

GEMMOTHÉRAPIE

Les remèdes essentiels
à connaître et à utiliser



DOCUMENT RÉSERVÉ AUX
PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ

Utiliser la gemmothérapie en automédication, est-ce possible ? Comment ?

Ce petit guide, sans entrer dans des détails de principes biologiques complexes, vous permettra de connaître les principales indications par plante et les synergies possibles.

LA GEMMOTHÉRAPIE POUR TOUS

La gemmothérapie est une branche de la phytothérapie utilisant la totalité des principes actifs d'une plante sous sa forme embryonnaire (bourgeon), aussi appelé *totum* en naturopathie.

Cette méthode thérapeutique est efficace en préventif et en curatif. Elle peut être utilisée en complément de l'homéopathie afin d'en potentialiser les effets.

- 1 INTRODUCTION
- 2 FORME GALÉNIQUE
- 3 POSOLOGIES
- 4 LES UNITAIRES
 - 1 • *Betula pubescens*
 - 2 • *Castanea sativa*
 - 3 • *Crataegus oxyacantha*
 - 4 • *Ficus carica*
 - 5 • *Fraxinus excelsior*
 - 6 • *Juglans regia*
 - 7 • *Juniperus communis*
 - 8 • *Ribes nigrum*
 - 9 • *Rosa canina*
 - 10 • *Rosmarinus officinalis*
 - 11 • *Rubus fruticosus*
 - 12 • *Tilia tomentosa*
- 5 ASSOCIATIONS POSSIBLES

1 INTRODUCTION

La gemmothérapie (*du latin gemme = bourgeons*), appelée aussi parfois « **phyto-embryothérapie** » a été fondée par le Dr. Pol Henry (1918-1988), médecin belge.

La gemmothérapie est l'utilisation de **tissus embryonnaires végétaux en croissance** tels que jeunes pousses, bourgeons, racicelles, préparés à l'état frais par macération dans un mélange eau-alcool-glycérine.

Etant des embryons, ces parties renferment tout le **potentiel énergétique de la plante**. En effet, ils contiennent par leur nature « germinative » l'intégralité de la plante, aussi appelé *totum* en Naturopathie.

Les macérats glycinés agissent en profondeur tout en étant **une thérapie plus douce** que la phytothérapie.

Cette thérapeutique stimule les émonctoires (organes d'élimination), exerce une action drainante et facilite **la désintoxication de l'organisme**.

3

POSOLOGIES

2 FORME GALÉNIQUE

La forme galénique classique de la Pharmacopée française est le **macérat en 1D** (Dilution au 1/10^{ème}).

Cette forme galénique est de plus en plus remplacée par le macérat-mère qui a une posologie plus faible.

En effet, la posologie est divisée par 10 quant au nombre de gouttes par prise.

Le macérat glycériciné s'utilise en **monothérapie**
(une seule plante à la fois) ou en mélange.

En dilution 1DH :

Adultes et Enfants dès 4ans :

A répartir en **3 prises par jour** : 50 à 150 gouttes
ou 10 à 30 pulvérisations par jour, selon instructions
du spécialiste conseil, plantes utilisées et poids de la
personne (1 goutte/kilo de poids/jour).

A noter, environ 40 gouttes = environ 1ml = environ
9 pulvérisations.

Pour les macérats-mères :

Adultes : 5 à 15 gouttes ou 1 à 3 pulvérisations par jour
selon instructions du spécialiste conseil, plantes utilisées
et poids de la personne.

Enfants de 4 à 12 ans : 2 à 8 gouttes ou 1 à 2 pulvérisations
par jour, selon âge et poids.

Durée du traitement :

Il n'est pas possible de généraliser la durée tant à titre
préventif qu'à titre curatif car elle dépend du patient et du
contexte. Néanmoins, la durée minimale d'un traitement
est généralement de 3 semaines et peut aller jusqu'à
3 mois.

Mode d'administration :

En général, la prise du traitement s'effectue
de préférence **en dehors des repas**.

En 1DH :

En gouttes : Diluer dans un peu d'eau et garder
30 secondes en bouche avant d'avaler.

En spray buccal : Pulvériser sous la langue et garder
30 secondes en bouche avant d'avaler.

En macérats-mères :

En gouttes : Déposer les gouttes directement
sous la langue.

En spray buccal : Pulvériser sous la langue.

