

République Algérienne Démocratique et Populaire
Ministère de L'enseignement Supérieur
Et de la Recherche Scientifique
Université de JIJEL
Institut des Sciences de la Nature

MEMOIRE
De fin d'études en vue de l'obtention du diplôme d'études
supérieures en biologie

Option : Biochimie

THÈME

**Etude ethnopharmacologique
des plantes médicinales
dans la région de JIJEL**

Membres de jury :

Président : Mlle LAGGOUNE Souheila
Examineur : Mr LAHOUEL Mesbah
Encadreur : Mr SEBTI Mohammed

Présenté par :

-TOURECHE Djaouida.
-BOUCHINA Mounia.
-BOUREKOUA Nassima

PROMOTION 2005

****REMERCIEMENT****

Nous remercions dieu qui nous a donné du courage et de la volonté d'avoir réussi dans nos études.

Notre gratitude est exprimée vivement à l'encontre de notre promoteur Mr SEBTI Mohammed, pour ses conseils et encouragements.

Aussi nous tenons à remercier Mr KRIBECHE Ramdane phytothérapeute et chercheur en plante médicinales, qui nous a réellement aidé par ses conseils, sa gentillesse et ses documents.

Nous remercions vivement le président et les membres du jury pour l'honneur qu'ils nous font en acceptant de juger notre travail.

Ce modeste document n'aurait pu aboutir sans la participation des personnes questionnées, des collègues, des amies.

Notre sincère gratitude pour tous ce qui nous aidés de près ou de loin durant la réalisation de ce mémoire.

Nassima.

Mounia.

Djaouida.

SOMMAIRE

Introduction

SYNTHÈSE BIBLIOGRAPHIQUE

Chapitre I: Généralités sur l'utilisation des plantes médicinales

1. Récolte.....	02
2. Préparation.....	03
3. Séchage.....	03
4. Conservation et stockage.....	04
5. Parties utilisées.....	05

Chapitre II : Préparation des plantes médicinales

I Usage interne	06
I.1 Infusion.....	06
I.2 Décoction.....	07
I.3 Macération.....	07
I.4 Sirop.....	07
I.5 Poudre.....	08
I.6 Teinture.....	08
II Usage externe	08
II.1 Cataplasme.....	08
II.2 Emplâtre.....	09
II.3 Pansement.....	09
II.4 Compresse.....	09
II.5 Bains.....	09
II.6 Gargarisme et bain de bouche.....	10
II.7 Lotion.....	10
II.8 Inhalation.....	10
II.9 Distillation.....	11

Chapitre III : Les substances actives des plantes médicinales

1. Alcaloïdes.....	12
2. Tanins.....	12
3. Huiles essentielles.....	12
4. Substances amères.....	12

30.	Ortie.....	37
31.	Oseille.....	38
32.	Persil.....	38
33.	Romarin.....	39
34.	Rue.....	40
35.	Thym.....	41
36.	Tussilage.....	42

ENQUETE ETHNOBOTANIQUE ET METHODOLOGIE DE L'ETUDE

Chapitre I : Matériel et méthodes

I- Enquête ethnobotanique.....	44
I.1-Méthode d'exploration.....	44
II - Préparation des plantes : cas de myrte	44
II.1-Matériel.....	44
II.2-Méthodes.....	44

Chapitre II : Résultats et interprétation

I- Résultats.....	47
I.1-Résultats d'exploration.....	47
I.2-Résultats des préparations (tisane).....	64
II- Interprétation des résultats.....	65

Chapitre III : Discussion des résultats.....69

Conclusion..... 73

Bibliographie

Annexe

Introduction

INTRODUCTION

L'homme et les plantes vivent côte à côte depuis des dizaines de milliers d'années (01). L'observation de la façon dont se soignent les animaux fournit des indications précises sur la façon dont se soignaient les hommes primitifs. Dès son apparition, il y a 3 millions d'année seulement, l'homo sapiens a utilisé les plantes à d'autres fins que la nourriture, et a découvert par suite d'échecs et de réussite, l'utilisation des plantes en phytothérapie (35) De nos jours la pratique de l'usage ethnobotanique des plantes médicinales en pharmacopée, connaît un regain d'intérêt accru, cette médecine douce revient et se développe à grand pas, au fur et à mesure que les chercheurs maîtrisent son emploi et reprennent le flambeau des guérisseurs.

Il serait donc utile de prospecter sur les méthodes de préparation des plantes médicinales pour valoriser leurs substances actives et cela en répertoriant tous ces modes d'emploi qui diffèrent pour une même plante c'est-à-dire, qu'elle est utilisée parfois en décoction, en infusion, etc. Et plusieurs plantes sont utilisées de la même façon. Alors, la même espèce, contient-elle plusieurs principes actifs ?

Ou bien, différentes espèces pourraient contenir un principe en commun ?

Pourquoi telle plante se prépare par infusion pour traiter telle maladie et en macération ou d'autres méthodes pour traiter d'autres maladies ?

Dans notre étude, les objectifs visés pour essayer de donner une interprétation ou des éléments de réponse pour répondre à cette problématique, sont :

- identifier et essayer d'enquêter sur l'usage traditionnel et les différentes méthodes de préparation et vérifier leur posologie en se référant à des supports bibliographiques dans un but d'écarter tous risques de toxicité et de bien gérer ce patrimoine
- éclairer la bonne utilisation des plantes médicinales.

Notre étude porte sur des plantes médicinales qui poussent dans la région de JIJEL, en réalisant une enquête détaillée sur l'usage et les méthodes de traitement, répertorier les espèces et essayer de valoriser les substances biologiquement actives, à partir de notre étude sur terrain en utilisant les supports bibliographique dans le but de trouver des interprétations scientifiques à ces méthodes d'usage.

Synthèse

Bibliographique

CHAPITRE I

Généralité sur l'utilisation des plantes Médicinales

- Ne récolter que des plantes saines.
- Pour éviter les risques de pourriture, il faut choisir un jour de beau temps, à une heure où la rosée est pratiquement dissipée et les fleurs épanouies, vers 9 ou 10 heures du matin ou le soir (02).
- Ne ramasser les plantes que dans des endroits où il n'est pas répandu d'engrais chimique.
- Ne pas récolter sur les berges de cours d'eau sales ou pollués le long des talus de chemin de fer, de routes à fort trafic d'autoroutes, et à proximité de complexes industriels.
- Épargner la nature (ne pas arracher les plantes avec les racines, ne pas les saccager).
- Ne pas écraser la récolte et ne pas l'enfermer dans des sacs en plastique, car les plantes commencent à transpirer et noirciraient au séchage (19).

2-Préparation :

Après la récolte faire préparer la plante pour le séchage :

- Détacher les grandes fleurs et les grandes feuilles, les petits restes sur la tige puis éliminer insectes et poussier (22).
- Pour l'écorce enlever les insectes, les lichens et la mousse couper celle-ci en petits morceaux.
- Les racines, rhizomes, tubercules et bulbes secouer pour enlever la terre et laver à l'eau tiède en supprimant toutes les radicelles superflues ou les parties abîmées découper en rondelles ou en petits morceaux avec un couteau bien aiguisé(01)

3- Séchage :

La méthode la plus connue et la plus facile c'est le séchage qui permet d'éliminer une certaine quantité d'eau retenue par la plante. C'est une opération importante qui doit être faite sans retard aussi après toute récolte, il faut assurer un local et les moyens de séchage prêt à l'utilisation.

- La durée de séchage va dépendre de la quantité d'eau à évacuer et aussi de la résistance de la plante à l'évaporation par exemple : une plante d'habitat terrestre contient environ 75 à 85% d'eau, une plante aquatique peut dépasser 90%. En fait la plante réputée bien sèche contient encore 10 à 12% d'eau.
- il ne faut pas mélanger les espèces par exemple : une plante aromatique avec une plante sans parfum (02) pour éviter des confusions (22).
- Les meilleures conditions, il faut compter 6 jours, plus souvent 10 à 12 jours (02).

- La température ne doit dépasser 35°C (19) puisque une Température trop élevée peut engendrer la dégradation de substances thermolabiles, comme les vitamines, les anthocyanes et certains terpènes (23)
- La récolte est déposée sur de la toile ou sur du papier non imprimé. Le séchage doit s'opérer à l'ombre aussi rapidement que possible ou dans locaux chauds et bien ventilé (19)
- **Les techniques de dessiccation sont diverses:**
 - . Au soleil et l'air libre pour les écorces et les racines (23) il est souvent souhaitable de recourir à un séchage artificiel (19)
 - . À l'abri d'une lumière trop vive pour les fleurs, a fin d'éviter une modification de leur aspect, et par fois leur activité (huile essentielle).
 - Si l'aération est douce, le seul inconvénient à prolonger le séchage est le danger d'accumulation de poussière sur les plantes il vaut mieux ne pas dépasser trois semaines (02)
 - La chaleur naturelle donne les meilleurs résultats (22).

4- Conservation et stockage :

Une fois les plantes bien séchées, on peut les conserver à l'abri de l'air et de la poussière, cependant, certains facteurs majeurs doivent être pris en compte, il s'agit principalement de la lumière, de la température de l'humidité et du degré de fragmentation.

- Il est préférable d'imposer une protection vis-à-vis de la lumière à toutes les drogues, car les feuilles, les fleurs... se décolorent rapidement à la lumière. d'où une détérioration de leur aspect.
- La température constitue un autre paramètre important et il est admis qu'une élévation de température de 10°C double la vitesse de dégradation pour le stockage. la préférence doit être donnée à un endroit sec bénéficiant d'une température et d'une humidité relative constante.
- L'humidité doit être également maîtrisée et il est recommandé en générale que le taux d'humidité relative soit inférieur à 60%
- La fragmentation augmente la surface de contact avec l'air et des drogues renfermant de l'huile essentielle des tanins et des principes amers doivent être particulièrement surveillées
- Généralement on ne stockera guère de drogues sous forme pulvérisée

CHAPITRE II

Préparation des Plantes Médicinales

PRÉPARATION DES PLANTES MÉDICINALES

Mère nature dans sa grande générosité propose une palette riche, pour nous nourrir et nous guérir.

La meilleure utilisation d'une plante serait celle qui en préservait toutes propriétés tout en permettant l'extraction et l'assimilation des principes actifs.

A l'état frais, feuilles et jeunes pousses peuvent s'adjoindre aux salades et plats de crudités (36), en suit reste les méthodes de dissolution extractive dont on vent extraire les principes actifs grâce a un solvant approprié et en fonction de température, après dissolution, il reste un résidu qui est éliminé par filtration (27).

Voici donc les principes façons de préparer et d'utiliser les plantes médicinales :

I-USAGE INTERNE :

I.1 – Infusion :

L'infusion : extraction à l'eau, est le mode le plus courant, plus classique (22) et plus simple d'accommoder les feuilles et les fleurs pour obtenir des remèdes ou des boissons fortifiantes ou calmantes (01) l'infusion permet aussi une bonne extraction des principes actifs, ceux- ci étant peu altérés par la chaleur, car la température qui est de 100C° au début, baisse très rapidement (03).

L'infusion, généralement convient à la drogue fragile et aux drogues riches en huiles essentielles (23). On la prépare à partir d'une seule plante ou d'un mélange de plusieurs, et on la boit chaude ou froide (01)

On procède de la manière suivante :

- verser 250ml d'eau bouillant sur 1 cuillerée à café de plante choisi (34)
- couvrir la tasse et laisser infuser 5 à 10 min avant d'enlever le filtre (01)
- le liquide est filtré et boire (22).

Quantités moyennes :

Tasse : 1 cuillerées à café (2 à 3g) de plante séchée ou 2 cuillerée à café (4 à 6g) de plante fraîche (ou de mélange de plantes) pour une tasse d'eau (01)

Posologie : boire 3 à 4 doses (500m/ jour)

Conservation : 24 heures dans un bocal fermé et placé au réfrigérateur ou dans un endroit frais (01)

I.2 – Décoction :

Il s'agit d'extraction à l'eau avec certain temps d'ébullition les parties végétales durs et ligneux, correctement fractionnées (tiges, racines, écorces, baies...) (14). Ce procédé est particulièrement approprié pour les drogues de consistance dure ou très dure surtout lorsqu'elle renferment des tanins (23). On peut consommer chaude ou froide

- déposer 1 cuillerée à soupe de la plante choisie dans une casserole en acier inoxydable (éviter l'aluminium).
- ajouter 500ml d'eau, porter à ébullition
- laisser mijoter de 5 à 10 min (30) jusqu'à réduction d'un tiers environ (01)
- couvrir a fin d'éviter l'évaporation (34)
- filtrer à l'aide d'une toile (22) et boire.

Quantités moyennes : 20g de plante séchée ou 40g de plante fraîche (ou de mélange de plante) pour 750ml d'eau froide. Réduite à 500ml environ après ébullition (3 à 4 doses)

Posologie : prendre 3 à 4 doses (500ml) par jour

Conservation : dans un bocal fermé ou réfrigérateur ou dans un endroit frais (48 heures maximum) (01).

I.3 – Macération:

Il s'agit d'un processus d'extraction à l'eau à température ambiante (15°-20°) (22). Ce procédé est intéressant lorsque les principes actifs sont très solubles à froid, thermolabiles ou lorsque certaines substances inintéressantes (inactives, amères) sont entraînées par une extraction à chaud en revanche (03). C'est un procédé lent de quelques heures à quelque jour et même plusieurs semaines, selon le cas (04)

Il y a des macérations aqueuses, huileuses et alcoolisées (teinture)

I.4 – Sirop :

On prépare un sirop en faisant cuire à feu doux un mélange d'infusion ou de décoction et de miel ou de sucre non raffiné en quantités égales

- On peut accroître l'efficacité d'un sirop en y ajoutant, une fois qu'il a refroidi, une petite quantité de teinture pure

- À l'aide d'un entonnoir, verser le sirop dans des flacons en verre stérilisés, conserver dans un endroit frais, à l'abri de la lumière. Fermer les flacons avec des bouchons en liège (01)

Quantités moyennes : 500ml d'infusion ou de décoction, infusée ou chauffée pendant le temps maximal 500g de miel ou de sucre non raffiné

Posologie : 5 à 10ml (1 à 2 cuillerée à café) 3 fois par jour

Conservation : 6 mois maximum au frais.

I.5 – Les poudres :

Les drogues sèches sont très souvent utilisées sous forme des poudres à partir de broyage ou pulvérisation des solides a pour but de diviser au de fractionner des substances solides en particules de taille réduite et de granulométrie déterminée (03) de manière générale, plus une poudre est fine, plus elle est de bonne qualité (01)

Conservation : les poudres se conservent mal à cause du fait que la division en très petites particules favorise l'oxydation et diminue par suite l'activité thérapeutique, donc il faut que cette préparation soit réalisée peu de temps avant l'emploi.

Il serait bénéfique que ces poudres soient mélangées avec du miel (03)

I.6 – Teinture :

Pour obtenir une teinture, il suffit de laisser macérer une plante dans l'alcool, les teintures sont plus efficaces que les infusions ou les décoctions (09) permettent une excellente conservation des propriétés médicinales des plantes (34) elles sont plus ou moins concentrées selon le rapport choisi (01). Elle se fabriquent toujours à partir d'une seule plante, mais il est ensuite possible de mélanger différentes teintures (34) on prépare les teinture non alcooliques avec du vinaigre ou de la glycérine.

Quantités moyennes : 200g de plante séchée ou 300g de plante fraîche pour 1 litre d'alcool Vodka, alcool à 60% vol rhum qui masque l'amertume de certaines plantes.

Posologie : 2.5 ml de teinture diluée dans 25 ml d'eau ou de jus de fruits, 2 ou 3 fois par jour

Conservation : 2 ans dans des bouteilles en verre teinté, stérilisées et placées dans un endroit frais et sombre (01)

II- EN USAGE EXTERNE :

II.1 – Cataplasme :

C'est la préparation des plantes appliquées sur la peau. Les cataplasmes calment les douleurs musculaires et les névralgies, soulagent entorses et fractures et permettent d'extraire le plus des plaies infectées, des ulcères et des furoncles (22) il y a deux façons de les préparer:

- hacher, râper ou écraser la plante choisie afin d'en extraire le jus.

- passer rapidement la plante à la vapeur (34) ou faire chauffer la plante pendant 2 min, la presser pour en extraire le liquide appliquer préalablement de l'huile sur la partie atteinte puis

recouvrir avec la plante encore chaude et bander (22) par une toile de tissu propre et d'une bande de gaze (34) laisser agir 3 heures au maximum.

Quantités moyennes : assez pour couvrir la partie douloureuse

Application : renouveler le cataplasme toutes les 2 ou 3 heures (01)

II.2 - Emplâtre :

Plus adhérente que la crème, cette présentation semi solide se façonne selon des contours de la partie du corps ou elle est appliquée. L'emplâtre contient des graisses, de la résine et par fois de la cire.

II.3 - Pansement :

C'est une compresse préparée avec un produit moins concentrés et qu'on laisse agir lentement, les premières pansements (sur une plaie, un ulcère,...) doivent être renouvelés toutes les deux heures environ. En suite, on peut les espacer, mais jamais plus de 12 heures

II.4 - Compresse :

Les compresses, normalement faites avec des plantes anti-inflammatoires, activent la guérison.

Pour l'application d'une compresse :

- tremper un morceau de tissu propre dans une décoction ou une infusion chaude (34) avant application passer un peu d'huile sur la région douloureuse pour éviter que la compresse ne colle à la peau.

- appliquer la compresse sur la partie atteinte. En cas de douleur ou de gonflement. Fixer la compresse avec un film plastique et des épingles de sûreté et laisser en place (1 à 2 heures)

Quantités moyennes : 500ml d'infusion ou décoction, ou 25ml de teinture diluée dans 500ml d'eau.

Application : renouveler la compresse lorsqu'elle refroidit (si elle est chaude) ou lorsqu'elle sèche (si elle est froide) (01).

II.5 – Les bains:

Les principes chimiques qui font toute la vertu des plantes pénètrent rapidement à travers l'épiderme, par fois même, ils atteignent les régions malades bien avant des principes identiques administrés par voie interne (15) pour ce la on utilise les bains des plantes qui sont préparés à partir d'une infusion ou une décoction (16) ou à partir des huiles essentielles diluées.

Pour la préparation des bains des plantes : verser 500ml d'infusion ou décoction, filtrer et mettre 5 à 10 gouttes d'huiles essentielles dans l'eau de bain (01).

Il y a des bains complets, bains partiels (limités aux membres) (22) et des bains locaux par exemple pour les yeux (02).

Il y a aussi un bain de vapeur qui est préparé comme suivants :

On jette l'eau bouillante sur les plantes et on s'enveloppe en entourant la cuvette d'une grande serviette pour que la vapeur atteigne tout le corps (17).

II.6 – Gargarisme et bains de bouche:

D'une manière générale, les gargarismes et les bains de bouche sont préparés à partir de plantes astringentes qui resservent les muqueuses de la bouche et de la gorge (01) et on peut tout à fait employer les herbes antiseptiques pour soigner l'hygiène buccale matin et soir (16).

Gargarismes et bains de bouche étant préparés à partir d'infusion, décoction ou de teinture dilués. On peut les absorber sans danger dans le cadre d'un traitement interne.

