°47 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des diarrhées légères »

## POSOLOGIES :

De nombreuses préparations pédiatriques à base de farine de caroube existent. Le traitement consiste à remplacer l'alimentation lactée du nouveau-né par des biberons de décoction de farine de caroube jusqu'à l'apparition de selles normales.

Chez l'adulte ou l'enfant, les doses journalières sont de 10 à 25 g.  
La posologie est de une cuillerée à café de poudre dans une tasse de thé léger ou d'une autre infusion chaude, à absorber toutes les heures. (48)

**SPECIALITES:**

GUMILK

POLYSILANE NOURRISSON...

# CARRAGAHENN

**DENOMINATION:**

Chondrus crispus RHODOPHYCEAE

**DROGUE :**

L'algue

**PRINCIPES ACTIFS :** (10)

Galactannes : les carraghénannes

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Les carraghénanes gonflent avec l'eau produisant ainsi l'effet d'un laxatif de lest. Ces principes actifs sont également émoullients (5).

**INDICATIONS :** (4)(5)

La capacité de l'algue à gonfler, nous permet de l'utiliser dans la constipation, ainsi que, comme adjuvant des régimes restrictifs, donnant une sensation de satiété. Le carragheen, par sa propriété émoulliente, est utilisé comme mucoprotecteur, pansement gastro-intestinal dans les brûlures digestives.

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

**SPECIALITES:** (4)

ACIDRINE  
IDEOLAXYL

# CARVI

## DENOMINATION :

Carum carvi APIACEAE

## DROGUE :

Le fruit

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Huile essentielle (3 à 6%) riche en carvone

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Le carvi est un stomachique car l'huile essentielle favorise la sécrétion gastrique et stimule l'appétit (49).

Le fruit est carminatif ; les principes actifs stimulent la muqueuse gastrique provoquant la contraction de l'estomac, d'où ses propriétés antiaérophagiques et cholagogue. (49)

La drogue est également antispasmodique. (5)

## INDICATIONS :

Le carvi est indiqué dans les troubles digestifs accompagnés de spasmes gastro-intestinaux légers, de flatulences et de ballonnements (5).

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 150 ml d'eau bouillante sur une demi-cuillère à café de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer (49).

Boire une tasse 1 à 3 fois par jour après chaque repas si vous êtes gênés par de l'aérophagie ou des gaz intestinaux (25).

## SPECIALITES : (4)

SANTANE D5

TISANE DES FAMILLES

# CASCARA

## DENOMINATION :

Rhamnus purshiana RHAMNACEAE

## DROGUE :

L'écorce conservée un an au moins avant l'emploi ou chauffée une heure à 100 °C (5)

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Hétérosides hydroxy-anthracéniques : - cascaroides A et B  
- aloïne (barbaloïne), aloe-émodol...

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les dérivés anthracéniques ont des propriétés laxatives ou purgatives, selon les doses employées (5). Ils agissent sur la motilité du côlon provoquant une accélération du transit. La stimulation des sécrétions entraîne une augmentation de l'élimination d'eau, des chlorures et des électrolytes (49). La cascara est également un cholagogue (44).

## INDICATIONS :

Grâce à ses diverses activités, l'écorce est indiquée en cas de paresse intestinale et de constipation, éventuellement d'origine hépatique, par son effet cholagogue (5).

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication L1 : « traitement de courte durée de la constipation occasionnelle »

## POSOLOGIES :

Dose maximale : 25 mg de dérivés hydroxyanthracéniques par jour (5).

Tisane : verser de l'eau bouillante sur 2g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse le matin ou le soir au coucher. (49)

Gélule : une à deux gélules, maximum, par jour, à absorber le soir. (49)

## SPECIALITES : (4)

DRAGEES FUCA

DRAGEES VEGETALES REX

PERISTALTINE

NORMALAX AU CASCARA...

# CASSIS

**DENOMINATION :**

Ribes nigrum GROSSULARIACEAE

**DROGUE :**

Les feuilles

**PRINCIPES ACTIFS :** (49)

Flavonoïdes

Tanins condensés...

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Le cassis est une plante possédant de nombreuses propriétés : elle est diurétique et légèrement astringente, c'est à dire antidiarrhéique (49).

**INDICATIONS :**

Le cassis est indiqué dans les problèmes d'élimination digestive et peut être intéressante dans les diarrhées légères en association avec d'autres plantes astringentes (5).

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°45 : « traditionnellement utilisé pour faciliter les fonctions d'élimination urinaire et rénale »

**POSOLOGIES :**

Tisane : verser 150ml d'eau bouillante sur 1 à 2 cuillères à café de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse plusieurs fois par jour entre les repas. (49)

**SPECIALITES :** (21)(2)

ARKOGELULE CASSIS

ELUSANE CASSIS...



# CHARBON VEGETAL

## DENOMINATION : (4)(2)

Peuplier noir : Populus nigra SALICACEAE

Noix de coco : Cocos nucifera PAPAYACEAE

## DROGUE : (4)(2)

Le bois du peuplier

La coque de la noix de coco

## PRINCIPES ACTIFS :

Le charbon végétal activé obtenu par carbonisation du bois de peuplier ou de la coque de noix de coco. (5)(2)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES : (5)(2)

Le charbon végétal est un excellent adsorbant et absorbant : il fixe les bactéries, les toxines, et surtout les gaz. Il constitue également un pansement intestinal. Cette drogue supprime les aérophagies, les flatulences, les éructations, la mauvaise haleine due à une trop forte fermentation intestinale.

## INDICATIONS :

Le charbon végétal est indiqué dans les troubles digestifs tels que les flatulences, l'aérophagie, les ballonnements, les colites. L'absorption des bactéries et la formation d'un pansement intestinal justifie son indication dans le traitement des diarrhées. (48)(2)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Le charbon végétal est très utilisé au quotidien, mais n'est pas répertorié dans le cahier de l'agence car c'est une matière organique.

## POSOLOGIES : (2)

Tisane : la texture de cette drogue ne permet pas son utilisation sous forme buvable.

Gélule : 180mg de poudre par gélule.

Adulte : absorber quatre gélules par jour.

Enfant : absorber une à quatre gélules par jour.

## SPECIALITES : (4)

ARKOGELULE CHARBON VEGETAL

CARBOPHOS

CARBOSYLANE

CHARBON DU D<sup>r</sup> BELLOC

OXYCARBINE

# CHARDON MARIE

## DENOMINATION :

Silybum marianum ASTERACEAE

## DROGUE :

Le fruit : akène

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Flavonoïdes : silymarine qui comprend trois flavanolignanes isomères dont le plus actif est la silybine

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

La silybine exerce une action directe sur le parenchyme hépatique qu'elle régénère : elle combat par conséquent les hépatotoxiques. C'est un hépatoprotecteur et un anti-inflammatoire. Elle se montre très efficace dans les hépatites, exerçant même une action protectrice contre l'amanitine et la phalloïdine par un mécanisme d'inhibition compétitive et une augmentation de la synthèse protéique. (5)

## INDICATIONS :

Les akènes du chardon marie sont indiqués dans les troubles digestifs, surtout liés aux perturbations fonctionnelles des voies biliaires et dans les intoxications alimentaires. (44)(49)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°63 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des troubles fonctionnels digestifs attribués à une origine hépatique »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 250ml d'eau bouillante sur 5g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse avant les trois repas. (25)

Gélule : ► 100mg de nébulisat par gélule : absorber une gélule trois fois par jour avant les repas. (25)

► 390mg de poudre à 1% de silymarine : absorber une gélule aux trois repas. (2)

## SPECIALITES: (26)

LEGALON

# CHICOREE

## DENOMINATION :

Cichorium intybus ASTERACEAE

## DROGUE :

La racine

## PRINCIPES ACTIFS : (25)

Lactones sesquiterpéniques (lactucine, lactupicine)

Inuline

Acides phénols (acide chlorogénique)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

La chicorée est une plante diurétique, cholérétique, eupeptique, et elle possède de légères propriétés laxatives (4). En outre, les racines ont une action anti-inflammatoire démontrée (25).

## INDICATIONS :

La chicorée peut être utilisée seule ou associée dans les digestions difficiles, dyspepsies... (5)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulences »

Indication n°45 : « traditionnellement utilisé pour faciliter les fonctions d'élimination urinaire et digestive »

Indication n°61 : « traditionnellement utilisé comme cholérétique ou cholagogue »

## POSOLOGIES :

Tisane : décoction de 5 minutes de 10g de drogue dans 250ml d'eau.

Boire une à deux tasses 20 à 30 minutes avant les repas. (25)

## SPECIALITES: (4)

ELIXIR SPARK...

# COGNASSIER

## DENOMINATION :

Cydonia vulgaris ROSACEAE

## DROGUE :

Le fruit : le coing

## PRINCIPES ACTIFS :

Tanins condensés (5)

Pectines (10)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Le coing, par sa possession de tanins condensés, a une action astringente soit antidiarrhéique (5).

La pectine, en absorbant l'eau, constitue une préparation épaississante du contenu gastrique : elle joue le rôle d'un régulateur de transit. Elle favorise aussi la prolifération bactérienne augmentant ainsi le volume fécal. (10)

## INDICATIONS :(5)

Le coing est indiqué dans les régimes alimentaires conseillés lors de diarrhées légères, en association avec d'autres aliments comme la myrtille, la pomme...

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Le cognassier n'y est pas inscrit.

## POSOLOGIES :

Le coing se consomme nature ou sous forme de compote associé à d'autres fruits comme la myrtille, la pomme...

# CORIANDRE

## DENOMINATION :

Coriandrum sativum LAMIACEAE

## DROGUE :

Le fruit

## PRINCIPES ACTIFS : (49)

Huile essentielle riche en linalol (60 à 70%)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'huile essentielle du coriandre est stomachique, carminative et spasmolytique. (49)

## INDICATIONS :

La coriandre est indiquée dans les gastrites, les dyspepsies accompagnées de crampes gastro-intestinales, flatulences et ballonnements. En outre, son addition à des préparations à base de rhubarbe, sené, bourdaine...est très intéressante : la coriandre tempère les spasmes du côlon engendrés par ces drogues à anthraquinones. (49)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 250ml d'eau bouillante sur 5g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse après les trois repas. (49)

## SPECIALITES :(4)

BOLDOFLORINE

HEPATOFLORINE

MEDIFLOR N°3

TAMARINE

TISANE PROVENCALE N°5

# CUMIN

## DENOMINATION :

Cuminum cyminum APIACEAE

## DROGUE :

Le fruit

## PRINCIPES ACTIFS : (25)(5)

Huile essentielle (4%) : aldéhyde cuminique (30 à 40%)  
Lutéoline-7-glucoside, apigénine-7-glucoside

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Le cumin, par son huile essentielle, agit comme eupeptique et carminatif.  
Les glucosides de la lutéoline et de l'apigénine lui confèrent une action antispasmodique. (5)

## INDICATIONS :

Le cumin est indiqué dans les troubles digestifs.  
En Europe, cette drogue est très peu utilisée pour ses propriétés médicinales, sauf dans les mélanges : on s'en sert comme condiment. (25)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Le cumin n'y est pas inscrit.

## POSOLOGIES :

Tisane : cette drogue n'est pas utilisée seule : on la retrouve dans des mélanges sous forme de sachets-dose. (25)

## SPECIALITES : (4)

ELXIR BONJEAN  
GALACTOXYL  
TISANE GARFIELD.

# CURCUMA

## DENOMINATION :

Curcuma domestica ZINGIBERACEAE

## DROGUE :

Le rhizome

## PRINCIPES ACTIFS : (44)(49)

Huile essentielle : turmérone...

