

GUIMAUVE

Nom latin: Althaea officinalis, Malvaceae

Nom vernaculaire: Guimauve

Ici on parle bien de la plante et non de la confiserie! Bien que celle-ci était originellement confectionnée à base des mucilages* extrait de la racine de guimauve, aujourd'hui elle a une toute autre composition... Cette belle plante vivace commune des terrains humides, nous aide à soigner bien des maux liés à l'inflammation des muqueuses et de la peau en les adoucissant. Il était d'usage de donner une racine de guimauve séchée aux bébés qui faisaient leurs dents pour les soulager. Le maître mot de la guimauve est la douceur.

PARTIE UTILISÉE ET UTILISATION

Les sommités fleuries, les feuilles et les racines sont utilisées, la racine étant la partie la plus riche en mucilages*.

En tisane, on utilise les fleurs et les feuilles pour des inflammations internes de type angine, bronchite, gastrite, où elle va venir adoucir tous les tissus internes, réduisant ainsi l'inflammation.

Sous forme de poudre, la racine sera utilisée pour former un gel avec de l'eau et sera aussi efficace pour adoucir les muqueuses.

En décoction, on utilise la racine pour les inflammations de la cavité buccale, mais aussi la maturation des boutons et les plaies enflammées, où on appliquera des compresses de la décoction sur les zones concernées.



PROPRIÉTÉS PRINCIPALES

- Émolliente (adouçissante)
- Vulnéraire (cicatrisante)
- Immunostimulante (augmente nos défenses immunitaires grâce à un composé: l'asparagine)

*mucilage: Substance visqueuse qui gonfle au contact de l'eau sans se dissoudre

Il n'existe pas de contre indication connue pour la guimauve.

La guimauve ne se substitue pas à un traitement médical.

Clara, apprentie Herboriste