HÄNSELER
SWISS PHARMA

Phytoguide



Préface

Chers spécialistes

Les plantes nous accompagnent depuis toujours en tant que précieux auxiliaires de santé et de bien-être. Ce savoir, combiné aux connaissances modernes, constitue la base du présent phytoguide.

Dans cette brochure, nous vous présentons douze plantes sélectionnées qui ont fait leurs preuves en matière de conseil et qui font partie intégrante de notre assortiment chez Hänseler AG. Chaque plante est décrite de manière brève et concise – de sa botanique à son utilisation traditionnelle et moderne, en passant par ses vertus.

Notre objectif est de vous offrir, en tant que spécialistes, un soutien pratique pour vos conseils quotidiens sur le terrain.

Nous vous remercions de la confiance que vous accordez à la phytothérapie et vous souhaitons beaucoup de plaisir à utiliser ce guide.

Avec nos salutations les plus cordiales
Votre équipe de **Hänseler AG**

Ce phytoguide a été élaboré en collaboration avec **Madame Beatrix Falch, docteur en sciences naturelles.**

Profil professionnel de Beatrix Falch :
- Pharmacienne d'officine avec certificat formation complémentaire FPH en phytothérapie
- Co-présidente de la Société suisse de discipline pharmaceutique pour la médecine complémentaire et de phytothérapie (SSPM)
- Co-présidente de la société pharmaceutique spécialisée en médecine complémentaire et en phytothérapie (SP MCPhyto)
- Chargée d'enseignement externe à l'EPF Zurich
- Enseignante chez AGFAM, medinform et d'autres organisateurs de formations continues

Nous la remercions chaleureusement pour son expertise technique et ses précieux conseils.



Madame Dr. sc. nat.
Beatrix Falch

Autres sources :
- Wichtl, M. - Thés médicinaux et phytomédicaments, 6e édition
- PharmaWiki
- ResearchGate
- Compendium suisse des médicaments
- Ph.Eur.
- HMPC-Monographies

Source des images :
- Shutterstock

„Toutes choses sont poison, et rien n'est sans poison ; seule la dose empêche une chose d'être un poison."

– Paracelse (1493 – 1541)



Sommaire

Achillée millefeuille (*Achillea millefolium* L.) 2

Angélique (*Angelica archangelica* L.) 3

Millepertuis (*Hypericum perforatum* L.) 4

Actée à grappes noires (*Cimicifuga racemosa* L.) 5

Busserole (*Arctostaphylos uva-ursi* L.) 6

Bouleau (*Betula pendula* Roth.) 7

Verge d'or (*Solidago virgaurea* L.) 8

Jusquiame (*Hyoscyamus niger* L.) 9

Hamamélis (*Hamamelis virginiana* L.) 10

Menthe poivrée (*Mentha x piperita* L.) 11

Eucalyptus (*Eucalyptus globulus* Labill.) 12

Cajeput (*Melaleuca cajuputi* Maton & Sm. ex R. Powell) 13



Achillée millefeuille

Botanique
L'achillée millefeuille (*Achillea millefolium* L.) de la famille des astéracées (*Asteraceae*) est une herbe vivace originaire d'Europe, que l'on trouve aussi fréquemment en Suisse.

Médicament
La plante médicinale utilisée est l'achillée millefeuille (*Millefolii herba*) – les pointes des pousses fleuries de la plante, entières ou coupées, séchées – et les fleurs d'achillée millefeuille (*Millefolii flos*).
- La pharmacopée exige une teneur minimale en huile essentielle de 2 ml/kg, calculée sur la drogue séchée.

Composition
Huile essentielle, substances amères, flavonoïdes, tanins

Vertus
Les préparations ont des propriétés antispasmodiques, antimicrobiennes et biliaires avérées, propriétés digestives, astringentes, antioxydantes et anti-inflammatoires. Traditionnellement, on attribue aux préparations un action de type progestérone.

Domaines d'application
- Traditionnellement utilisée pour le traitement symptomatique des crampes légères pendant les règles.
- Perte d'appétit
- Troubles gastro-intestinaux tels que crampes, ballonnements et flatulences.
- Traitement local des petites plaies.

Formes d'administration
Extraits, poudres, teintures (mères), comprimés, thé

Contre-indications
Allergie aux composées

Interactions
Aucune interaction n'est connue à ce jour.