Curcuminoïdes (3 à 5%) dont le principal est la curcumine

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

La curcumine est anti-inflammatoire : elle agit en inhibant l'accroissement des activités des enzymes lysosomiales, sur la synthèse des prostaglandines... (10)

Le curcuma possède surtout une action stomachique, carminative, cholagogue et cholérétique (49).

## INDICATIONS :

Cette drogue est indiquée dans les troubles dyspeptiques liés à des perturbations fonctionnelles du système biliaire (49).

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°61 : « traditionnellement utilisé comme cholérétique ou cholagogue »

Indication n°63 : « traditionnellement utilisé comme traitement symptomatique des troubles fonctionnels digestifs attribués à une origine hépatique »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 150ml d'eau bouillante sur 1 cuillère à café de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse deux fois par jour. (49)

## SPECIALITES: (4)

CHOLEODORON

SOLUTION HEPATOUM...

# ESTRAGON

**DENOMINATION :**

Artemisia dracunculus ASTERACEAE

**DROGUE :**

Les parties aériennes non fleuries

**PRINCIPES ACTIFS :(5)**

Huile essentielle riche en estragole (68 à 80%)

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

L'huile essentielle possède une action eupeptique, antispasmodique et le caractère d'un stimulant digestif (25).

En outre, l'estragon est souvent employé comme condiment (5).

**INDICATIONS :**

L'estragon est indiqué dans les troubles digestifs divers accompagnés d'une composante douloureuse (5).

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

**POSOLOGIES :**

Etant essentiellement utilisée en tant que condiment, cette drogue est rarement disponible en vrac à l'officine.



# FENOUIL DOUX

## DENOMINATION :

Foeniculum vulgare APIACEAE

## DROGUE :

Le fruit : diakène

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Huile essentielle riche en trans-anéthol (50 à 60%)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'huile essentielle est stomachique, carminative. De plus, l'anéthol est antispasmodique et spasmolytique : elle soigne les spasmes et les douleurs de l'estomac. (44)(5)

## INDICATIONS :

Le fenouil est une plante indiquée dans les problèmes gastro-intestinaux convulsifs et légers, flatulences et ballonnements. Cela peut être une gastrite, une colite, une dyspepsie...(49)(2)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 250ml d'eau bouillante sur 5g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse après les trois repas. (25)

Gélule : 390mg de poudre à 1,5% d'huile essentielle par gélule.

Absorber une gélule avant les trois repas. (2)

## SPECIALITES: (4)

BENETRANSIT

BOLDOFLORINE

COLOMINTHE

HEPATOFLORINE

MEDIFLOR N°3, 4 et 7

TISANE DES FAMILLES

# FIGUIER

## DENOMINATION :

Ficus carica MORACEAE

## DROGUE :

La figue : faux-fruit constitué d'un réceptacle floral devenu charnu, vert ou violet, renfermant les akènes (5)

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Enzymes protéolytiques : la ficine (mélange de protéases)

Sucres (50 à 60%)

Furocoumarines (photosensibilisantes)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

La médecine traditionnelle, reconnaît à la figue des propriétés laxatives (48).

## INDICATIONS :

Cette drogue est indiquée dans la constipation occasionnelle (5).

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

## POSOLOGIES :

L'utilisation de la figue comme laxatif se fait par la consommation du fruit frais ou lorsqu'elle est incorporée dans des spécialités en association à d'autres laxatifs. Les données sur les posologies sont donc rares.

## SPECIALITES:

FIGALAX

FRUITS & FIBRES

# FRAISIER

**DENOMINATION :**

Fragaria vesca ROSACEAE

**DROGUE :**

Le rhizome séché et la racine

**PRINCIPES ACTIFS :** (10)

Tanins condensés (8%)

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Les tanins sont astringents donc antidiarrhéiques et diurétiques (24).

**INDICATIONS :**

Le fraisier est indiqué dans les diarrhées légères non fiévreuses (49).

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°47 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des diarrhées légères »

**POSOLOGIES :**

Tisane : pour une infusion, verser 250ml d'eau bouillante sur 1g de drogue, laisser infuser 5 à 10 minutes avant de filtrer. (49)

Décoction de 10 g de drogue dans 250 ml d'eau pendant 5 minutes.

Boire une tasse plusieurs fois par jour. (25)

**SPECIALITES :** (4)

MEDIFLOR N°4

TISANE HAMON N°10

**REMARQUE :** le **FRAMBOISIER** (*Rubus idaeus* ROSACEAE, feuille) possède la même action antidiarrhéique que le fraisier.

# FRENE A MANNE

## DENOMINATION :

Fraxinus ornus OLEACEAE

## DROGUE :

La manne : suc épaissi à l'air, obtenu par incision du tronc (5)

## PRINCIPES ACTIFS : (10)

Sucres : D-mannitol

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

La manne est un laxatif doux à effet de lest (10).

## INDICATIONS :

La manne est indiquée dans les constipations. Elle est très utilisée en médecine pédiatrique, elle a un goût très agréable. (5)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

## POSOLOGIES :

La manne : dissoudre 5 à 30g de manne selon l'âge du patient, à chaud dans un peu de lait et filtrer. (48)

Spécialité (mannitol) : dès l'âge de 6 mois, absorber un demi sachet de 5g dilué dans un verre d'eau. (48)

## SPECIALITES : (4)

BABYLAX

BOLDOFLORINE

TISANE BORIBEL N°4 ET 7

TISANE DES FAMILLES

TISANE DE SANTE

# FUCUS

## DENOMINATION :

Fucus vesiculosus PHAEOPHYCEAE

## DROGUE :

Le thalle

## PRINCIPES ACTIFS : (49)

Mucilage : alginates et acides alginiques

Polyols : mannitol, sorbitol

Iode

Autres : polyphénol, brome...

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES : (40)

L'acidité gastrique libère l'acide alginique qui forme un gel visqueux et mousseux, réalisant ainsi une barrière flottante au dessus du contenu gastrique et une protection mécanique de la muqueuse gastrique. (10)

Les mucilages sont en outre des laxatifs de lest car ils augmentent l'hydratation et le volume des selles déclenchant ainsi un besoin de défécation. (5)

## INDICATIONS :

Cette drogue est donc indiquée dans les reflux gastro-oesophagien, dans les brûlures digestives comme pansement gastro-intestinal. Mais le fucus est surtout utilisé en cas de constipation. (5)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

## POSOLOGIES :

L'emploi du fucus doit se faire avec précaution car l'apport journalier en iode est limité à 120µg par jour. Donc, il ne faut pas en abuser surtout en cas d'hyperthyroïdie. (10)

Le fucus est déconseillé chez la femme enceinte et en cas d'allaitement car l'iode passe dans le lait maternel. (10)

## SPECIALITES : (4)

ARKOGELULE FUCUS

DRAGEES FUCA...

# FUMETERRE

## DENOMINATION :

Fumaria officinalis FUMARIACEAE

## DROGUE :

Les parties aériennes fleuries

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Alcaloïdes : fumarine ou protopine

Flavonoïdes

Sels de potassium

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

La protopine agit positivement sur la régulation de la sécrétion de la bile. Elle agit en synergie avec les flavonoïdes pour un effet amphocholérétique encore plus efficace. La fumeterre a une action relâchante sur le sphincter d'ODDI, une action antispasmodique sur les fibres lisses, ainsi qu'une action diurétique (grâce aux sels de potassium). (5)(24)(41)

## INDICATIONS : (49)

La fumeterre est indiquée dans les spasmes de la vésicule, des voies biliaires, et du tractus gastro-intestinal, ainsi que dans les digestions lentes ou difficiles.

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°45 : « traditionnellement utilisé pour faciliter les fonctions d'élimination urinaire et digestive »

Indication n°61 : « traditionnellement utilisé comme cholérétique ou cholagogue »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 250ml d'eau bouillante sur 2-3g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer. (49)

Boire une tasse de tisane chaude avant les repas. (49)

Gélule : 220 mg de poudre à 0,5% d'alcaloïdes. Absorber une gélule avant les trois repas. (2)

## SPECIALITES : (4)

ACTIBIL

ODDIBIL

TISANE BORIBEL N°7 et 10

TISANE DE SANTE

SCHOUM

# GERANIUM ROBERT

**DENOMINATION :**

Geranium robertianum GERANIACEAE

**DROGUE :**

La plante entière

**PRINCIPES ACTIFS :** (5)

Tanins (35%)

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Les tanins sont des astringents, cette drogue est donc antidiarrhéique. On lui prête, en outre, une action diurétique. (10)

**INDICATIONS :**

Le géranium robert est indiqué dans les diarrhées légères non fiévreuses. (10)

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°47 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des diarrhées légères »

**POSOLOGIES :**

Tisane : verser 250ml d'eau bouillante sur 5g de drogue, laisser infuser 15 minutes avant de filtrer. (25)

Boire une tasse à chaque repas. (25)

**SPECIALITES :** (4)

TISANE BORIBEL N°10

# GINGEMBRE

**DENOMINATION :**

Zingiber officinale ZINGIBERACEAE

**DROGUE :**

Le rhizome

**PRINCIPES ACTIFS :** (49)

Huile essentielle à dérivés terpéniques : cinéol, citral, bornéol...

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Le gingembre stimule les sécrétions salivaires et gastriques, et le péristaltisme intestinal (49). Il est donc considéré comme stomachique.

Le gingembre est aussi utilisé comme antinauséeux. (10)

**INDICATIONS :**

Cette drogue est indiquée, entre autre, dans les gastrites, les dyspepsies (49).

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Le gingembre est inscrit sur ce cahier en tant qu'antinauséeux indiqué dans la prévention du mal des transports, et non pour ses compétences au niveau des troubles digestifs. (49)

**POSOLOGIES :**

Dose journalière : 2 à 4g de drogue. (49)

Tisane : peu usuelle.

**SPECIALITES :** (2)

ARKOGELULE GINGEMBRE



# GOMME ADRAGANTE

**DENOMINATION :**

Astragalus gummifer FABACEAE

**DROGUE :**

La gomme : exsudation gommeuse, durcie à l'air, s'écoulant naturellement ou par incision du tronc et des branches

**PRINCIPES ACTIFS :** (5)

Polysaccharides : bassorine (60 à 70%)

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

La bassorine a la propriété de gonfler dans l'eau formant ainsi un produit émoullient et émulsionnant (41).

**INDICATIONS :**

La gomme adragante est indiquée dans la constipation (49).

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

# GOMME DE STERCULIA

## DENOMINATION :

Karaya

*Sterculia urens* STERCULIACEAE

## DROGUE :

La gomme : exsudat qui durcit par dessiccation, s'écoulant par incision du tronc en grosses larmes irrégulières (48)

## PRINCIPES ACTIFS : (10)

Polysaccharides : glucanorhamnogalacturonane

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

La gomme de *sterculia* est non assimilable, non fermentescible et douée de propriétés hydrophiles (48) : elle gonfle très rapidement en milieu digestif, multipliant son volume 60 à 100 fois, donnant ainsi un gel très visqueux. Cet hydrogel régularise le transit, en intervenant sur les mouvements du péristaltisme intestinal. (40)

## INDICATIONS :

Cette drogue est indiquée dans le traitement de la constipation, seule ou associée à divers principes actifs (aloes, bourdaine, sels de magnésium, charbon végétal...) (10).

Remarque : la gomme est également utilisée comme "coupe-faim" dans l'obésité, associée à un régime amaigrissant.

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

## POSOLOGIES :

Les gommes ne se prennent pas sous forme de tisanes.