II.7 – Lotion :

Les lotions sont des préparations à base d'eau et de plantes, contribue à soulager les gonflements, les contusion et les douleurs. à calmer inflammations et maux de tête, et à faire tomber la fièvre pour l'application d'une lotion faire une infusion ou une décoction, imbiber de lotion un linge propre et l'essorer complètement. Puis, tamponner délicatement la région atteinte avec le linge (sans appliquer sur la peau comme une compresse) (22).

Quantités moyennes : 500ml d'infusion ou de décoction, ou 25ml de teinture diluée dans 500ml d'eau.

Application : renouveler la lotion lorsqu'elle refroidit (si elle est chaude) ou lorsqu'elle sèche (si elle est froide)

Conservation : 2 jours au maximum dans des flacons stérilisés, fermés et placés au réfrigérateur (01).

II.8 – Inhalations :

On peut employer en inhalation des substances gazeuses ou volatiles (essences), des liquides très finement pulvérisés, voire des remèdes en poudre très fines (22). Les inhalations sont efficaces contre la bronchite, la sinusite, le rhume des foins et l'asthme (01)

Préparation :

- mettre 1 ou 2 cuillerées à café de la plante choisie dans une casserole qu'on remplit ensuite d'eau bouillant (infusion) (34).
- placer ensuite la tête au – dessus du récipient, puis la recouvrir d'une serviette (01) afin de retenir la vapeur (34) et inhaler la vapeur pendant 10 minutes.
- après une inhalation il est conseillé de rester dans une pièce chaude pendant 15 minutes pour permettre l'évacuation des sécrétions des voies respiratoires (01).

II.9 - Distillation :

La distillation est une opération de vaporisation, par ébullition d'un liquide, suivie de la condensation de la vapeur formée. Le produit obtenu est un distillat, l'intérêt de cette opération :

- l'extraction des huiles essentielles contenues dans une plante.
- La préparation des eaux distillées florales (03).

CHAPITRE III

Les substances actives des plantes Médicinales

SUBSTANCES ACTIVES DES PLANTES MÉDICINALES :

Les substances actives des plantes médicinales sont de deux types : les produits du métabolisme primaire (essentiellement des saccharides), substances indispensables à la vie de la plante, qui se forment dans toutes les plantes vertes, le second type de substances se compose des produits du métabolisme secondaire, ces produits apparaissent souvent comme inutiles à la plante, mais leurs effets thérapeutiques sont par contre remarquables. Il s'agit notamment des : alcaloïdes, des tanins, des huiles essentielles...etc. (22).

1 – Les alcaloïdes :

Composés organiques azotés et basiques, ils sont produits exclusivement par les plantes. On peut citer : la morphine, la caféine, la strychnine ou la quinine (16). Certains alcaloïdes, comme l'atropine, présente dans la belladone, ont une action directe sur le corps : activité sédatives, effets sur les troubles nerveux (maladie de parkinson).

2 – Tanins :

Toutes les plantes contiennent des tanins à un degré plus ou moins élevé. Ceux-ci donnent un goût amer à l'écorce ou aux feuilles et les rendent impropres à la consommation pour les insectes ou le bétail. Les tanins sont des composants polyphénoliques qui contractent les tissus en liant les protéines et en les précipitant d'où leur emploi pour « tanner » les peaux. Ils permettent de stopper les hémorragies et de lutter contre les infections. Les plantes riches en tanins sont utilisées pour retendre les tissus souples, comme dans le cas des veines variqueuses, pour drainer les sécrétions excessives, comme dans la diarrhée, et pour réparer les tissus endommagés par un eczéma ou une brûlure (01). Les décoctions et les autres préparations à base de drogue riche en tanins sont employées le plus souvent extérieurement contre les inflammations de la cavité buccale. L'acide tannique, tiré des galls du chêne, est souvent employé en pharmacie (22).

3 – Huiles essentielles :

Les huiles essentielles sont des liquides volatiles, réfringents, optiquement actifs, voisins des huiles, d'odeur tout à fait caractéristique (22), contenues telles qu'elles dans les plantes, sont des composés oxygénés, par fois d'origine terpénoïde et possèdent un noyau aromatique (01). Elles sont extraites des plantes fraîches ou séchées par distillation à la vapeur d'eau (22).

4 – Substances amères :

Substances très diverses ayant en commun cette saveur particulière, toutes ces substances ont une action stimulante (16) l'amertume de leur goût stimule les sécrétions des

glandes salivaires et des organes digestifs. Ces sécrétions augmentent l'appétit et améliorent la digestion. Avec une meilleure digestion, et l'absorption des éléments nutritifs adaptés, le corps est mieux nourri et entretenu. De nombreuses plantes ont des constituants amers notamment l'absinthe (*Artemisia absinthium*).

5 – Les flavonoïdes :

Les flavonoïdes présent dans la plupart des plantes, sont des pigments polyphénolique qui contribuent entre autre, à colorer les fleurs et les fruits en jaunes ou en blanc, sont antioxydants, anti-inflammatoire, antivirales et des effets protecteurs sur le foie. l'héspéridine et la rutine présente dans le citron (*Citrus limon*) renforcent les parois des capillaires et préviennent l'infiltration dans les tissus voisins (01).

6 – Les polysaccharides :

Ce sont des unités complexes de molécules de sucre liées ensemble. que l'on trouve dans toutes les plantes, les polysaccharides les plus importants sont les mucilages « visqueux » et les gommes, présents dans les racines, les feuilles, et les graines. le mucilage et la gomme absorbent de grandes quantités d'eau, produisant une masse gélatineuse qui peut être utilisée pour calmer et protéger les tissus enflammé (01). Dans les infusions et les décoction, les mucilages des plantes médicinales ont pour effet de réduire l'irritation tant physique que chimique, ils assouplissent la peau lors d'applications de cataplasme(22), mais la meilleure façon de préparer les herbes mucilagineuses est de les gorger d'eau froide (de les faire macérer) (01).

7 – Les phénols :

Il existe une très grande variété de phénols, de composés simples comme l'acide salicylique, molécules donnant par synthèse l'aspirine à des substances plus complexes comme les composés phénoliques aux quels sont rattachés les glucosides. Les phénols sont anti-inflammatoires et antiseptique, l'acide rosmarinique est fortement antioxydants, antivirales. Exemple : aspirine (01).

8 – Les huiles grasses :

Il s'agit d'huiles végétales liquides à température ambiante, elles sont insolubles à l'eau, mais bien solubles dans les solvants organiques. Parmi les huiles non siccatives on peut citer l'huile d'olive. Les huiles grasses sont couramment utilisées, tant pour la fabrication de remèdes qu'à des fins alimentaires et industrielles (22).

CHAPITRE IV

Plantes Médicinales utilisées

LES PLANTES MÉDICINALES UTILISÉES

La médecine par les plantes est très répandue dans la wilaya de jijel. Dans tout la région, il y a plusieurs espèce des plantes possèdes des propriétés médicinales

La plus part de ces plantes sont bien connu et traditionnellement utilisée pour préparé des remèdes utiles

Ce chapitre répertoire, dans l'ordre alphabétique de leur nom commun 36 plantes médicinales qui sont bien connu et qui jouent un rôle important en phytothérapie dans notre région

1-ABSINTHE : شجرة مريم - الأفسنتين

Nom Botanique : *Arthémisia absinthium* L.

Famille : Composées.

Description : sous-arbrisseau de 0.5 à 1m. L'absinthe est caractérisée par ses feuilles blanchâtres et soyeuses, ses fleurs jaunes se réunissent en capitules globuleux (04), est une plante vive 10 ans (29).

Odeur : particulière (14).

Saveur : aromatique, très amère.

Récolte : printemps, été.

Habitat et culture : d'originaire d'Europe, qui pousse maintenant en Asie centrale et sur la coté des États-Unis, et dans tout les régions tempérées (01).

Parties utilisées : feuilles et sommités fleuries (14).

Constituants chimiques : huile essentielle riche en thuyon, des principe amers, des résines, du tanin, des acides malique et saccinique (04), lactone sesquiterpéniques, flavonoïdes, composés phénoliques (01).

Propriétés : antiseptiques, tonique, vermifuge, fébrifuge, diurétique, cholagogue et emménagogue (04), excitante, anti-inflammatoire (01).

Méthodes de préparation et posologies :

Infusion : infusion d'une pincée dans un litre d'eau bouillante.

Décoction : 30 à 60g dans un ½ litre d'eau.

Cataplasme : sur le ventre des jeunes enfants affectées de vers (30).

Poudre : réduire en poudre 2 pincées de feuilles d'absinthe sèches. Les mélanger avec 2 pincées de poudre de réglisse et ½ pincée de poudre d'anis vert. La poudre est consommée mélangée à du miel. 2 à 3 pincées à jour pendant 5 jours.

Contre indication :

-la plante est déconseillée pour les femmes enceintes à celles qui allaitent et à tous ceux qui présentent des hémorragies de l'estomac ou de l'intestin (09).

2-ACHILLÉE MILLE FEUILLE : بلقسوم - الألفية

Nom Botanique : *Achillea mille folium L.*

Achillée en l'honneur d'Achille, fils de Thélis et de Pélée roi des Myrmidons, le plus célèbre héros homériques (06).

Famille : Astéracées.

Description : plante vivace grimpante (01) atteignant 60cm de hauteur, elle porte un feuillage plumeux et soyeux vert sombre et exhibe, en été les fleurs blanc à rose (25) sont réunies en capitules regroupés en corymbes (11).

Odeur : discrètement aromatique.

Saveur : légèrement amer, un peu aromatique (23).

Récolte : juin à septembre (08).

Habitat et culture : dans toutes les régions tempérées du globe.

Parties Utilisées : parties aériennes, les fleurs et les feuilles.

Constituants chimiques: l'huile essentielle composée de mono et sesquiterpènes (azulène-cinéole- germacrane- camphre- chamazulène...), flavonoïdes (01), des flavones et des flavonols méthoxylés en 6, di et triméthylés (07); polyacétylènes, triterpènes, acide salicylique (01), Phosphore, K⁺ (29), coumarines (08).

Propriétés : antispasmodique, astringent, tonique amer, hypotenseur, diurétique léger et antiseptique, anti-inflammatoire (01), hémostatique, emménagogue (08).

Applications : active la transpiration, provoque les règles, fait tomber la fièvre, arrête les hémorragies internes (01).

Méthodes de préparation et posologies :

Infusion : 10 à 20g par litre d'eau dans les cas de convulsions, de spasmes nerveux et de perte interne du sang (08). en cas de rhume, mélange mille feuille, menthe poivrée, faire infuser une cuillerée à café de ce mélange dans une tasse d'eau pendant 10 minutes. Prendre 3 fois par jour

Teinture : prendre 20 gouttes 3 fois par jour en cas d'ingestion (01).

Contre indication :

- hypersensibilité en mille feuille et autres astéracées (23).
- peut provoquer une réaction allergique.
- déconseillée aux femmes enceintes (01).

3- AIL : الثوم**Nom Botanique :** *Allium sativum L.***Allium :** ail, du celtique **Ail** =chaud, âcre, brûlant, propriétés de l'ail (06).**Famille :** Liliacée.**Description :** c'est une plante vivace qui peut avoir jusqu'à 40cm de hauteur, à feuilles linéaire engainantes, à ombelles globuleuses de fleurs blanches ou rougeâtres entourées d'une longue spathe caduque terminée en pointe, à bulbe formé de caïeux (les gousses) (07).**Odeur :** épicée, caractéristique (23), l'odeur faible se développe forte et soufré dès que les tissus sont lésés (07).**Saveur :** piquante et brûlante (23).**Récolte:** été (16).**Habitat et culture :** originaire d'Asie centrale, l'ail pousse partout (01).**Parties utilisées :** gousses.**Constituants chimiques :** huiles essentielles : disulfure de diallyl et la constituant principale de l'ail frais non contuse est l'alliine ou s -allyl- L (+)-cystine sulfoxyde (07), glucides, sélénium, vitamines (A, B, C, E), composés soufres et nicotylamide (05).**Propriétés :** hypocholestérolémiant, antibactérienne, antifongique (11). hypotenseur. hypoglycémiant, vermifuge, expectorant (01), antiseptique pulmonaire et intestinale. tonique (07).**Applications :** augmente l'appétit, provoque la sécrétion urinaire (28), les maladie bronchiques (01), contre le maux de dents (28), les parasites, rhumatisme (29)**Méthode de préparation et posologie :****Sirop :** prendre une cuillère à café tout les 3 heures contre la toux (01).**Décoction :** bulbe d'ail avec l'eau, bouillant pendant ¾ heure, prendre le matin avant le repas et ne mange pas qu'après longue temps (30) contre les vers chez l'enfants (33).**Broyage :** mettre une gousse hacher sur les dents pendant 1 heure (28).**Inhalation :** vapeur de l'ail pour la grippe (30).**Contre indication :**

-consulter un phytothérapeute avant d'administrer de l'ail comme médicament aux enfants de moins de 12 ans (01).

-à ne pas boire à jeun pour les cas d'ulcère d'estomac (30).

4-BASILIC : الحبق**Nom botanique :** *Ocimum bacilicum L***Famille :** Lamiacées (labiées).

Description : plante annuelle à feuilles ovales vert vif, à tige anguleuse et à petites fleurs blanches verticillées (50cm de haut) (01).

Odeur : très aromatique (04).

Saveur : goût salé (22).

Récolte : on cueille les fleurs et feuilles au moment de la pleine floraison, cette récolte peut se répéter plusieurs fois par an (09).

Habitat et culture : cultivé dans le monde entier.

Parties utilisées : feuilles, sommités fleuries (01).

Constituants chimiques : huiles essentielles (04), des tanins, des saponine, des glucosides (22).

Propriétés : tonique, antispasmodique, stomachique et antiseptique (04).

Applications : agit sur le système nerveux et l'appareil digestif, maux d'estomac, indigestions, soulager nausées et vomissements, soigner l'irritabilité, la dépression, l'anxiété et les troubles du sommeil, contre l'épilepsie la migraine (01).

Méthodes de préparation et posologies :

Infusion : faire infuser ½ poignée de feuilles et de fleurs séchées dans un litre d'eau, en prendre 2 à 3 tasses par jour (nervosité, angoisses, migraines, toux et angines).

Décoction : faire bouillir ½ poignée de feuilles et de fleurs séchées dans 1 litre d'eau. On prend 2tasse par jour (pour stimuler la production de lait).

Gargarisme : faire bouillir 2 poignées de feuilles et de fleurs séchées dans un litre d'eau .A utiliser en bains de bouche (contre les aphtes) (09).

Contre indication :

-ne pas prendre l'huile essentielle en usage interne.

5-CAPILLAIRE : كزبرة البـنـر مـريـشة

Nom botanique : *Adiantum capillus veneris L.*

Famille : Polypodiacees.

Description : une fougère vivace de 30 à 60cm de hauteur, montrant des folioles moins lobées et un port plus touffu, elle forme des tiges de fronde fines et brillantes (10).

Odeur : faible (29).

Saveur : acidulée.

Récolte : de juin à septembre.

Habitat et culture : originaire d'Europe de sud, pousse dans les zones humides et ombragées. Grottes, murs et rochers humides.

Parties utilisées : plante entière.

Constituants chimiques : mucilage, tanin, sucre, principe amère, gomme, huile essentielle (14), flavonoides, terpènes des pro anthocyanines (01).

Propriétés : béchique (antitussif), pectoral, expectorant, galactagogue, emménagogue, diaphorétique, émoullient, désintoxiquant en cas d'éthylisme (14), diurétique (29).

Applications: contre le toux, la bronchite, les sécrétion nasales abondantes et les trachéites.

Méthodes de préparation et posologies :

L'infusion ou la décoction : 20 grammes des feuilles fraîches dans 1 litre d'eau. Prendre 3 tasse par jour (05). 30 g des graines dans 1 litre d'eau bouillante.

Infusé pendant 10 minute en cas de spasme.

Décoction : 100g de plante dans 1 litre, bouillir 2 heures, ajouté un peu de sucre, boire 4 ou 5 cuillères par jour (29).

6- CHÊNES شجرة البلوط

Nom botanique : *Quercus robur L.*

Famille : Fagacées.

Description : arbre à 35 - 40m, tronc trapu, écorce gris brun, noircit avec l'âge, crevasses formant des écailles de forme carrée, feuilles glabres, vertes foncés et luisantes dessus, plus claires dessous, dures, ovales.

Odeur : fade.

Saveur : amère.

Récolte : printemps (écorce des jeunes rameaux), juin (feuille), automne (gland).

Parties utilisées : écorce, feuilles, gland.

Constituants chimiques : tanin (16) (quercitanin).

Propriétés : tonique astringent, antidiarrhéique, hémostatique, fébrifuge, antiseptique.

Applications : hémorragies, tuberculose, métrites, diarrhées, gastralgies, atonie gastrique, faiblesse générale, fièvres paludéennes, augmentation de la rate, angines, ulcères atones, dermatoses, transpiration des pieds, hémorroïdes.

Méthodes de préparation et posologies :

Décoction : bouillir une poignée des feuilles par litre pendant 10 min, 3tasses par jour (diarrhées opiniâtres, incontinence d'urine, hémorragies). Ou bouillir 5g d'écorce par litre pendant 10 min. 3tasses par jour, entre les repas (tuberculose).

Poudre : poudre d'écorce 3g avec du miel, le matin à jeun (métrorragies, hémoptysies, selles sanglantes).

Infusion : faire infuser 30g de glands par litre. Un tasse d'infusion sucrée après les repas (gastralgies rebelles) (20).

7- CITRONNIER : الليمون**Nom botanique :** *Citrus limonum* riss*Citrus* : citronnier ancien nom latin du citronnier.**Famille :** Rutacées.**Description :** arbre à feuillage persistant au feuillage vert clair denté (7m de haut).**Odeur :** aromatique.**Saveur :** acide.**Récolte :** hivers (quand leur teneur en vitamine est maximale).**Habitat et culture :** le citronnier serait originaire d'Inde. Aujourd'hui réparti dans les régions au climat méditerranéen et subtropical du monde entier.**Parties utilisées :** le fruit et l'écorce, peau blanche.**Constituants chimiques :** huile essentielle (2.5% dans l'écorce du fruit), terpènes (limonène), sesquiterpènes, aldéhydes (citral) esters, coumarines, flavonoïdes (hespéridine) (01), Vitamines (C, P), mucilage, acide citrique, citrate (Ca, K), sels minéraux, 8% glycosides (29).**Propriétés :** antiseptique, antirhumatismal, antibactérien, antioxydant (01), antihémorragique, anti-inflammatoire, fébrifuge (29).**Applications :** la grippe, les infections, les ulcères, améliore l'appétit, fait baisser la fièvre, Améliore la circulation (le fruit et écorce), et renforcement la résistance contre les infections**Méthodes de préparation et posologies :**

-pression : mélanger 20 ml de jus de citron et 50 ml d'eau chaude, contre le rhume (01). Une tasse par jour de jus, analeptique du foie (29).

-Gargarisme : mélanger 20 ml de jus de citron et 20 ml d'eau chaude. Et utiliser en gargarisme en cas d'irritation de la gorge (01).

