

RECUEIL

de fiches ethnobotaniques des principales

Plantes

médicinales

employées au Burkina Faso
et en Afrique de l'Ouest

Jean-Pierre NICOLAS



A collage of ethnobotanical cards for various medicinal plants. Each card includes a botanical illustration, the plant's name in French, its scientific name, and detailed text on its traditional uses, pharmacological properties, and toxicity. The plants featured include:

- Loe vera L.** (Xanthorrhoeaceae): Used for various ailments, including skin conditions and digestive issues.
- Bombax costatum** (Malvaceae): Used for treating malaria and other febrile illnesses.
- Pereskia tinctoria** (Cactaceae): Used for treating skin diseases and as a natural dye.
- Guiera senegalensis** (Combretaceae): Used for treating malaria and other febrile illnesses.
- Hibiscus sabdariffa** (Malvaceae): Used for treating hypertension and other cardiovascular conditions.
- Mitracarpus scaber** (Rubiaceae): Used for treating malaria and other febrile illnesses.
- Musa paradisiaca** (Musaceae): Used for treating various ailments, including skin conditions and digestive issues.
- Solanum aethiopicum** (Solanaceae): Used for treating various ailments, including skin conditions and digestive issues.

Each card is structured with sections for Botanique, Usages thérapeutiques et posologie, Médecine traditionnelle burkinabè, Propriétés pharmacologiques, and Toxicité. The cards are arranged in a grid-like fashion, overlapping slightly.

RECUEIL

de fiches ethnobotaniques des principales

Plantes médicinales

employées au Burkina Faso
et en Afrique de l'Ouest

Jean-Pierre NICOLAS



Avant propos

Ce document est la version électronique allégée d'un document édité en 2019.

Il rassemble une partie des résultats d'enquêtes ethnobotaniques concernant l'usage des plantes médicinales. Ces enquêtes, coordonnées par Jean-Pierre Nicolas, ont été menées en collaboration avec les partenaires de l'association Jardins du Monde, en particulier les mères de famille, dans la région du Koudougou, à partir de 2003.

L'étude scientifique de l'ensemble des plantes répertoriées a permis à l'auteur de sélectionner plus de 60 espèces, non toxiques et efficaces, pour soulager les maladies les plus communes.

En 2009, il a rédigé le manuel « Plantes médicinales pour le soin de la famille au Burkina Faso » qui est un guide d'utilisation des plantes médicinales destiné à un grand public, utile aux mères de famille autant qu'aux professionnels de santé.

Les informations scientifiques : botanique, propriétés pharmacologiques, usages thérapeutiques, posologie et toxicité ; ont été résumées ici et sont indicatives.

Elles sont issues de publications scientifiques où l'auteur a sélectionné des éléments significatifs permettant de comprendre l'usage des plantes dans le contexte de ce document pédagogique. Vous trouverez les références dans les rubriques bibliographiques du site *ethnobotanika*.

Ce recueil donne un aperçu de la richesse du monde végétal et des possibilités qu'il offre en matière de plantes médicinales.

Mal utilisées, une plante peut, tout comme un médicament chimique, se révéler inefficace, voire même dangereux. Il convient donc de faire attention, de ne pas utiliser une plante inconnue et de respecter la posologie.

Décharge

Les informations scientifiques que vous trouverez dans cet ouvrage sont présentées à des fins pédagogiques au grand public et aux professionnels de santé.

Elles ne prétendent pas se substituer aux règles ou dispositions légales en matière de santé.

Certaines plantes ou parties de plantes peuvent comporter une certaine toxicité, avoir des effets nocifs indésirables ou provoquer des interactions avec des médicaments.

Nous conseillons à toute personne désireuse d'utiliser ces plantes ou leurs produits dérivés d'en parler avec leur médecin ou un agent de santé qualifié.

L'auteur ne sera aucunement responsable de l'utilisation qui pourrait être faite des informations contenues dans cet ouvrage en termes de décision, d'action ou omission.

Les fiches ethnobotaniques individuelles sont disponibles au téléchargement sur ce site – <https://ethnobotanika.org/>

Ce document a été réalisé grâce au soutien de Clarins.