## SPECIALITES : (17)

KAOLOGEAS

KARAYAL

NORMALAX

NORMACOL

POLY-KARAYA

# GUIMAUVE

## DENOMINATION :

Althaea officinalis MALVACEAE

## DROGUE : (5)

Les fleurs

Les feuilles

Les racines

## PRINCIPES ACTIFS : (10)

Mucilage (6 à 9%) de nature uronique, ayant une parenté structurale avec les pectines

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Le mucilage procure à la guimauve des propriétés émoullientes, légèrement laxatives. (5)(49)

## INDICATIONS :

Cette drogue est indiquée dans les inflammations légères des muqueuses du tractus gastro-intestinal, ainsi que dans les constipations légères (49).

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 150ml d'eau chaude sur 1 à 2g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse plusieurs fois par jour.

## SPECIALITES : (49)

TISANE BORIBEL N°4 ET 13

TISANE PROVENCALE N°1

TISANE SAINT URBAIN

# ISPAGHUL

## DENOMINATION :

Psyllium de l'inde  
Plantago ovata PLANTAGINACEAE

## DROGUE :

La graine et le tégument de la graine

## PRINCIPES ACTIFS : (49)

Fibres solubles : mucilages (20 à 30%)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Le mucilage, très hydrophile, non assimilable et doué d'un pouvoir de gonflement fort, forme avec l'eau qu'il absorbe, un gel volumineux. (40)  
Celui-ci, en accroissant le volume du contenu de l'intestin, stimule le péristaltisme et, ainsi, le besoin de défécation tout en hydratant les selles.  
En outre, par sa consistance (hydrogel), l'ispaghul tapisse la paroi intestinale, facilitant le passage en douceur du contenu intestinal et calmant, également les colites et les irritations du tube digestif en constituant un pansement gastro-intestinal. (49)

## INDICATIONS :

L'ispaghul est indiqué dans la constipation due à une paresse intestinale, jouant le rôle de laxatif de lest par une action mécanique. En outre, il constitue un pansement gastro-intestinal intéressant dans les inflammations, irritations du tractus digestif et dans les colites. (4)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

## POSOLOGIES : (49)

Dose : 5 à 30g de graines par jour.

Boire une quantité suffisante d'eau pour faire gonfler l'ispaghul, après la prise de 5g de drogue. Respecter un intervalle d'une demi-heure après la prise de tout autre médicament.

Gélule : 430mg de drogue à 20% de mucilage par gélule.

Absorber une gélule aux trois repas.

## SPECIALITES : (4)

GASTRO-TISANE  
MUCIVITAL  
PHYTOFIBRE

PSYLLIUM LANGLEBERT  
SPAGULAX  
TRANSILAX

# KINKELIBA

## DENOMINATION :

Combretum micranthum COMBRETACEAE

## DROGUE :

Les feuilles

## PRINCIPES ACTIFS : (49)

Polyphénols: ▶ Acides phénols (acide gallique)  
▶ flavonoïdes (vitexine, isovitexine)  
▶ dérivés du flavanne : catéchols  
▶ proanthocyanidols  
▶ tanins catéchiques

Acide glycolique, sels de potassium

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'acide glycolique et les sels de potassium procurent à la plante des propriétés diurétiques. Les autres principes actifs sont responsables de l'action cholagogue : ils provoquent l'excrétion biliaire. Ainsi, le kinkéliba est destiné à améliorer la symptomatologie des troubles digestifs. (25)(40)

## INDICATIONS :

Cette drogue est indiquée dans les insuffisances vésiculaires, les syndromes dyspeptiques et les fermentations intestinales. (25)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°45 : « traditionnellement utilisé pour faciliter les fonctions d'élimination urinaire et digestive »

Indication n°61 : « traditionnellement utilisé comme cholérétique ou cholagogue »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 250ml d'eau bouillante sur 5g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse avant les trois principaux repas.

## SPECIALITES : (4)

HEPAX

MEDIFLOR N°5

ROMARINEX-CHOLINE

# LAMIER BLANC

## DENOMINATION :

Ortie blanche  
Lamium album LAMIACEAE

## DROGUE :

Les fleurs

## PRINCIPES ACTIFS : (5)(49)

Iridoïdes  
Tanins  
Flavonoïdes  
Mucilages...

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'activité des différents principes actifs n'a pas été prouvée. (49)

## INDICATIONS :

Les préparations à base de lamier blanc sont indiquées dans les traitements complémentaires des problèmes gastro-intestinaux : irritations des muqueuses gastriques, flatulences, ballonnements et pour "fortifier les intestins".(49)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°45 : « traditionnellement utilisé pour faciliter les fonctions d'élimination urinaire et digestive »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 150ml d'eau chaude sur 3 à 4 cuillerées à café de drogue, laisser infuser 10 à 15 minutes avant de filtrer. (49)

## SPECIALITES :

ARKOGELULE LAMIER BLANC.

# LAMINAIRES

**DENOMINATION :** (5)

Laminaria digitata PHAEOPHYCEAE

Laminaria hyperborea PHAEOPHYCEAE

**DROGUE :**

Le thalle, le stipe

**PRINCIPES ACTIFS :**

Acide alginique (10)

Sorbitol (35)

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

L'acide alginique forme un gel visqueux qui, en augmentant le volume des selles, stimule le péristaltisme intestinal et le besoin de défécation. C'est donc un laxatif de lest. (10)

**INDICATIONS :**

Les laminaires, comme le fucus, sont indiquées dans la constipation (4).

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

**POSOLOGIES :** (46)

Décoction : laisser macérer quatre heures une partie de laminaires dans dix parties d'eau, faire bouillir puis filtrer.

Gélule : 0,5 à 5g par jour aux repas.

Doses journalières : ■ enfant de 1 à 3 ans : 0,50g par jour

■ enfant de 3 à 7 ans : 1 à 2g par jour

■ enfant de 7 à 11 ans : 2 à 3g par jour

■ adultes : 3 à 5g par jour.

**SPECIALITES :** (4)

DRAGEES FUCA

DRAGEES REX...

# LAURIER COMMUN

## DENOMINATION :

Laurus nobilis LAMIACEAE

## DROGUE :

Les feuilles

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Huile essentielle : cinéol (25 à 60%), linalol, eugéno!, terpinéol....

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'huile essentielle a les propriétés d'un stimulant aromatique : elle est donc stomachique et carminative. (5)

## INDICATIONS :

Le laurier commun est plus souvent utilisé comme condiment que comme plantes médicinales. Pourtant, ses activités justifient son indication dans les troubles dyspeptiques accompagnés de ballonnements, flatulences. (10)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

## POSOLOGIES :

Tisane : 3 à 4 feuilles dans une tasse d'eau bouillante, laisser infuser 10 minutes  
Boire deux ou trois tasses par jour, après les repas pour un effet digestif. (46)



# LEVURES

## DENOMINATION :

Saccharomyces cerevisiae, boulardii ASCOMYCETES  
Bacillus bifidus...

## DROGUE :

Les champignons microscopiques

## PRINCIPES ACTIFS : (4)(2)

Les protéines : acides aminés

Les vitamines du groupe B

Des minéraux (potassium, phosphore, fer...)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les levures permettent de reconstituer la flore intestinale : elles sont résistantes aux antibiotiques, apportant les enzymes, les acides aminés et les vitamines du groupe B, qui inhiberaient la croissance des *Candida albicans* et autres germes pathogènes impliqués dans les diarrhées. (17)

## INDICATIONS :

Ces champignons microscopiques permettent de restaurer la flore intestinale, ce qui est indiqué dans les diarrhées, la constipation, ainsi que lors d'antibiothérapies, pour éviter les effets secondaires. (2)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Les levures ne sont pas inscrites sur le cahier de l'agence : ce ne sont pas des plantes médicinales. Elles ont été mentionnées car elles proviennent du milieu naturel et possèdent une activité très intéressante et très appréciée.

## POSOLOGIES :

Gélule : une gélule avant les trois repas jusqu'à quatre par jour. (2)(17)

## SPECIALITES : (17)

ARKOGELULE LEVURE

ULTRA-LEVURE

CARBOLEVURE

VEGELACT...

# LIN

## **DENOMINATION :**

Linum usitatissimum LINACEAE

## **DROGUE :**

Les graines

## **PRINCIPES ACTIFS :** (5)

Mucilages (3 à 10%)

Huiles grasses (30 à 40%)

## **ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Les graines de lin sont des laxatifs à effet de lest en raison des mucilages et de leur teneur en fibres à l'état brut : la cellulose. Le péristaltisme de l'intestin est stimulé par l'augmentation du volume intestinal, ce qui accélère le transit. Le transport du contenu intestinal est facilité par les mucilages qui agissent comme un lubrifiant (aidé par les huiles grasses), et améliorent la consistance des selles. En outre, ils protègent la muqueuse intestinale en cas d'inflammation. (49)

## **INDICATIONS :**

Le lin est indiqué lors d'une constipation chronique, de troubles fonctionnels du côlon résultant d'un abus de laxatifs, côlon irritable, gastrites en tant que pansement gastro-intestinal. (49)

## **CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

## **POSOLOGIES :**

Tisane : laisser macérer 5g de drogue dans 250ml d'eau pendant une nuit puis filtrer : la filtration est obligatoire pour éviter les risques d'irritation digestive ou d'occlusion par les téguments de la graine.

Boire une tasse avant le repas du soir. (25)

En vrac : une cuillère à soupe trois fois par jour avec environ 150ml d'eau.

Sachet : absorber un à deux sachets par jour.

Précautions : ► avaler toujours les graines avec une quantité suffisante d'eau pour éviter une obstruction des voies digestives,

► avaler sans mâcher, chez les obèses, pour éviter la libération de l'huile. (49)

## **SPECIALITES :** (2)

ARKOGELULE LIN

# MAIS

**DENOMINATION :**

Zea maïs POACEAE

**DROGUE :**

Le style

**PRINCIPES ACTIFS :** (5)(49)

Amidon dont on obtient la dextrine et le sorbitol

Huile grasse

Sels de potassium, hétérosides flavoniques...

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :** (48)

Le maïs, outre son importance au niveau de l'alimentation, a une activité diurétique due aux sels de potassium et aux hétérosides flavoniques. Le sorbitol est cholagogue, permettant ainsi la contraction de la vésicule biliaire. Il accroît les mouvements de l'intestin et augmente les sécrétions du pancréas.

**INDICATIONS :**

Le maïs est indiqué dans le traitement des troubles dyspeptiques. (5)

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°45 : « traditionnellement utilisé pour favoriser les fonctions d'élimination urinaire et digestive »

**POSOLOGIES :**

Le maïs est essentiellement présent dans l'alimentation quotidienne. Peu de spécialités existent que ce soit en vrac ou en sachets-dose.

Gélule : deux gélules par jour. (21)

**SPECIALITES :** (4)

ELUSANE MAIS

TISANE BORIBEL N°10

# MARJOLAINE

**DENOMINATION :**

Origanum majorana LAMIACEAE

**DROGUE :**

Les feuilles  
Les sommités fleuries

**PRINCIPES ACTIFS :** (4)

Huile essentielle : terpinéol

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

L'huile essentielle de marjolaine a différentes propriétés : elle est spasmolytique et sédative. (5)

**INDICATIONS :**

La marjolaine trouve son indication dans les douleurs digestives associées notamment à une anxiété ou un stress. (5)

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestif tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

**POSOLOGIES :**

Tisane : verser 250 ml d'eau bouillante sur 5g de plante, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.  
Boire trois tasses par jour. (49)

# MATRICIAIRE

## DENOMINATION :

Chamomilla recutita ASTERACEAE

## DROGUE :

Les capitules

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Huile essentielle : chamazulène

Lactone sesquiterpénique : matricine

Alcool sesquiterpénique : bisabolol

Flavonoïdes

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Le bisabolol et les flavonoïdes procurent à la matricaire son activité musculotrope et spasmolytique. Le chamazulène est anti-inflammatoire. (5)

En outre, la médecine traditionnelle reconnaît à la plante une action stomachique et carminative. (49)

## INDICATIONS :

La matricaire est indiquée dans les spasmes et les maladies inflammatoires du tractus gastro-intestinal, dans les troubles gastriques et intestinaux (gastrites, coliques, dyspepsies). (49)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 150ml d'eau chaude sur une cuillère à soupe rase de fleurs de matricaire, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Sachets-dose.