8-CRESSON : حب الرشاد الحرف**Nom botanique :** *Nasturtium officinale*.**Famille :** Brassicacées.**Description :** une plante glabre, vivace, à feuilles alternes un peu charnues, luisantes, d'un beau vert, fleurs petites et blanches, à 4 pétales en croix, réunies en grappes terminales.**Récolte :** il fleurit tout l'été mais il est conseillé de la récolter avant la floraison.**Habitat et culture :** le cresson est commun dans les eaux courantes et pures, il s'élève assez haut en montagne où il aime habiter les sources et les ruisseaux pas trop impétueux (12).**Parties utilisées :** tige feuillée (02).

Compositions chimiques : vitamines A, B1, B2, C, E, sels minéraux (phosphore, fer, iode) hétérosides sulfurés. L'isothiocyanate a une grande efficacité antibiotique (01).

Priorités : dépuratif, diurétique, fébrifuge, stimulant (02), antiscorbutique, anti-anémique, pectoral, tonique (12).

Applications : sa teneur élevée en vitamine C et en sels minéraux, le cresson agit sur les maladies chroniques, stimulerait l'appétit, faciliterait la digestion et la guérison des bronchites (01).

Méthodes de préparation et posologies :

La plante s'utilise seulement à l'état frais, et crue, car la cuisson détruit la plupart de ses principes actifs (12).

Contre indication :

- interrompre si une irritation vésicale douloureuse apparaît (02).

9- CUMIN : الكمون

Nom botanique : *Cuminum cyminum* L.

Famille : Apiacées.

Description : plante annuelle à longues feuilles étroites, à fleurs blanches ou roses et à petites fruits oblongs et ridés (30 cm de haut) (01).

Odeur : très aromatique (28).

Saveur : chaude, âcre (28).

Habitat et culture: originaire d'Egypte et largement cultivé dans le sud de l'Europe et en Asie (01).

Parties utilisées : graines (29).

Constituants chimiques : dans les graines : 2 à 5% d'huile essentielle (composée de 25 à 35% d'aldéhyde cuminique de pinène et d'alpha terpinol), flavonoïdes (01).

Propriétés : diurétique, galactagogue (28), digestif, carminatif (29).

Applications : stimule la digestion, abaisser la fièvre, améliore l'appétit, allaitement (29).

Méthodes de préparation et posologies :

Infusion : 50g des graines dans 1 litre d'eau bouillante, couvrir et infuser 10 min boire une tasse après les repas pour l'ulcère d'estomac, l'allaitement et les spasmes.

Décoction : 30g des graines dans un litre d'eau, bouillir 10 g des sommités fleuries séchées dans 1 litre d'eau, bouillir 2 min, filtre, et boire directement pour améliorer la digestion (29).

10- CYPRES COMMUN : شجرة السرو

Nom botanique: *Cupressus sempervirens* L.

Du mot grec : *Cupros* : cyprès : île ou le cyprès est très abondant.

Famille : Cupressacées.

Description : arbre élevée de 20 à 25 m, feuilles étroitement imbriquées sur 4 rangs, triangulaires, glanduleuses. Fleurs males et les fleurs femelles se trouvent sur le même pied en chatons terminaux, cônes gris brun luisant, subglobuleux de 2 à 3 cm de large (05).

Odeur : térébenthinée.

Saveur : très astringente.

Récolte : de janvier à juin ou quand les fruit sont vertes (25).

Habitat et culture : commun dans toute d'Algérie.

Parties utilisées : surtout les cônes, avant maturité, jeunes rameaux.

Constituant chimique : l'essence contenant essentiellement des terpène, du terpinol, des acides, camphre de cyprès (14), les tanins (oligomères, flavonoliques).

Propriétés : veinotonique (11), hémostatique, pectoral et sudorifique, diurétique, antipyrétique, antispasmodique (14), curatives, sédatif, vasoconstricteur.

Applications : traitement des hémorroïdes et les varices (04), soulage les voies respiratoires : Rhumes et bronchite.

Méthodes de préparation et posologies :

Distillation : la posologie et de 3 gouttes d'extrait fluide. Prendre 3 fois par jour dans le cas de toux spasmodique, de grippe et d'énurésie. Quelques gouttes d'essence de cyprès sur l'oreiller le soir au couché, soulage les voies respiratoires en cas de grippe, rhumes et bronchites (04).

Décoction : pour l'usage interne 10 à 30g de noix de cyprès concassée par litre d'eau, une tasse avant chaque repas.

Bains : en usage externe décoction à la dose de 50g par litre d'eau contre les hémorroïdes en bains pieds contre la transpiration fétide (05).

11-EUCALYPTUS : الكاليثوس أكاليثوس

Nom botanique *Eucalyptus globulus* Labill.

Eucalyptus : du grec, eu=bien et kalyptus = couvert, allusion à l'opercule (06).

Famille : Myrtacée.

Description : est un très grand arbre dont le tronc s'exfolie en lambeaux et qui est caractérisé par un dimorphisme foliaire très marqué(14), feuilles des jeunes pousses et des rejets opposées, la fleur possède quatre sépales, l'arbre peut atteindre des hauteurs considérable 30m (04).

Odeur : forte, balsamique, camphrée (07), caractéristique (11).

Saveur : chaude aromatique, un peu amère, suivie d'une sensation de fraîcheur probant.

Odeur : forte, balsamique, camphrée (14), caractéristique (11).

Saveur : chaude aromatique, un peu amère, suivie d'une sensation de fraîcheur probant.

Récolte : en février et en novembre à la taille des arbres (14).

Habitat et culture : originaire d'Australie, est cultivé dans les régions tropicales, subtropicales et tempérées (01), l'eucalyptus est fréquemment planté en bordures déroutes et forme beaucoup de bois dans la partie nord du Algérie (04).

Parties utilisées : les feuilles (01).

Constituants chimiques : huile essentielle 0.1-0.3% riche en 1.8- cinéole (eucalyptol) 70-80% (07) à l'origine de l'action stimulante respiratoire et antiseptique pulmonaire (11), les feuilles renferme une douzaine d'hétérocycles oxygènes à structure acyle phoroglucinol mono ou sesquiterpénique, composés phénoliques, flavonoïdes(07) tanins, résine (01).

Propriétés : antiseptique, expectorant, rubéfiant, analgique (01), fébrifuge, balsamique, hypoglycémiant (14).

Applications : grippe, maux de gorge, infections pulmonaires, maux d'oreille (01).

Les feuilles de l'eucalyptus donnent par distillation, un éthanol et une essence utilisée comme remède contre les affections respiratoires et les douleurs rhumatismales (04).

Méthodes de préparation et posologie :

inhalation : ajouter 10 gouttes d'huile essentielle à l'eau bouillante en cas de rhume (01).

Bouillir des feuilles d'eucalyptus et d'inhaler les vapeurs balsamiques pour le traitement des maladies saisonnières des voies respiratoires (04).

Teinture : mélanger une demi cuillère à café de teinture à 100 ml d'eau et absorber 2 fois par jour dans le traitement des toux bronchiques.

Contre indication :

-ne pas donner aux enfants en bas âge (01). A dose excessives l'eucalyptus peut devenir toxique, tout comme il peut être nocif pour certaines personnes hypersensible à cette plante. Dès le moindre signe anormal après consommation (exemple : mal de tête), arrêter le traitement (09).

12- FENOUIL : الشمار البري البسباس

Nom botanique : *Foeniculum vulgare*.

Famille : Apiacées.

Foeniculum : fenouil : du latin foenum= foin ou funiculus= petit filet : allusion aux lanières filiformes des feuilles (06).

Description : plante aromatique vivace, à feuilles vert foncé, à fleurs jaunes et à petites grains ovales striées 1.5m de hauteur (01)

Odeur : très aromatique.

Saveur : sucrée d'une manière remarquable, les racines est légèrement amer (28).

Récolte : été (fruit), automne- hiver (racine).

Habitat et culture : originaire du bassin méditerranéen, le fenouil est aujourd'hui cultivé dans toutes les régions tempérées du globe.

Parties utilisées : graines.

Constituants chimiques : les graines contiennent 8% d'huile essentielle (environ 80% d'anéthol de fenchone et du méthylchavicol), flavonoïdes, des coumarines et des stérols, vitamines (A, B, C), sels minéraux (29).

Propriétés : diurétique, carminatif et emménagogue, a apéritive, laxative et vermifuge (04) Anti-inflammatoires (01), relaxantes.

Applications : traiter les ballonnements et les maux d'estomac, traiter les calculs biliaires, Stimuler l'appétit (01), combattre la formation de gaz intestinaux, la nausée et le hoquet, elles Activent les fonctions digestives (04).

Méthodes de préparation et posologies :

Infusion : infusion des feuilles contre l'irritation des gorges (01).

Cataplasme : cataplasmes des feuilles sont conseilles contre les engorgement des seins et contre les abcès (04).

Contre indication :

-les graines à un pouvoir toxique, ne pas dépasser la dose prescrite.

13-FENUGREC : الحلبة الحلبة الرومية

Nom botanique : *Trigonell foenum-graecum L.*

Trigonella : fenugrec, du grec treis = trois et gônia = angle : allusion à la forme triangulaire de la corolle (06).

Famille : fabaceae (07), légumineuse (14).

Description : herbe annuelle d'environ 30cm de hauteur, à feuilles longuement pétiolées et trifoliolées, les fleurs isolées ou par deux, ont une corolle blanc crème. Les gousses allongée, arquée, contenant dix à vingt graines très dures à tégument brun clair, les graines sont polyédriques de couleur ocre- jaune (07).

Odeur : désagréable.

Saveur : amère, fétide.

Récolte : août.

Habitat et culture : originaires d'Afrique du nord et des pays riverains de la méditerranée.

Parties utilisées : graines (01), sommités fleuries (29).

Constituants chimiques : deux alcaloïdes (trigonelline et un autre identique à la choline ou à nervine), huile essentielle (carbures ses qui terpénique, alcanes,...), riche en protéines 30%, la graine referme des lipides 7% et de nombreux stérols (07), mucilage 27%, vitamine (A, B, C), minéraux (P.Ca⁺⁺), saponines (01).

Propriétés : antidiabétique et hypocholestérolémiant est liée à la fraction riche en fibre et galactomannanes, tonique, reconstituant, dépuratif (17).

Analeptique, galactagogue (14).

Méthodes de préparation et posologies :

Broyage : graines réduit en farine et mélangé avec du miel (10).

Emplâtre:sous forme de pâte, sont appliquées sur les abcès, les ulcères et les brûlures (01), mettre une quantité des graines dans l'eau bouillante jusqu'à l'obtention d'une couleur foncée, ensuite la pâte chaude mettre sur la partie atteinte plusieurs fois par jour contre les douleur rhumatismales (27).

Contre indication :

-déconseille pendant la grossesse (01).

14- GRENADIER : شجرة الرمان

Nom botanique : *Punica granatum L.*

Famille : Myrtacées.

Description : c'est un arbuste buissonnant de 2-4m de haut, aux branches peu épineuses, aux rameaux grêles, anguleux, plus ou moins spinexents, feuilles caduques, opposées ou groupées en verticilles oblongues de 3 à 8 cm de long, entières. Grande fleurs un peu charnues, de couleur rouge (écarlate). Le fruit est une baie subglobuleuse de 6 à 8 cm de diamètre, jaune brunâtre ou rougeâtre, ce fruit est formé par la coalescence des 8 carpelles, 5 à la partie supérieure et 3 à la partie inférieure, renferment chacun plusieurs graines comestibles.

Odeur : faible de tannée.

Saveur : astringent, colore la salive en jaune.

Récolte : automne (l'écorce du fruit), décembre à mars (l'écorce de racine) (14).

Habitat et culture : originaire d'Asie mineure (01), cultivé en Afrique du nord et dans le sud de l'Espagne (04), cultivé dans toute l'Algérie (14).

Parties utilisées : peau et pulpe de fruit, écorce (01), écorce de racine, fleurs (14).

Constituants chimiques : des alcaloïdes (la pelletiérine), des tanins ellagiques (jusqu'à 25%) et des tri terpènes. Les alcaloïdes sont très toxique (01), acide pyrogallique, acide grantatannique résine, oxalate de calcium, mucilage.

Propriétés : ténifuge, vermifuge (écorce et racine), antidiarrhéique, antihémorroïdaire, antiseptique et cicatrisant (14).

Applications : traitement des vers intestinaux ténia et vers solitaire (04), traiter la diarrhée, Lutter contre les flatulences.

Méthodes de préparation et posologies:

Infusion : les fleurs en infusion, 10 grammes par litre d'eau. 50 grammes d'écorce par ¼ litre d'eau, on l'emploie seule ou associée à d'autres plantes sont indiquées contre la diarrhée.

Poudre : Séchée et réduite en poudre sous forme de talc, utile pour soigner les rougeurs de bébé, comme antiseptique et cicatrisante.

Gargarisme : faire bouillir 30 grammes de fleurs dans un litre d'eau, se gargariser pour dissiper le gonflement des amygdales.

Décoction : L'écorce est préparée en décoction à raison de 20 grammes par litre d'eau, boire une tasse par jour pour détruire le ténia (05).

Contre indication :

- ne pas administrer aux très jeunes enfants et aux femmes enceintes (04).
- les alcaloïdes (la pelletiérine) sont hautement toxique (01).

15- HARMEL : الحارمل

Nom botanique : *Peganum harmala*

Famille : Zygophyllacées

Description : plante vivace buissonneuse, très ramifiée, à feuilles linéaires découpées et à fleurs blanches à cinq pétales et à capsules rondes contenant 3 graines, 50 cm de haut (26).

Odeur : désagréable.

Saveur : amère (29).

Récolte : été.

Habitat : originaire du Moyen-Orient, d'Afrique du nord et d'Europe du sud.

Parties utilisées : graines, racines.

Constituants chimiques : environ 4% d'alcaloïdes indoliques : l'harmine, l'harmaline, l'harmalol (01)

Propriétés : stimulant et antalgiques (28), vermifuge, emménagogue, antispasmodique (29)

Application : atténuer les douleurs rhumatismales (28), L'harmine a été employé pour soulager les tremblements de la maladie de Parkinson, les graines servent à soigner les troubles oculaires et stimuler la réaction, les racines pour traiter les rhumatismes et les problèmes nerveux (01).

Méthodes de préparation et posologies :

Gargarisme : décoction et infusion de plantes, se gargarisme dans les cas de laryngite.

Poudre : Poudres des graines, mélanger avec le miel pour éloigner les vers intestinaux.

Décoction : une décoction de 50g des graines dans une tasse d'eau chaude plus une cuillère d'huile d'amande dans les cas des maladies d'estomac.

16- IVETTE MUSQUÉE : شندقورة مسك القبور

Nom botanique : *Ajuga iva schreb*

Ajuga : deprivatif et jugum =joug : corolle sans lèvre supérieure (06).

Famille : labiées

Description : petit plante herbacée, vivace, rampante, à tige duveteuse d'un poil blanchâtre, feuilles simples, fleurs d'une couleur jaunâtre.

Odeur : nulle ou aromatique faible (14), forte (05).

Saveur : amère (31).

Récolte : printemps (14).

Habitat et culture : commune dans tout le tell Algérien au pied des collines et des montages.

Parties utilisées : plante entière (31).

Constituants chimiques : tanin, un principe amer, flavonoïdes, acides phénols, caféine.

Propriétés : antirhumatismale, antiseptique, cicatrisante, hypoglycémiant, parasiticide, antirabique, stomachique, hypotenseur (14), diurétique

Applications : la vertu de réguler le taux de sucre dans le sang et de combattre les troubles circulatoires et digestifs (09).

Méthodes de préparation et posologies :

Décoction : faire bouillir 20g dans un litre d'eau.(cas de maux de tête , des reins et de la vessie) prendre 3 tasse par jour (05).

Infusion : faire infuser quelques tiges avec leurs feuilles dans un litre d'eau .En prendre 2 tasses par jour.

Macération : même dosage que pour l'infusion. Laisser macérer pendant 12 heures (20) en prendre également 2 tasses par jour.

Poudre : écrasé quelques feuilles et les mélanger avec du miel en prendre une cuillère à café le matin à jeun (09).

17- LAURIER NOBLE : الغار الرند

Nom botanique : *Laurus nobilis L.*

Laurus : nom latin du laurier du celtique blawr =toujours vert (06).

Famille : Lauracées.

Description : arbuste aromatique à feuilles persistantes (01), alternes, coriaces et ondulées aux bords (04). De couleur vert foncé (01). A l'aisselle des feuilles poussent des petites fleurs Femelles Blanchâtre odorant, ou mâles, jaunâtres et plus grandes. Son fruit qui est une drupe ovale de la taille d'un pois, noire à l'état mûre (04), 20 mètre de haut (01).

Odeur : très aromatique.

Saveur : aromatique caractéristique et légèrement amère (29).

Récolte : mars- mai (feuilles), été –automne (baies) (14).

Habitat et culture : originaire de bassin méditerranéen, pousse dans les lieux humides et ombragés.

Parties utilisées : feuilles (01), fruits (29)

Constituants chimiques : 3% huile essentielle (dont 30 à 50% de cinéol, linolol, alpha pinène, alpha terpinol), mucilage, tanin et huile fixe (01). Ethérol.

Propriétés : stomachique, carminative, diurétique (04), antiseptique, sédatif, tonique (29), parasitocides.

Applications : soigner les troubles de l'appareil digestive supérieur et les douleurs arthritiques, stimule l'appétit et la sécrétion des sucs gastriques. favorise l'apparition des règles. Frictionner les muscles et l'articulation douloureuse (01)

Méthodes de préparation et posologies :

Décoction : Décoction des feuilles par litre d'eau, apaise les membres douloureux (04).

Les baies s'emploient à l'état sec, ces baies concassées qu'on prépare en décoction à raison de 10 grammes par litre d'eau, 2 à 3 tasses par jour.

Compresse : en usage externe on emploie les feuilles pour des bains aromatique, et en compresse sur le front contre les sinusites (05).

Contre indication :

- ne jamais utiliser l'huile essentielle par voie interne, et ne pas appliquer pur sur la peau en raison des risques d'allergie (01).

18- LAVANDE SAUVAGE : زعرورة الحلال

Nom botanique : *Lavandula staechas* L.

Lavandula : lavande, du latin lavare = laver ou purifier(06).

Famille : Labiées.

Description : petit arbuste peu rustique de 50 à 75 cm de hauteur aux étroites feuilles vert argenté à bord frisé. Il se couvre en fin de printemps et en été d'épis de fleurs violet profond et montre à l'extrémité de chaque épi, plusieurs bractées très allongées en forme d'oreille de la pin pourpre rosâtre, de taille variable (10).



Odeur : aromatique.

Saveur : chaude acre et amer.

Habitat et culture: commune dans tell Algérien.

Parties utilisées : sommités fleuries.

Constituants : acétate de linalyle, linalol, coumarine, géraniol, hydroxycoumarine, tanin, saponine hétéroside (14), flavonoides (01).

Propriétés : pectorale, stomachique, antispasmodique, sédatif, diaphorétique (14), antidépresseur, antiseptique.