CLARINS

Noms scientifiques des plantes mentionnées dans le recueil.

Abelmoschus esculentus Français : gombo / Mooré : maana Lyele : puele / Dioula : gwanyiri	4	Combretum micranthum Français : kinkéliba / Mooré : rāndāgā Lyele : guo / Dioula : kekeliba	22	Ozoroa insignis Mooré : nii nōre / Lyele : buāvwo, goanzebewe, bwāázèbbé Dioula : filagwese	41
Acacia nilotica Français : gommier rouge, acacia à gomme / Mooré : pegengá Lyele : soediele, soédiele / Dioula : bagana	5	Crossopteryx febrifuga Mooré : kumbr-waanga / Lyele : ele-kio	23	Phyllanthus amarus Français : casse-pierre / Mooré : wōmkuidige Lyele : chichuru, chichiri Dioula : delakora	42
Adansonia digitata Français : baobab / Mooré : toēegá Lyele : ekulú / Dioula : sirayiri	6	Cucurbita pepo Français : courge / Mooré : yogre / Lyele : gám Dioula : jeyiri	24	Portulaca oleracea Français : pourpier / Mooré : baag-serma Lyele : kuli yāla / Dioula : misikumbiri	43
Ageratum conyzoides Français : herbe de bouc / Mooré : rōbré Lyele : volo bonbonjuru	7	Cymbopogon citratus Français : citronnelle / Mooré : sitronef Lyele : nasar suelé / Dioula : kafeyiri	25	Psidium guajava Français : goyavier / Mooré : goya tiiga Lyele : goya kio / Dioula : goyakiyiri	44
Allium cepa Français : oignon / Mooré : djabá Lyele : làbāsá / Dioula : jabayiri	8	Diospyros mespiliformis Français : ébénier d'Afrique / Mooré : gāāká / Lyele : kolo / Dioula : sunsuyiri	26	Saba senegalensis Français : liane goïne / Mooré : wedegá nyegá / Lyele : lo Dioula : zabanyiri	45
Allium sativum Français : ail / Mooré : ley / Lyele : lí Dioula : layiyiri	9	Eucalyptus camaldulensis Français : eucalyptus / Mooré : ekalptis / Lyele : ekalptis / Dioula : filawayiri	27	Sclerocarya birrea Français : marula, prunier d'Afrique Mooré : noabagá / Lyele : málú Dioula : ngosigawaba	46
Aloe vera Français : aloé vrai, aloé vera / Mooré : aloe / Lyele : aloe / Dioula : aloverayiri	10	Euphorbia hirta Français : jean-robert / Mooré : wal-biisem Lyele : bōyilma / Dioula : tuganisinji	28	Scoparia dulcis Français : balai doux Mooré : káfrēmāndé / Lyele : tshyé-thimyo	47
Azadirachta indica Français : margousier, neem, nim Mooré : nim / Lyele : nasar shimi, nim Dioula : nemuyiri	11	Guiera senegalensis Français : guiera / Mooré : wlinwugá Lyele : newelíwí	29	Senna alata Français : dartrier / Mooré : kultānga, jonis tiiga / Lyele : soloa-vwo Dioula : kotaba	48
Balanites aegyptiaca Français : dattier du désert, myrobolan d'Égypte / Mooré : kíēglgá / Lyele : shiam / Dioula : sekēneyiri	12	Hibiscus sabdariffa Français : bissap, karkadé, oseille de Guinée / Mooré : wēgda / Lyele : joomocol Dioula : dayiri	30	Senna occidentalis Français : faux kinkéliba, casse puante Mooré : kīnkélibá / Lyele : kīnkélibá Dioula : lohomaba	49
Bombax costatum Français : faux kapokier, kapokier rouge Mooré : vóaaká / Lyele : sfoān, fofōān Dioula : bumbum	13	Hyptis spicigera Mooré : kiem riged nugó / Lyele : bōbōjurú Dioula : bisizaba	31	Solanum aethiopicum Français : aubergine amère, aubergine africaine / Mooré : kumba Lyele : kimion / Dioula : goyoyiri	50
Cajanus cajan Français : pois d'Angole, pois cajan Mooré : nasar bengá / Lyele : nasár swena	14	Kalanchoe pinnata Français : kalanchoé / Mooré : kalākoe Lyele : kalākoe	32	Tamarindus indica Français : tamarinier / Mooré : pus tiiga Lyele : solo / Dioula : tomiyiri	51
Calotropis procera Français : arbre à soie, roustonnier Mooré : púurtuurpugá / Lyele : pilampu, pulumpu / Dioula : fōgofōgyiri	15	Lippia chevalieri Mooré : wisaó / Lyele : otáthire Dioula : konopekun	33	Vernonia colorata Français : vernonia / Mooré : koá safān Lyele : koá safāno, nasar nyā Dioula : kosafine	52
Capsicum annuum Français : piment Mooré : kparé / Lyele : yāmwí / Dioula : forontoyiri	16	Mangifera indica Français : manguié / Mooré : māngé Lyele : māngyé / Dioula : mangoroyiri	34	Vitellaria paradoxa Français : karité / Mooré : táanga Lyele : só / Dioula : siyiri	53
Carica papaya Français : papayer / Mooré : papay tiiga Lyele : bafóro kio / Dioula : papayeyiri	17	Maytenus senegalensis Mooré : roptipoko / Lyele : ésho Dioula : surukepekun	35	Vitex doniana Français : prune noire Mooré : aadga, kaadga / Lyele : seyoóló	54
Chrysanthellum indicum Mooré : wál-tuko / Lyele : kiejjó purt, kumi nefula / Dioula : banaworo	18	Mitracarpus scaber Mooré : yood pēslgá / Lyele : cucúri Dioula : zanfarafila	36	Waltheria indica Français : walthérie / Mooré : sūm Lyele : gúmúloaporo	55
Citrus aurantifolia Français : citron vert / Mooré : lémbuuri Lyele : citró / Dioula : lemurukumuyiri	19	Moringa oleifera Français : moringa, néverdier, ben ailé, arbre de vie / Mooré : arzen tí Lyele : nasar chimi / Dioula : arijineyiri	38	Zea mays Français : maïs, blé d'Inde Mooré : kamāanà / Lyele : kabá, ópwala Dioula : kabayiri	56
Cochlospermum tinctorium Mooré : sosga / Lyele : diapolo / Dioula : diribala	20	Musa paradisiaca Français : bananier / Mooré : banan tiiga Lyele : yabá kio / Dioula : barandayiri	39	Zingiber officinale Français : gingembre / Mooré : yamakú Lyele : yamakú / Dioula : gnamakuyiri	57
Combretum glutinosum Mooré : kuigēga / Lyele : neyulu / Dioula : kokobayiri	21	Ocimum americanum Français : basilic blanc, petit basilic Mooré : yulin-gnuuga / Lyele : biēn-sheéré Dioula : sukona	40		