Boire une tasse 3 à 4 fois par jour entre les repas en cas de troubles gastro-intestinaux. (49)

## SPECIALITES : (4)

VITAFLOR

# MAUVE

**DENOMINATION :**

Malva sylvestris MALVACEAE

**DROGUE :**

Les fleurs

**PRINCIPES ACTIFS :** (49)

Mucilage (10%)

Anthocyanosides (malvidol) : ils donnent la couleur à la fleur

Tanins

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Les mucilages procurent à la mauve une action laxative et émolliente, protégeant les muqueuses gastriques en cas d'irritations. (5)

**INDICATIONS :**

La mauve, comme la guimauve, est indiquée dans les inflammations légères du tractus digestif, et dans les constipations chroniques. Elle peut former un pansement mucoprotecteur lors de brûlures. (44)(49)

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

**POSOLOGIES :** (49)

Tisane : verser 150ml d'eau bouillante sur 2g de drogue, laisser infuser pendant 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse plusieurs fois par jour.

Remarque : pour les indications digestives la mauve, comme la guimauve, est rarement utilisée seule : on la rencontre le plus souvent dans des mélanges de plantes médicinales.

**SPECIALITES :** (4)

MEDIFLOR N°5

TISANE BORIBEL N°13

TISANE PROVENCALE N°1

TISANE SAINT URBAIN

# MELILOT

## DENOMINATION :

Melilotus officinalis FABACEAE

## DROGUE :

Les sommités fleuries

## PRINCIPES ACTIFS : (24)

Flavonoïdes : mélilotoside

Coumarines

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les flavonoïdes sont diurétiques et antispasmodiques, tout comme la coumarine. (5)

## INDICATIONS :

Le mélilot est indiqué dans les troubles digestifs à composante douloureuse. Ce n'est pas l'action principale de cette plante qui est surtout utilisée pour ses propriétés veinotoniques. (49)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

## POSOLOGIES :

Le mélilot est rarement utilisé seul dans ces indications puisque ce n'est pas sa fonction première. On le retrouve donc dans certains mélanges. (49)

## SPECIALITES : (4)

TISANE LE BIENFAITEUR

# MELISSE

## DENOMINATION :

Melissa officinalis LAMIACEAE

## DROGUE :

Les feuilles

## PRINCIPES ACTIFS : (4)

Huile essentielle : citral (géraniol et néral), citronellal...

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES : (5)

L'huile essentielle est antispasmodique, carminative et légèrement sédative.

## INDICATIONS :

La mélisse, par ses propriétés, soigne les troubles digestifs d'origine nerveuse, c'est à dire, provoqués par une anxiété, un stress. Elle est active sur les flatulences, les spasmes intestinaux et digestifs, les colites, les crampes d'estomac et les éructations. (2)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 150ml d'eau bouillante sur une à trois cuillerées à café, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Sachets-dose.

Boire une tasse plusieurs fois par jour. (49)

Gélule : 275mg de poudre par gélule.

Absorber une gélule aux trois repas. (2)

## SPECIALITES : (4)

ARKOGELULE MELISSE

HEPATOFLORINE

BOLDOFLORINE

COLOMINTHE

HERBESAN

TISANE BORIBEL N°13



# MENTHE POIVREE

## DENOMINATION :

Mentha piperata LAMIACEAE

## DROGUE :

Les feuilles

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Huile essentielle : menthol (40 à 60%), menthone...

Principes amers

Flavonoïdes

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'huile essentielle est un antispasmodique musculotrope, une substance cholagogue, cholérétique et carminative, utilisable dans les troubles biliaires chroniques (5). Les flavonoïdes ont la même activité, alors que les principes amers sont eupeptiques. En outre, le menthone est un antiseptique intestinal. (25)

## INDICATIONS :

La menthe poivrée est indiquée dans les gastrites, les colites, les digestions lentes, les ballonnements et l'aérophagie. (2)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

Indication n°45 : « traditionnellement utilisé pour faciliter les fonctions d'élimination urinaire et digestive »

Indication n°63 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des troubles fonctionnels digestifs attribués à une origine hépatique »

## POSOLOGIES :

Tisane : verser 250ml d'eau bouillante sur 5g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Sachets-dose.

Boire une tasse après les trois repas. (49)

Gélule : 290mg de poudre à 1,2% d'huile essentielle par gélule.  
Absorber une gélule avant les trois repas. (2)

Remarque : la menthe est contre-indiquée chez les enfants. A haute dose, le menthol est toxique et provoque un spasme du larynx pouvant conduire à une mort par asphyxie. (49)

**SPECIALITES : (4)**

BOLDOFLORINE

COLOMINTHE

ELIXIR BONJEAN

GASTROTISANE

HEPATOFLORINE

HERBESAN

MEDIFLOR N°3

TISANE BORIBEL N°10

TISANE DES FAMILLES

TISANE PROVENCALE N°1

TISANE DE SANTE...

# MYRTILLE

## DENOMINATION :

Airelle-myrtille

Vaccinum myrtillus ERICACEAE

## DROGUE :

Les feuilles

Les fruits

## PRINCIPES ACTIFS : (4)

Les feuilles : tanins catéchiques

Les baies : tanins galliques, pigments anthocyanes

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les tanins sont astringents donc antidiarrhéiques, et possèdent une action bénéfique sur les douleurs et les spasmes intestinaux liés aux colites.

Les anthocyanes, outre leur action véinotonique, sont antibactériennes au niveau intestinal, complétant l'action antidiarrhéique de la plante. (5)

## INDICATIONS :

Les baies de myrtille sont indiquées dans les diarrhées légères, et les troubles digestifs de types douleur et crampe. (2)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

### Les feuilles :

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

### Les baies :

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

Indication n°47 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des diarrhées légères »

## POSOLOGIES :

Tisane : faire bouillir une dizaine de minutes une à deux cuillerées à soupe de baies dans 150ml d'eau, filtrer le mélange encore chaud.

Boire une tasse d'infusion froide plusieurs fois par jour. (49)

Gélule : 380mg de poudre à 0,5% d'anthocyanes par gélule.

Absorber une gélule aux trois repas. (2)

Les baies fraîches sont utilisées seules ou mélangées au coing, à la pomme, sous forme de compote, dans le cas de diarrhées chez le jeune enfant.

Attention : les feuilles sont très peu utilisées car elles provoquent des intoxications chroniques à dose élevées ou lors d'un usage prolongé. (49)

**SPECIALITES** : (49)

ARKOGELULE MYRTILLE

DIATISAN.

# NERPRUN

**DENOMINATION :**

Rhamnus catharticus RHAMNACEAE

**DROGUE :**

La pulpe de fruit

**PRINCIPES ACTIFS :** (49)

Les hétérosides anthraquinoniques (4 à 7%) : glucofranguline A, émodyne

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Les hétérosides anthraquinoniques sont des laxatifs irritants, stimulants, agissant sur le gros intestin. Ils stimulent le péristaltisme intestinal et interviennent au niveau des échanges hydro-électrolytiques. (24)

**INDICATIONS :**

Le nerprun est indiqué dans la constipation et dans toutes les pathologies nécessitant un ramollissement des selles. (49)

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

**POSOLOGIES :** (49)

Tisane : verser 150ml d'eau bouillante sur 3g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Sachets-dose.

Boire une tasse le matin et/ou le soir au coucher.

Attention : les drupes peuvent être toxiques, provoquant la maladie des laxatifs lors d'un usage prolongé. A dose massive (20 drupes) elles provoquent des troubles chez l'enfant pouvant conduire à la mort.

# NOYER

**DENOMINATION :**

Juglans regia JUGLANDACEAE

**DROGUE :**

Les feuilles

**PRINCIPES ACTIFS :** (49)

Les tanins de type éllagique (10%)

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Les tanins sont astringents : les feuilles de noyer sont donc utilisées, par voie orale, comme antidiarrhéique (5).

**INDICATIONS :**

Cette drogue est indiquée dans les diarrhées légères non fiévreuses. (10)

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°47 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des diarrhées légères »

**POSOLOGIES :**

Tisane : verser 250ml d'eau bouillante sur 5g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

L'usage du noyer n'est pas très courant en vrac : on le retrouve essentiellement dans les mélanges présentés en sachets-dose. (49)

**SPECIALITES :** (4)

TISANE SAINT URBAIN

# OLIVIER

## DENOMINATION :

Olea europea OLEACEAE

## DROGUE :

Les feuilles  
L'huile de fruit

## PRINCIPES ACTIFS : (4)

Les feuilles contiennent des séco-iridoïdes : oleuropéoside  
L'huile des fruits est riche en glycérides d'acide oléique

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les feuilles ont des propriétés diurétiques, et l'oleuropéoside leur fournit une action spasmolytique peu utilisée.

L'huile est cholagogue, cholérétique (5) et laxative (12).

## INDICATIONS :

L'olivier est utilisé pour faciliter l'élimination de la bile et ainsi faciliter la digestion. En outre, son huile est indiquée dans la constipation, comme laxatif lubrifiant. (1)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

### Les feuilles :

Indication n°45 : « traditionnellement utilisé pour faciliter les fonctions d'élimination urinaire et digestive »

### L'huile des fruits :

Indication n°61 : « traditionnellement utilisé comme cholérétique ou cholagogue »

## POSOLOGIES : (46)

Infusion : 30 à 80g de feuilles par litre d'eau à infuser pendant 10 minutes.

Boire trois tasses par jour, avant les repas.

Extrait hydroglycérique total de feuilles fraîches : 30 à 40 gouttes par jour

Teinture : 60 gouttes par jour, avant les repas.

# ORIGAN

**DENOMINATION :**

Origanum vulgare LAMIACEAE

**DROGUE :**

Les sommités fleuries

**PRINCIPES ACTIFS :** (10)

Huile essentielle à thymol et carvacrol

Acides phénols (acide caféique, chlorogénique, rosmarinique)

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

L'origan est antispasmodique, antiseptique et eupeptique par son huile essentielle. (24)(5)

**INDICATIONS :**

Cette drogue est indiquée dans les troubles digestifs accompagnés de douleurs ou spasmes intestinaux. (5)

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

**POSOLOGIES :**

Tisane : verser 250ml d'eau bouillante sur 5g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Sachets-dose.

Boire une à deux tasses après chaque repas. (49)



# PAPAYER

## DENOMINATION :

Carica papaya PASSIFLOREAE

## DROGUE :

Le suc

## PRINCIPES ACTIFS :

Enzyme protéolytique : la papaïne (48)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

La papaïne, extraite du suc de papayer est une enzyme protéolytique de la pepsine, enzyme de l'estomac qui permet la digestion des protéines, des pectines et de certains sucres et lipides. Ainsi, le papayer permet de soigner les troubles digestifs dus à une mauvaise digestion des protéines et graisses. (48)(2)

## INDICATIONS : (48)

Cette drogue est indiquée dans les digestions difficiles, les dyspepsies dues à une insuffisance gastrique et se traduisant par des pesanteurs après le repas.