Applications: favorise l'expulsion des gaz, soulage les contractions musculaire, système Nerveux, douleurs dorsales (01).

Méthodes de préparation et posologies :

Teinture : prendre le soir ½ cuillerée à café de teinture dans l'eau. Contre l'insomnie.

Infusion : ½ tasse : 2 fois par jour (01).calme les trouble digestifs.

19- LENTISQUE : الطرو الضرو

Nom botanique : *Pistacia _ lentiscus L.*

Pistacia : pistachier, altération de fourstak, nom arabe du pistachier (06).

Famille : Anacardiacees.

Description : arbrisseau résineux de 1 à 3m de haut. Il a des tiges ramifiées et des feuilles persistantes, composées, à 4 ou 5 paires de folioles entières, et courte mentes pétiolées. des fleurs rougeâtres en grappes denses, et des fruits très petits, de couleur rouge, non comestible.

Odeur : forte de térébenthine.

Saveur : amère, camphrée.

Récolte : printemps, été.

Habitat et culture : connue au Maroc et Tunisie (04), très commun dans le tell Algérien, les lieux boisés, maquis, il préfère les terrains siliceux.

Parties utilisées : feuilles, mastic (exsudation résineuse très rare dans l'Algérie).

Constituants : essence, tanin, masticine.

Propriétés : astringent, expectorant, cicatrisant (14).

Applications : efficace contre les affections bronchiques et la toux et pour soigner la diarrhée, appliqué aussi sur les ulcères et les furoncles (01).

20- MARRUBE BLANC : مرويت فراسيون الأبيض

Nom botanique : *Marrubium vulgare L.*

Marrubium : marrube, de l'hébreu marrob =suc amer : plante très amère (06).

Famille : Lamiacées (labiées).

Description : plante herbacée de 30 à 60 cm de haut (23). Croissant par touffes, dotée de tiges anguleuses qui portent des feuilles opposées, blanches et tomenteuses, dans la région supérieure de la tige, ces feuilles exilent des verticilles impairs de petites fleurs blanches (22).

Odeur : forte, surtout à l'état frais (04), toute la plante dégage une odeur de pomme (22).

Saveur : amère, légèrement âpre (23).

Récolte : on cueille les feuilles et, à l'époque de la floraison, les commîtes fleuries (09).

Habitat et culture : originaire d'Europe, réparti sur tout le continent américain (01) commun dans toute l'Algérie, de nos jours, on la trouve dans les jardins (22).

Parties utilisées : feuilles (01), fleurs (04).

Constituants chimiques : flavonoïdes (07), huile essentielle, choline, saponine, nitrate de potasse, acide gallique, pectine et fer (14), géraniol, tanins (22), alcaloïdes, diterpènes, mucilage, stachydrine, bétonicine, sels minéraux (01).

Propriétés : tonique, stomachique, emménagogue, hypotenseur, antidiabétique (04), stimulant de l'appétit, tonocardiaque, antitoxique, antiseptique, fébrifuge.

Applications : inappétence (tuberculose), anémie, digestions difficiles, insuffisance biliaire, tuberculose (s'opposerait aux germes qui favorisent l'action du B.K), dermatoses, eczéma chronique, affections nerveuses

Méthodes de préparation et posologies :

Infusion : faire infuser une cuillerée à soupe de la feuille par tasse d'eau pendant 10 minutes.

Prendre une tasse par jour avant les repas.

Décoction : décoction de 30 grammes par litre d'eau, est administrée pour favoriser les règles et aussi dans certains cas hépatiques.

Teinture : 10 à 15 gouttes, 2 ou 3 fois par jour (20).

21- MAUVE : الخبيزة الخبازة البرية

Nom botanique : *Malva sylvestris* L.

Malva : mauve, du grec malacos = mou : les mauves sont émollientes (06).

Description : cette vivace dressée de 1 m de hauteur, se comporte souvent comme une bisannuelle, elle porte de grandes feuilles cordées à arrondies, légèrement lobées vert moyen à foncé dans la forme sauvage, ses fleurs rose-mauve veinées de violet foncé s'épanouissent de l'été à la mi-automne (10), ses racines pivotantes charnues (01)

Saveur : mucilagineuse (20).

Récolte : pendant tout l'été jusqu'en fin d'automne.

Habitat et culture : originaire d'Asie et d'Europe, répandue en Amérique et en Australie (01) est une plante bisannuelle qui croît spontanément. On la rencontre en bordures des chemins, dans les champs, et les lieux incultes (04).

Parties utilisées : feuilles, fleurs, racines (01)

Constituants chimiques : polysaccharides et les glucuronides de flavone et de flavonols, flavonoides, anthocyanosides, polysaccharides dans les fleurs, donc la mauve est très riche en mucilage (07)

Propriétés : les mucilages responsable des propriétés adoucissantes, béchiques (11), sédatif, laxatif (29) anti- inflammation (30) émolliente (04).

Application : traitement des zones sensibles de l'épiderme, les feuilles atténuent l'inflammation de l'intestin, un remède contre les toux et diverse troubles respiratoires, les racines favorise la poussé des dents chez l'enfant (01).

Méthodes de préparation et posologies :

Broyage : un dentifrice de racine de mauve séchée et réduite en poudre pour désinfecter la bouche et soigner les aphtes et les infections des gencives (04).

Gargarisme : infusion des fleurs en gargarisme pour les maux de gorge (25).

Infusion : infusion des fleurs à la dose de 15gramme par litre d'eau , prendre 3 tasses par jour pour les maux de tête, la rétention d'urine et les maladies des reins(05).

Bains : une poignée de feuilles par litre d'eau, laisser bouillir de 10 à 15 minutes à petit feu, en recouvrant le récipient (04) une fois par jour pour les inflammations de la peau et la faiblesse totale du corps (33)

22-MÉLISSE : تمرزبوت ترنجن

Nom botanique : *Melissa officinalis* L.

Melissa : mélisse, du grec Melissa = abeille : plantes très butinée par les abeilles (06)

Famille : labiées (lamiaceae).

Description : plante vivace, de 60cm de hauteur (11), les tiges dressées, portent des feuilles opposées d'aspect gaufré de forme ovale (07), à leur aisselle se forment des fleurs labiées dont la couleur évolue avec l'âge, le fruit est un tétrakène (22).

Odeur : désagréable (13).

Saveur : légèrement amère et citronnée (23).

Récolte : juin.

Habitat et culture : ravins humides des montagnes (05), originaire d'Europe méridionale, d'Asie occidentale et l'Afrique du nord, la mélisse présent dans le monde entier (01).

Parties à utilisées : feuilles (08).

Constituants chimiques : huile essentielle renfermant de la thuyone et du thuyol, un suc amer, l'absinthine, des acides organiques, des tanins (22), flavonoïdes, triterpènes, polyphénols (01), hétérosides de monoterpènes et l'alcools aromatique.

Propriétés : antibactérienne, antifongique, antithyroïdienne, antiviral, antigonadotrope (07), tonique nerveux, relaxant, antispasmodique, stomachique.

Applications : guérit les blessures, apaise les palpitation et les rages des dents, anxiété tension nerveuse, gripes accompagnées de courbatures, nausées d'origine nerveuse

Méthode de préparation et posologie :

Infusion : faire infuser 20 gramme de feuilles dans un litre d'eau, boire une 3 fois par jour (01) en cas de maux de tête d'origine nerveuse.

Poudre : réduction en poudre, est employée contre les maux de tête, (05).

Teinture : prendre ½ cuillères à café dans l'eau 3 fois par jour, pour combattre l'anxiété et la dépression légère.

lotion : contre l'herpès, préparer une infusion et appliquer régulièrement sur les lésions (01)

Décoction : faire bouillir une petite poignée de plante sèche dans 1 litre d'eau. prendre 2 tasses par jour pour les migraines, crises de nerfs, vertiges... (09).

23- MENTHE POIVRÉE : النعناع النعناع الفلفلي

Nom botanique : *Mentha piperita*.

Mentha : menthe, du grec minthe, nom d'une nymphe que Proserpine métamorphosa en plante (06).

Famille : Lamiaceae

Description : plantes vivace d'une très grande vigueur se propageant par stolons, la menthe poivrée est caractérisée par des tiges quadrangulaires le plus souvent violacées, par des feuilles simples opposées - décussées, ovales- aigues, dentées et par des inflorescences de fleurs faiblement bilabiées de couleur pourpre groupées en épis très serrés (07).

Odeur : caractéristique (11), porte (09).

Saveur : piquante (02).

Récolte : à lieu au début de la période de floraison (07).

Habitat et culture : on cultive en Europe, en Asie, en Amérique du nord (01).

Parties utilisées : les parties aériennes, les feuilles, les sommités fleurie.

Constituants chimiques : flavonoïdes, tri terpènes, caroténoïdes (11), huile essentielle (1,5%dont le menthol entre35 et 55%) et menthone entre (10 et 40%) (01).

Propriétés : antispasmodiques digestifs, stomachique, carminative (11), antiseptique, stimulante (01), analgésique (21).

Applications : troubles digestifs, migraine d'origine digestive, eczéma (01).
traditionnellement utilisée comme traitement adjuvant de la composante douloureuse des colites spasmodiques, pour faciliter les fonctions d'élimination rénales et digestives, dans les troubles fonctionnels digestifs attribués à une origine hépatique, dans divers indication locales (07).

Méthodes de préparation et posologies :

Infusion : faire infuser 30 gramme par litre contre le spasme (28).

Inhalation : faire bouillir 20 grammes de menthe sèche dans un litre d'eau pendant 15 minute, utilisée la vapeur en cas des problèmes de respiration, inflammation des bronchites (33).

Gargarisme : faire bouillir 10 pincées de feuilles dans un litre d'eau, se gargarisme pour la mauvaise haleine, maux de gencives et de dents (09).

26- MENTHE POULIOT : فلايو الفوتينج

Nom botanique : *Mentha pulegium* L.

Famille : Labiées.

Description : plante herbacée a tiges quadrangulaires, rameuses, pubescents, rougeâtres, atteignant pétioles, ovales, longues de 15 à 25 mm, crénelées sur les bords. Fleurs Pédonculées, purpurines, roses, blanches ou bleues réunies par verticilles qui approchent du sommet et forment par leur ensemble des épis droit.

Odeur : forte, aromatique, menthée.

Saveur : camphrée, aromatique, amère.

Récolte : été (14).

Habitat et culture : originaire d'Europe et d'Asie mineure, répandue en Amérique dans les lieux humides.

Parties utilisées : parties aériennes.

Constituants chimiques : huile essentielle – contenant de la pugelone (27 à 29%) de l'isopugelone, du menthol et d'autre composés terpéniques, amères (01), menthone, enzymes pectine (14).

Propriétés : stomachique, carminatif, antivomitif, tonique, antispasmodique, béchique (04), digestif (01), analgésique, anesthésique, narcotique (29).

Applications : stimule les sécrétion gastriques, réduite les flatulences et ces coliques, elle fait Baisser la fièvre, favorise la sécrétions des muqueuses et elle favorise l'apparition des règles, apaise les démangeaisons (01).

Méthodes de préparation et posologies :

Infusion : 20 gramme dans un quart d'eau, prendre 2 tasses par jour contre les maux de tête et les infections respiratoires bénignes. (16).

Contre indication :

- déconseillé pendant la grossesse.
- l'utilisation d'huile essentielle de la menthe est très toxique.
- migraines d'origine digestive et hépatique.
- nausées accompagnées de maux de tête (01).

25- MYRTE : الريحان الأس

Nom botanique : *Myrtus communis* L.

Myrtus : Myrte, du grec myrtos, dérivé de myron = parfum : plante aromatique (06).

Famille : Myrtaceae.

Description : arbuste de 3 à 4 mètre de haut, ses branches rougeâtres sont très ramifiées et ses petites feuilles d'un vert brillant, sont ovales, lancéolées, opposées et courtement pétiolées.

Ses fleurs blanches sont adorantes et poussent à l'aisselle des feuilles, munies d'un long pédoncule son fruit est une baie glanduleuse d'un noir bleuté, comestible (04).

Odeur : très aromatique (14).

Saveur : aromatique et amère.

Récolte : printemps.

Habitat et culture : originaire du bassin méditerranéen (01) commun dans les maquis et les forêts du littoral Algérien (04).

Parties utilisées : feuilles (août), fruit (septembre, octobre), fleurs (29).

Constituants chimiques : huile essentielle (camphre, dipentène, myrténol) (07), tanins, flavonoïdes (01).

Propriétés : antiseptique, balsamique, astringent, hémostatique, (25) tonique (01).

Applications : affection respiratoire (01), les blessures, inflammation de branche, toux (29)

Méthodes de préparation et posologies :

Infusion : on utilise ses feuilles sous forme d'infusion, une cuillère à dessert par tasse d'eau pour combattre l'hypertension, les douleurs abdominales, les inflammations de la gorge, les bronchites et comme antiseptique interne et externe. Ses baies sont préparées sous forme d'infusion contre les diarrhées et comme hypoglycémiant (04).

Décoction : les fleurs et les fruits en décoction 25grammes par litre d'eau est utile contre les affections herpétiques et l'érysipèle.

Gargarisme : les feuilles en décoction à la dose de 50 grammes par litre d'eau et utile en gargarisme désinfectants et aromatiques.

26- NIGELLE CULTIVÉE : السينوج الحبة السوداء

Nom botanique : *nigella sativa L.*

Du latin nigellus : noirâtre : les graines sont noires semblables à celle de la neille des blés(06).

Famille : Renonculacées.

Description : plante annuelle à tiges dressés de 30 à 40 cm, ordinairement unicaule feuilles multifides, les inférieure linéaire. Fleurs sans involucre, petites de 2.5 cm de diamètre. 5 sépales ovales et acuminés au sommet. 8 pétales ou gui ailés lâchement pubescents. Étamine nombreuse. 5 à 6 graines noires (05).

Odeur : aromatique caractéristique.

Saveur : très agréable, un peu amère.

Récolte : mai – juin.

Habitat et culture : originaire d'Asie mineure, cultivé dans presque toute l'Asie et la région méditerranéennes (01) en peu partout en Algérie (14).

Parties utilisées : les graines (01).

Compositions chimiques : les graines contiennent 40% d'huile grasse, une saponine (mélantine), 1.4% d'huile essentielle (01), un suc amer nigelline et du tanin.

Propriétés : diurétique, cholagogues, résolutive et galactogènes à condition de les prendre pendant long temps (25).

Applications : les graines favorisent la digestion, soulagent les douleurs gastriques et combattent flatulences, ballonnements et coliques, expulser les vers intestinaux (01).

Méthodes de préparation et posologies :

Décoction : la décoction à la dose de 5 grammes dans un quart d'eau, à raison de 2 verres par jour pour expulser les vers intestinaux.

Bain : la décoction à la dose de 5 grammes dans un quart d'eau et de vinaigre, en bain de bouche elles calment les maux de dents.

Broyage : écrasées dans un linge et respirées, elles soulagent les maux de tête (05).

27- OIGNON : البصل

Nom botanique : *Allium cepal.*

Allium= ail, du celtique all = chaud, âcre, brûlant, propriétés de l'ail (06).

Famille : Liliaceae.

Description : on cultive de nombreuses variétés de cette plante herbacée vivace à feuilles généralement cylindrique, à ombelles subglobuleuses de fleur 3 mères recouvertes

initialement par une spathe membraneuse. Dans le cas de oignon commun ces variétés sont regroupées en deux catégories selon que l'extérieur de leur bulbe est blanc au coloré (07).

Odeur : forte.

Saveur : piquant.

Récolte : l'oignon est quasiment disponible tout l'année.

Habitat et culture : originaire d'Asie, cette plante passagère est de nos jours cultivée dans le monde entier (09).

Parties utilisées : bulbe.

Constituant chimiques : le bulbe d'oignon frais renferme des fructanes, flavonoïdes composés soufrés (désulfure de dipropyle), cépaènes (alpha-sulfinyl disulfures), zwibelanes (Dérivés disoufrés bicyclique). dans l'essence d'origine, les composés très majoritaires sont des sulfures.

Propriétés : diurétique, antimicrobien, hypoglycémiant, et fibrinolytique liée à certains des composés soufrés, anti-asthmatique (07), cicatrisant, stimulant, antiseptique.

Application : constipation, toux, rhumatisme (29).

Méthodes de préparation et posologies :

Distillation : l'eau distillée pour traiter l'écoulements et bourdonnement d'oreilles.

Sirop : extrait de oignon plus le miel : quelque goutte dans l'œil.

Macération aqueuse : macération d'oignon pendant tout la nuit dans l'eau contre les vers chez l'enfants.

Cataplasme : appliquer des tranches d'oignon cru sur les tempes contre la méningite et sur le Sommet du craigne contre la fièvre. Appliquer des tranches chaudes d'oignon sur la gorge pour soigner les angines, les plaies ou les hémorroïdes (09).

28- OLIVIER : شجرة الزيتون

Nom botanique : *Olea europaea*.

Olea : olivier, du latin oleum = huile : l'olivier produit la meilleure de toutes les huiles (06).

Famille : Oleaceae.

Description : arbre pouvant atteindre jusqu'à 10m de hauteur et doué d'une très longue longévité. à petite feuille coriace, étroite et vert foncé. Ses fleurs blanches sont minuscules et ses fruits que tout le monde connaît, sont de grosseurs variables suivant la variété noire à pleine maturité. (07)

Saveur : amère (14).

Récolte : les fruits sont cueillis en hiver, la meilleure période pour la cueillette des feuilles et le printemps (09).

Habitat et culture : dans tout le bassin méditerranéen (01) qui peuple de puis des millénaire d'Algérie (04) sur tout sur pentes ensoleillées et calcaires.

Parties utilisées : feuilles, fruits.

Constituants chimiques : le fruit frais riche en = eau (40 - 45%), glucides 10 - 20%, triterpènes (acide oléanolique, mannitol), sels minéraux (phosphore, soufre,...), vitamine A et C, lipide 30% du fruit mûr (14), dans les feuilles il y a un amer (oléoropin) et oléoropéside (iridoides) (01).

Propriétés : hypotenseur, spasmodique, émollient, antiarythmique, vasodilatateur, fébrifuge, tonique (14), cholagogue, laxative contre la constipation (07).

Applications : protège les muqueuses en cas d'absorption de produit corrosifs au caustique, soigner les coliques, les hémorroïdes (04) les feuilles abaissent la tension artérielle, améliorent la circulation, conseillées aux diabétiques (01) et calmer les douleurs d'oreilles (03).

Méthodes de préparation et posologies :

Infusion : verser un litre d'eau bouillante sur 50g de feuilles desséchées et émietées, laisser reposer un demi - heure et prendre 3 ou 4 tasses par jour.

Teinture : laisser macérer 10 jours 30g de feuilles sèches, émietées, dans 120 grammes d'alcool à 70°. Prendre 20-30 gouttes, 3 ou 4 fois par jour dans une tisane ou toute autre boisson (16).

Décoction : faire bouillir un petite de feuilles dans 1 litre d'eau, en consommer 2 tasse par jour (09) comme hypotenseur et antidiabétique (33)

29- ORGE : الشعير

Nom botanique : *Hordeum vulgare* L.

Hordeum : orge, du latin hordus = hourd : le pain que l'on fait avec l'orge est très pesant (06).