Important

Les posologies conseillées dans ce lexique le sont à titre
informatif. Chaque patient étant différent, il est important
et nécessaire d'adapter le dosage avec un professionnel
de la santé.

Pour les femmes enceintes, pas de contre-indications mais
d'une manière générale éviter les macérats qui ont une
action hormonale.

4

LES UNITAIRES

BETULA PUBESCENS

Nom français : Bouleau pubescent

CASTANEA SATIVA

Nom français : Châtaigner

ARTICULATION - OS - DÉPURATIF

Famille : Bétulacées

Le Betula pubescens concerne plus facilement les sujets âgés au contraire de Betula verrucosa qui est souvent indiqué pour les enfants afin de soutenir la croissance (minéralisation et dentition).

Propriétés et indications principales :

- Régulation terrain acide, élimination acide urique.
- Action diurétique : rétention d'eau, œdème.
- Douleurs articulaires, arthrose.
- Décalcification, ostéoporose et perte de densité osseuse, suite de fractures.
- Sénescence masculine, femme ménopausée.

Par système :

Hépatodigestif : Dépuratif profond antitoxique, il stimule les cellules de Kupffer du foie, la rate et le pancréas. En support dans les traitements de l'allergie.

Locomoteur :

- Polyarthrite chronique, rhumatisme articulaire aigu (RAA), arthrose, raideurs articulaires.
- Troubles de la calcification : fractures, ostéoporose.

Circulatoire : Maladies cardiovasculaires hypertensives, sclérose coronarienne.

Uro-génital : Néphrite, calculs rénaux.

Vision : Troubles visuels, cataracte.

Cutané : Cicatrisation, dartre.

Remarque :

Déconseillé aux personnes avec sensibilité aux salicylates.

DRAINEUR LYMPHATIQUE ET VEINEUX

Famille : Fagacées

Propriétés et indications principales :

- Stimulant de la circulation capillaire, veineuse et lymphatique. Soulage les jambes lourdes. Action sur les pathologies veineuses.
- Contre toutes les maladies qui attaquent l'homme de l'intérieur : les ulcères, les gastrites, les affections du foie, etc.

Par système :

Circulatoire et lymphatique : Cellulite, œdèmes, rétention d'eau, hémorroïdes, stases circulatoires, varices, phlébites, fragilité capillaire, ulcères variqueux, etc.

Hormonal : Syndrome prémenstruel avec congestion pelvienne.

Uro-génital : Rein polykystique.

Remarques :

Déconseillé sans suivi médical :

- Femmes enceintes, allaitantes.
- Personnes sous anticoagulant, hémophile.

CRATAEGUS OXYACANTHA

Nom français : Aubépine

CŒUR ET NERFS

Famille : Rosacées

Propriétés et indications principales :

- Arythmies, hypertension, hypotension.
- Angor, anxiolytique.

Par système :

Cardio-vasculaire :

• Déséquilibres tensionnels, troubles du rythme (tachycardies, palpitations, extrasystoles).

- Suite d'infarctus, sclérose de la région cardio-vasculaire.
- Renforce la force contractile du cœur, spasmes cardiaques.
- Sensation d'oppression cardiaque d'origine nerveuse.

Nerveux :

- Angoisse, anxiété, fragilité émotionnelle.
- Troubles du sommeil, sédatif du système nerveux central.
- Maladie d'Alzheimer

Endocrinien : Hyperthyroïdie

FICUS CARICA

Nom français : Figueur

STRESS - DOULEURS SPASMODIQUES

Famille : Moracées

Propriétés et indications principales :

- Régulateur de l'axe hypothalamo-hypophysaire.
- Régulateur de la boulimie et de la faim en général.
- Régénérateur gastrique et intestinal (flore intestinale).
- Terrain psycho-émotionnel (hypo ou hyper) avec somatisation au niveau du tube digestif et spasmophilie chez les sujets hypersensibles anxieux.
- Stress, nervosité, choc émotionnel, accompagne les personnes en Burn out.
- Insomnie
- Post-trauma crânien, névralgie faciale.

Par système :

Nerveux :

- Régule les effets du stress par action calmante et relaxante. Calme les angoisses.
- Facilite le sommeil chez les personnes avec pensées incessantes.
- Tics, difficultés de concentration.
- Hyperactivité chez les enfants.