Noms vernaculaires

Malvaceae

Français : gombo

Mooré : maana

Lyele : puele

Dioula : gwanyiri

Botanique

Le gombo est une plante herbacée annuelle, cultivée, qui peut atteindre 3 mètres de hauteur. Ses feuilles sont de formes variables, arrondies à ovales, parfois palmées. Ses fleurs jaunes, solitaires à l'aisselle des feuilles, donnent des capsules (fruits) comestibles rappelant de longs doigts pointus au bout. Ce sont ces capsules encore tendres que l'on utilise en cuisine. L'espèce est très cultivée au Burkina Faso car elle est l'ingrédient de base de la sauce gombo qui accompagne le tô.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : fruit.

Nous recommandons l'usage du gombo comme laxatif.

Pour un litre d'eau, prendre 8 fruits de la taille d'un doigt, bien les écraser puis les laisser tremper au moins une demi-heure dans de l'eau tiède. A boire en une seule fois le matin à jeun, aux doses suivantes : enfants de 3 à 8 ans (un demi-verre), enfants de 8 à 12 ans (un verre), de 12 à 18 ans (un verre et demi), adultes (deux verres).



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de fruits verts de gombo est utilisée pour adoucir les ulcères et soigner la constipation.

Il est également employé pour la confection de nombreuses sauces au Burkina Faso.

La décoction des graines est réputée dépurative.