Famille : Poaceae.

Description : plante annuelle à tige droite, à feuilles lancéolées, à auiicules portant une double rangée de grains et à longs poils (1m de haut) .

Saveur : aromatique.

Récolte : été (01).

Habitat et culture : l'orge est cultivée dans les régions tempérées

Parties utilisées : graine.

Constituants chimiques : alcaloïde (hordénine, gramine), polysaccharides homogènes (l'amidon), des enzyme (amylase) de la maltine, des minéraux = phosphore, calcium, potassium, fer, vitamines (B1, E) (07), des graisses (01).

Propriétés : émollients, rafraîchissantes, dépurative, hypoglycémiantes, stomachique, anti-inflammatoire (07), sédatif, antidiphthérique (29)

Application : elle régularise les fonctions digestive, dans les cas d'atonie gastrique ou intestinale, d'intestins paresseux et de diarrhée, indiquée dans les maladie inflammatoire, entérite, états fébriles, angines et affection de la gorge

Méthodes de préparation et posologies :

Décoction : la décoction d'un 30 à 50 grammes des semences par litre d'eau. Boisson abondante dans les Affection urinaires.

Gargarisme : la décoction d'un 30 à 50 grammes par litre d'eau (gargarisme dans les affections de la gorge (07).

30- ORTIE : مجبطة القراص

Nom botanique : *Urtica dioica* L.

Urtica : ortie, du latin, urere : brûler : allusion aux piqûres brûlants des poils (06).

Famille : Urticaceae.

Description : plante très commune herbacé, vivace à tige quadrangulaire porte des feuilles opposées, vert sombre, les fleurs, généralement unisexuées. La drogue est constituée par les parties souterraines, longs rhizomes ramifiés et racines de couleur jaunâtre (07) .1.5m haut (01).

Odeur : faible peu caractéristique.

Saveur : aigrette et astringente à l'état frais (14) peu caractéristique à l'état sec.

Récolte : printemps à l'automne.

Habitat et culture : l'ortie pousse dans les régions tempérées du monde (01) commune dans toute le tell algérien, elle préfère les soles azotés, incultes, le long des routes, près des maison (14).

Parties utilisées : les parties aériennes (01), les racines en automne (29).

Constituants chimiques : flavonoïdes(quercétine),lignames,amine.chlorophylle (10ab0% , minéraux(calcium,potassium,acide salicique,fer)(01)les vitamines (14),les racine renferment des polysaccharides, lectine, nombreux composés phénolique, stérols.

Propriétés : diurétique,tonique, astringent,anti-allergique(01),stomachique,antirhumatismal, urticant,antidiarrhéique,dépuratif,hémostatique(14),galactagogue(29).

Applications : en cas de l'eczéma et l'arthrite, allergie, l'anémie, piqûres et morsures,asthme et difficultés respiratoire,écoulement de nez (01), rhumatisme(29),problèmes de digestion (30),réduit l'hypertrophie de la prostate (01).

Méthodes de préparation et posologies :

Infusion : faire infuser rapidement 1 ou 2 poignées de feuilles fraîches dans un litre d'eau, en prendre 3 tasses par jour.

Bain : faire une décoction de feuilles fraîche à raison de 2 poignées de feuilles par litre d'eau et utilisé comme bain des mains et des pieds contre l'acné urticaire, règles douloureuses (09).

Teinture : 1 cuillère à café diluée dans 100ml d'eau, prendre 2 fois par jour, soigne les allergies, et urticaire, contre le rhume des foins (01).

Contre indication :

-ne mange pas leurs graines (29).

31-OSEILLE COMMUNE : سموم الحماض البستاني

Nom botanique : *Rumex acetosa* L.

Famille : Polygonacées.

Description : plante vivace à feuille basale et à tiges pointues portant des fleurs verts qui deviennent rouge à maturation (1m de haut) (01).

Saveur : acidulée (29).

Récolte : été (les feuilles) et en automne (les racines).

Habitat et culture : pousse dans toutes les régions tempérées.

Parties utilisée : les feuilles, racines.

Constituants chimiques : oxalates, anthraquinones (chrysophanol, émodyne, physcione, rheine) (01), fer, vitamine D, chlorophylle (29)

Propriétés : purgatif, laxatif léger grâce au anthraquinones (01), digestif, tonique, apéritif (29), antixorbétique, diurétique, dépurative (21)

Applications : traitement prolongés pour les maladies chroniques de l'appareil digestif (01), constipation, acné, appétit (29).

Méthodes de préparation et posologies :

Cataplasme : les feuilles d'oseille appliquées en cataplasme font rapidement mûrir des abcès.

Décoction : faire bouillir 25 grammes des graines pour 1 litre d'eau (04).

Contre indication :

-ne doit pas être consommée par des personnes souffrant de calculs rénaux (26).

-déconseiller dans les cas d'affection pulmonaires, asthme, fragilité gastrique, goutte et rhumatisme (21).

32-PERSIL : المعنوس البقدونس

Nom botanique : *Petroselinum crispum*.

Petroselinum : persil, du latin petra=pierre et selinum=persil : station de ces plantes (06).

Famille : Umbelliferae (Apiaceae).

Description : plante herbacée bisannuelle dotée d'une racine conique blanche , et formant dans sa première année une rosette terrestre de feuilles composées jusqu'à trois fois divisées au cours de la deuxième année , portant des feuilles alternes , et terminées par des ombelles des fleurs vert- jaune .les fruits sont des diakènes (22).

Odeur : acrée.

Saveur : aromatique.

Récolte : les graines sont recueillies une fois mures (09), les feuilles en printemps, l'écorce en automne (16).

Habitat et culture : originaire d'Europe de l'ouest du bassin méditerranéen .en les cultive dans le monde entier.

Parties utilisées : feuille, racine, graines (01).

Constituants chimiques : huile essentielle (pinene,terpène,apeine,apial),sels minéraux :(S, P , Cl, Na, Ca, K , Fe , Cu ,Mn), Vitamine(B1,B2,B3, PP ,B6),principe aestrogénique (24), flavonoides phtalides, glucoside,l'apune(22).

Propriétés : anti-inflammatoires, antioxydants, diurétique, antirhumatisme (01)

Méthodes de préparation et posologies :

Décoction : décoction des feuilles ou racines ou des graines à raison de 50 grammes par litre d'eau pendant 15 minute, prendre 2tasse par jour avant les repas pour traiter les maladies diurétiques, règles irrégulières et le rhumatisme.

Infusion : faire infuser un cuillère des graines dans un tasse d'eau chaud, boire en matin avant la déjeuner, contre les maladie du fois, on faire infuser de 50grammes par litre d'eau pendant 15minute, prendre 2tasses par jour avant les repas pour le traitement des maladie diurétique, rhumatisme, règles irrégulières.

33-ROMARIN : الاكليل اكليل الجبل

Nom botanique : *Rosmarinus officinalis* L

Rosmarinus : romarin, du latin ros= rosée et marinus= de mer : allusion à on parfum et son habitat sur les coteaux maritime (06).

Famille : Lamiaceae.

Description : arbrisseau méditerranéen (01), toujours vert touffu et ligneux, atteignant 2 mètre de haut, dont l'écorce s'écaille sur les branches les plus âgées. Les rameaux velus portent des feuilles lancéolées, linéaires et coriaces, la face supérieur est vert, l'intérieur grisâtre - mâte, sont enroulées en dessous. Les fleurs sont le plus souvent de couleur bleu pâle maculées intérieurement de violets groupés par 2 à 10 aux verticilles des feuilles (14).

Odeur : très odorant (05), les feuilles dégagent une odeur aromatique stimulante (01).

Saveur : chaud camphrée légèrement amère.

Récolte : printemps, été (14).

Habitat et culture : originaire des régions méditerranéennes, on le cultive communément dans les jardins (14).

Parties utilisées : feuilles, fleurs (05).

Constituants chimiques : huile essentielle : 1 à 2.5% dont les constituants principaux sont : camphre (15 - 25%), le cinéol (15 - 30%), les composés phénoliques : flavonoïdes à gènes méthylés et par des acides phénols (vosmarinique), ester de l'acide caféique, diterpènes cyclique (07), tanins (01).

Propriétés : cholérétique, diurétique, l'huile essentielle spasmolytique (07), cicatrisant, astringent, anti-inflammatoire, antioxydant (01), antispasmodique, stomachique, carminatif, cholagogue, emménagogue (14).

Applications : traditionnellement utilisé pour : favoriser les fonctions d'élimination rénales et digestives et dans le traitement symptomatique de trouble digestif, rhume (07), douleurs rhumatismales, stimulant psychique (01).

Méthodes de préparation et posologies :

Infusion - décoction : faire infuser ou bouillir ½ poignée de romarin ou une poignée dans un litre d'eau, prendre 1 à 3 tasses par jour selon l'effet désiré (09).

Crème : ajouter l'extrait de la plante à l'huile d'olive pour faire une crème contre les douleurs gastro-intestinales au cours de massage à l'extérieur de la peau (27).

Contre indication :

-déconseillé aux femmes enceintes sans avis médical (01), à forte dose le romarin peut être toxique (05).

34- RUE : **فجل**

Nom botanique : *Ruta chalepensis* L.

Ruta : rue, du grec *rûo* = je conserve, au bien *reô* = je coule : allusion aux propriétés.

Médicinales, surtout emménagogues de ces plantes (06).

Famille : Rutaceae.

Description : plante glauque, à tige dressée, finement glanduleuse, à glande non saillante, brun-pâle. 50 à 80 cm. Feuilles bipinnatiséquées en lobes oblongs, lancéolés, obtus, glanduleux un peu inégaux. Inflorescence en corymbe, dotée à la base des rameaux, de bractées dépassant fortement leur largeur, fruits aigus acuminés.

Odeur : très forte, nauséabonde, fétide.

Saveur : aromatique amère chaude âcre.

Habitat et culture : présente dans les rocailles et pelouses du tell.

Récolte : printemps, été.

Parties utilisées : sommités fleuries.

Compositions : un hétéroside, la rutine (ou rutoside) et une huile essentielle contenant une dizaine de substance (cétones, alcools, esters, terpènes) (14), vitamine (A et D) (28)

Propriétés : emménagogue, antispasmodique et émolliente (08), antiépileptique, vermifuge et sudorifique, antiseptique et antirhumatismale (04).

Applications : régulariser l'apparition des règles, calmer les spasmes nerveux.

Méthodes de préparation et posologies :

Infusion : à la dose de 2 à 8 grammes par litre d'eau, calme les spasmes nerveux.

Décoction : 1/8 litre d'eau pour 50 centigrammes à la même propriété (08).

Bains : bains de bouche pour soigner les affections gingivales.

Cataplasme : Cataplasme antirhumatismale et surtout antiseptique sur les plaies et les ulcérations (04)

Contre indication :

-déconseillée aux femmes enceintes et aux enfants en bas âge.

-il ne faut user de la rue qu'avec beaucoup de circonspection (08).

-en usage interne, elle peut provoquer des accidents de gastroentérite, intense, avec vertige, tremblements et convulsions (14) du reste son emploi en général n'est indiqué qu'en dose très réduite (1 à 2g par tasse d'eau). A forte dose elle provoque de graves empoisonnements (04)

35- THYM : الزعتر الصعتر

Nom botanique : *Thymus vulgaris*L.

Thymus : thym, du grec thyo = par fumé ou thymos=force : plantes aromatique et stimulante (06).

Famille : Lamiaceae.

Description : il pousse en touffes de 20 à 40cm de haut, est un sous arbrisseau, les feuilles opposées (07) très petites (04), lancéolées (en forme de pont de lance) et linéaire (11). Ses fleurs à calice velu et à corolle bilabiées rosée ou blanchâtre est groupée en glomérules ovoïdes (07).

Odeur : très aromatique (01).

Saveur : amère.

Récolte : avril et durant tout l'été (29).

Habitat et culture : originaire d'Europe du sud, il est aujourd'hui cultivé dans le monde entier.

Parties utilisées : les parties aérienne : les feuilles (01).

Constituants chimiques : huile essentielle 0.5 à 2.5%(phénols, thymol et carvacol), **hétérosides**, l'**apigénol**, lutéolol et du 6, hydroxytutéolol, flavone di, tri et tetraméthoxylées (07). Flavonoides (01).

Propriétés : antiseptique, tonique, expectorant, vermifuge, antioxydant (01), stomachique (04), Antibactériennes, antioxydant (07)

Applications : traitement symptomatique de trouble digestifs et de la toux et bronchites, traitement des petits plaies et cavité buccale, infection, asthme et rhume des foies, grippe et L'état fébrile Douleurs sciatique ou rhumatismales.

Méthode de préparation et posologie :

Infusion : en cas de coup de froid : 50ml 3 fois par jour (01) .Sommités fleuries 10g par tasse : colique intestinal, mauvaise digestion, faiblesse, bronchites (07).

Bain : l'infusion est utile pour nettoyer les plaies et pour en faciliter la cicatrisation (04).

Sirop : contre le toux : boire 20ml 3 fois par jour (01).

Décoction : une décoction de 15 – 20grammes de thym dans 100grammes d'eau. Contre les maux des dents (28).

Contre indication :

-pas d'usage externe pendant la grossesse (01).

N.B : si vous voulez passer un hiver sans rhume, faites une petite cure préventive de thym et de serpolet, en prenant tous les soirs une infusion bien chaude à 2 pincées de chaque plante par bol (15).

36- TUSSILAGE : تسلفا

Nom botanique : *Tussilago farfara* L.

Tussilago : du latin tussis = toux et agere =chasser : qui dissipe la toux (06).

Famille : Astéracées (01).

Description : plante herbacée vivace à souche charnue et rampante. Tige dressée, haute de 30cm, cotonneuse pourvue d'écailles ovales- lancéolées, feuilles se développant après les fleurs, fleurs jaunes à ligules de la circonférence dépassant les fleurs du centre (05).

Récolte : les fleurs à la fin de l'hiver et les feuilles en été.

Habitat et culture : originaire d'Europe et d'Asie septentrionale, acclimaté en Amérique du nord (01), le tussilage pousse le long des routes, en droit frais en montagne, forêt de guerrouch (Jijel) (05).

Parties utilisées : feuilles, fleurs (01), racines (02).

Constituants chimiques : les fleurs et les feuilles contiennent des mucilages, des huiles essentielles, des tanins. Dans les racines, on trouve de plus de l'inuline (05), sels minéraux surtout : potassium, calcium, soufre, fer.

Propriétés : adoucissant, calmante, dépuratif, expectorante, résolutif, sudorifique (10) très bon béchique (12), antibiotique (13).

Application : affections respiratoires, les toux spasmodiques (01).

Méthodes de préparation et posologies :

Infusion : infuser des feuilles au des fleurs 5grammes pour un tasse d'eau bouillante pendant 15min, le goût n'est pas fameux, sucrer au miel, ou le masquer d'une de menthe pouliot 3- 4 tasse par jour donne de bons résultats dans la toux des bronchites, les rhumes.

Sirop : verser un litre d'eau bouillante sur les plantes sèches suivant : tussilage, 30grammes, hysope 30grammes, plantain 30grammes, mauve 20grammes, laisser infuser 12 heure à couvert, ajouter 180grammes de sucre pour 100grammes du liquide, à employer rapidement 4 à 6 cuillerées à soupe par jour contre le toux trachéite et bronchites (12).

Emplâtre : les feuilles broyées sont employées en emplâtre sur les érysipèles et toutes les inflammation de la peau (05).

Contre indication :

-déconseillé pendant la grossesse et l'allaitement, ne convient pas aux enfants de moins de 6 ans et est déconseillée en cas de maladie du foie (01).

Enquête ethnobotanique
et
Méthodologie de l'étude

CHAPITRE I

Matériels et Méthodes

I. ENQUÊTE ÉTHNOBOTANIQUE :

I.1. Méthode d'exploration :

• Prospection par enquête

1. questionnaire :

Pour mieux connaître l'usage traditionnel des plantes médicinales dans la région de Jijel, nous avons utilisé un questionnaire portant sur les plantes, parties utilisées, mode d'emploi et les maladies traités. Voir tableau 1.

2. population visée par l'enquête :

Cette enquête est menée auprès des personnes ayant un certain âge allant de 40ans à 72 ans de sexes différents, qui ont une large expérience dans l'utilisation thérapeutique des plantes dans leur environnement

3. les régions touchés par l'enquête :

Les personnes questionnées sont logés dans des régions rurales dans notre région, les villes touchées par cette enquête, il y'a la région de Taxana, Kaous, Emir, Tassouste, Taher, Chekfa, Ziama, Djimla, El Ancer et Sidi abdelaziz.

II. MÉTHODOLOGIE DE L'ÉTUDE :

II.1. Matériel :

Notre travail est réalisé sur l'espèce de myrte (*Myrtus communis L*) qui a déjà séché pendant un mois à l'abrit de lumière

- pourquoi nous choisissons le myrte (*Myrtus communis L*) ?
- le myrte est très connu dans notre région et très abondant.
- Il est préparé en trois méthodes : infusion, décoction et macération (enquête), qui se permet de l'extraction des différent principes actifs que nous le trouvons dans la bibliographie : l'huile essentielle (14), tanins et flavonoides (09).
- Ces trois méthodes sont simple à manipulés dans laboratoire nous avons utilisé une balance de précision (0.01g) pour peser les feuilles de myrte, trois bécchers pour faire les trois préparation. La température est assurée par une plaque chauffante qui été régulier à 100C°. après 10 minutes pour infusion ou décoction et 48 heures de macération, nous avons mélangé les préparations par une cuillère en inox et à la fin, on utilise une passoire en plastique, filtrées les solutions dans des erlen meyers.

II.2. Méthode :

Nous avons utilisé 10g de feuilles de myrte et 500ml d'eau pour chaque préparation. Pour l'infusion et la décoction, les feuilles restent infusé ou bouillir pendant 10 minute alors que la macération, reste macérer pendant 48 heures (selon son principe).

La détermination de la quantité de myrte et le temps de préparation ne se fait pas au hasard, mais elle fait pour que les résultats obtenus (couleurs) ne possèdent qu'une rapporte qu'avec la concentration des principes actifs qui extraire par chaque méthode.

- Infusion :

Nous avons mis 10 grammes des feuilles de myrte séchées dans 500ml d'eau bouillante dans un bêcher, on couvre le bêcher et on laisse infuser pendant 10 minutes, on filtre la solution à l'aide d'une passoire dans un erlen meyers.

- Décoction :

Nous avons mis 10 grammes des feuilles de myrte séchées dans 500ml d'eau froide, et on faite bouillir pendant 10 minutes, filtrer la solution dans une passoire dans un erlen meyers.

- Macération :

Nous avons mis 10 grammes des feuilles de myrte séchées dans 500ml d'eau froide, on laisse macérer pendant 48 heures, on filtre la solution dans un erlen meyers.