Digestif :

- Troubles inflammatoires de l'appareil digestif, facilite la cicatrisation de la muqueuse de l'estomac : ulcère gastrique, gastrite, reflux gastrique, normalise la production du suc gastrique, hernie hiatale.
- Aide à la digestion. Régule l'appétit chez les personnes stressées qui compensent en mangeant.
- Régule l'équilibre bactérien de la cavité buccale.



- Troubles de la digestion haute : gastrite, spasmes digestifs, crampes d'estomac, dysphagie (n'arrive pas à avaler).
- Aide au sevrage des IPPs (inhibiteurs de la Pompe à Proton).

Intestinal : Perturbation de la flore intestinale, dysbiose. Colite. Rectocolite hémorragique.

Effet indésirable : rares cas de photosensibilisation.

FRAXINUS EXCELSIOR

Nom français : Frêne

APPAREIL OSTÉO-ARTICULAIRE, SYSTÈME RÉNAL

Famille : Oléacées

Propriétés et indications principales :

- Troubles métaboliques : élimine l'acide urique, goutte. Hypolipédémiant en cas de cholestérol.
- Antalgique dans les poussées d'arthrose.
- Antirhumatismal, polyarthrite.
- Adjuvant des traitements amaigrissants, régimes hypocaloriques.
- Prévention diabète.

Par système :

Locomoteur :

- Anti-inflammatoire avec tropisme métabolique.
- Anti-inflammatoire au niveau synovial, sur les articulations, ligaments et tendons.
- Déformations articulaires, tendinite, etc.

Rénal :

- Diurétique
- Améliore la fonction rénale en cas de lithiases rénales, crises de goutte, œdèmes, rétention d'eau, cellulite, obésité.

Remarques :

Déconseillé sans suivi médical :

- En cas d'obstruction des voies biliaires (calculs ou lithiase).
- Grossesse ou allaitement.
- Insuffisance cardiaque ou rénale sévère.

JUGLANS REGIA

Nom français : Noyer

SPHÈRE DERMATOLOGIQUE, DÉTOXIFIANT

Famille : Juglandacées

Propriétés et indications principales :

- Insuffisance du pancréas et de la rate.
- Perturbation de la flore intestinale.
- Intolérances alimentaires, dysbiose.
- Anti-inflammatoire lympho-veineux.
- Maladies auto-immunes.

Par système :

Hépatodigestif :

• Comme *Betula pubescens*, il stimule les cellules de Kupffer du foie qui lui confèrent une action dépurative. Cirrhose hépatique. Dysbiose, ballonnements, aérophagie.

• Stimulation du pancréas, remède de pancréatite chronique, diabète gras (type 2).

• Aphtes

Intestinal :

• Le noyer restaure la flore intestinale.

• Déséquilibre ou diarrhée liés à la prise d'antibiotiques, dysenterie. Induit l'implantation des probiotiques.

• Aide à lutter contre l'inflammation chronique des muqueuses.

Cutané :

• Problèmes cutanés dus aux dysbioses intestinales.

• Remède intéressant dans certaines dermatoses particulièrement les dermatoses infectées : infections à staphylocoques, abcès, acné ainsi que sur les levures pathogènes (*Candida albicans*).

• Eczéma, psoriasis, acné.

Sphère ORL : Lutte contre les infections des muqueuses : bronchite, sinusite, otite, laryngite, amygdalite, etc.

Remarques :

Diluer les gouttes ou pulvériser dans un peu d'eau avant la prise.

Déconseillé sans suivi médical :

- Femmes enceintes et allaitantes.
- Enfant avant 12 ans.

JUNIPERUS COMMUNIS

Nom français : Genévrier

RIBES NIGRUM

Nom français : Cassis

DRAINEUR - DIURÉTIQUE

Famille : Cupressacées

Propriétés et indications principales :

- Détoxifiant général.
- Intoxication médicamenteuse, chimiothérapie.
- Troubles métaboliques : hypercholestérolémie, hyperuricémie, athérosclérose, surcharge pondérale, obésité abdominale, prédiabète.
- Insuffisance hépatique et rénale.
- Cystites chroniques.

Par système :

Hépatodigestif :

- Action générale sur les fonctions hépatiques et sur la vésicule biliaire.
- Insuffisance hépatique, cirrhose alcoolique, hépatites virales ou iatrogènes caractérisées par une augmentation des transaminases. Facilite la digestion.
- Il est indiqué chez les personnes dont l'hygiène de vie n'est pas idéale (alimentation trop riche, industrielle, consommations excessives de tabac, café, alcool, etc).
- Hépatite médicamenteuse suite de chimiothérapie.