Angélique

Botanique
L'angélique (*Angelica archangelica* L.) de la famille des ombellifères (*Apiaceae*) est une plante herbacée qui peut atteindre trois mètres de haut et qui est originaire du nord de l'Europe.

Médicament
La racine d'angélique (*Angelicae radix*) est utilisée comme plante médicinale. Le rhizome et les racines de la plante, entiers ou coupés, soigneusement séchés. Plus rarement, on utilise aussi l'herbe et les fruits.
- La pharmacopée exige une teneur minimale en huile essentielle de 2 ml/kg, calculée sur la drogue séchée.

Composition
Huile essentielle avec monoterpènes, furanocoumarines comme l'angélicine, substances amères

Vertus
Racines : Les préparations à prendre par voie orale ont des propriétés biliaires et antiflatulentes, propriétés antispasmodiques et antimicrobiennes. Les préparations topiques sont utilisées pour le traitement symptomatique des symptômes du rhume tels que le rhume et la toux.
Herbe : Augmentation du volume de la vessie et réduction des mictions nocturnes.

Domaines d'application
Racines :
Peroral
- Stimule l'appétit en cas de dyspepsie.
- Manque de sécrétion de suc gastrique.
- Flatulences, ballonnements et douleurs abdominales.

Topique
- Chauffant, antiseptique, relaxant et expectorant.

Herbe :
- Vessie irritable

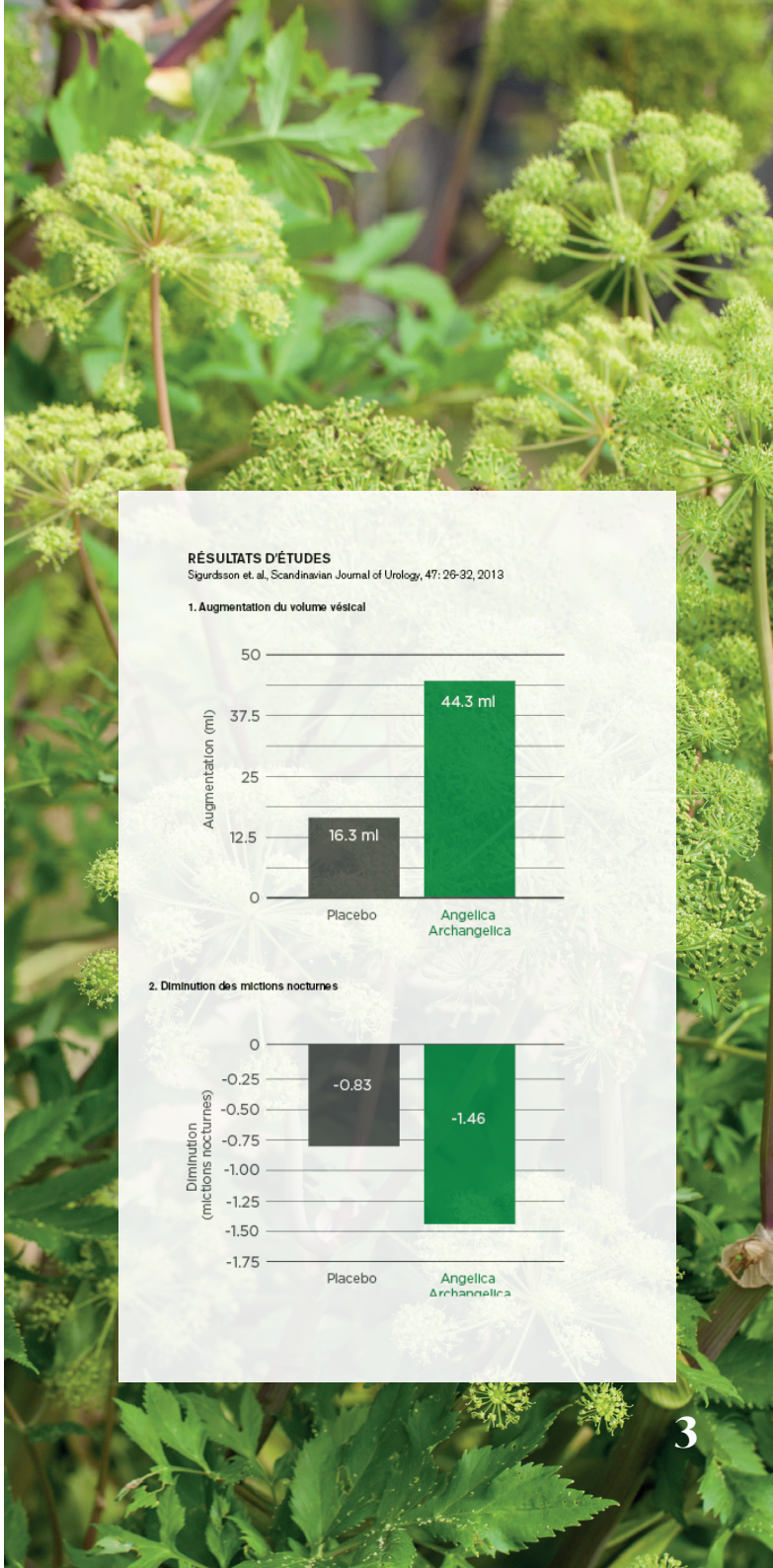
Formes d'administration
Peroral : Teintures (mères), gélules, thé
Topique : Baume