Tableau I : un exemple du fiche questionnaire :

Non de la plante	Nom vulgaire	Traitement thérapeutique	Mode d'emploi
-1			
-2			
-3			
-4			

Information sur la questionné

Ville :

Age :

Sex :

CHAPITRE II

Résultats

et

Interprétations

RESULTAT ET INTERPRETATION

I : Les résultats :

I.1. Les résultats de l'exploration :

Après une longue période de prospection, nous avons recensé un grand nombre de plantes médicinales tant sauvages que cultivées localement, des arbres, des arbrisseaux ou arbustes à des usages thérapeutiques, mais nous n'avons retenu que 36 plantes les plus utilisées et utiles.

Toutes les informations de l'enquête sont répertoriées et organisées dans le tableau II :

TABLEAU II : les résultats obtenues après l'enquête :

Non de la plante	Nom vulgaire	Traitement thérapeutique	Mode d'emploi
1- ABSINTHE <i>Arthemisia absinthium L.</i>	H'chichete Meriem	-stérilité des femmes	-macération dans l'eau froide, boire
2- ACHILLÉE MILLE FEUILLE <i>Achillea mille folium L.</i>	Belkissoum	-les furoncles, éruption, cutanée -saignement d'une blessure	-moudre les feuilles, puis on mélange avec l'huile d'olive et mettre sur les parties atteintes -les feuilles sont moulues et mises sur la blessure.
3- AIL <i>allium sativum L.</i>	Thoum	- saignement d'une blessure -maux des dents -gonflement des amygdales, toux et bronchite.	-écrasé une gousse d'ail et couvrir la blessure. -écrasé un lobe et le mettre sur la dent douloureuse. - faire cuire 3 ou 4 lobes d'ail dans une quantité d'huile d'olive pendant 10 à 15 minutes, prendre une cuillerée à soupe avant de se coucher.

TABEAU II : les résultats obtenues après l'enquête(suite) :

Non de la plante	Nom vulgaire	Traitement thérapeutique	Mode d'emploi
4- BASILIC <i>lamiacées (labiées).</i>	Hbec	-maux d'estomac -rhumatisme -trachome, rougeur d'oeil	-macération dans l'eau froide -échauffé les feuilles et appliquer sur le genou atteint de rhumatisme -écraser les parties aériennes, prendre le suc et le mélanger avec le lit de vache appliquer sur les paupières.
5- CAPILLAIRE <i>adiantum capillus veneris</i> L.	Mriaacha	-les maladies des reins -toux	-décoction dans l'eau, boire -infusion de plante dans l'eau bouillante
6- CHÊNES <i>quercus robur</i> L.	Elbabout	-maux d'estomac, hémorroïde -Hémorragie et saignement des blessures -diabète	-macération dans l'eau, boire -mettre les feuilles comme cataplasme sur les blessures -broyer les graines, utiliser dans l'alimentation des personnes diabétiques.

TABLEAU II : les résultats obtenues après l'enquête(suite) :

Non de la plante	Nom vulgaire	Traitement thérapeutique	Mode d'emploi
7- CITRONNIER <i>citrus limonum riss</i>	limon	-acné juvénile et taches noires -indigestion, obésité -gonflement des amygdales, grippe.	-couper le fruit en petits morceaux, frotter sur le visage gras -faire presser le fruit et mélanger le jus obtenu avec du miel et boire -décoction des feuilles plus quelque gouttes de jus, boire
8- CRESSON <i>Nasturtium officinale.</i>	Harf	-bronchite, glossite, gingivite, gonflement amygdale -inappétense.	-broyer les graines et mélanger la poudre avec le miel -décoction des graines, boire 2 fois par jour
9- CUMIN <i>cuminum cyminum L.</i>	Camoune	-lombalgies, douleurs des reins, vomissement -maux d'estomac, inappétence - douleurs gastriques	-infusion d'une cuillerée à soupe des graines dans l'eau bouillante pendant 10 minutes, boire à jeûne et au coucher -décoction des graines dans l'eau -consommer une cuillerée à café de poudre avec l'eau après chaque repas.

TABLEAU II : les résultats obtenues après l'enquête(suite) :

Non de la plante	Nom vulgaire	Traitement thérapeutique	Mode d'emploi
10- CYPRES COMMUN <i>cupressus sempervirens L.</i>	S'nober	-maux des dents	-décoction des 4 ou 5 cônes de cyprès dans un litre d'eau, se rincer la bouche
11- EUCALYPTUS <i>eucalyptus globulus labill.</i>	Calytousse	-rhum (grippe) -toux, gaz	-décoction des parties aériennes puis sentir la vapeur -infusion de la plante dans l'eau bouillante (boire)
12- FENOUIL <i>foeniculum vulgar.</i>	Basbésse	-gaz intestinaux -inappétence	-infusion ou décoction du plante, boire -consommer la plante fraîche
13- FENUGREC (TRIGONELLE) <i>trigonell foenum-graecum L.</i>	Helba	-Inappétence (apéritif) -anémie, maigreur, maux d'estomac -angoisse, asthénie -abcès et les plaies	-infusion des graines dans l'eau bouillante, 2tasse par jour -réduire les graines en farines, mélanger avec le miel ou l'eau -macération des graines dans l'eau -faire une macération des graines, récupérer les graines qui devenue une pâte visqueuse chaude, mettre sur la partie atteinte.

TABLEAU II : les résultats obtenues après l'enquête(suite) :

Non de la plante	Nom vulgaire	Traitement thérapeutique	Mode d'emploi
14- GRENADIER <i>punica granatum L.</i>	Rommane	-vers intestinaux chez les enfants -diarrhée, anémie -maux d'estomac, renforcement des cheveux -trouble digestives, asthme, rhumatisme	-décoction des racines dans l'eau, boire -décoction de l'écorce de fruit, boire -infusion des feuilles, ou d'écorce des fruits dans l'eau bouillante, boire 2 fois par jour -le jus de grenadier avec l'eau ou sucre ou miel et boire
15- HARMEL <i>peganum harmala</i>	Harmel	-états grippaux, maux d'estomac, maux de tête galactagogue -rhumatisme	-décoction des graines ou des feuilles dans l'eau pendant 10 minutes et boire -échauffé les feuilles dans l'huile d'olive et utiliser comme cataplasme sur les parties atteintes le rhumatisme
16- IVETTE MUSQUÉE <i>ajuga iva schreb</i>	Chkendora	-douleurs internes -maux d'estomac	-décoction ou macération dans l'eau -décoction dans l'eau, boire amer (sans sucre)

TABLEAU II : les résultats obtenues après l'enquête(suite) :

Non de la plante	Nom vulgaire	Traitement thérapeutique	Mode d'emploi
17- LAURIER NOBLE <i>laurus nobilis L.</i>	E'rrend	-pneumothorax -tension artérielle, gaz, maladies de gros intestin. reins	-se moude les feuilles et mélanger la poudre avec le miel -décoction des feuilles dans l'eau, boire 2 fois par jour
18- LAVANDE SAUVAGE <i>lavandula staechas L.</i>	Zâroura	-hypertension, colon, gaz maux de tête -rhumatisme	-décoction ou infusion, 2 tasses par jour -échauffé les feuilles dans l'huile d'olive et couvrir les parties atteintes le rhumatisme
19- LENTISQUE <i>pistacia _ lentiscus L.</i>	Etrou	-inappétence -gaz intestinaux -brûlures	-macération dans l'eau (boire) -infusion des racines dans l'eau chaude -broyer les fruits, faire une pression pour obtenir l'huile de lentisque, puis massage comme lotion sur les brûlures

TABLEAU II : les résultats obtenues après l'enquête(suite) :

Non de la plante	Nom vulgaire	Traitement thérapeutique	Mode d'emploi
20- MARRUBE BLANC <i>marrubium vulgare L.</i>	Tameriouet	-hyperglycémies, fièvre rhumatisme, douleurs de laryngite -maux d'estomac, maladie de diabète, rhume hypotension	-infusion dans l'eau bouillante quelques minutes (boire) -décoction en l'eau, boire.
21- MAUVE <i>malva sylvestris L.</i>	Khebbiza	-maux d'estomac, maladies des reins, colon -plaies, blessures -brûlures, oedèmes externes	-infusion d'une poignée des feuilles en l'eau bouillante -écraser les feuilles et les mettre sur la blessure. -écraser les feuilles et mélanger avec l'huile d'olive. Couvrir les parties atteintes.
22- MÉLISSE <i>melissaofficinalis L.</i>	Tamarzaziot	-maladies d'estomac, l'intestin et les gaz	-décoction en l'eau, boire
23- MENTHE POIVRÉE <i>menthax piperita</i>	Nânâ	-rhume, maux d'estomac maux de tête, dysménorrhée - gonflement de l'abdomen	-décoction des feuilles, boire 2 tasses par jour -infusion des feuilles séchées ou fraîches dans l'eau bouillante

TABLEAU II : les résultats obtenues après l'enquête(suite) :

Non de la plante	Nom vulgaire	Traitement thérapeutique	Mode d'emploi
24- MENTHE POULIOT <i>mentha pulegium L.</i>	Fliou	-amygdale, mauvaise halène -maux d'estomac, colon, gaz intestinaux, inappétence et rhume -faiblesse du cœur, gaz, chute de cheveu, maux de tête et problèmes de bile.	-infusion ou décoction, utiliser en gargarisme -décoction des parties aériennes de la plante en l'eau et boire -infusion des plantes en l'eau bouillante quelques minutes (boire)
25- MYRTE <i>myrtus communis L.</i>	E'rihane	-hypotension, asthme -maux d'estomac, gaz, inappétence -colon, maux d'estomac -diarrhée	-décoction des feuilles -macération aqueuse (en l'eau froide) -infusion des feuilles dans l'eau bouillante -consommation des fruits crus.
26- NIGELLE CULTIVÉE <i>nigella sativa L.</i>	Sinouj	-les gaz, angoisse, inappétence -anémie, douleurs des règles -plaies, cuir chevelu	-broyer les graines et mélanger la poudre obtenue avec le mile, manger -infusion des graines en l'eau bouillant -utiliser l'huile, en appliquant sur les parties atteintes

TABLEAU II : les résultats obtenues après l'enquête(suite) :

Non de la plante	Nom vulgaire	Traitement thérapeutique	Mode d'emploi
27- OIGNON <i>allium cepal</i>	Elbacel	-fièvre -maux de tête, furoncle, oedèmes externes (rate), abcès -bourdonnement d'oreille	-manger 3 oignons crus par jour -couper un oignon à des petits morceaux, mettre sur le front et en couvrant d'une toile de tissu propre et d'une bande de gaz ou sur les parties affectent (furoncle, abcès...) -utiliser quelques gouttes de suc de l'oignon
28- OLIVIER <i>olea europaea</i>	Zitoun	-eczéma -inflammation de bouche, gingivite mauvaise halène -rhumatisme -toux, maladies d'oreilles, les gaz intestinaux, constipation et douleurs externes	-décoction des feuilles, utiliser comme bain -infusion ou macération des feuilles en l'eau, utiliser en gargarisme -échauffer les feuilles à la vapeur, et mettre sur les parties atteintes (cataplasme) -extraction du huile (fruit), boire ou utiliser comme massage pour les douleurs externes

TABLEAU II : les résultats obtenues après l'enquête(suite) :

Non de la plante	Nom vulgaire	Traitement thérapeutique	Mode d'emploi
29- ORGE <i>hordeum vulgare L.</i>	Echair	-maladies des reins, énurésie maux d'estomac -problèmes rénaux, anémie maigreur -abcès, furoncles	-décoction des graines en l'eau -infusion des graines en l'eau bouillante boire -broyer les graines et mélanger avec le miel ou l'eau, on met le mélange sur les abcès et les furoncles.
30- ORTIE <i>urtica dioical</i>	Madjitta	-hypertension -maux de tête, urine, douleurs lombaires -rhumatisme -maux de tête.	-décoction des racines dans l'eau -décoction de la plante en l'eau (boire) -échauffer les feuilles dans l'huile d'olive, mettre sur la partie affecte -frotter les feuilles sur le front.

TABLEAU II : les résultats obtenues après l'enquête(suite) :

Non de la plante	Nom vulgaire	Traitement thérapeutique	Mode d'emploi
31- OSEILLE COMMUNE <i>rumex acétosa L.</i>	Samoum	-hémorroïdes -gonflement externs, abcés -rétention d'urines -les cors des pieds	-écraser les racines puis faire infuser en l'eau bouillante boire -pansement (couvrir par les feuilles) -faire cuire les feuilles -décoction ou infusion des feuilles en l'eau, utiliser comme bain de pieds.
32- PERSIL <i>petroselinum crispum</i>	Mâdnousse	-maladies des reins, gencive hypertension, énurésie -les douleurs des règles -luisances des dents	-décoction des feuilles avec l'orge, boire 4 à 5 fois par jour -décoction des feuilles en l'eau (2 tasses/j). -mâcher les feuilles vertes.
33- ROMARIN <i>rosmarinus officinalis L.</i>	Iklil	-maux de tête, de l'estomac, des règles - aigreurs acides, reins, indigestion, facilité l'écoulement de la bile	-décoction ou infusion des feuilles -infusion des feuilles dans l'eau bouillante, boire

TABLEAU II : les résultats obtenues après l'enquête(suite) :

Non de la plante	Nom vulgaire	Traitement thérapeutique	Mode d'emploi
34- RUE <i>Ruta chalepensis L.</i>	Fidjel	-les blessures -diarrhée, maux de tête, rhumatisme, galactagogue -fièvre -blessure -piqûres d'insectes -gingivite	-les feuilles sèches se moude et met sur les blessures -décoction des feuilles en l'eau -décoction en l'eau, utiliser comme bain -faire brûler les racines jusqu'à l'obtention d'un centre, utiliser à l'application externe -extraction des sucs, applique sur la partie atteinte. -décoction en l'eau, rincer la bouche

TABLEAU II : les résultats obtenues après l'enquête(suite) :

Non de la plante	Nom vulgaire	Traitement thérapeutique	Mode d'emploi
35-THYM <i>Thymus vulgarisL.</i>	Zâter	-toux, diarrhée, gaz intestinaux, maux des règles -maux d'estomac, gaz -les oedèmes externes	-infusion ou décoction des feuilles, boire 2 à 3 fois par jours -broyer les feuilles sèches et mélanger la poudre avec le miel ou l'eau (manger) -faire cuire les feuilles et mettre sur la partie atteinte.
36-TUSSILAGE <i>Tussilago farfara L.</i>	tassalgha	- les intestins (douleurs), hypertension, maux de tête -rhumatisme -maladies des reins, inappétence, maux du canal digestif.	-infusion des feuilles en l'eau bouillante -se moude les feuilles et mélanger avec le miel (manger) ou échauffer dans l'huile d'olive et mettre les parties douloureuses -décoction des feuilles quelques minutes et boire.

Tableau III : Analyse de résultats :

	infusion	décoction	macération	poudre	pression	cataplasme	emplâtre	pansement	bain	gargarisme	inhalation
Absinthe		+									
Achillée millefeuille						+					
Ail						+					
Basilic			+			+					
Capillaire	+	+									
Chêne			+	+		+					
Citron		+			+						
Cresson officinal		+		+							
Cumin	+	+		+							
Cyprès										+	
Eucalyptus	+										+
Fenouil	+	+									
Fenugrec	+		+	+			+				
Grenadier	+	+			+						
Harmel		+				+					
musquée		+	+								

	infusion	décoction	macération	poudre	pression	cataplasme	emplâtre	pansement	bain	gargarisme	inhalation
Laurier noble		+		+							
Lavande	+	+				+					
Lentisque	+		+		+						
Marrube blanc	+	+									
Mauve	+					+					
Mélicse		+									
Menthe poivrée	+	+									
Menthe pouliot	+	+								+	
Myrte	+	+	+								
Nigelle	+			+	+						
Oignon					+			+			
Olivier					+	+			+	+	
Orge	+	+					+				
Ortie		+				+					
Oseille	+							+	+		
persil		+									

	infusion	décoction	macération	poudre	pression	cataplasme	emplâtre	pansement	bain	gargarisme	inhalation
Romarin	+	+									
Rue		+				+			+	+	
Thym	+	+		+		+					
Tussilage	+	+		+		+					

I.2 : Résultats des préparations (tisanes):

Nous avons obtenu trois préparations à différentes couleurs :

L'infusion de couleur : jaune fig1

La décoction de couleur : marron foncée fig2

La macération de couleur : marron claire fig3

Les différentes couleurs peuvent indiquer une différence dans la composition biochimique de ces différentes préparations.

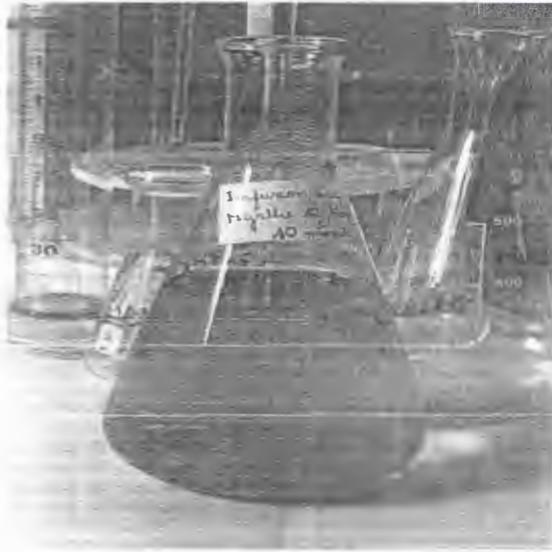


Fig1 : infusion de myrte
10g dans 500ml pendant 10 minutes

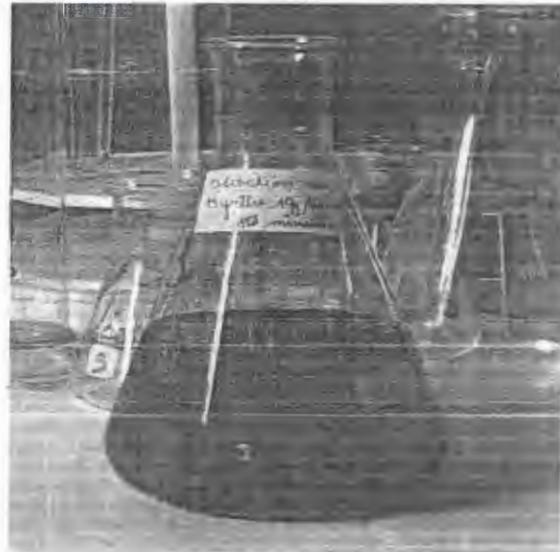


fig2 : décoction de myrte
10g dans 500ml pendant 10 minutes



Fig3 : macération de myrte
10g dans 500ml pendant 48 heures

II. les interprétations :

A partir de tableau I et II nos remarques sont les suivantes :

Absinthe : Est l'une des plantes médicinales les plus utilisées dans la wilaya de jijel. D'après l'enquête elle est utilisée uniquement en macération pour traiter la stérilité des femmes

Achillée et ail : Sont utilisées en cataplasmes pour soigner une blessure. On outre l'achillée sert pour soigner les furoncles, les éruptions cutanées alors que l'ail est utilisé pour calmer les maux des dents.