Uro-génital : Diurétique. Tonique du rein: insuffisance rénale. Lithiases rénales. Œdèmes, cystites chroniques. Pyélonéphrite.

Contre-indications :

Grossesse, atteinte rénale préexistante, maladies rénales inflammatoires.

Remarques :

Chez les personnes avec un terrain intoxiqué, la posologie doit être progressive sans quoi cela peut induire des effets secondaires tels que maux de tête, états nauséux, troubles cutanés par mobilisation trop importantes des toxines.

Déconseillé sans suivi médical :

- Femmes allaitantes.
- Patients diabétiques (risque de fluctuation des taux de glycémie).

ALLERGIE - ANTI-INFLAMMATOIRE

Famille : Grossulariacées

Ribes Nigrum est LE remède clé de la gemmothérapie. Il est adaptogène et renforce l'action des autres bourgeons. Les bourgeons de cassis, prélevés au moment du débouillage ont une puissance étonnante en stimulant la production de cortisol et sont donc intéressants pour tous les états inflammatoires.

Propriétés et indications principales :

- Anti-allergique, en prévention ou à titre curatif pour diminuer les symptômes tels que coryza, asthme, etc.
- Anti-inflammatoire
- Régulateur de l'axe hypophyso-cortico-surrénal.
- Stress, stress chronique, Burn-out.
- Convalescence, fatigue.
- Sujets immunodéprimés, régulateur immunitaire.

Par système :

Hépatodigestif : Intéressant dans les cures de chimiothérapie pour ses capacités détoxifiantes.

Locomoteur : Arthrose, troubles des articulations, ligaments, tendons. Douleurs rhumatismales.

ORL : Inflammations de la région ORL (otite, sinusite, rhinites, etc).

- Allergies saisonnières
- Syndromes grippaux

Uro-génital : Prostatite chronique

Cutané : Eczéma, urticaire.

Remarques :

A prendre de préférence avant 17h pour éviter les risques d'insomnies chez les personnes sensibles.

Déconseillé sans suivi médical :

- Oedème lié à insuffisance cardiaque ou rénale.

ROSA CANINA

Nom français : Eglantier /
Cynorrhodon / Rosier sauvage

IMMUNITÉ - INFECTIONS ORL CHEZ LES ENFANTS

Famille : Rosacées

Propriétés et indications principales :

- Soutient le système immunitaire face à une agression virale ou bactérienne.
- Chez les enfants lors de troubles ORL à répétition.

Par système :

Immunitaire :

- Faiblesse immunitaire, augmente les gammaglobulines.
- Anémie

ORL :

- Rhinopharyngite, otites séreuses, sinusites, trachéo-bronchites.
- Infection appareil respiratoire, asthme.
- États grippaux
- Allergies

Locomoteur :

- Arthrose, rhumatisme.
- Troubles de croissance chez l'enfant (fatigué, peu de prise de poids ou taille).

Cutané :

- Anti-inflammatoire des muqueuses et de la peau.
- Démangeaisons, eczéma.
- Herpès
- Furoncle

Intestinal : Colites, diarrhée, renforce les plaques de Peyer au niveau des intestins. Parasitoses intestinales.

ROSMARINUS OFFICINALIS

Nom français : Romarin

SPHÈRE HÉPATO-BILIAIRE CHOLESTÉROL

Famille : Lamiacées

Propriétés et indications principales :

- Puissant draineur hépatique et hépato protecteur.
- Détoxifiant et antioxydant.
- Tonique et stimulant du système nerveux, convient aux sujets lymphatiques.
- Spasmes et fermentation intestinale (côlon ascendant).
- Senescence féminine et masculine.
- Asthénie, convalescence, fatigue psychique.
- Tonifie la mémoire, est préconisé aux étudiants et aux personnes âgées.

Par système :

Hépatodigestif :

- Aide significative dans les cures détoxifiantes, à titre préventif pour éviter les effets secondaires à la suite d'une chimiothérapie, un abus d'alcool, cirrhose, hépatites, insuffisance hépatique.

- Il régénère la cellule hépatique, diminue cholestérol, acide urique, triglycérides, urée.

- Intéressant dans les allergies notamment hépatodigestives par son action détoxifiante.