En cataplasme, la pulpe « grasse » du fruit frais est appliquée sur les boutons, les plaies infectées et la peau irritée.



Propriétés pharmacologiques

Les fruits immatures ont des propriétés émoullientes, laxatives et antibactériennes. Ils contiennent principalement des mucilages, du phosphore, du calcium, des acides aminés et de l'acide oxalique.

Toxicité

Le fruit du gombo n'est pas toxique.





Noms vernaculaires

Fabaceae

Français : gommier rouge,
acacia à gomme

Mooré : pɛgengá

Lyele : soediele, soédiele

Dioula : bagana

Botanique

Cet arbre épineux peut atteindre 12 mètres de hauteur et possède des feuilles composées. Ses fleurs en petites boules jaune d'or donnent des gousses plates grisâtres contenant huit à dix graines.

Il se distingue des autres acacias par ses épines longues et droites comme *Acacia seyal* au tronc bien plus clair.

L'acacia à gomme se rencontre sur toute l'Afrique de l'Ouest. Souvent planté pour l'artisanat, il se retrouve dans d'autres zones tropicales du globe.

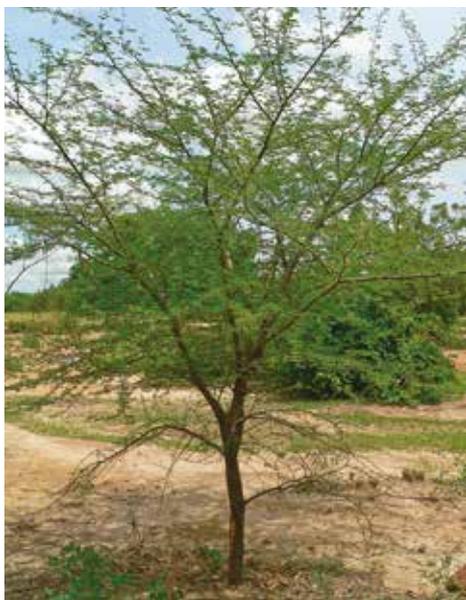
Sa bonne résistance à la sécheresse ainsi que ses épines expliquent le fait qu'il soit couramment utilisé pour former des haies.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : gousse sans les graines.

Nous conseillons l'usage de cette plante en cas de diarrhées.

Préparer une décoction de 15 grammes de poudre de gousses sans les graines, dans 1 litre d'eau, à boire tout au long de la journée.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de l'écorce de la plante est utilisée en compresse pour le soin des plaies et des ulcères où elle favorise la cicatrisation. Elle est aussi employée en gargarisme pour calmer les gingivites.

En bain, elle aide à soulager les hémorroïdes.

Certains considèrent la plante comme « fortifiante ».



Propriétés pharmacologiques

Les gousses (sans les graines) ont des propriétés antibactériennes, astringentes et antidiarrhéiques.

Les principaux composants extraits sont des tanins galliques et catéchiques, des esters galliques et de l'épigallocatechol.



Toxicité

La présence de tanins doit inciter à respecter les doses.