Basilic : Utilisé sous forme d'une macération pour remédier au maux de l'estomac, en cataplasme pour calmer les douleurs rhumatismales et on utilise son suc pour soulager les rougeurs d'œil et la maladie de trachome

Capillaire, fenouil, marrube blanc, menthe poivrée et romarin sont des plantes préparer de la même manière (une infusion, une décoction) pour obtenir des remèdes phytothérapeutiques, traite différentes maladies. En infusion capillaire employé pour soulager la toux, fenouil pour combattre les gaz intestinaux. Marrube blanc pour abaisser le taux de glycémie dans le sang soulager les douleurs de laryngite et de rhumatisme et elle est efficace contre la fièvre, menthe poivrée également utilisable en cas de rhumes, maux de l'estomac et de tête et pour faciliter l'écoulement de cycle menstruelle. Le romarin est utilisé en cas des aigreurs acides, maladies des reins, maux de tête et d'estomac, douleurs des règles, elle facilite la digestion, l'écoulement de la bile et la sécrétion des sucs gastriques. En décoction : capillaire traiter les maladies des reins. Le fenouil et la menthe poivrée pour traiter les mêmes maladies que l'infusion, marrube blanc utiliser dans les cas des maladies de l'estomac, le rhume, diabète, hypotension. Romarin employer pour calmer les maux de tête et l'estomac et les douleurs des règles

Chêne : Grand arbre vivace bien connu qu'on utilise en macération pour traiter les hémorroïdes et les maux de l'estomac, en cataplasme pour arrêter l'hémorragie et le saignement des blessures et en poudre pour abaisser le taux de glycémie dans le sang

Citron : Est un remède naturel majeur. Aliment courant doté de nombreuses vertus médicinales, en décoction il traite les gonflements amygdalaux et la grippe, le jus de citron combat le rhume, la grippe, les infections, elle facilite la digestion et abaisser le poids

Cumin : Employé sous forme d'infusion pour traiter lombalgie et les maladies des reins et pour arrêter les vomissements, sous forme d'une décoction pour guérir les maladies de l'estomac et ouvrir l'appétit, et consommer les poudres pour soulager les douleurs gastriques

Cresson officinal et laurier noble : sont utiliser de la même manière, en décoction et poudre, pour des fins médicinales différentes. En décoction le cresson officinal est utilisé pour ouvrir

l'appétit et laurier noble dans les cas des tensions artérielles, gaz intestinaux et maladies de gros intestin et des reins. En poudre le cresson officinal est consommé pour soigner la bronchite, la glossite, la gingivite et le gonflement amygdale, alors que le laurier noble sert à traiter les pneumothorax.

Cyprès : En gargarisme calme les maux des dents.

Eucalyptus : Fait sentir la vapeur au moment où la plante est bouillie, cette vapeur utile en cas des rhume (aromathérapie), et en utilise l'infusion pour combattre les gaz et soulager la toux

Fenugrec : préparé en infusion et utilisé dans le cas de manque d'appétit, en macération pour traiter l'angoisse et l'asthénie, les poudres sont consommées contre l'anémie et la maigreur et pour traiter les maux de l'estomac, utilisé en emplâtre qui permet d'extraire le pus des plaies infectées et les abcès

Grenadier : Employé les racines en décoction pour éliminer les vers intestinaux chez les enfants, et l'écorce des fruits contre la diarrhée et l'anémie, l'infusion sert à traiter les maux de l'estomac, et utiliser pour la renforcement des cheveux, la pression permet d'obtenir le jus qu'est utilisé dans les cas de troubles digestifs, asthme, et rhumatisme

Harmel et l'ortie : Sont préparés en deux méthodes, décoction et cataplasme. En décoction, l'Harmel est un remède des maux de tête, d'estomac et d'état grippaux, utiliser aussi pour stimuler la sécrétion du lait maternel. L'ortie sert dans les cas d'hypertension, maux de tête, les urines et douleurs lombaires en cataplasme, l'Harmel utilisé contre le rhumatisme et l'ortie frotter sur le front à fin de soulager les maux de tête, elle est utilisée aussi pour calmer les douleurs rhumatismales.

Ivette musquée : Employée en décoction ou macération dans l'eau pour soulager les douleurs internes et uniquement en décoction en cas des maux d'estomac

Lavande : On fait une décoction ou infusion pour traiter les cas d'hypertension, colon, gaz intestinaux et maux de tête. En cataplasme pour soulager les douleurs rhumatismales

Mauve : utilisée sous forme d'infusion à fin de traiter les maux d'estomac et les maladies des reins, elle est utilisée aussi pour soulager les douleurs de colon, d'ailleurs, elle est utilisée comme cataplasme pour cicatriser les plaies, remédie les brûlures, les blessures et soulager les oedèmes externes.

Mélisse et persil : Sont préparés seulement en décoction, la mélisse est utilisée dans les cas des maladies d'estomac, tandis que le persil traité plusieurs maladies tel que les maladies des reins, hypertension, énurésie et la maladie de la gencive. En outre utilisée aussi pour soulager les douleurs des règles.

Menthe pouliot : Elle est utilisée de plusieurs manières, en infusion pour tonifier le cœur, contre la chute de cheveux, maux de tête et les problèmes de la bile. En décoction, sert à traiter le rhume, combattre les gaz intestinaux et ouvre l'appétit. En outre, elle est utilisée en gargarisme pour traiter les gonflements amygdales et éliminer la mauvaise halène

Myrte : Préparé de différentes façons, en infusion à fin de soulager les maux d'estomac et de colon. En macération pour soulager les maux d'estomac, combattre les gaz et l'état de manque d'appétit. D'ailleurs, il est utilisée en décoction dans les cas d'hypotension et asthme

Nigelle : Elle est très utile, préparée sous forme d'infusion et on la bois contre l'anémie et les douleurs des règles, les poudres consommée pour combattre les gaz, l'angoisse et dans le cas d'inappétence. D'ailleurs, on utilise l'huile de nigelle pour cicatriser les plaies et les maladies de cuir chevelu.

Oignon : On utilise une pression pour extraction l'huile qui est très utile, cette huile est utilisée pour soulager la toux, les douleurs externes et aussi en cas des maladies d'oreilles et des ballonnements en cataplasme pour calmer les douleurs rhumatismales et en bain qui préparé à partir de la décoction des feuilles, il utilise pour traiter l'eczéma, alors que le bain de bouche (gargarisme) utilisé en cas d'inflammation de bouche, gingivite et mauvaise halène

Orge : Utilisé par différentes méthodes, en infusion, il sert à traiter les problèmes rénaux, combattre l'anémie et la maigreur. En décoction dans les cas des maladies rénales, l'énurésie et maux d'estomac, en outre, il est utilisé aussi sous forme d'une pâte qui appliquée sur les abcès et les furoncles

Oseille : On écrase les racines, et on fait une infusion qui est un remède efficace contre l'hémorroïde et utilise les feuilles comme pansement sur les gonflements externes et les abcès et pour les cors de pieds, on peut utiliser un bain des pieds.

Rue : Préparer par plusieurs méthodes, une décoction contre la dyarque, maux de tête et rhumatisme, il stimule aussi la sécrétion du lait maternel, tandis que utiliser sous forme d'un cataplasme pour soigner les blessures et cicatriser les piqûres d'insectes. En gargarisme pour traiter la gingivite, en fin, un bain préparé à partir d'une décoction de la plante est très utile pour faire tomber la fièvre.

Thym et le tussilage : sont utilisés de plusieurs façons. En infusion, le thym sert à traiter la toux, la diarrhée, combattre les gaz intestinaux et maux des règles, alors que le tussilage guérit les maux d'estomac, de tête, l'intestins et hypertension. En décoction, le thym traite les même cas qui traités par l'infusion mais le tussilage utilise pour soigner les maladies des reins de canal digestif et dans les cas d'inappétence. En poudre, le thym sert à réduire les ballonnement et soulager les maux d'estomac et on consomme la poudre de tussilage avec le

miel pour soigner le rhumatisme et en fin, on utilise un cataplasme de feuilles de thym pour abaisser les oedèmes externes et de tussilage pour traiter le rhumatisme.

N.B:

En addition de toutes les méthodes précédentes certaines plantes on peut les consommer crues telles que le fenouil pour ouvrir l'appétit, les fruits de myrte contre la diarrhée, l'oignon pour abaisser la fièvre. D'autres sont utilisées après cuisson comme l'ail qui mijote dans l'huile d'olive pour traiter les maladies de voies respiratoires : toux, bronchite, rhum. Le citron et l'ortie sont utilisés de manières différentes, on découpe le citron en petits morceaux et on les frotte sur le visage gras, alors que l'ortie frotter sur le front pour soulager les maux de tête. Le persil utilisé pour la luisance des dents après que nous machons quelque feuilles vertes tandis que le basilic sert à traiter les maladies des yeux (trachom, rougeur d'œil) après faire une application de son suc mélangé avec le lait des vaches sur les paupières. La poudre de chêne obtenu après broyage des fruits est consommée en alimentation pour faire des galettes ou un couscous chez les personnes diabétique. La rue, utilise en méthode très différente, qui utilise la cendre de la plante après on la brûle complètement. Cette méthode est utilisée beaucoup dans notre région a fin de cicatriser les blessures.

Pour l'olivier, la nigelle et lentisque, la méthode mentionnée c'est la pression pour l'extraction des huiles, mais l'utilisation de cette huile en usage externe est considérée comme une lotion.

CHAPITRE III

Discussion des Résultats

DISCUSSION DES RESULTATS

Selon les résultats de l'enquête, comme le montre les tableaux I et II, et les données de la bibliographie, les différentes espèces sont généralement utilisées une déférente manière. Nous remarquons que certaines de ces espèces sont plus communes et plus utilisées que d'autre, c'est le cas de l'ail, du citron, du cyprès, de l'eucalyptus du fenugrec, de la menthe poivrée, du myrte et de l'olivier

Ces espèces sont communes pour leur vertus médicinales multiples en médecine douce, car elles contiennent plusieurs principes actifs

Ainsi l'ail (*allium sativum* L) est utilisé sous forme de cataplasme pour le soigne ment d'une blessure, selon [BRUNETON.J.2^{ème} édition,1993] contient des huiles essentielles (désulfure de diallyl et le constituant principal de l'ail frais non contuse est l'alune ou s-allyl-L(+)-système sulfaxide) , vitamines A ,B,C,E et composé soufrés (01), c'est qui donne à l'ail les propriétés : antiseptique (06), antibactérienne et antifongique (03).

On fait aussi cuire l'ail dans de l'huile d'olive et manger pour traiter les gonflements amygdales, la toux et la bronchite, car l'ail possède la propriété d'expectorant (01). Aussi, l'ail est utilisé dans des préparations comme le sirop (01), décoction, inhalation (30) et aussi dans d'autres applications et possède d'autre propriétés, hypotenseur, hypoglycémiant, vermifuge (01).

Le citron (*citrus limonum* riss) est un remède naturel majeur, son jus combat les gonflements amygdales, la grippe, les acnés juvéniles et les taches noires sur le visage gras. Le citron est fortement antiseptique (01) car il contient une forte dose de vitamine C, P (29) et des huiles essentielles (01) qui éliminent les microorganismes responsables de infection. Contient aussi des flavonoides et des terpènes (01), acide citrique et mucilage (29)

Les applications de l'enquête sont presque les même que l'on trouve dans la bibliographie (infection).

Le cyprès (*cupressus sempervirens* L) est utilisé traditionnellement en gargarisme à partir de décoction qui permet l'extraction des tanins (23), (oligomères, flavonoliques) (11) à forte dose, et les huiles essentielles qui contient essentiellement des terpènes, du terpinol, des acides et camphre de cyprès (14), pour calmer les maux des dents, et on confirme cette information par la propriété sédative (09).

Les plantes utilisées en gargarisme sont les plantes astringentes (01), la saveur du cyprès elle est très astringent (14), donc le cyprès est une plante astringente capable de traiter les muqueuses de la bouche, dont le principe actif responsable de cette propriété c'est les tanins (01).

Il y a d'autres méthodes de préparation comme le compresse (09) et la décoction (04) qui est utilisées dans le traitement des hémorroïdes et des varices (09), (04) et d'autres propriétés telles que : hémostatique, pectoral, sudorifique, diurétique, antispasmodique (14) curatives et vasoconstricteur (09), ces propriétés ne figurent pas dans l'enquête réalisée.

Eucalyptus (*eucalyptus globulus la bill*) : utilisé en inhalation pour traiter la grippe, à partir d'inhalation du vapeur, cette vapeur contient des huiles essentielles (0.5-0.3% riche en 1.8 cinéole (eucalyptol, 70-80%)) (06), qui a des propriétés antiseptique pulmonaire (11), et fébrifuge (14) lorsque la grippe peut se doubler de fièvre à rhume. Et en décoction, pour extraire des tanins (23) (définition de la décoction), huiles essentielles, flavonoïdes, composés phénoliques (06) et résine (01), pour traiter la toux, et nous trouvons que l'eucalyptus possède la propriété expectorant (01) et balsamique (14), l'eucalyptus combatte aussi les gaz en décoction. En outre de ces méthodes, se trouve la teinture qui en générale traite les problèmes de l'appareil respiratoire (01).

Fenugrec (*trigonelle fenum- graecum L*) selon notre enquête la fenugrec traite l'inappétence, l'angoisse, au cours de préparation d'une infusion qui permet d'extraire, des huiles essentielles (recouvrir la casserole de préparation pendant l'infusion), les alcaloïdes (trigonellin) (06) mucilage 27%, vitamines A,B,C, les minéraux, et saponines (01) et nous notons aussi que la saveur de fenugrec est amère (14) donc elle contient des substance amères, leur amertume stimule les sécrétion des glandes salivaires et des organes digestifs (01) et traite aussi l'asthénie lorsqu'elle contient des vitamines.

Les poudres qui contiennent presque tous les composés chimiques : alcaloïdes, huiles essentielles, protéines 30%, lipides 7%, nombreux stérols (06) mucilage 27%, vitamines A,B,C et sels minéraux (P, Ca²⁺) et saponine (01) et consommée pour l'anémie qui rien à mentionnée dans la bibliographie, aussi elle est utilisée pour soigner la maigreur car elles contiennent des lipides, des stérols (06), du mucilage, et vitamines A,B,C (01) et possède la propriété de l'analeptique (14).

Traditionnellement utilisée par emplâtre à partir des graines subies à une macération et puis on récupère et on l'applique sur les plaies et les abcès, cette méthode est justifiée dans la bibliographie, qui cite des mucilages 27% dans le fenugrec absorbe une grande quantité d'eau pendant le moment de macération et forme une masse visqueuse pour calmer et protéger les tissus en flemmes (01).

Menthe poivrée (*mentha piperta L*) : selon notre enquête est utilisée en décoction, ou en infusion pour obtenir une tisane contenant des flavonoïdes, des triterpènes, des caroténoïdes (11) et des huiles essentielles dans son pourcentage est de 1.5% et qui est constitué

principalement de menthol et menthone (01) et utilisé dans le traitement de rhume, maux de tête, gaz intestinaux et la dysménorrhée, et selon les auteurs [Mohammed Siad Haykal et Abdelah Abdelrazak Oumer. 2^{ème} édition, 1994, p 281] les huiles essentielles sont les composants responsables dans ce traitement comme des carminatif, antiseptiques et analgésiques.

La tisane de menthe poivrée est utilisée encore dans le traitement de maux d'estomac selon l'enquête, et la menthe possède la propriété stomachique et carminative (31) et il y a d'autres méthodes d'utilisation comme l'inhalation (33) et le gargarisme (08).

Myrte (*myrtus communis L*) : d'après les résultats de l'enquête le myrte est préparé en infusion pour extraire à un certain degré élevé des huiles essentielles (camphène, dipentène, myrténol) (23) des tanins et des flavonoïdes à différentes doses.

La décoction pour extraire à un degré élevé des tanins (23), et les autres constituants à différentes doses, pour traiter l'hypotension et l'asthme, si l'asthme est provoqué par une infection, ce pendant le myrte est un antiseptique (25) ce ci confirme l'utilisation traditionnelle du myrte contre l'asthme.

La macération de myrte est utilisée pour l'extraction des flavonoïdes, huiles essentielles, tanins, pour traiter les gaz intestinaux et l'inappétence (saveur amère) (14).

La consommation des fruit crus contiennent tous les composés car elle ne subit aucune réaction chimique, donc elle contient des huiles essentielles (06) dont les propriétés antiseptiques (25) luttent contre les microorganismes, provoquent la diarrhée, en fin, il y a d'autres maladies telle que les blessures, la toux (29) et d'autres propriétés, balsamique, astringent, hémostatique (25), tonique (01) qui se trouvent dans la bibliographie qu'on ignore en médecine traditionnelle.

Pour l'espèce olivier (*olea europea*) : on prépare selon différentes méthodes, En gargarisme : à partir d'une infusion des feuilles, pour extraire des iridoïdes (oléoropéside) et un amère (oléoropin) [dans les feuilles il y a un amère (oléoropine) et oléoropéside (iridoïdes) (01)] qui ont selon [jean bruneton, 2^{ème} édition 1993 p487] sont responsables des propriétés : fébrifuges, hypotenseurs, hypoglycémisants. Mais selon l'enquête l'olivier est utilisé, en infusion des feuilles pour des gargarismes contre l'inflammation de la bouche et la gingivite, ainsi que la mauvaise haleine, les propriétés qui confirment ces applications, ne sont pas citées dans la bibliographie, mais il y a quelques composants chimiques qui sont évoqués comme : les vitamines A et C (14)

Les résultats de l'enquête révèlent que l'huile d'olive est conseillée pour la constipation et les gaz intestinaux, et en effet l'huile d'olive a des propriétés laxatives (06) qui confirment ces

application, utiliser aussi contre la toux et les maladies d'oreilles, et il y a d'autres maladies évoquées en bibliographie tel que : diabète (01), hypertension (33)

On peut déduire donc qu'à partir de l'enquête réalisée sur les différentes méthodes de préparations, et les maladies traitées, que la même espèce est utilisée par différentes méthodes, et le même mode de préparation donnerait à la fois plusieurs principes actifs, mais à différentes doses, chaque principe actif ou plus est facilement extrait par une méthode précise par exemple : l'huile essentielle par la distillation et infusions par décoction, ...etc. ces principes actifs sont responsables de traiter les différentes maladies et donner à des plantes un ou plusieurs propriétés, elle peut donc être à la fois antifongique, antibactérienne, antiseptique...etc.

C'est au cours de notre expérience au laboratoire, nous confirmons en partie ces informations. Le myrte (*myrtus communis*) : est préparé de différentes méthodes, infusion, décoction, macération. Les différentes couleurs obtenues de ces méthodes mises en œuvre que les conceptions des principes actifs extraits sont différentes selon chaque méthode utilisée. L'usage traditionnel des plantes médicinales, que ce soit interne ou externe, est fonction du problème de santé à traiter ; les espèces étudiées sont biochimiquement actives par leurs constituants qui changent selon les organes et les stades végétatifs des plantes. La méthode de préparation des plantes médicinales est relative aux doses des principes actifs recherchés. D'après l'enquête réalisée, les supports bibliographiques et l'essai expérimental de la décoction, la macération et l'infusion du Myrte, on peut déduire que l'extraction des principes actifs dépend de la sensibilité de ces produits à la température, à titre d'exemple, certains d'entre eux tels que les tanins sont isolés par décoction (23), la macération permet d'extraire des flavonoïdes et des vitamines, l'infusion donne des sels minéraux, des vitamines, ainsi que les tanins mais à faibles doses et l'inhalation pour les huiles essentielles etc. En fin toutes ces modes de préparation donnent plusieurs principes actifs qui pourraient être les mêmes, mais à des doses différentes, les doses sont déterminées par le mode de préparation.

