

# Phytothérapie

*Les données de l'évaluation*



Jean BRUNETON

**E**  
**M**  
inter

*Editions*  
**TEC**  
& **DOC**

INV 26202  
(1/2)

MD 849

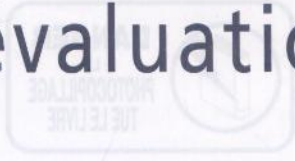
**Jean BRUNETON**

professeur de pharmacognosie  
à la faculté de pharmacie d'Angers

MD

# Phytothérapie

## Les données de l'évaluation



© LAVOISIER, 2002  
ISBN : 2-7430-0228-0

Éditions  
Tec & Doc  
11, rue Lavoisier  
F-75008 Paris



Éditions médicales  
internationales  
Allée de la Croix Bossée  
F 94234 Cachan cedex

## Sommaire

Chaque monographie de plante étant subdivisée de façon identique, seules les subdivisions principales sont indiquées ci-dessous.

Avant-propos .....	v
Sommaire .....	xi
Abréviations .....	xiii
<b>Définitions. Aspects réglementaires</b> .....	1
<b>Anxiété</b> .....	5
Kava .....	6
<b>Cancer : alimentation végétale et prévention</b> .....	15
I. Fibres alimentaires : définition, nature des fibres .....	16
II. Fibres alimentaires et cancer colorectal .....	17
III. Fibres, fruits, légumes .....	23
IV. Soja et cancer .....	24
<b>« Cholestérol ». Prévention du risque cardiovasculaire</b> .....	33
I. Soja - Protéines de soja .....	34
II. Fibres solubles et cholestérol, psyllium et autres fibres .....	39
III. Phytostérols .....	44
IV. Ail .....	53
V. Conclusion générale .....	62
<b>Cœur : « palpitations »</b> .....	71
Aubépine .....	72
<b>Dépression</b> .....	81
Millepertuis .....	82
<b>Douleurs d'origine arthrosique. Mal de dos</b> .....	97
Saule .....	99
Harpagophyton .....	101
<b>Fatigue</b> .....	109
Ginseng .....	110
Éleuthérocoque .....	117
Plantes à caféine .....	120
<b>Hypertrophie bénigne de la prostate</b> .....	127
Palmier de Floride .....	128
Prunier d'Afrique .....	133
Ortie .....	135
Phytostérols - <i>Hypoxis rooperi</i> .....	137
Autres plantes et produits .....	139
<b>Infections urinaires. Cystite</b> .....	143
Canneberge à gros fruits .....	144

Autres plantes .....	147
<b>Insomnie : « plainte d'insomnie »</b> .....	151
Valériane .....	152
Autres plantes .....	159
<b>Insuffisance vasculaire chronique</b> .....	167
Marronnier d'Inde .....	169
<b>Ménopause</b> .....	173
I. Phyto-œstrogènes .....	174
II. Soja et bouffées de chaleur .....	178
II. Soja, phyto-œstrogènes et ostéoporose .....	181
IV. Conclusions .....	182
V. Autres plantes .....	184
<b>Migraine</b> .....	191
Grande camomille .....	192
<b>Nausées, mal des transports</b> .....	199
Gingembre .....	200
<b>Rhume. « État grippal »</b> .....	207
Échinacée .....	208
<b>Troubles fonctionnels intestinaux</b> .....	217
Menthe poivrée .....	220
<b>Troubles de la mémoire du sujet âgé. Maladie d'Alzheimer</b> .....	229
Ginkgo .....	230
<b>Index</b> .....	239

**P**articulièrement prisée du public, à l'instar de toutes les thérapeutiques « alternatives », la phytothérapie pose aux professionnels de la santé quelques questions élémentaires : les plantes médicinales ont-elles, oui ou non un quelconque intérêt ? dans quelles pathologies ? Que sait-on au juste de leur activité ? de leur innocuité ? Dispose-t-on de données factuelles permettant d'évaluer le bénéfice que l'on peut retirer de leur utilisation ? pour quels risques ? Existe-t-il, en dehors des observations anecdotiques et de la tradition, des essais cliniques solides permettant de considérer, dans un contexte précis, le recours aux médicaments à base de plantes comme l'un des choix possibles pour la prescription ou le conseil ?

C'est à ces questions que cet ouvrage tente de répondre. Son objectif est de recenser et d'analyser les données essentielles de l'évaluation des principales plantes médicinales, en adoptant une approche par problème de santé (anxiété, dépression, fatigue, insomnie...).

Après une courte introduction mettant en perspective l'affection et les modalités habituelles de sa prise en charge, l'auteur présente brièvement, pour chaque plante, les données de la pharmacologie expérimentale, puis détaille tous les aspects permettant d'en cerner les bénéfices et les risques (essais cliniques, effets indésirables, toxicité éventuelle). Précisant le statut légal des plantes évoquées, mais également les indications reconnues et les posologies, il s'appuie sur près de 900 publications scientifiques et sur les données françaises et allemandes, que d'aucuns tendent à considérer comme les références dans le domaine de la phytothérapie.

Jean Bruneton est professeur de pharmacologie à la faculté de pharmacie d'Angers. Spécialiste de phytochimie, il est l'auteur, chez le même éditeur, de *Pharmacognosie, phytochimie, plantes médicinales* (3<sup>e</sup> édition, 1999) et de *Plantes toxiques - Végétaux dangereux pour l'homme et les animaux* (2<sup>e</sup> édition, 2001). Il a également cosigné une centaine de publications scientifiques internationales.

2-7430-0558-0



9782743005580