Noms vernaculaires

Malvaceae

Français : baobab

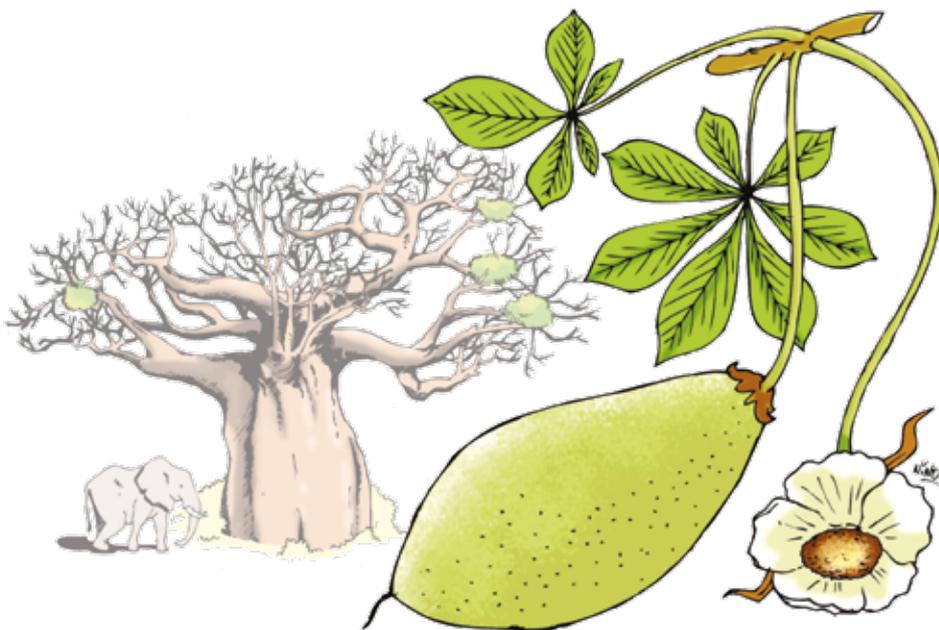
Mooré : toεεgá

Lyele : ekulú

Dioula : sirayiri

Botanique

Arbre emblématique des savanes sèches d'Afrique, le baobab reste debout parfois deux mille ans, porté par un tronc spongieux, rempli d'eau. Il peut atteindre 25 mètres de hauteur et 8 mètres de diamètre. Ses feuilles composées sont en forme de palme et ses grosses fleurs blanches pendantes apparaissent avec les premières pluies. Leur parfum enivre les chauves-souris qui les pollinisent, ce qui donnera naissance à de gros fruits ovales contenant une pulpe farineuse où se nichent des graines noires.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : pulpe du fruit.

Nous recommandons son usage pour soigner la diarrhée.

Délayer la pulpe à 10 % dans l'eau d'une tisane et boire plusieurs verres dans la journée.

L'usage des feuilles dans les sauces est à recommander en particulier aux personnes fragiles.

Médecine traditionnelle burkinabè

Très appréciées, les feuilles de baobab entrent dans la composition des sauces. Elles sont aussi utilisées pour le soin des diarrhées et pour calmer les douleurs gastriques.

La pulpe du fruit sert à la composition d'une boisson rafraîchissante, aigre-douce, qui parfois accompagne d'autres plantes dans le soin des diarrhées.

Les graines épaississent les sauces et contiennent une huile très estimée en cuisine et en cosmétique.



Toxicité

Les fruits, tout comme les feuilles, sont alimentaires : aucune toxicité.



Propriétés pharmacologiques

La pulpe du fruit est à la fois antidiarrhéique et réhydratante. Riche, elle contient principalement des glucides, des lipides, des protéides, des vitamines, des pectines, des acides organiques et des minéraux.

Les feuilles ont également des qualités nutritionnelles remarquables.



Botanique

Cette herbe annuelle dressée, mollement pubescente, peut atteindre 60 cm de hauteur. Ses feuilles souples, douces au toucher, sont opposées et ovales. Elle porte des cymes de capitules terminaux avec des fleurs mauve pâle ou bleutées groupées en corymbes, qui donnent des akènes noirs, une fois mûrs, pubescents ou glabrescents et trapus. Toute la plante dégage une odeur aromatique quand on la froisse.

Originaires d'Amérique centrale, elle est présente dans les cultures, les jardins et quelquefois dans les prairies humides.

Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : tige avec les feuilles et les fleurs, ou capitule de fleurs seulement. Nous recommandons son usage interne pour le soin des maux de ventre, diarrhées, maux de têtes, douleurs menstruelles.

Décoction de 30 grammes par litre d'eau, à boire dans la journée (maximum 3 jours). Cette décoction peut être utilisée en usage externe pour le soin des pertes blanches, des plaies, des ulcères et des conjonctivites.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de la plante est utilisée pour le soin de la jaunisse, calmer les maux de ventre et soulager les maux de tête.

L'eau de la décoction est utilisée pour laver les plaies et hâter leur cicatrisation.

Propriétés pharmacologiques

La plante présente in vitro des propriétés antibactériennes, cicatrisantes, hémostatiques, anthelminthiques, analgésiques, anti-inflammatoires, gastro-protectrices et cholagogues.

Elle montre également une activité insecticide et nématocide.