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

## POSOLOGIES :

Sirop : prendre une cuillère à soupe après les trois repas.

Gélule : 410mg de poudre, à 50 à 100UI par gramme de papaïne par gélule.

Absorber une gélule trois fois par jour, entre les repas. (2)

## SPECIALITES : (2)

ARKOGELULE PAPAYER

# PAULLINIA

**DENOMINATION :**

Paullinia cupana SAPINDACEAE

**DROGUE :** (10)

Les graines.

Extrait : guarana (pâte séchée, obtenue par écrasement des graines, soumise à une rapide dessiccation à chaud et humidifiée)

**PRINCIPES ACTIFS :** (10)

Bases puriques : caféine (minimum 3%)

Tanins

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Outre l'action tonique et stimulante de la caféine, les tanins apportent à la drogue un pouvoir astringent donc antidiarrhéique. (10)(4)

**INDICATIONS :**

Le paullinia est indiqué dans les diarrhées légères (49).

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°47 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des diarrhées légères »

**POSOLOGIES :**

Infusion : néant.

Poudre : 1 à 4 g. (49)

**SPECIALITES :** (2)(21)

ARKOGELULE GUARANA

ELUSANE GUARANA

# PENSEE SAUVAGE

## DENOMINATION :

Viola tricolor VIOLACEAE

## DROGUE :

Les parties aériennes fleuries

## PRINCIPES ACTIFS :

Saponosides (40)

Mucilage à acide galacturonique (40)

Acide salicylique (0,06 à 0,3%) (49)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les saponosides sont responsables de l'activité diurétique, dépurative. L'acide salicylique est anti-inflammatoire et les mucilages sont laxatifs. Dans la médecine traditionnelle, l'action antispasmodique de la plante est reconnue. (24)(41)

## INDICATIONS :

La pensée sauvage est indiquée dans la constipation, les troubles digestifs à composante douloureuse (colites spasmodiques...) grâce à son action dépurative et antispasmodique. (49)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

## POSOLOGIES :

Tisane : la pensée sauvage est peu utilisée en occident, et, le plus souvent, on la retrouve dans les mélanges de plantes.

Gélule : 0,220g de poudre par gélule. (49)

Absorber trois gélules matin et soir. (41)

## SPECIALITES : (49)

TISANE BORIBEL N°4, 6, 10 ET 13.

# PETITE CENTAUREE

## DENOMINATION :

Erythraea centaurium GENTIANACEAE

## DROGUE :

Les sommités fleuries

## PRINCIPES ACTIFS :

Les principes amers : séco-iridoïdes (swertiamarine, sweroside, erythrocentauroside...) (5)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

La petite centaurée est eupeptique, elle stimule la digestion en activant la sécrétion gastrique et la motilité de l'estomac. (5)

## INDICATIONS :

Cette plante est indiquée dans les troubles digestifs et hépatiques, les ballonnements et dans les dyspepsies. (44)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Le cahier de l'agence mentionne son action sur l'appétit comme stimulant aromatique, mais ne fait pas référence à ses activités sur les troubles digestifs.

## POSOLOGIES : (46)

Infusion : une poignée pour un litre.

Bouillir et infuser pendant 10 minutes.

Boire une tasse avant les trois repas.

Poudre : 2 à 4 comprimés de 0,25g par jour, aux repas.

## SPECIALITES : (4)

TISANE COPALTRA

TISANE BORIBEL N°6

# PISSENLIT

## DENOMINATION :

Taraxacum officinale ASTERACEAE

## DROGUE :

Les racines

Les feuilles

## PRINCIPES ACTIFS : (4)

Principes amers : lactucopicrine

Flavonoïdes

Inuline

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Le pissenlit est cholagogue, cholérétique, eupeptique, diurétique, qualités indispensables au traitement des troubles biliaires : il agit en augmentant l'écoulement de la bile et en stimulant les foies paresseux. (5)(2)

## INDICATIONS :

Cette plante est indiquée dans les troubles des sécrétions biliaires, gastriques et les troubles intestinaux tels que flatulences, ballonnements. (49)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°45 : « traditionnellement utilisé pour faciliter les fonctions d'élimination urinaire et digestive »

Indication n°61 : « traditionnellement utilisé comme cholérétique ou cholagogue »

## POSOLOGIES :

Tisane : mélanger 150ml d'eau avec une à deux cuillerées à café de pissenlit, porter à ébullition, laisser macérer environ 15 minutes et filtrer.

Boire une tasse matin et soir, en cures de 4 à 6 semaines. (49)

Gélule : 0,250g de poudre par gélule.

Absorber deux gélules trois fois par jour avant chaque repas. (41)

## SPECIALITES : (4)

ARKOGELULE PISSENLIT

GASTROTISANE

MEDIFLOR N°5

TISANE BORIBEL N°10

# POMMIER

**DENOMINATION :**

Pinus malus ROSACEAE

**DROGUE :**

Le fruit

**PRINCIPES ACTIFS :**

Pectines (5)

Fibres alimentaires (10)

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

En absorbant l'eau, la pectine constitue une préparation épaississante du contenu gastrique. Elle augmente le volume des selles provoquant des contractions propulsives de l'iléon.

La pomme joue un rôle de régulateur de transit : absorbée avec une grande quantité d'eau, la pectine gonfle, augmentant ainsi le volume des selles. Son action associée à celle des fibres alimentaires provoque le besoin de défécation. Par contre, absorbée lors d'une diarrhée, la pomme absorbe l'eau présente dans ces selles liquides formant ainsi une préparation épaississante. (10)

**INDICATIONS :**

La pomme est un régulateur de transit : elle est indiquée dans la constipation. Mais elle peut être utilisée en cas de diarrhée associée à d'autres fruits comme la myrtille ou le coing. (10)

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

**POSOLOGIES :**

Les pommes sont des fruits de consommation quotidienne. Outre leur présence dans certaines spécialités, on les consomme à l'état frais ou, de compote, mais non sous forme de tisane ou de gélules.

**SPECIALITES: (4)**

BABYLAX

BOLDOFLORINE

# POTENTILLE ANSERINE

**DENOMINATION :**

Potentilla anserina ROSACEAE

**DROGUE :**

La plante entière fleurie

**PRINCIPES ACTIFS :** (49)

Tanins catéchiques (6 à 10%)

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Les tanins sont astringents donc antidiarrhéiques par voie interne. (24)

**INDICATIONS :**

La potentille est indiquée dans la thérapeutique complémentaire des diarrhées aiguës, peu marquées et aspécifiques. (49)

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°47 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des diarrhées légères »

**POSOLOGIES :**

Tisane : Verser 150ml d'eau bouillante sur 2 à 4g de drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse plusieurs fois par jour, entre les repas. (49)

**SPECIALITES :** (4)

TISANE HAMON N°10

COLITISANE

# PRUNIER

**DENOMINATION :**

Prunus domestica ROSACEAE

**DROGUE :**

Le fruit frais : la prune

Le fruit sec : le pruneau

**PRINCIPES ACTIFS :** (4)

Pentosanes

Pigment à noyau indole, dérivé diphénylique de isatine

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Le prunier est laxatif par le pigment et les nombreux pentosanes. (4)

**INDICATIONS :**

Ce fruit est indiqué dans la constipation. (4)

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

**POSOLOGIES :**

Le prunier se consomme essentiellement comme fruit sec ou frais ou dans des spécialités, associés à d'autres plantes médicinales.

**SPECIALITES :** (4)

FIGALAX

SURLAX

TAMARINE



# PSYLLIUM

## DENOMINATION :

Psyllium afra PLANTAGINACEAE  
Psyllium indica PLANTAGINACEAE

## DROGUE :

Les graines

## PRINCIPES ACTIFS : (49)

Huile (5 à 10%)  
Mucilages (10 à 15%)  
Alcaloïdes : noscapine...

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les mucilages ont un pouvoir gonflant important en présence d'une grande quantité de liquide : ils provoquent donc une augmentation du bol fécal qui stimule le péristaltisme intestinal. Cet ensemble d'éléments engendre le besoin de défécation. (49)

En outre, ce gel visqueux formé par précipitation des mucilages dans un liquide, facilite le passage en douceur du contenu intestinal et forme un pansement mucoprotecteur utile dans les inflammations de la muqueuse digestive. (25)

En fin, la noscapine est antispasmodique. (49)

## INDICATIONS :

Les graines de psyllium ont un pouvoir laxatif mécanique, et sont indiquées dans la constipation. Leur capacité à former un pansement gastro-intestinal et leur pouvoir antispasmodique, les rend utiles dans le traitement adjuvant de la composante douloureuse des colites spasmodiques, dans les brûlures digestives. (10)(5)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des troubles fonctionnels digestifs »

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

**POSOLOGIES** : (10)

En vrac : absorber une à deux cuillerées à soupe de graine de psyllium avec une quantité suffisante d'eau pour provoquer le gonflement des graines (environ 150ml d'eau pour 5g de drogue).

En sachet : avaler un à trois sachets de 4g de psyllium par jour, avec de l'eau.

**SPECIALITES** : (49)

PARAPSYLLIUM

PSYLIA

TRANSILANE...

# RADIS NOIR

## DENOMINATION :

Raphanus sativus BRASSICACEAE

## DROGUE :

Les racines

## PRINCIPES ACTIFS : (10)(2)

Peu connus : glucosinolate, composés organiques soufrés (raphonine)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Le radis noir stimule la sécrétion biliaire et provoque la contraction modérée de la vésicule, favorisant ainsi l'élimination des déchets et des toxines en rétablissant un fonctionnement harmonieux du foie. Le radis noir est cholagogue. (40)(2)

## INDICATIONS :

La plante est un excellent draineur hépatique indiqué en cas de lenteur digestive, pesanteur post-prandiale, de ballonnement épigastrique, de colique hépatique et lors d'excès alimentaires au moment des fêtes. (40)(2)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°61 : « traditionnellement utilisé comme cholérétique ou cholagogue »

## POSOLOGIES :

Tisane : Verser 150ml d'eau bouillante sur 2g de drogue, laisser infuser 10 à 15 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse trois fois par jour, entre les repas. (49)

Gélule : 350mg de poudre à 0,1% de raphonine par gélule.

Absorber une gélule avant les trois repas. (2)

## SPECIALITES : (4)

RAPHANUS S. POTIER

ARKOGELULE RADIS NOIR

ELUSANE RADIS NOIR

# REGLISSE

## DENOMINATION :

Glycyrrhiza glabra FABACEAE

## DROGUE :

Les racines

## PRINCIPES ACTIFS : (49)

Saponoside : glycyrrhizine

Flavonoïdes : liquiritoside et isoliquiritoside

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

La glycyrrhizine est un anti-inflammatoire de type minéralo-corticoïde : elle inhibe la formation des prostaglandines E2, entraînant une rétention sodée, chlorurée, une augmentation de l'excrétion potassique et une diminution de la diurèse (ces phénomènes entraînent une hypertension lors d'une consommation excessive de réglisse). (10)

Les flavonoïdes sont antispasmodiques et ont une action gastrique en augmentant la sécrétion du mucus et sa viscosité.

La réglisse, en outre, renforce l'action laxative des drogues anthraquinoniques par une hydratation accrue du contenu intestinal, due à l'effet surfactant de la glycyrrhizine. (49)

Remarque : la racine ralentie l'élimination des corticostéroïdes, ce qui prolonge leur temps de demi-vie. (10)

## INDICATIONS :

La réglisse est indiquée dans le traitement symptomatique des épigastralgies, des gastrites ou de la constipation en association aux drogues à dérivés anthracéniques. (10)(44)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tel que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

## POSOLOGIES :

Tisane : ► Décoction : préparer une décoction de 15 minutes à partir de 10g de plantes et 250ml d'eau. (25)

► Infusion : verser 150ml d'eau bouillante sur une cuillerée à café de racine de réglisse, laisser infuser 15 minutes avant de filtrer.