Nerveux et endocrinien : Tonique surrénalien et rééquilibrant nerveux, en cas de fatigue, manque d'entrain, dépression ou encore dans la maladie d'Addison.

Uro-génital :

- Chez l'homme : Congestion de la prostate.
- Chez la femme : Dysménorrhée, hyper-œstrogénie, troubles de la fertilité.

Cutané : Acné



RUBUS FRUTICOSUS

Nom français : Ronce

Contre-indication : Ne convient pas pour les nourrissons de moins d'1 an.

Remarques :

Ne pas prendre le soir au coucher en raison de son action tonique surrénalienne ainsi que sur le long terme chez les sujets nerveux.

Déconseillé sans suivi médical :

- Grossesse et allaitement.

SÉNESCENCE, TROPISME PULMONAIRE

Famille : Rosacées

Propriétés et indications principales :

- Problèmes de bronchite chronique.
- Insuffisance respiratoire chez les personnes âgées, emphysème.
- Oxygénation cérébrale

Par système :

Hépatodigestif : Cholérétique en cas de cholécystite, diabète, maladie de Crohn.

- Anthelminthique (vermifuge, antiparasitaire).
- Anti-diarrhéique (tanins).

ORL :

- Affections chroniques des bronches, asthme, BPCO.
- Pharyngite, maux de gorge (gargarisme).

Locomoteur :

- Chez les personnes âgées : Consolide le tissu osseux en cas d'ostéoporose, arthrose, rhumatisme, arthrite.
- Sciatique, lumbago.

Uro-génital :

- Chez l'homme : Adénome prostatique.
- Chez la femme : Dysménorrhée, troubles ménopausiques.
- Action sur les tissus fibro-scléreux, lors de fibromes (seins, utérins).

TILIA TOMENTOSA

Nom français : Tilleul argenté

CALMANT POUR PETITS ET GRANDS

Famille : Tiliacées

Propriétés et indications principales :

- Modulateur nerveux
- Insomnie, sédatif, inducteur et régulateur du sommeil.
- Spasmophilie, crampes musculaires, terrains épileptiques.

Par système :

Nerveux :

- Action calmante, sédative, améliore le sommeil et l'anxiété.
- Convient aux personnes qui n'arrivent pas à « lâcher », à « décrocher » de leurs préoccupations et n'arrivent pas à s'endormir. Modulateur nerveux, il est aussi utilisé dans les cas de troubles obsessionnels, des TOC ou du bégaiement d'origine nerveuse.
- Par son action calmante, il contribue à réguler la boulimie.
- Pour les étudiants avant et pendant les examens contre les angoisses paralysantes, le stress qui survient lorsqu'ils n'arrivent pas à assumer leur travail et quand ils développent des problèmes de sommeil.
- Pour les enfants qui s'endorment difficilement et qui ont tendance à se réveiller durant la nuit.
- Également préconisé chez les femmes enceintes qui ne dorment pas bien ou qui ont de l'appréhension pour l'accouchement.
- Utile dans les protocoles de sevrage des somnifères, à la désaccoutumance aux analgésiques.

Hépatodigestif : Action antispasmodique en cas de coliques diverses, gastrite, colite, etc.

5

ASSOCIATIONS
POSSIBLES

	Betula pubescens MG	Castanea sativa MG	Crataegus oxyacantha MG	Ficus carica MG	Fraxinus excelsior MG	Juglans regia MG	Juniperus communis MG	Ribes nigrum MG	Rosa canina MG	Rosmarinus officinalis MG	Rubus fruticosus MG	Tilia tomentosa MG	Autres remèdes
Acné													Viola tricolor TM
Allergies (acariens, poussière, poils de chien et chat)													
Allergies (pollen arbre, graminés et asthme)													
Allergies (solaires)													
Angoisse, anxiété													
Aphtes													Alnus glutinosa MG
Artériosclérose													Olea europaea MG
Articulation, arthrose, rhumatismes													Vitis vinifera MG
Asthme													Corylus avellana MG
Bronchite													Abies pectinata MG, Carpinus betulus MG
Cardiaques, troubles (origine nerveuse)													
Cellulite													Corylus avellana MG
Cholestérol, hyperlipidémie													Corylus avellana MG, Olea europaea MG
Circulation veineuse, troubles de la													Aesculus hippocastanum MG, Sorbus domestica MG
Côlon, inflammation chronique du													
Constipation													Vaccinium vitis idaea MG
Crohn, maladie de													Vitis vinifera MG
Croissance, douleur de													Abies pectinata MG, Betula verrucosa MG
Cystite													Vaccinium vitis idaea MG
Défenses immunitaires (renforcement)													Echinacea purpurea TM
Dépression													Pinus montana MG, Sequoia gigantea MG
Détox													
Diabète (type 2)													Acer campestre MG, Vaccinium myrtillus MG

Rappel : La plupart des indications ci-dessus nécessitent un suivi médical spécialisé.