Toxicité

La littérature ne précise pas d'effets toxiques aux doses préconisées. La présence d'alcaloïdes pyrrolizidiniques, connus pour leur toxicité hépatique, doit nous inciter à la prudence, au respect des doses et à éviter un emploi sur le moyen et le long terme de la plante par voie interne.

Nous déconseillons son usage interne aux femmes enceintes, allaitantes, aux jeunes enfants et aux personnes âgées.

Botanique

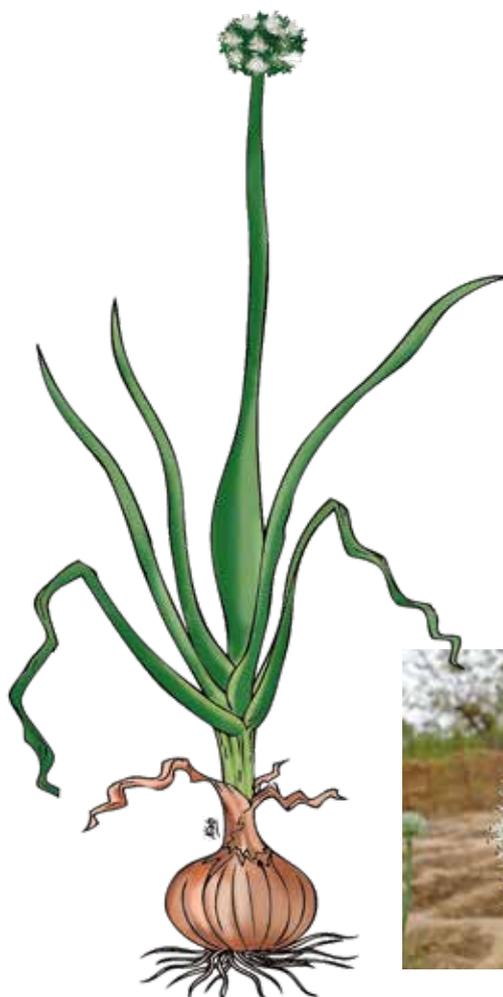
L'oignon est une plante herbacée, vivace par son bulbe unique, cultivée comme annuelle ou bisannuelle. La plante entière peut atteindre 60 à 100 centimètres de haut et ses feuilles de couleur verte sont cylindriques et creuses. Le bulbe, rond, est parfois plus ou moins aplati. Les fleurs, petites (de 4 à 5 millimètres de large), de couleur blanche ou verte, sont regroupées au sommet de la tige. Les graines sont noires et petites, de 2 à 3 millimètres de large. Cette plante serait originaire d'Asie centrale. Un grand nombre de variétés différentes existent, adaptées aux différentes conditions de culture (température, humidité, qualité du sol, etc.) et bien sûr au goût des consommateurs qui varie de pays en pays.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : bulbe.

Nous recommandons la consommation d'oignon dans la cuisine car il apporte des éléments essentiels (notamment des vitamines A, B, C et des sels minéraux).

Nous conseillons tout particulièrement la consommation d'oignons lors d'affections respiratoires et urinaires, de parasites intestinaux, de rhumatismes, de migraines et de diabète. Les cataplasmes de bulbes d'oignons écrasés sont utiles pour le soin des abcès, des furoncles et des panaris, tout comme l'application de son jus dans le soin des candidoses buccales. Ici le bon sens fait la dose.



Médecine traditionnelle burkinabè

Les oignons sont surtout utilisés dans la préparation des sauces. La tradition recommande de consommer des oignons en cas de rhume et d'affection des bronches. L'oignon est considéré comme fortifiant.



Propriétés pharmacologiques

Le bulbe de l'oignon est un stimulant général et possède de nombreuses propriétés pharmacologiques. Il est reconnu comme diurétique, anti-rhumatismal, bactériostatique (qui stoppe la multiplication des bactéries sans pour autant les détruire), antifongique (qui permet de lutter contre les champignons), expectorant (qui facilite l'expulsion du mucus contenu dans les bronches), digestif, vermifuge léger, antiagrégant plaquettaire (qui limite la coagulation sanguine) et hypoglycémiant.

Toxicité

L'oignon ne présente aucune toxicité.