Contre-indications
Hypersensibilité, ne pas utiliser le baume chez les jeunes enfants de moins de 3 mois.

Remarques importantes
Topique : Photosensibilisation due aux furanocoumarines.

Interactions
Aucune interaction n'est connue à ce jour.

haenseler.ch/etudes





Millepertuis

Botanique
Le millepertuis (*Hypericum perforatum* L.) est une plante herbacée vivace de la famille des millepertuis (*Hypericaceae*), qui est originaire d'Europe et que l'on trouve aussi fréquemment en Suisse.

Médicament
Le millepertuis (*Hyperici herba*) est constitué par les sommités des pousses d'*Hypericum perforatum* L. récoltées pendant la floraison, séchées, entières ou coupées. Les sommités fraîches de millepertuis (*Hyperici summitates cum floribus recentes*) sont constituées par les sommités des pousses d'*Hypericum perforatum* L., récoltées pendant la floraison, entières et d'une longueur maximale de 15 cm.

Composition
Naphtodianthrones : Hypericine, pseudohypericine ; dérivés de la phloroglucine : Hyperforine, adhyperforine ; flavonoïdes : Hyperoside, rutoside, quercitrine, isoquercitrine, biflavones Procyanidines oligomères, xanthones, huile essentielle

Vertus
Les préparations ont des propriétés antidépressives et apaisantes.

Domaines d'application
- En cas d'humeur déprimée, d'instabilité de l'humeur, d'agitation intérieure, d'anxiété, d'états de tension et de troubles de l'endormissement et du sommeil qui en découlent.
- Pour le traitement des épisodes dépressifs légers et modérés.

Formes d'administration
Comprimés pelliculés, dragées, gélules, teintures (mères), thé

Contre-indications
Hypersensibilité, hypersensibilité à la lumière, combinaison avec certains substrats du CYP (s'applique aux extraits riches en hyperforine), antidépresseurs et autres substances sérotoninergiques.

Interactions
Apparaissent en fonction de la teneur en hyperforine. Des interactions sont possibles par exemple avec les immunosuppresseurs, les médicaments contre le VIH, certains cytostatiques, les antagonistes de la vitamine K, la digoxine, la méthadone et les contraceptifs hormonaux.

Remarques importantes
Les extraits pauvres en hyperforine ne présentent pas d'interactions pharmacocinétiques.

haenseler.ch/etudes

Actée à grappes noires

Botanique
L'actée à grappes noires (*Cimicifuga racemosa* L.), une plante vivace de la famille des renonculacées (*Ranunculaceae*) originaire de l'est de l'Amérique du Nord, était traditionnellement utilisée par les populations indigènes.

Médicament
La plante médicinale est le rhizome, le rhizome de cimicifuga (*Cimicifugae racemosae rhizoma*), qui se compose du rhizome et des racines, déterrés et séchés après la maturation des fruits.

Composition
Glycosides triterpéniques, acides phénoliques, flavonoïdes, tanins, huiles volatiles

Vertus
Les effets hormonaux sont notamment attribués à l'influence sur l'équilibre des neurotransmetteurs.

