

De l'or qui fait du bien

La verge d'or a fait ses preuves. On l'utilise depuis 700 ans pour soigner les inflammations des voies urinaires.

Ce n'est pas pour rien qu'on l'appelle verge d'or. Ses fleurs jaunes éclosent en début d'été et s'épanouissent jusqu'en automne, donnant des reflets dorés à la fin de la belle saison. De juillet à octobre, elle attire tous les regards. Mais une fois ses fleurs fanées, elle ressemble à un vulgaire petit buisson coiffé à la Keith Richard (le guitariste des Rolling Stones). La médecine, elle, l'apprécie toute l'année. Car la saison des cystites ne s'arrête jamais.

En cas de problèmes de reins ou de vessie

C'est un médecin allemand qui a été le premier à découvrir que la verge d'or, aussi appelée solidage, était l'un des meilleurs remèdes qui soit pour les reins. Parmi ses propriétés principales, on peut citer ses effets anti-inflammatoires et diurétiques. Ces effets sont dus aux flavonoïdes, des substances végétales secondaires qui se trouvent dans ses fleurs. En médecine, on retrouve surtout les flavonoïdes dans les tisanes, les teintures mères, les remèdes homéopathiques, les comprimés et les jus de plantes fraîches. Mais toutes les préparations ne contiennent pas la même quantité de principe actif. En cas d'inflammation des voies urinaires, il est donc conseillé de recourir à des préparations standardisées pour être sûr d'avoir une quantité suffisante de flavonoïdes. Ces préparations affichent en effet toujours

la même teneur en principe actif. Cette continuité améliore d'ailleurs l'effet thérapeutique dans la durée, car le corps reçoit toujours une quantité constante de principe actif.

L'alliée des reins

Mais la verge d'or n'est pas seulement efficace pour traiter les maladies inflammatoires aiguës des voies urinaires, elle peut aussi les prévenir. Prise à titre prophylactique, elle renforce les reins, les rend plus résistants, normalise leur fonction et empêche la formation de calculs rénaux et urinaires. De par ses propriétés diurétiques, cette plante médicinale permet également d'éliminer entièrement les résidus d'acide urique qui pourraient, sinon, former des dépôts dans le corps. Des dépôts qui risquent par la suite de provoquer des douleurs et des problèmes. Les prépara-

tions à base de verge d'or conviennent à toute la famille. Attention: il est impératif de consulter un médecin si les douleurs rénales s'accompagnent de fièvre. Idem en présence de sang dans l'urine.

Texte: Nicole Blatter / trad: cs

Illustration: biolib.de



Fiche signalétique

Nom français:	verge d'or, solidage
Nom latin:	<i>Solidago virgaurea</i>
Origine:	Amérique du Nord
Pousse:	en Europe – comme plante de jardin ou plante sauvage
Effets:	anti-inflammatoire, légèrement antispasmodique, diurétique
Indications:	en cas d'inflammation des voies urinaires, prévient les calculs rénaux et urinaires et renforce les reins