Botanique

L'ail est une plante herbacée, cultivée pour son bulbe. Ses feuilles sont plates et engainantes. Ses fleurs de couleur blanche ou rose, sont regroupées en ombelles et apparaissent au sommet d'une unique tige qui disparaît assez rapidement. Sa racine bulbeuse est composée de trois à vingt bulbilles arquées appelée « gousses » ou « caïeux ». L'ail est vivace par ses bulbes. Cultivée partout à travers le monde, cette plante est originaire d'Asie centrale.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : gousse.

Nous recommandons la consommation de l'ail dans la cuisine car il apporte au corps beaucoup d'éléments dont on a besoin pour bien se porter, notamment des vitamines (A, B1, B2, C,...) et des oligoéléments. On conseille de manger de trois à six gousses d'ail par jour.

Cette plante peut être consommée tout particulièrement lors d'affections respiratoires, de parasites intestinaux, de dysenterie, de grippe, d'affections rénales, de diabète, pour une bonne circulation du sang (prévention des thromboses) et combattre la fatigue. L'ail sert en application pour le soin des verrues, des piqûres d'insectes et de l'anthrax.

On préconise la décoction de 50 grammes d'ail écrasé dans 150 millilitres (un verre d'eau), au maximum. A boire à la cuillère à soupe, filtrée et sucrée selon les âges.



Médecine traditionnelle burkinabè

L'ail est surtout utilisé dans la préparation des sauces. La tradition recommande de consommer de l'ail en cas de grippe, d'affection des bronches, de forte tension et de vers. Les gousses d'ail sont utilisées en décoction pour lutter contre les parasites intestinaux (vers). On consomme de l'ail pour « nettoyer » et « purifier » le sang et pour lutter contre l'hypertension. L'ail est considéré comme fortifiant.



Propriétés pharmacologiques

L'ail présente des propriétés antibactériennes, antivirales, antifongiques et antelminthiques (contre différents types de vers ronds et plats : oxyures, ascaris, ankylostomes, ténias).

Il possède en outre des activités anti-inflammatoires, expectorantes, antispasmodiques, cholagogues (facilite l'évacuation de la bile vers l'intestin et donc la digestion) et cholérétiques (stimule la production de bile), diurétiques, hypotensives, anti-athéromateuses (empêchant la formation de dépôts contre la paroi des artères) et hypoglycémiantes.

Il diminue l'agrégation plaquettaire et fluidifie le sang.



Toxicité

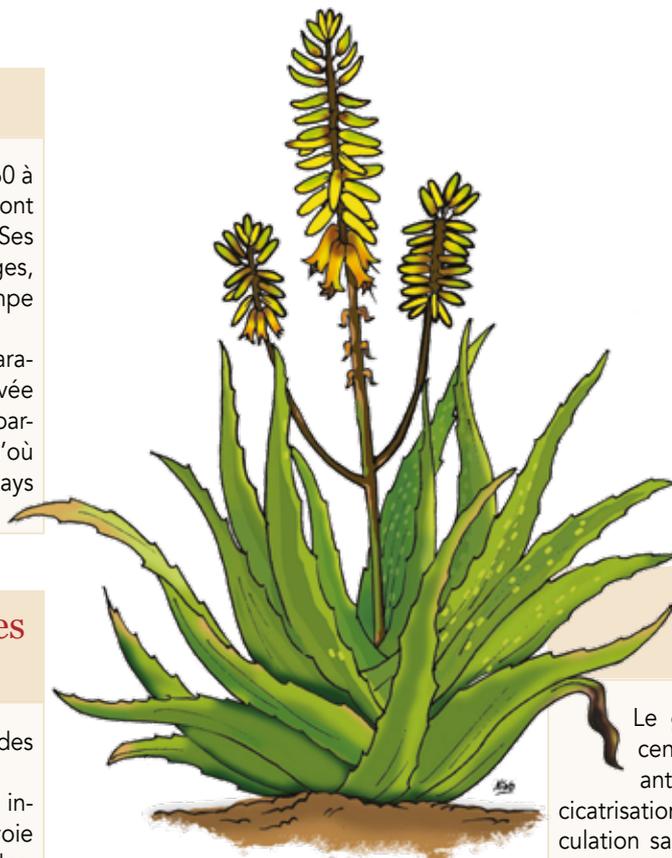
L'usage externe avec de fortes concentrations peut provoquer des nécroses de la peau. Son usage interne est déconseillé en cas d'hémorragie et aux personnes atteintes de gastrites. Les femmes enceintes ou qui allaitent éviteront une trop forte consommation d'ail.