	Betula pubescens MG	Castanea sativa MG	Crataegus oxyacantha MG	Ficus carica MG	Fraxinus excelsior MG	Juglans regia MG	Juniperus communis MG	Ribes nigrum MG	Rosa canina MG	Rosmarinus officinalis MG	Rubus fruticosus MG	Tilia tomentosa MG	Autres remèdes
Diarrhée													Vaccinium myrtillus MG
Draineur													
Eczéma													
Endométriose													Vitis vinifera MG
Enurésie (pipi au lit)													Quercus pedunculata MG, Vaccinium myrtillus MG
Fatigue physique et psychique													Quercus pedunculata MG
Fibrome utérin													Rubus idaeus MG, Vitis vinifera MG
Foie, draineur du													
Gastrite													
Gastro-entérite													
Grossesse, accompagnement classique													Rubus idaeus MG
Grossesse, contractions prématurées													
Hémorroïdes (externes ou internes)													Aesculus hippocastanum MG
Hypertension artérielle													Olea europaea MG, Viscum album MG
Hypotension artérielle													
Intestin, inflammation chronique de l'													
Intestin, protection de la muqueuse													Vaccinium myrtillus MG
Jambes lourdes													Aesculus hippocastanum MG, Sorbus domestica MG
Libido (manque de désir, trouble de l'orgasme, impuissance sexuelle)													Sequoia gigantea MG
Lithiases rénales													
Mémoire													Olea europaea MG, Vaccinium myrtillus MG + Ginkgo TM

Rappel : La plupart des indications ci-dessus nécessitent un suivi médical spécialisé.

	Betula pubescens MG	Castanea sativa MG	Crataegus oxyacantha MG	Ficus carica MG	Fraxinus excelsior MG	Juglans regia MG	Juniperus communis MG	Ribes nigrum MG	Rosa canina MG	Rosmarinus officinalis MG	Rubus fruticosus MG	Tilia tomentosa MG	Autres remèdes
Ménopause													Rubus idaeus MG, Vaccinium vitis idaea MG
Migraines, maux de tête													Alnus glutinosa MG
Minceur, régimes													
Néuralgie faciale													Olea europaea MG
Œdème													
ORL, troubles (laryngite, maux de gorge, angine, otite, rhume)													Alnus glutinosa MG, Carpinus betulus MG
Ostéoporose													Pinus montana MG, Sequoia gigantea MG, Vitis vinifera MG
Pillule contraceptive (effets secondaires)													Rubus idaeus MG
Polyarthrite													
Prostate, troubles de la													Sequoia gigantea MG, Epilobium parviflorum TM
Règles, absence (aménorrhée)													Rubus idaeus MG
Règles, douleurs, dysménorrhée													Rubus idaeus MG
Règles, douleurs, dysménorrhée - Syndromes pré-menstruels													Aesculus hippocastanum MG, Rubus idaeus MG
Sevrage anxyolytiques, somnifères													
Sommeil, troubles du													
Stress (examens, trous de mémoire)													Olea europaea MG
Traumatismes coups, contusions, ecchymoses													Cornus sanguinosa MG
Ulcère													Alnus glutinosa MG
Varices, varicosités													Aesculus hippocastanum MG, Sorbus domestica MG, Vitis vinifera MG
Verrues													
Yeux, amélioration de l'acuité visuelle													Alnus glutinosa MG, Vaccinium myrtillus MG

Rappel : La plupart des indications ci-dessus nécessitent un suivi médical spécialisé.

Cette brochure a été écrite par
SANDRINE BÉGUELIN,
naturopathe et homéopathe uniciste.



Bibliographie :
Traité de gemmothérapie,
Philippe Andrianne, Editions Amyris

Précis de phytothérapie, Christian Escriva, Editions Amyris

Le guide de la phytothérapie au quotidien,
Karine Jacquemard, Rustica Editions

www.medecine_integree.com,
Dr. Jean-Yves Henry