

Les 5 formes galéniques

Comment choisir la meilleure préparation pour un remède à base de plantes médicinales.



Connaître les propriétés et indications des plantes médicinales est la base de l'herboristerie et de toute pratique de soins par les plantes, médecine à part que l'on nomme phytothérapie.

L'art de l'herboristerie est de procurer un remède le plus adapté et le plus efficace possible.

Obnubilé dans notre société par le quantitatif et les dosages standardisés, on en a oublié la façon de préparer un remède à partir d'une plante.

Michel Dubray, à travers sa pratique herboristique et de thérapeute, s'est interrogé sur les différentes formes et façons de prendre une plante. Suite aux retours de ses « clients » au magasin, « Moi les fleurs de Bach, ça a été spectaculaire », d'autres ne trouvent que peu d'effets, et certains disent : « La teinture d'échinacée m'a déçu(e), comparée aux gélules ». D'autres encore préfèrent les tisanes, sirops ou comprimés. Ce qui l'a amené à structurer et synthétiser les modes de prise d'une herbe. A travers le cycle des 5 éléments, il définit un mode préparatoire selon le « véhicule employé pour conserver une plante (eau, alcool, huile, sucre, sel, déshydratation) » et la dilution pratiquée qui va fournir un complément. C'est ce qu'on appelle la « galénique » (façon de préparer un remède).

Ainsi, on comprend que le radis noir pris nature, en légume avec du sel, soigne le système urinaire, pris en extrait fluide, le Foie. Des tranches de la racine dans du sucre, vont donner un sirop pour les bronches et que, toujours ce radis noir déshydraté (en gélules) aura perdu beaucoup de ses principes actifs. Il s'agit pourtant d'une même plante, mais aux effets différents selon son « véhicule ». Dès lors, on comprend mieux que les effets peuvent être différents selon le mode préparatoire, la forme galénique.

à travers l'évolution des comportements alimentaires et des moyens de conservations, Michel Dubray explique ainsi dans quel contexte, pourquoi et comment utiliser les différentes parties d'une plante (racine, tige, feuilles, bourgeons, fleurs, fruits, graines) et la présentation la plus efficace possible pour la personne ou l'enfant. Il a, à cœur aussi, de tenir compte de l'accessibilité pour tous à se compléter au moindre coût, d'une manière autonome et dans l'esprit écologique que l'on retrouve dans « Plantes d'ici ou plantes d'ailleurs ? »

Son analyse, à la fois traditionnelle et moderne, d'une plante sur les plans physico-chimique, énergétique et psycho-spirituel et les outils permettant de bien cibler une plante et son remède, font de ce recueil un guide pratique, simple et compréhensible par tout un chacun.

Il manquait cette approche actualisée dans notre littérature sur les plantes.

C'est chose faite pour notre plus grande satisfaction.

Prix: € 10.44



9 782957 525904