Domaines d'application
- Pour soulager les troubles de la ménopause tels que les bouffées de chaleur, les sueurs, les troubles du sommeil, la nervosité et les troubles de l'humeur.
- L'effet n'est pas immédiat et la durée du traitement doit être d'au moins 6 semaines.

Formes d'administration
Comprimés pelliculés, teintures (mères)

Contre-indications
Hypersensibilité, lésions hépatiques

Interactions
Aucune interaction n'est connue à ce jour avec les préparations autorisées en Suisse.

Remarques importantes
Peut également être utilisée pour les tumeurs œstrogéno-dépendantes.





Busserole

Botanique
La busserole (*Arctostaphylos uva-ursi* L.), de la famille des éricacées (*Ericaceae*), est un arbuste bas à feuilles persistantes qui pousse dans l'hémisphère nord.

Médicament
Les feuilles séchées, entières ou coupées, *Uvae ursi folium*, sont utilisées en tant que drogue médicinale.
- La pharmacopée exige une teneur minimale de 7.0 % d'arbutine, calculée sur la drogue séchée.

Composition
Arbutine, méthylarbutine, acides phénoliques, flavonoïdes, tanins, triterpènes

Vertus
Les préparations ont des propriétés antibactériennes, anti-inflammatoires et anti-adhésives. L'effet antibactérien est attribué à l'hydroquinone libérée par les arbutines.

Domaines d'application
Traitement des infections urinaires non compliquées, des cystites et autres maladies inflammatoires des voies urinaires.

Formes d'administration
Comprimés pelliculés, gélules, teintures (mères), thé

Contre-indications
Hypersensibilité, maladies rénales, grossesse et allaitement.

Interactions
Aucune interaction n'est connue à ce jour.

Remarques importantes
En préparation de thé individuelle, faire un extrait d'eau froide pour maintenir la quantité de tanins mal tolérés à un niveau bas.

Bouleau

Botanique
Les plantes souches de la drogue médicinale sont le bouleau pendulaire (*Betula pendula* Roth.) et le bouleau pubescent (*Betula pubescens* Roth.) de la famille des Bouleaux (*Betulaceae*). Les deux espèces sont indigènes en Europe. Les bouleaux poussent surtout dans l'hémisphère nord.

Médicament
Les feuilles de bouleau (*Betulae folium*) sont le plus souvent utilisées comme plante médicinale.
- La pharmacopée exige une teneur minimale de 1.5 % en flavonoïdes, calculée en hyperoside sur la drogue séchée.

Composition
Flavonoïdes, tanins, acides phénolcarboxyliques : acide chlorogénique ; huile essentielle, triterpènes, vitamines (dont vitamine C)

Vertus
Les préparations ont des propriétés antibactériennes, anti-inflammatoires et anti-adhésives.

Domaines d'application
- Les médicaments sont traditionnellement utilisés comme diurétiques, par exemple en cas de maladies inflammatoires et bactériennes des voies urinaires, comme une cystite.
- Les feuilles de bouleau sont également utilisées en cas de maladies rhumatismales et pour prévenir les calculs rénaux.
- Dans la médecine alternative, les feuilles de bouleau sont également utilisées pour la purification ou la désintoxication (détox).

Formes d'administration
Comprimés pelliculés, teintures (mères), thé

Contre-indications
Hypersensibilité, enfants de moins de 6 ans.

Interactions
Aucune interaction n'est connue à ce jour.





Verge d'or

Botanique
La verge d'or est une plante herbacée de la famille des astéracées (*Asteraceae*).

Les espèces utilisées comprennent :
- Verge d'or (*Solidago virgaurea* L.)
- Verge d'or géante (*Solidago gigantea* Aiton)
- Verge d'or du Canada (*Solidago canadensis* L.)

Médicament
La véritable verge d'or (*Solidaginis virgaureae herba*) est constituée des parties aériennes fleuries séchées, entières ou broyées, de *Solidago virgaurea*. La verge d'or (*Solidaginis herba*) se compose des parties aériennes séchées, fleuries, entières ou broyées, de *Solidago gigantea* ou *Solidago canadensis*, , leurs variétés ou hybrides et/ou leurs mélanges.
- La pharmacopée exige une teneur minimale de 2.5 % en flavonoïdes, calculée en hyperoside sur la drogue séchée.

