



300

PLANTES MÉDICINALES

DE FRANCE ET D'AILLEURS

Cet ouvrage a été écrit par deux docteurs en pharmacie, dont Claudine Luu, l'une des plus grandes spécialistes françaises en phytothérapie.

Une introduction présente l'**histoire de la phytothérapie**, donne le détail des **principes actifs** que renferment les plantes et indique les **principaux axes d'utilisation** (herboristerie, phytothérapie classique, aromathérapie, gemmothérapie, homéopathie, médecine ayurvédique, médecine traditionnelle chinoise).

Vous trouverez ensuite dans ce livre une **sélection de plus de 300 plantes** choisies pour leurs nombreuses utilisations en médecine naturelle. Pour chacune d'elles sont données toutes les informations sur leur histoire, leurs terroirs de prédilection, les différentes variétés. Un descriptif botanique très précis (feuilles, fleurs, graines, écorce...) et une illustration en couleur permettent de les reconnaître.

Sont ensuite indiquées les principales **propriétés** de la plante ainsi que ses **usages** en médecine naturelle, sans oublier les **contre-indications éventuelles**. Puis viennent des **pistes d'utilisation** en phytothérapie (tisanes, décoctions...), aromathérapie, homéopathie, gemmothérapie voire, pour certaines d'entre elles, médecine traditionnelle chinoise ou médecine ayurvédique. Enfin, la **législation** n'est pas oubliée avec l'indication de l'inscription de la plante à la Pharmacopée française.

Cette somme de connaissance, appelée à devenir un ouvrage de référence grâce à la précision du propos, s'adresse autant aux professionnels qu'aux amateurs de beaux livres sur les plantes.

LES AUTEURES

Claudine Luu est docteur en pharmacie et en sciences naturelles. Elle a fondé avec son mari, Vinh Luu, le laboratoire Phytofrance, ainsi que la plus ancienne école d'herboristerie de France, IMDERPLAM, située à Candillargues (Hérault). Experte des plantes médicinales reconnue au plan international, elle a publié de nombreux ouvrages dans ce domaine.

Annie Fournier est docteur en pharmacie, spécialisée en phytothérapie et en thérapies de relaxation. Elle travaille au laboratoire Phytofrance et anime des formations auprès de différents publics.

Rayon :
Santé naturelle / Phytothérapie



49€

Depuis 40 ans, la **Scop Terre vivante** édite des livres d'écologie pratique, ainsi que le magazine *4 saisons*. Terre vivante a également créé des jardins écologiques en Isère, proposant des stages pratiques.

www.terrevivante.org