Conclusion

Conclusion

D'après notre étude on peut conclure que les principes actifs responsable de la guérison ou du soulagement de différentes maladies pourraient être, à la fois présents, au niveau de plusieurs espèces végétales et différentes substances actives peuvent se retrouver chez une même plante.

Aussi, la séparation ou l'extraction de différents principes actifs recherché, est réalisé par une méthode de préparation spécifique, pour déterminer la dose optimale à un traitement donné.

La plante et son mode d'emploi sont choisis suivant le principe actif approprié à la maladie traitée.



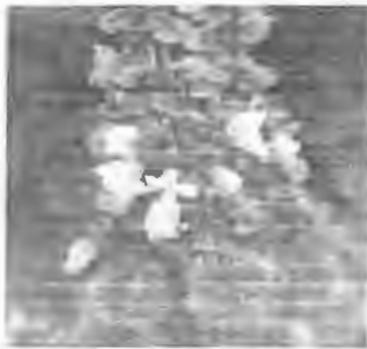
1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



11



12



13



14



15



16



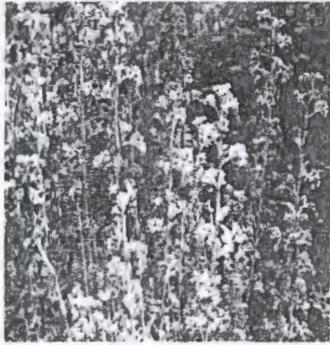
17



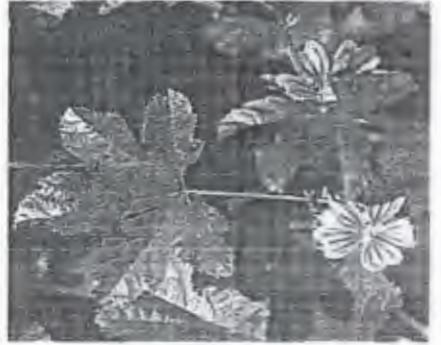
18



19



20



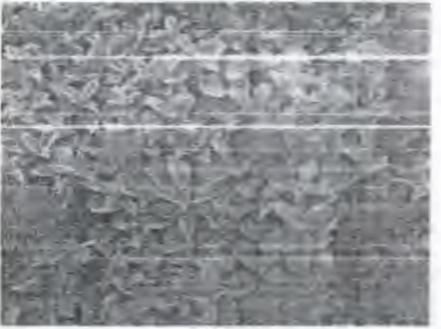
21



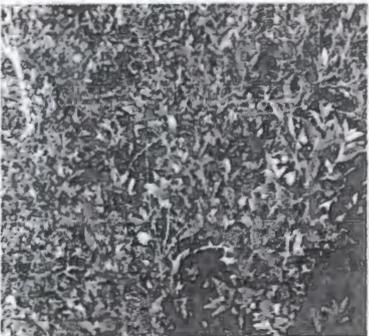
22



23



24



25



26



27



28



29



30



31



32



33



34



35



36

LES NOMS DES PLANTES MÉDICINALES

- 1-Absinthe : *Artémisia absinthium L.*
- 2-Achillée mille feuille : *Achillea mille folium L.*
- 3-Ail : *Allium sativum L.*
- 4-Basilic : *Ocimum basilicum L.*
- 5-Capillaire : *Adiantum capillus veneris L.*
- 6-Chênes : *quercus robur L.*
- 7-Citronnier : *Citrus limonum riss.*
- 8-Cresson officinal: *Nasturtium officinale.*
- 9-Cumin: *Cuminum cyminum L.*
- 10-Cyprès commun : *Cupressus sempervirens L.*
- 11-Eucalyptus : *Eucalyptus globulus labill.*
- 12-Fenouil : *Foeniculum vulgar.*
- 13-Fenugrec : *Trigonella foenum-graecum L.*
- 14-Grenadier : *Punica granatum L.*
- 15-Harmel : *Peganum harmala.*
- 16-Ivette musquée : *Ajuga iva schreb.*
- 17-Laurier noble : *Laurus nobilis L.*
- 18-Lavande sauvage : *Lavandula staechas L.*
- 19-Lentisque : *Pistacia – lentiscus L.*
- 20-Marrube blanc : *Marrubium vulgare L.*
- 21-Mauve : *Malva sylvestris L.*
- 22-Mélisse : *Melissa officinalis L.*
- 23-Menthe poivrée: *Mentha piperita L.*
- 24-Menthe pouliot: *Mentha pulegium L.*
- 25-Myrte: *Myrtus communis L.*
- 26-Nigelle cultivée: *Nigella sativa L.*
- 27-Oignon: *Allium cepa L.*
- 28-Olivier: *Olea europaea.*
- 29-Orge: *Hordeum vulgare L.*
- 30-Ortie: *Urtica dioica L.*
- 31-Oseille commune: *Rumex acétosa L.*
- 32-Persil : *Petroselinum crispum.*

33-Romarin : *Rosmarinus officinalis L.*

34-Rue : *Ruta chalepensis L.*

35-Thym : *Thymus vulgaris.*

36-Tussilage : *Tussilago farfara L.*

ANNEXE

DICTIONNAIRE DES TERMES MÉDICAUX :

Adoucissante : exerce un effet apaisant sur la peau et sur les muqueuses lorsqu'elles sont enflammées

Analeptique : matière contribuant à redonner des forces à un malade

Anesthésique : entraînant la diminution ou même la suppression de la sensibilité générale ou locale, en interrompant la conduction nerveuse

Antalgique : se dit de tout ce qui calme la douleur

Anti-allergique : médicament combattre l'allergie

Anti-arythmique : corriger certains troubles du rythme cardiaque

Anti-asthmatique : qui utilise dans le traitement de l'asthme

Antibactérien : substance active contre les bactéries

Antidiabétique : voire hypoglycémiant

Antidiarrhéique : combat la diarrhée, par une action astringente, adsorbante, désinfectante ou modératrice du transit

Antiépileptique : utilise dans le traitement de l'épilepsie

Antifongique : utilise dans le traitement des mycoses (infection par des champignons microscopique).

Antigonodotrope : inhibant la synthèse et libération des hormones gonadotropes féminines (hormones stimulant les ovaires)

Antihémorragique : qui arrête l'hémorragie

Anti-inflammatoire : qui combat les processus inflammatoires liés à une infection à des rhumatismes

Anti-oxydant : substance naturelle ou chimique destinée à ralentir la dégradation des aliments due aux effets de l'oxydation

Antipyrétique : qui combat la fièvre

Antirabique : qui lutte contre la rage

Antirhumatismal : contre le rhumatisme

Antiscorbutique : propre à prévenir ou à guérir le scorbut

Antiseptique : qui détruit les microbes et empêche leur développement

Antispasmodique : qui calme les crampes

Antithyroïdienne : utilisé dans le traitement des hyperthyroïdies (excès de sécrétion d'hormone par la glande thyroïde)

Antivirale : utilisé dans le traitement des maladies virales

Antivomitif : combat les nausées d'origine nerveuse ou spasmodique

A péritif : renferme des principes amères qui ouvre l'appétit

Astringent : qui resserre et raffermi les tissus

Balsamique : médicament calmant de l'inflammation des muqueuses

Béchuque : qui combat la toux

Carminatif : qui débarrasse l'intestin en facilitant l'évacuation des gaz intestinaux

Cholagogue : destiné à provoqué la vidage de la vésicule biliaire dans l'intestin

Cholérétique : se dit de médicament activant la production de la bile

Cicatrisant : favorisant la cicatrisation des plaies cutanés

Dépuratif : qui purifie l'organisme, en favorisant l'élimination des toxines, des déchets organiques

Désintoxiquant : corps contribuant à l'expulsion des impuretés du sang.

Diaphorétique : qui active la transpiration

Digestif : qui contribue à la digestion

Diurétique : qui favorise la production

Emménagogue : qui provoque ou régularise les règles

Emollients : qui relâche les tissus, calme l'inflammation, rafraîchit les régions en contacte

Excitante : se dite d'une plante qui existe le système nerveuse ou les fonctions des organes

Expectorant : facilite l'expulsion des sécrétions bronchique en excès

Fébrifuge : qui combat la fièvre

Galactagogue : qui augmente la sécrétion du lait

Hémostatique : qui arrête les hémorragies

Hypocholestérolémiant : capable de diminuer une hyper cholestérolémie

Hypoglycémiant : médicament déterminant une diminution du taux de sucre dans le sang

Hypolipémiants : capable de diminuer une hyper lipidémie (augmentation du taux des lipides dans le sang)

Hypotenseur : qui abaisse la tension artérielle

Laxatif : facilite l'évacuation intestinale

Narcotique : qui provoque le sommeilles calme les douleurs

Parasiticide : qui détruit tous les parasites (insectes, acriens...)

Pectorale : favorable aux voies respiratoires

Purgatif : substances provoquant l'accélération du transit intestinal et l'évacuation des selles

Rafraîchissante : calme la soif et abaisse la température du corps

Rubéfiante : provoque une congestion locale passagère de la peau

Sédatif : calme, apaisant l'action d'un organe existé

Spasmodique : qui a rapport au spasme

Stimulant : qui augmente l'ardeur

Stomachique : propre à rétablir le fonctionnement de l'estomac

Sudorifique : production sueurs

Tonicardiaque : qui tonifie le cœur

Tonique : qui fortifie, stimule les forces de l'organisme

Urticant : traite la maladie d'urticaire

Vasoconstricteur : diminue le calibre des vaisseaux en provoque la contraction de leur fibres musculaire

Vasodilatateur : augmente le calibre des vaisseaux par élongation de leurs fibres musculaires

Veinotonique : utilisé dans le traitement des trouble veineux

RÉPERTOIRE THÉRAPEUTIQUE

Acné :

Oseille

Allaitement :

Cumin

Allergie :

Ortie

Anémie :

Fenugrec

Marrube blanc

Ortie

Appétit :

Cresson officinal

Cumin

Fenouil

Laurier noble

Marrube blanc

Asthme :

Ortie

Ballonnement :

Fenouil

Lavande

Nigelle

Blessures :

Mélicse

Myrte

Bronchite :

Ail

Capillaire

Cresson officinal

Cyprès

Lentisque

Thym

Calculs biliaire :

Fenouil

Cavité buccal

Thym

Constipation :

Oignon

Oseille

Diabète :

Ivette musquée

Olivier

Diarrhée :

Chêne

Grenadier

Lentisque

Myrte

Orge

Douleurs des règles :

Achille mille feuille

Laurier noble

Menthe pouliot

Persil

Rue

Douleurs sciatique :

Thym

Eczéma :

Marrube blanc

Menthe poivrée

Ortie

Fièvre :

Achille mille feuille

Chêne

Citron

Cumin

Menthe pouliot

Oignon

Flatulences :

Grenadier

Nigelle

Gengivité :

Mauve

Menthe poivrée

Grippe :

Ail

Citron

Cyprès

Eucalyptus

Mélicse

Romarin

Hémorroïde :

Achille mille feuille

Chêne

Cyprès

Oignon

Olivier

Indigestion :

Achille mille feuille

Cresson officinal

Cumin

Fenouil

Marrube blanc

Menthe pouliot

Orge

Maux de dent :

Menthe poivrée

Fenugrec

Maux d'estomac :

Achille mille feuille

Fenouil

Nigelle

Maux d'oreille :

Eucalyptus

Olivier

Maux de tête :

Mauve

Migraine :

Menthe poivrée

Basilic

Plaie :

Thym

Rue

Problèmes nerveux :

Basilic

Harmel

Lavande

Marrube blanc

Rhumatisme :

Ail, Eucalyptus

Fenugrec, Harmel

Oignon, Ortie

Romarin, Thym

Toux :

Ail, Capillaire

Lentisque, Mauve, Thym

Troubles respiratoire :

Mauve, Myrte

Tuberculose :

Marrube blanc, chêne

Ulcère :

Citron, fenugrec

lentisque, Rue

Vers intestinaux :

Absinthe, Ail, Grenadier

BIBLIOGRAPHIE

1-ANONYME 2001

Larousse encyclopédie des plantes médicinales
Larousse, 2^{ème} édition
21 rue du montparnasse 75283 paris cedex 06

2-ANONYME 1985

Secrets et vertus des plantes médicinales
Sélection du reader's digest, sa, zuriche

3- AIACHE. J- M, AIACHE. S, R. RENOUX 1998

Initiation à la connaissance du médicament
Milau parcelon, 3^{ème} édition, paris

4- BABA AISSA .F 1991

Les plantes médicinales en Algérie
Coedition bouchen et AD DIWAN –Alger

5-BELOUED .A 1998

Etymologie des noms de plantes du bassin méditerranéen
Offices des publications universitaires
1, place centrale de ben aknoun- Alger

6-BELOUED .A 1998

Plantes médicinales d'Algérie
Offices des publications universitaires
1, place centrale de ben aknoun- Alger

7-BRUNETON .G 1993

Phétogonie, phytochimie, plantes médicinales
Technique et documentation lavoisier, 2^{ème} édition

11, rue lavoisier paris

8-CONTE .E

Les plantes qui guérissent

Edition de montsouris- Paris

9- DJERROUMI .A, NACEF .M 2004

100 plantes médicinales d'Algérie

Edition plais du livre

**10- GEOFF .B, DENVIS.G, SARA.G, MICHELLE.H, SUE.H, GRIGORY, PITTE.L
1999**

Botanica: encyclopédie de botanique et d'horticulture

Edition random- Australie

11-LEDARD.F, MICHEL.PR 1997

Faculté de pharmacie de chôtenay avec la collaboration amical du pr. Hèlène guinaudeau

Les plantes

Edition algo vision Paris

12-LIUTAGHLP 1978

Le livre des bonnes herbes

Edition marabout, tom1 –Belgique

13-LIEUTAGHLP 1978

Le livre des bonnes herbes

Edition marabout, tom2 –Belgique

14-MAHMOUDI.Y

La thérapeutique par les plantes communes en Algérie

Palais du livre - Blida

15-MAURICE.M 1983

Mon herbier de santé

Edition robert raffont - Paris

16-PERROTL.C, CARAFFA.N, ALL.S 1999

Se soigner par les plantes

Edition Berti

17-PROUSOT.M 1991

Des plantes qui guérissent

Edition bibliothèque Québécoise

18-SAURY.A 1979

Manuel diététique des fruits et légumes

Edition dangles, st jean de bry

18, rue lavoisier 4500 -France

19-TREBEN.M 1985

La santé à la pharmacie du Bon Dieu

Editeur wilhem ennsthaler, Steyr 4^{ème} édition Autriche

20-VALNET.J 1983

Phytothérapie : se soigner par les plantes

Editeur maloine s.a Paris

21-VALNET.J 1982

Traitement des maladies par les légumes, les fruits et les céréales

Editeur maloine s.a, 8^{ème} édition Paris

22- VOLAK.J, STODOLA.J, SEVERA.F 1986

Plantes médicinales

Edition TSNP martin, Tchécoslovaquie

24-أحمدش

التداوي بالأعشاب والنباتات قديما وحديثا
دار الكتب العلمية- بيروت لبنان

25-القباني ص 1980

الغذاء لا الدواء
دار العلم للملايين- بيروت

26-الحسني أ 1994

الوصفات الشعبية
دار الهدى . عين مليلة

27-حرارة.ع.د

وصفات شيخ العشابين في العلاج بالأعشاب
دار الطائف
317 شارع بور سعيد. السيدة زينب. القاهرة

28-زلطماني.ع.ع 1993

التداوي بالأعشاب والنباتات الطبية
دار الهدى. عين مليلة- الجزائر

29-قبيسي.ح 1995

معجم الأعشاب. الطبعة الثانية
بيروت لبنان

30-محنش.ع.ع 2001

الدليل في التداوي بالأعشاب
دار الهدى . عين مليلة. الجزائر

31-محنتش.ع ع 2000

العلاج بالفيثامينات من مصادرها الطبيعية

32- محمد السيد.ه و عبد الله.ع ع 1993

النباتات الطبية و العطرية: كيميائها انتاجها فوائدها
منشأة المعارف بالأسكندرية. الطبعة الثانية

33-محمد.ع ر 2001

أعشاب. ونباتات طبية في متناول يديك، فوائدها و التداوي بها
دار الراغب بيروت الطبعة الأولى

34 : [google.fr/http://www.reseau-proteus.net/pr/solutions/documents-reference/document.aspx?doc=plantes_medicinales_mode_rp-37k](http://www.reseau-proteus.net/pr/solutions/documents-reference/document.aspx?doc=plantes_medicinales_mode_rp-37k)

35 : <http://home.tixalibe.jp/bosert-les-plantes-medicinales.htm>

36 : <http://www.medicines-naturelles.com/pages/sante/reflexologie/index.php>.

Nom et Prénom : TOURECHE Djaouida BOUCHINA Mounia BOUREKOVA Nassima	Date de Soutenance
Titre : Etude ethnopharmacologique des plantes médicinales dans la région de JJEL Nature du Diplôme : diplôme d'études supérieures (D.E.S) en Biologie Option : Biochimie	Le 02/07/2005
Résumé : <p>Les plantes médicinales ont toujours un rôle de grande importance sur la santé des hommes et sur la survie de l'humanité.</p> <p>Le présent travail consiste à faire une enquête sur l'utilisation générale des plantes médicinales, dans ce travail on s'intéresse beaucoup plus à l'aspect mode d'utilisation des espèces utilisées à l'échelle locale (région de JJEL). Dans un but d'essayer de donner des interprétation scientifique.</p> <p>Nous avons trouvé que chaque espèce est préparée de différentes méthodes pour extraire des principes actifs précis traitant différentes maladies.</p>	
Summary : <p>The plantes medicinales always had a role of great importance in the health of the men and in the survival of the humanite.</p> <p>The present work consists in making an investigation into the general use of the plants medicinales. In this work one is interested much more in the aspect the mode of use of the especes used on a local scale (area of Jijel). With an aim of testing and of giving interpretations scientifiques.</p> <p>we found that each species is prepared various methods to extract from the precise active ingredients treating various diseases.</p>	
<p style="text-align: right;">ملخص:</p> <p>النباتات الطبية دائما لها دور جد مهم على صحة الإنسان واستمرار الإنسانية. وقد اعتمدنا في عملنا هذا على إجراء تحقيق حول استعمال النباتات الطبية. اهتمنا أكثر بدراسة طرق تحضير الأنواع النباتية المتواجدة على المستوى المحلي (منطقة جيجل). بهدف محاولة إعطاء تفسيرات علمية. لقد وجدنا أن كل نوع نباتي يحضر بطرق مختلفة لاستخلاص مواد معينة معالجة لمختلف الأمراض.</p>	
Mots clés : Enquete, Wilaya de JJEL, Plantes médicinales, utilisation traditionnel, Méthodes de préparation, principes actifs.	
Responsable de recherche : Mr : Sebti Mohammed.	