Composition
Flavonoïdes, saponines triterpéniques, isoprénoïdes, vitamines, huile essentielle, acides organiques, polysaccharides

Vertus
Les préparations ont des propriétés antibactériennes, diurétiques, anti-inflammatoires, antioxydantes et antispasmodiques.

Domaines d'application
Les préparations sont utilisées pour traiter les inflammations de la vessie.

Formes d'administration
Comprimés pelliculés, teintures (mères), thé

Contre-indications
Hypersensibilité, enfants de moins de 6 ans.

Interactions
Aucune interaction n'est connue à ce jour.

Jusquiame

Botanique
La jusquiame noire (*Hyoscyamus niger* L.), de la famille des solanacées (*Solanaceae*), est une plante herbacée originaire d'Europe.

Médicament
Les feuilles d'hyoscyamus (*Hyoscyami folium*) et la jusquiame fraîche (*Hyoscyami herba recens*) sont utilisées comme matière première médicinale.

Composition
Alcaloïdes : Atropine (racémate de L- et S-Hyoscyamine), scopolamine ; flavonoïdes

Vertus
Les alcaloïdes tropaniques ont des propriétés parasympatholytiques (anticholinergiques) et psychoactives.

Domaines d'application
Topique: dans les pommades pour cicatrices et pour les frictions.

Peroral: Comme anticholinergique en cas de rhume, de spasmes dans la région du tractus gastro-intestinal, traditionnellement utilisée comme analgésique et sédatif.

Formes d'administration
Crèmes, teintures (mères), huile, rarement en mélanges de tisanes

Contre-indications
Peroral : Glaucome à angle fermé, rétention urinaire/hyperplasie de la prostate, iléus/obstruction gastrointestinale, myasthénie grave, tachyarythmie/insuffisance cardiaque

Interactions
Peroral : Des interactions avec des médicaments ayant des effets anticholinergiques sont possibles, par exemple les antidépresseurs tricycliques, les antipsychotiques, les antiparkinsoniens, les myorelaxants

Remarques importantes
La jusquiame peut être utilisée abusivement comme stupéfiant et hallucinogène.





Hamamélis

Botanique
L'hamamélis de Virginie (*Hamamelis virginiana* L.), de la famille des *Hamamélidacées*, est originaire de l'est de l'Amérique du Nord (États-Unis et Canada). Il s'agit d'un arbuste touffu qui peut atteindre une hauteur d'environ sept mètres.

Médicament
La drogue médicinale utilisée est principalement les feuilles d'hamamélis (*Hamamelidis folium*), les feuilles séchées entières ou coupées d'*Hamamelis virginiana* L.

- La pharmacopée exige une teneur minimale de 3 % en tanins, calculée en pyrogallol sur la drogue séchée.

On utilise également l'écorce d'hamamélis (*Hamamelidis cortex*), la tige ou l'écorce de la plante.

Composition
Tanins : gallotannins, hamamélitannins, proanthocyanidines oligomères ; flavonoïdes, acides phénoliques, huile essentielle

Vertus
Les préparations ont des propriétés astringentes, anti-inflammatoires, antioxydantes, antiprurigineuses, antihémorragiques, veinotoniques, antibactériennes et antivirales.

Domaines d'application
Maladies de la peau, eczéma, crevasses, en cas de loup, petites brûlures, coups de soleil, petites lésions cutanées, varices et hémorroïdes..

Formes d'administration
Pommades, crèmes, collyres, suppositoires, extraits, teintures (mères)

Contre-indications
Aucune contre-indication n'est connue à ce jour.

Interactions
Aucune interaction n'est connue à ce jour.

Remarques importantes
L'eau d'hamamélis ne contient que les composants volatils à la vapeur d'eau.

Menthe poivrée

Botanique
La menthe poivrée (*Mentha x piperita* L.), de la famille des *Lamiacées*, est un hybride de la menthe verte (*Mentha spicata* L.) et de la menthe aquatique (*Mentha aquatica* L.). La plante pousse en Europe et peut être cultivée dans le jardin. Elle est vivace et produit des stolons souterrains.

Médicament
Les feuilles de menthe poivrée (*Menthae piperitae folium*), les feuilles séchées, entières ou coupées de *Mentha x piperita* L., sont utilisées comme matière première médicinale.
- La pharmacopée exige une teneur minimale de 9 ml/kg d'huile essentielle, calculée sur la drogue séchée.