► Sachets-dose. (49)

Boire une tasse après les trois repas. (25)

Précautions : (1)

- ▶ Ne pas utiliser en cas d'hypertension sauf avis médical
- ▶ Ne pas associer à un traitement par corticoïde
- ▶ Doses maximales
  - infusion : 8g de racine par 24 heures
  - extrait : 3mg/kg/24 heures en glycyrrhizine,
  - poudre : 5g/24 heures
- ▶ Tenir compte de l'ingestion simultanée de réglisse (dans les boissons et les confiseries)

**SPECIALITES** : (4)(26)

BOLDOFLORINE

CARBOPHOS

GASTROPAX

GASTRALUGELS

HEPATOFLORINE

MEDIFLOR N°4, 5 ET 7

POLYSILANE REGLISSE

TAMARINE

TISANE BORIBEL N°7

TISANE DES FAMILLES

TISANE DE SANTE

TISANE SAINT URBAIN...

# RENOUEE DES OISEAUX

**DENOMINATION :**

Polygonum aviculaire POLYGONACEAE

**DROGUE :**

La plante entière

**PRINCIPES ACTIFS :**

Les tanins (5)

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Les tanins sont astringents donc antidiarrhéiques par voie interne. (25)

**INDICATIONS :**

La plante est indiquée dans les diarrhées légères. (25)

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

La renouée des oiseaux n'est pas référencée dans le cahier de l'agence n°3.

**POSOLOGIES :**

Tisane : préparer une décoction à partir de 10g de drogue et 250ml d'eau, filtrer au bout de 10 minutes.

Boire une tasse quatre fois par jour, entre les repas. (49)

**SPECIALITES :** (4)

COLITISANE

INFUSEX O

# RHAPONTIC

**DENOMINATION :**

Rhubarbe des jardins

Rheum rhabarbarum POLYGYNACEAE

**DROGUE :**

Les rhizomes

**PRINCIPES ACTIFS :** (49)

Dérivés anthracéniques : ▶ chrysophanol, emodol  
▶ rhaponticoside

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Les dérivés anthracéniques sont laxatifs (24). Ils stimulent la sécrétion de mucus et augmentent le péristaltisme. Ces substances deviennent irritantes lors d'une utilisation prolongée (4).

**INDICATIONS :**

Le rhapontic, moins dosés en dérivés anthracéniques que la rhubarbe de chine, est indiqué dans la constipation aiguë (4).

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication L1 : « traitement de courte durée de la constipation occasionnelle »

**SPECIALITES :** (4)

TISANE D'ARS

# RHUBARBE

## DENOMINATION :

Rheum officinale POLYGONACEAE

## DROGUE :

Les rhizomes

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Dérivés anthracéniques : ▶ sennosides A et B  
▶ glucosides de chrysophanol, aloé-émolol  
▶ rhéine

Tanoïdes

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les dérivés anthracéniques font de la rhubarbe une plante laxative ou purgative à haute dose par leur influence sur la sécrétion de mucus, sur l'hydratation des selles et sur le péristaltisme intestinal.

Les tanins procurent des propriétés stomachiques et astringentes soit antidiarrhéiques à cette drogue : ils freinent l'action laxative.

En conclusion, la rhubarbe est stomachique à faible dose, et laxative, à dose plus élevée. (49)

## INDICATIONS :

La rhubarbe est indiquée dans la constipation occasionnelle et dans les digestions difficiles à faible dose. (25)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication L1 : « traitement de courte durée de la constipation occasionnelle »

## POSOLOGIES : (49)

Tisane : Verser 150ml d'eau bouillante sur la drogue, laisser infuser 10 à 15 minutes avant de filtrer.

Pour un effet laxatif

- utiliser 1 à 2g de plante.
- boire une tasse le matin et/ou le soir au coucher.

Pour un effet stomachique

- utiliser 0,1 à 0,2g de plante.
- boire une tasse trois fois par jour.

## SPECIALITES : (4)

TISANE SAINT URBAIN

VEGELAX...



# ROMARIN

## DENOMINATION :

Rosmarinus officinalis LAMIACEAE

## DROGUE :

Les sommités fleuries

## PRINCIPES ACTIFS : (10)

Huile essentielle : cinéol, camphre, bornéol, camphène

Composés phénoliques : ■ flavonoïdes

■ acides phénols : acides caféique, chlorogénique, rosmarinique

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les acides phénols comme l'acide rosmarinique sont cholérétiques, cholagogues (12) et anti-inflammatoire (5).

Les flavonoïdes procurent à la plante une activité spasmolytique musculotrope et diurétique (24).

L'huile essentielle est carminative et stomachique.

En conclusion, la drogue agit sur les fermentations intestinales et sur les douleurs abdominales qu'elles entraînent, en calmant les spasmes d'origine digestive par son action spasmolytique sur les intestins et l'estomac (2).

## INDICATIONS :

Le romarin est indiqué dans les dyspepsies, dans les troubles digestifs, les ballonnements, les flatulences, les spasmes légers du tractus gastro-intestinal et des voies biliaires. Il stimule l'appétit et les sécrétions gastriques (49).

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

Indication n°45 : « traditionnellement utilisé pour faciliter les fonctions d'élimination urinaire et digestive »

Indication n°61 : « traditionnellement utilisé comme cholérétique ou cholagogue »

## POSOLOGIES :

Tisane : Verser 150ml d'eau bouillante sur 2g de drogue, laisser infuser 10 à 15 minutes avant de filtrer.

Sachets-dose.

Boire une tasse trois fois par jour, avant les repas. (49)

Gélule : 290mg de poudre à 1,2% d'huile essentielle par gélule.

Absorber une gélule aux trois repas. (2)

Huile essentielle : 10 à 20 gouttes par jour dans un peu d'eau. (49)

Précautions : ■ l'huile essentielle est toxique à haute dose, elle est épileptisante.

■ la plante est contre-indiquée durant la grossesse. (49)

**SPECIALITES** : (4)

ARKOGELULE ROMARIN

BOLDOFLORINE

GASTRO-TISANE

MEDIFLOR N°3, 5 et 7

TISANE BORIBEL N°7

TISANE DU BIENFAITEUR

TISANE PROVENCEALE N°1

# RONCE

**DENOMINATION :**

Rubus fruticosus ROSACEAE

**DROGUE :**

Les feuilles

**PRINCIPES ACTIFS :**

Tanins (5)

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Les tanins sont astringents et antidiarrhéiques (49).

**INDICATIONS :** (49)

Les feuilles de ronce sont indiquées dans les diarrhées légères aspécifiques.

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°47 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des diarrhées légères »

**POSOLOGIES :**

Tisane : verser 150ml d'eau bouillante sur 2 cuillerées à café de feuilles de ronce, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer.

Boire trois à quatre tasses par jour, entre les repas. (49)

**SPECIALITES :** (4)

TISANE DU MONT SAINT ODILE

# ROSE TREMIERE

**DENOMINATION :**

Althaea rosea MALVACEAE

**DROGUE :**

Les fleurs

Les feuilles

**PRINCIPES ACTIFS :**

Mucilage uronique (5)

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Le mucilage, comme chez la guimauve ou la mauve, est émollient, formant un gel visqueux qui tapisse les muqueuses digestives. C'est un pansement mucoprotecteur. (10)

**INDICATIONS :**

La rose trémière est indiquée dans les troubles digestifs comme les brûlures digestives, inflammations gastro-intestinales. (10)

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°43 : « traditionnellement utilisé dans le traitement adjuvant de la  
composante douloureuse des troubles fonctionnels  
digestifs »

**POSOLOGIES :**

Très peu utilisée. (49)

# SALICAIRE

## DENOMINATION :

Lythrum salicaria LYTHRACEAE

## DROGUE :

Les sommités fleuries

## PRINCIPES ACTIFS : (10)

Tanins galliques (10%)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les tanins sont astringents donc antidiarrhéiques. (12)

En outre, la plante est un antiseptique intestinal, activité complémentaire et intéressante dans les diarrhées. (24)

## INDICATIONS :

La salicaire est très utilisée dans les diarrhées légères du nourrisson et des jeunes enfants, associée à un régime alimentaire convenable à base de caroube, carottes ou pommes râpées formant un pansement intestinal. (24)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°47 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des diarrhées légères »

## POSOLOGIES :

Tisane : Verser 150ml d'eau bouillante sur 5g de drogue, laisser infuser 10 à 15 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse trois fois par jour, entre les repas. (25)

## SPECIALITES : (4)

TISANE HAMON N°10

CARBONAPHTINE

# SARRIETTE DES MONTAGNES

## DENOMINATION :

Sturela montana LAMIACEAE

## DROGUE :

Les feuilles

Les sommités fleuries

## PRINCIPES ACTIFS :

Huile essentielle à carvacrol, thymol (5)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Cette plante est douée de propriétés eupeptiques ; elle stimule le fonctionnement stomacal et régularise les contractions intestinales (antispasmodique). Elle peut, à ce titre, améliorer les digestions difficiles. Enfin, la sarriette est un antiseptique intestinal, inhibant les fermentations et la production de gaz intestinaux ; c'est donc un carminatif. (25)

## INDICATIONS :

Cette drogue est indiquée dans les digestions difficiles, avec ballonnements, gaz intestinaux et douleurs intestinales. (44)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication L1 : « traitement de courte durée de la constipation occasionnelle »

## POSOLOGIES :

Tisane : Verser 250ml d'eau bouillante sur 5g de drogue, laisser infuser 10 à 15 minutes avant de filtrer.

Boire une à deux tasses après chaque repas. (25)

# SAUGE

## DENOMINATION :

Salvia officinalis LAMIACEAE

## DROGUE :

Les feuilles

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Huile essentielle : camphre, cinéol, bornéol, thuyone  
Flavonoïdes

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les flavonoïdes sont cholérétiques et sont doués d'une action relaxante et antispasmodique sur les muscles de l'estomac et de l'intestin.  
L'huile essentielle est également, légèrement antispasmodique. (2)(5)

## INDICATIONS :

La sauge est indiquée dans les troubles digestifs accompagnés de crampes gastro-intestinales légères, ballonnements, flatulences. (49)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

## POSOLOGIES :

Tisane : Verser 150ml d'eau bouillante sur une cuillère à café de drogue, laisser infuser 10 à 15 minutes avant de filtrer.

Sachets-dose.

Boire une tasse trois à quatre fois par jour. (49)

Gélule : 285mg de poudre à 0,4% d'huile essentielle par gélule.

Absorber une gélule aux trois repas. (2)

Attention : les thuyones et le camphre sont neurotoxiques et convulsivants.  
(49)

## SPECIALITES : (4)

TISANE BORIBEL N°6

TISANE HAMON N°6, 13 et 19

# SENE

## DENOMINATION :

Séné d'Alexandrie ou de KHARTOUM : Cassia Senna CAESALPINIACEAE  
Séné de Tinnevely ou de l'INDE : Cassia angustifolia CAESALPINIACEAE

## DROGUE :

Les feuilles et fruits

## PRINCIPES ACTIFS : (49)

Dérivés dihydroxyanthracéniques : sennosides A et B  
Mucilages

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Les dérivés dihydroxyanthracéniques sont des laxatifs stimulants ; ils atteignent le côlon grâce à leurs sucres qui assurent la fonction de transport de la molécule active d'où un temps de latence de 12 heures environ.

