



Plantes médicinales: l'action des fleurs

Plante (exemple)	Principe actif	Utilisation en cas de
Fleur d'arnica (Arnicae flos)	Tanin	Contusions
Fleurs d'oranger amer (Aurantii amari flos)	Huile essentielle	Nervosité et problèmes d'endormissement
Souci (Calendulae flos)	Huile essentielle	Plaies qui cicatrisent mal
Camomille romaine (Chamomillae romanae flos)	Huile essentielle	Troubles gastro-intestinaux
Aubépine, fleurs et feuilles (Crataegi flos)	Flavonoïde	Légers troubles cardiovasculaires
Fleurs de foin (Graminis flos)	Flavonoïde	Thérapie par la chaleur pour soulager les maladies rhumatismales
Immortelles (Helichrysi flos)	Flavonoïde	Problèmes digestifs
Hibiscus (Hibisci sabdariffae flos)	Acides végétaux	Refroidissements
Lavande (Lavandulae flos)	Huile essentielle	Nervosité, problèmes d'endormissement
Cônes de houblon (Lupuli swtrobulus)	Résine	Anxiété, troubles du sommeil
Fleurs de mauve (Malvae sylvestris flos)	Mucilage	Irritation des muqueuses buccales et pharyngiennes, toux sèche irritative
Fleurs de camomille (Matricariae flos)	Huile essentielle	Irritation des muqueuses et de la peau
Primevère (Primulae flos)	Saponine, flavonoïde	Catarrhe des voies respiratoires
Fleurs de sureau (Sambuci flos)	Huile essentielle	Refroidissements
Reine-des-prés (Spiraeae flos)	Huile essentielle	Refroidissements
Fleurs de tilleul (Tiliae flos)	Flavonoïde	Refroidissements
Bouillon blanc (Verbasci flos)	Mucilage	Toux sèche irritative

Source: Tribune du droguiste/Booklet Plantes bienfaisantes