Composition
Huile essentielle, tanins labiates, flavonoïdes, triterpènes

Vertus
Les préparations à base de feuilles de menthe ont des propriétés antispasmodiques et relaxantes sur la musculature lisse du tube digestif. Elles ont également un effet biliaire, digestif, antiflatulent, rafraîchissant et antimicrobien.

Domaines d'application
- Traitement des troubles gastro-intestinaux tels que l'indigestion, les ballonnements, les crampes, les douleurs abdominales et les flatulences.
- L'huile de menthe poivrée est utilisée en usage externe contre les maux de tête ainsi que pour soulager les symptômes de la toux et du rhume.

Formes d'administration
Huile essentielle, crèmes, teintures (mères), thé, gélules, extraits liquides et secs

Contre-indications
Hypersensibilité, troubles gastro-intestinaux graves avec crampes, obstruction des voies biliaires, inflammation de la vésicule biliaire, atteinte au foie, grossesse et allaitement

Interactions
Aucune interaction n'est connue à ce jour.

Remarques importantes
Le thé à la menthe poivrée, consommé en grande quantité, peut déclencher des contractions utérines.





Eucalyptus

Botanique
Les eucalyptus à feuilles persistantes comme l'*Eucalyptus globulus* Labill. de la famille des myrtacées (*Myrtaceae*), qui sont originaires d'Australie, peuvent atteindre 100 mètres de haut. Tous les arbres ne se prêtent pas de la même manière à l'extraction de l'huile.

Médicament
Les feuilles d'eucalyptus (*Eucalypti folium*) sont utilisées comme matière première médicinale. Elles sont constituées de feuilles séchées, entières ou coupées, de branches âgées d'*Eucalyptus globulus* Labill.

- La pharmacopée exige une teneur minimale de 15 ml/kg d'huile essentielle, calculée sur la drogue séchée.

Composition
Huile essentielle (composant principal 1.8-cinéole), flavonoïdes

Vertus
Les préparations ont des propriétés antimicrobiennes, antiseptiques, anti-inflammatoires, stimulent la circulation sanguine, favorisent l'expectoration et calment l'irritation de la toux, tout en libérant les voies respiratoires.

Domaines d'application
Maladies liées au refroidissement, rhume, bronchites, sinusites, toux

Formes d'administration
Huile essentielle, crèmes, teintures (mères), thé, gélules

Contre-indications
Hypersensibilité, nourrissons et enfants, grossesse

Interactions
L'huile d'eucalyptus peut induire des isoenzymes du CYP450 et des interactions correspondantes ne peuvent pas être exclues.

Remarques importantes
Eucalyptus radiata est l'espèce la plus douce et l'huile essentielle qui en provient peut également être utilisée chez les jeunes enfants (diluée en conséquence).

Cajeput

Botanique
Le cajeput est une huile essentielle obtenue à partir des feuilles et des rameaux de la bruyère myrte (*Melaleuca cajuputi* Maton & Sm. ex R. Powell) de la famille des myrtacées (*Myrtaceae*). L'arbre peut atteindre une hauteur de 25 mètres et est surtout répandu en Asie du Sud-Est et en Australie.

Médicament
Les feuilles et les rameaux sont utilisés en tant que médicaments.
- . La teneur en 1,8-cinéole est généralement de 50 à 70 %.

Composition
Huile essentielle (composant principal 1.8-cinéole), flavonoïdes

Vertus
Les préparations ont des effets antimicrobiens, antiviraux, analgésiques, anti-inflammatoires, antioxydants, spasmolytiques et expectorants.

Domaines d'application
Rhume, toux, douleurs musculaires et articulaires

Formes d'administration
Huile essentielle, crèmes, thé, gélules

Contre-indications
Hypersensibilité, nourrissons et enfants, grossesse, allaitement, insuffisance rénale, application sur une peau blessée ou malade, application sur le visage, près des yeux

Interactions
Aucune interaction n'est connue à ce jour.

haenseler.ch/etudes



Hänseler Swiss Pharma
Industriestrasse 35
9100 Herisau, Schweiz
T +41 71 353 58 58
www.haenseler.ch
info@haenseler.ch

Suivez-nous sur
les réseaux sociaux

HÄNSELER
SWISS PHARMA

30003102/02_2025.06.01