Leur activité n'a lieu qu'après contact avec la flore bactérienne colique qui hydrolyse et réduit les anthraquinones en anthrones, véritables formes actives. Les anthrones stimulent le péristaltisme intestinal, réduisent l'absorption des ions sodium, augmentent la sécrétion des ions potassium et le passage de l'eau dans la lumière intestinale. Le volume des selles ainsi augmenté, provoque la défécation. (49)

## INDICATIONS :

Le séné est indiqué dans la constipation aiguë, dans les cas où un ramollissement des selles en vue d'une évacuation intestinale légère est indiqué, et aussi en cas d'hémorroïdes, de fissures anales, à la suite d'intervention chirurgicale ano-rectale, avant ou après une opération abdominale, avant un examen radiographique. (49)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication L1 : « traitement de courte durée de la constipation occasionnelle »

## POSOLOGIES :

Tisane : Verser 150ml d'eau chaude sur une demi à une cuillère à café de drogue, laisser infuser 10 à 15 minutes avant de filtrer.

Boire une tasse le matin et/ou le soir au coucher.

Dose journalière maximale : 25mg de dérivés anthracéniques. (49)

Gélule : 290mg de poudre à 2,5% d'hétérosides hydroxyanthracéniques par gélule.

Absorber une gélule aux trois repas. (2)



**PRECAUTIONS** : (49)

Contre-indications : ■ enfant de moins de 12 ans,  
■ grossesse et allaitement,  
■ occlusion intestinale.

Effets secondaires : ■ les urines peuvent se colorer en rouge,  
■ la maladie des laxatifs peut survenir lors d'un usage prolongé ou à dose excessive.

**SPECIALITES** : (49)

BABYLAX  
BOLDOFLORINE  
HEPATOFLORINE  
HERBESAN  
IDEOLAXYL  
MEDIFLOR N°7  
MUCINUM  
PURSENNIDE  
SENEKOT  
TAMARINE  
TISANE BORIBEL N°4 ET 13  
TISANE DU BIENFAITEUR  
TISANE DES FAMILLES  
TISANE PROVENCALE N°1  
TISANE DE SANTE  
TISANE SAINT URBAIN  
VEGELAX...

# SERPOLET

## DENOMINATION :

Thym sauvage  
Thymus serpyllum LAMIACEAE

## DROGUE :

Les feuilles  
Les sommités fleuries

## PRINCIPES ACTIFS : (49)

Huile essentielle (0,2 à 0,6%) : carvacrol (20 à 40 %), thymol, linalol...  
Flavonoïdes

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Le serpolet est doué des mêmes propriétés que le thym, mais il est légèrement moins actif. (49)

Cette plante est surtout stomachique, antispasmodique, et antiseptique intestinal utile dans les spasmes digestifs et les fermentations intestinales. On peut donc en déduire que cette drogue est également carminative. (25)

## INDICATIONS :

Le serpolet est indiqué dans les troubles digestifs accompagnés de spasmes intestinaux légers, de ballonnements, flatulences. (49)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

## POSOLOGIES :

Tisane : Verser 150ml d'eau bouillante sur 1,5 à 2g de drogue, laisser infuser 10 à 15 minutes avant de filtrer.

Pour un effet stomachique : boire une tasse plusieurs fois par jour avant ou pendant les repas. (49)

# TAMARIN

## DENOMINATION :

Tamarindus indica CAESALPINIACEAE

## DROGUE :

La pulpe de fruit

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Pectines

Sucres simples

Acide tartrique

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES : (49)(10)

Le tamarin est un laxatif ayant un effet de lest par ses différents principes actifs (pectines, acide tartrique). Les pectines, en absorbant l'eau, constituent une préparation épaississante du contenu gastrique, un régulateur de transit. Assez rapidement fermentées, elles favorisent la croissance bactérienne augmentant le volume fécal et provoquant ainsi, le besoin de défécation.

## INDICATIONS :

Le tamarin est indiqué dans la constipation comme laxatif. (4)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication L2 : « traitement symptomatique de la constipation »

## POSOLOGIES :

Infusion : 20g pour un litre.

Boire une tasse le matin et/ou le soir au coucher.

Extrait : 3 à 15g dans un demi-verre d'eau sucrée. (49)

## SPECIALITES : (4)

FRUITS & FIBRES

TAMARINE

BABYLAX...

# TEMOE-LAWACQ

## DENOMINATION :

Curcuma xanthorrhiza ZINGIBERACEAE

## DROGUE :

Les rhizomes

## PRINCIPES ACTIFS : (10)

Huile essentielle riche en sesquiterpènes (ar-curcumène...)

Pigments jaunes : curcuminoïdes (curcumine...)

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'huile essentielle est cholérétique tandis que la curcumine est cholagogue.

La plante est douée, en outre, d'une activité stomachique et carminative. (49)

## INDICATIONS :

Le temoe-lawacq est indiqué dans les dyspepsies, les digestions difficiles. (49)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°61 : « traditionnellement utilisé comme cholérétique ou cholagogue »

Indication n°63 : « traditionnellement utilisé dans le traitement des troubles fonctionnels digestifs attribués à une origine hépatique »

## POSOLOGIES :

Tisane : préparer une décoction à partir de 250ml d'eau et 10g de plante, porter à ébullition et la maintenir pendant 5 minutes.

Pour un effet cholérétique : boire une tasse plusieurs fois par jour.

Pour un effet stomachique : boire une tasse avant ou pendant les repas. (49)

## SPECIALITES : (4)

CHOLEODORON

SOLUTION HEPATOUM

# THEIER

## DENOMINATION :

Camellia sinensis THEACEAE

## DROGUE :

Les feuilles

## PRINCIPES ACTIFS : (49)

Tanins catéchiques

Caféine, théobromine...

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

Le théier est généralement utilisé pour sa caféine et théobromine qui sont des stimulants. Mais la présence de tanins astringents justifie son emploi comme antidiarrhéique. (49)

## INDICATIONS :

Les feuilles de théier sont indiquées dans les diarrhées légères. (25)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°47 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des diarrhées légères »

## POSOLOGIES :

Tisane : Verser de l'eau bouillante sur la drogue, laisser infuser 10 minutes avant de filtrer. Les tanins se dissolvent et les liaisons caféine-tanins qui se forment diminuent l'effet stimulant (pour une tisane stimulante, laisser infuser seulement deux minutes).

Boire une tasse deux fois par jour. (25)

# THYM

## DENOMINATION :

Thymus vulgaris LAMIACEAE

## DROGUE :

Les feuilles  
Les sommités fleuries

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Huile essentielle : thymol, carvacrol, thymol  
Flavonoïdes

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'huile essentielle à phénols est eupeptique, cholérétique, antiseptique ; elle est également antispasmodique car elle s'oppose aux contractions de la musculature lisse en inhibant la disponibilité du calcium. (40)  
Les flavonoïdes renforcent l'activité spasmolytique. (5)

## INDICATIONS :

Le thym est indiqué dans les digestions pénibles, les spasmes digestifs et dans les infections intestinales par son action antiseptique. (25)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

## POSOLOGIES :

Tisane : Verser 250ml d'eau bouillante sur 5g de drogue, laisser infuser 10 à 15 minutes avant de filtrer.

Boire une à deux tasses après chaque repas. (25)

Gélule : 0,250g de poudre par gélule.

Absorber deux gélules trois fois par jour après les repas. (41)

Attention : le thymol et le carvacrol sont légèrement toxique : à forte dose, l'essence provoque des troubles gastro-intestinaux et respiratoires. (24)

## SPECIALITES : (4)

GASTOPAX  
MAGNESIE COMPOSEE  
SANTANE D5  
TISANE PROVENCALE N°5

# TILLEUL

## DENOMINATION :

Tilia cordata ou sylvestris TILIACEAE  
Tilia platyphyllos ou grandifolia TILIACEAE

## DROGUE :

L'aubier : écorce partiellement privée de son suber

## PRINCIPES ACTIFS : (10)(5)

Phloroglucinol  
Flavonoïdes

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'aubier du tilleul est antispasmodique musculotrope grâce au phloroglucinol et antispasmodique hépato-biliaire grâce aux flavonoïdes en levant les spasmes du sphincter d'ODDI. (2)

En outre, cette plante est cholagogue, cholérétique : elle stimule le fonctionnement de la vésicule biliaire et favorise l'élimination de la bile pour une meilleure digestion. (40)

## INDICATIONS :

Cette drogue est indiquée dans les dyspepsies spasmodiques et biliaires, dans les digestions lentes avec flatulence. (2)(41)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°45 : « traditionnellement utilisé pour faciliter les fonctions d'élimination urinaire et digestive »

Indication n°61 : « traditionnellement utilisé comme cholérétique ou cholagogue »

## POSOLOGIES :

Tisane : préparer une décoction à partir de 250ml d'eau et 10g de plante, pendant 5 minutes.

Boire une tasse avant chaque repas. (25)

Gélule : 180mg de poudre à 1,5% de polyphénols par gélule.

Absorber une gélule avant les trois repas. (41)

## SPECIALITES : (49)

ARKOGELULE TILLEUL  
TISANE DES FAMILLES  
VIBTIL

HEPATO-TISANE  
TISANE SAINT URBAIN

# TORMENTILLE

**DENOMINATION :**

Potentille officinale  
Potentilla tormentilla ROSACEAE

**DROGUE :**

Les rhizomes

**PRINCIPES ACTIFS :** (49)

Tanins condensés (20%) et ellagiques (agrimoniine)

**ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :**

Les tanins sont astringents donc antidiarrhéiques par voie interne. (24)

**INDICATIONS :**

La tormentille est indiquée dans les diarrhées estivales et les gastro-entérites pour ses propriétés antidiarrhéiques. (25)

**CAHIER DE L'AGENCE N°3 :**

Indication n°47 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des diarrhées légères »

**POSOLOGIES :**

Tisane : porter à ébullition le mélange de 2 à 3g de plantes et d'eau froide puis filtrer.

Verser 150ml d'eau bouillante sur 2g de drogue, laisser infuser 10 à 15 minutes avant de filtrer.

Sachets-dose.

Boire une tasse trois fois par jour, entre les repas. (49)



# VERVEINE ODORANTE

## DENOMINATION :

Lippia citriodora VERBENACEAE

## DROGUE :

Les feuilles

## PRINCIPES ACTIFS : (5)

Huile essentielle à aldéhydes terpéniques : citral...

Nombreux flavonoïdes

## ACTIVITES PHARMACOLOGIQUES :

L'activité eupeptique de cette plante justifie une demande importante en officine.

La médecine traditionnelle lui attribue, en outre, des propriétés antispasmodiques et sédatives. (24)

## INDICATIONS :

La verveine odorante est indiquée dans les troubles digestifs accompagnés de spasmes provoqués, entre autre, par un facteur émotif : anxiété, stress. (25)

## CAHIER DE L'AGENCE N°3 :

Indication n°41 : « traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique de troubles digestifs tels que : ballonnement épigastrique, lenteur à la digestion, éructations, flatulence »

## POSOLOGIES :

Tisane : Verser 250ml d'eau bouillante sur 5g de drogue, laisser infuser 10 à 15 minutes avant de filtrer. (49)

## SPECIALITES : (49)

TISANE DES FAMILLES

TISANE PROVENCALE N°5

TISANE SAINT URBAIN

# CONCLUSION

Les pathologies étudiées dans cet ouvrage sont celles qui ne présentent aucune origine organique. Les patients hésitent souvent à consulter un médecin pour des maux qui sont bénins mais qui altèrent la vie quotidienne. Le pharmacien est donc le premier professionnel de santé vers lequel ils se tournent pour demander conseil. Les plantes, présentant un large éventail de propriétés médicinales, ne peuvent que séduire des patients à la recherche de produits naturels, fuyant les médicaments chimiques et leurs effets secondaires lorsqu'il s'agit de traiter des pathologies bénignes. Il appartient donc au pharmacien de les mettre en évidence dans ses vitrines et présentoirs.

