



Précautions d'usage des plantes médicinales

■ ■ Cette fiche résume les précautions à prendre.

Précautions

Une **plante médicinale** est une plante qui est utilisée par l'homme en raison de ses propriétés bénéfiques pour la santé humaine. Les personnes qui ont une connaissance approfondie des bienfaits des plantes sont des guérisseurs traditionnels ou les phytothérapeutes conventionnés.

Généralement, seulement une partie de la plante est utilisée. Différentes parties de la plante servent à divers usages.

La phytothérapie est efficace pour soulager des problèmes mineurs, qu'ils soient ponctuellement gênants et aiguës (toux, maux de ventre, brûlure...) ou qu'ils soient chroniques (règles douloureuses, arthrose..).

Nécessite de bien connaître les symptômes

Faire des tests courts pour voir les effets se confirmer, ou si il se développe des allergies

Les plantes contiennent des centaines de composants là où les médicaments conventionnels n'en contiennent qu'un seul.



Estelle VIDAL
Lincks
05/01/2021
<https://www.lincks.nc/>





Estelle VIDAL

Lincks

05/01/2021

<https://www.lincks.nc/>