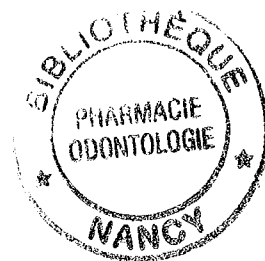
En outre, il doit se battre face à la concurrence car le monopôle, défini par une législation stricte, n'est que partiel. En effet, s'il ne prend pas garde, le marché de la phytothérapie risque de lui échapper au profit d'autres réseaux distributeurs comme les magasins diététiques, le commerce par Internet...

Pourtant, le pharmacien possède un avantage : sa formation médicale. Il doit la perfectionner quotidiennement pour répondre aux attentes de patients de plus en plus documentés et de plus en plus exigeants.

Cette thèse lui permettra de mettre à jour ses acquis car elle constitue un résumé des principaux éléments à connaître par le pharmacien pour bien conseiller un patient : elle rappelle les symptômes des pathologies digestives et le traitement phytothérapique approprié sans oublier de mentionner les règles hygiéno-diététiques essentielles pour un prompt rétablissement.

Il serait intéressant de réaliser le même effort de synthèse pour mettre en évidence l'énorme potentiel que constituent les plantes médicinales dans le traitement d'autres troubles, touchant la plupart d'entre nous, comme les troubles du sommeil, l'insuffisance veineuse...

## BIBLIOGRAPHIE



1. AGENCE DU MEDICAMENT  
Les cahiers de l'agence du médicament n°3 : Médicaments à base de plantes.  
Agence du médicament, 1998, 81p.
2. ARKOGELULES  
L'ABC des plantes : guide pratique de la phytothérapie.  
Nice : Romart, 1999 : 80p.
3. BELON J-P.  
Conseils à l'officine.  
Paris : Masson, 1997, 277p.
4. BEZANGER-BEAUQUESNE  
Les plantes dans la thérapeutique moderne.  
Paris : Maloine, 1975, 529p.
5. BEZANGER-BEAUQUESNE.  
Plantes médicinales des régions tempérées.-2<sup>e</sup> ed.  
Paris : Maloine, 1990, 395p.
6. BIGARD M-A.  
Guide pratique des maladies du tube digestif.  
Paris : Masson, 2001, 331p.
7. BONNEVAL P.  
Manuel pratique de l'herboriste.  
Sistéron : Ed. Présence, 1990, 418p.
8. BONTEMPS F.  
Pathologies digestives.  
Le moniteur des pharmacies et des laboratoires.  
Cahier pratique, 1999, 22, 2332, 20p.

9. BRETONNIERE G.  
Le tractus digestif, sa pathologie, ses thérapeutiques et le conseil en officine.-  
456p.  
Th D: Pharm : Nancy 1 : 1990; 64.
  
10. BRUNETON J.  
Pharmacognosie : phytochimie, plantes médicinales.-3<sup>e</sup> ed.  
Paris : Tec&Doc, 1999, 1120p.
  
11. BUXERAUD J.  
Gastro-entérologie in Les thématiques officinales.  
Les actualités pharmaceutiques, 2000, 392bis, 17-20.
  
12. CD-ROM.  
Plantes médicinales : apprendre à se soigner par les plantes.
  
13. ORDRE NATIONAL DES PHARMACIENS  
Code de la santé publique.  
Ordre national des pharmaciens, 1999, 564p.
  
14. DELAVEAU P.  
Les aloes.  
Les actualités pharmaceutiques, 1999, 379, 50-51.
  
15. DELAVEAU P.  
Les plantes à flavonoïdes.  
Les actualités pharmaceutiques, 2000, 389, 66-67.
  
16. DELAVEAU P.  
Les plantes médicinales : bons et mauvais usages.  
Les actualités pharmaceutiques, 2000, 392, 66-67.
  
17. DOROSZ P.  
Guide pratique des médicaments.  
Paris : Maloine, 1999, 1759p.
  
18. DURAFFOURD C., HERVICOURT L., LAPRAZ J-C.  
Cahiers de phytothérapie clinique : affections rhumatismales, affections  
digestives.-2<sup>e</sup> ed.  
Paris : Masson, 1990, 3, 87p.

19. DURAFFOURD C., LAPRAZ J-C., CHEMLI R.  
La plante médicinale de la tradition à la science.  
Paris : Jacques Grancher, 1997, 538p.
  
20. ELUGUIDE.  
Guide conseil de phytothérapie.  
2000, 48p.
  
21. ELUGUIDE.  
L'essentiel de la santé par les plantes.  
2000, 76p.
  
22. FAURON R., ROUX D.  
La phytothérapie en officine: de la vitrine au conseil.  
Paris : Ed. du Porphyre, 1989, 314p.
  
23. FLAVIGNY L.  
Grand atlas du corps humain : description, fonctions, pathologies.  
Paris : Larousse-Bordas, 1997, 240p.
  
24. GIRRE L.  
Connaître et reconnaître les plantes médicinales.  
Rennes : Ouest-France, 1980, 333p.
  
25. GIRRE L.  
La santé par les plantes.  
Rennes : Ouest-France, 1992, 221p.
  
26. GIRRE L.  
Nouveau guide des vieux remèdes naturels.  
Rennes : Ouest-France, 1985, 314p.
  
27. JOANNY F.  
Des tisanes et des maux : petit guide pour l'utilisation.  
véritable et sans risque des plantes médicinales.  
1986, 29p.
  
28. KORCHIA M.  
Diététique des troubles digestifs du nourrisson.  
Le moniteur des pharmacies et des laboratoires,  
Cahier pratique, 1999, 14, 2316, 16p.

29. LE SIDANER A.  
Pathologies gastro-intestinales.  
Les actualités pharmaceutiques, 1999, 380, 41-43.
30. LE SIDANER A.  
Pathologies gastro-intestinales.  
Les actualités pharmaceutiques, 2000, 382, 39-41.
31. LOUIS J-M.  
La phytothérapie encore méconnue.  
7Hebdo magazine in Le républicain lorrain, 2001, 6.
32. MARTIN-ROBERT S.  
Diarrhées, constipation, hémorroïdes.  
Le moniteur des pharmacies et des laboratoires,  
Cahier pratique, 2000, 43, 2376, 16p.
33. MOATTI R.  
Utiliser les plantes médicinales à bon escient.  
Paris : Albin Michel, 1989, 264p.
34. NOEL A.  
Les spécialités de phytothérapie : des médicaments, tout naturellement.  
Le quotidien du pharmacien, 2000, 21-22.
35. PARIS M., HURABIELLE M.  
Abrégé de matière médicale pharmacognosie : généralités-monographies.  
Paris : Masson, 1981, 1, 327p.
36. PARIS R.R., MOYSE H.  
Matière médicale.-2<sup>e</sup> ed.  
Paris : Masson, 1976, 1, 420p.
37. POUZAUD F.  
Organiser un espace phyto.  
Le moniteur des pharmacies et des laboratoires, 1998, 2256, 14-21.
38. QUINTON A.  
Maladies de l'appareil digestif.  
Bordeaux : Imprimerie de l'Université de Bordeaux II, 1988, 151p.

39. ROGER J-L.  
250 tisanes pour la santé.  
Paris : France-Empire, 1986, 214p.
40. ROMBI M.  
Cent plantes médicinales: composition, mode d'action et intérêt thérapeutique.  
Nice : Romart, 1991, 298p.
41. ROMBI M.  
Manuel pratique de la nouvelle phytothérapie : les plantes en gélules.  
Paris : Maloine, 89p.
42. ROUX D.  
Phytothérapie : pathologies digestives.  
Le moniteur des pharmacies et des laboratoires, 1997, 2195-6, 47-58.
43. SAIGET J.  
La commercialisation des plantes médicinales en France.-56p.  
Th D : Pharm : Rennes : 1983; 11.
44. SALLE J-L.  
Le totum en phytothérapie : approche de phyto-biothérapie.  
Paris : Frison-Roche, 1991, 239p.
45. SCHERWOOD L.  
Physiologie humaine.-2<sup>e</sup> ed.  
Bruxelles : De Boeck, 2000, 674p.
46. VALNET J.  
Phytothérapie, traitement des maladies par les plantes.-5<sup>e</sup> ed.  
Paris : Masson, 1983, 942p.
47. VANDER A-J., SHERMAN J-H., LUCIANO D-S, BRIERE R.  
Physiologie humaine.-3<sup>e</sup> ed.  
Montréal : Chenelière/Mc Graw-hill, 1995, 814p.
48. VERDRAGER J.  
Ces médicaments qui nous viennent des plantes.  
Paris : Maloine, 1978, 233p.



49. WICHTL M., ANTON R.

Plantes thérapeutiques : traditions, pratiques officinales, science et thérapeutique.

Paris : Tec&Doc, 1999, 636p.

## DEMANDE D'IMPRIMATUR



**DIPLOME D'ETAT DE DOCTEUR  
EN PHARMACIE**

Présenté par **Séverine MARTIN**

Sujet :

**La phytothérapie et les troubles digestifs**

Jury :

Président : M François MORTIER, Professeur

Juges : Mme Isabelle LEVEQUE, Pharmacien  
M. Jean marc BOULANGE, Pharmacien

Vu,

Nancy, le 12/07/2001

Le Président de thèse,

M. François MORTIER  
Professeur

Vu et approuvé,

Nancy, le 24 août 2001

Le doyen de la faculté de Pharmacie  
de l'Université Henri Poincaré – Nancy I,

Chantal FINANCE

Vu,

Nancy, le 27 août 2001  
n° 1108

Le président de l'Université Henri Poincaré – Nancy I



N° d'identification : PH Many 01 n°55

## LA PHYTOTHERAPIE ET LES TROUBLES DIGESTIFS

Thèse soutenue le 21 septembre 2001

Par MARTIN Séverine

### RESUME :

Dans une première partie, l'auteur décrit la phytothérapie : il traite de son retour à la mode, de la législation qui définit le monopôle du pharmacien ainsi que des différentes formes galéniques sous lesquelles on peut retrouver les plantes médicinales.

La seconde partie détaille le tractus digestif et ses pathologies, en omettant toutes les maladies graves nécessitant un traitement médical chimique. Pour chacune d'entre elles, les règles hygiénodététiques et le traitement phytothérapique approprié sont détaillés pour faciliter le conseil du pharmacien placé devant un cas similaire.

La suite de cet ouvrage est consacrée aux plantes médicinales et à leurs différents classements. Dans un premier temps, les drogues sont triées en fonction de leurs propriétés médicinales, puis en fonction de leurs principes actifs quand ils sont connus. Enfin, l'auteur propose les monographies de chaque plante traitant les troubles digestifs, constituant ainsi un simple classement par ordre alphabétique.

### MOTS CLES :

Phytothérapie – Troubles digestifs

Directeur de thèse	Intitulé du laboratoire	Nature
François MORTIER Professeur	Pharmacognosie	Expérimentale <input type="checkbox"/> Bibliographique <input checked="" type="checkbox"/> Thème <input type="checkbox"/>

### Thèmes

1 – Sciences fondamentales  
3 – Médicament  
5 – Biologie

2 – Hygiène/Environnement  
4 – Alimentation – Nutrition  
6 – Pratique professionnelle