Botanique

L'aloé est une plante grasse vivace de 60 à 80 centimètres de hauteur. Ses feuilles sont vertes, charnues et bordées d'épines. Ses fleurs, en trompettes jaunes ou oranges, apparaissent à l'extrémité d'une hampe florale.

L'aloé vrai est originaire de la péninsule arabe et d'Afrique de l'Est. Elle est cultivée et utilisée depuis des millénaires, en particulier dans le bassin méditerranéen d'où elle s'embarqua vers bon nombre de pays tropicaux comme l'Afrique de l'Ouest.



Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : gel, chair interne des feuilles.

Le gel d'aloé peut être utilisé par voie interne pour soulager les gastrites et par voie externe pour le soin des maux d'oreilles, otites, plaies, brûlures, dermatoses et ulcères.

L'usage interne de la plante est à surveiller. Il ne faut pas l'utiliser de façon prolongée et ne pas dépasser 50 grammes de gel de feuilles fraîches par jour.

Propriétés pharmacologiques

Le gel de l'aloé vera présent au centre des feuilles est un très bon anti-inflammatoire, il accélère la cicatrisation des plaies en favorisant la circulation sanguine. Ce gel est doté d'une activité anti-sécrétoire gastrique et gastro-protectrice.

Le suc jaunâtre, amer, contenu dans les parties vertes, est un puissant laxatif stimulant qui doit être employé avec précautions.

Médecine traditionnelle burkinabè

Le gel translucide des feuilles d'aloé cuit dans de l'eau, auquel on ajoute du miel ou du sucre, est utilisé par cuillerées pour soigner les maladies de l'estomac, comme les gastrites et les ulcères.

Cette décoction est aussi consommée pour le soin de la constipation.

Le gel est directement appliqué sur les plaies nettoyées, les problèmes de peau et les brûlures.

Toxicité

Les feuilles, par voie orale, favorisent les contractions de l'utérus et sont déconseillées chez la femme enceinte. Elles rendent le lait amer et entraînent des diarrhées chez le nourrisson.

Il est recommandé de ne pas les utiliser en usage interne durant l'allaitement, les périodes menstruelles, chez les jeunes enfants, dans les cas de prostatite, de cystite et d'hémorroïdes.

L'usage de l'aloé vrai fait la Une depuis de nombreuses années. On lui prête beaucoup de bienfaits, en particulier celui de soigner le cancer. Ces allégations ne sont pas vérifiées scientifiquement et nous invitons les lecteurs à garder un esprit critique et à être vigilant quant à l'emploi de cette plante.





Noms vernaculaires

Meliaceae

Français : margousier,
neem, nim

Mooré : nim

Lyele : nasar shimi, nim

Dioula : nɛmuyiri

Botanique

Cet arbre peut dépasser les 12 mètres de hauteur avec des branches très étalées. Ses feuilles sont composées de folioles dentées. Ses petites fleurs, de couleur crème, sont regroupées en panicules avec une bonne odeur de miel. Elles cèdent la place à des fruits ronds, jaune pâle, à la pulpe juteuse et contenant une graine.

Originaire de l'Inde et de Birmanie, le nim est cultivé et s'est acclimaté sous tous les tropiques et les régions semi-arides et arides.



Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : feuille, huile des graines. Nous recommandons l'usage interne des feuilles de nim dans le soin des ulcères gastriques et du paludisme. Pour cela, on peut réaliser une décoction de 30 grammes de feuilles, au maximum et par litre, qui sera bue à raison d'un demi litre dans la journée.

On conseille l'utilisation externe des feuilles, des fruits ou de l'huile de graines pour le soin des dermatoses en général (mycoses en particulier) et comme insecticide contre la gale et les poux. On recommande l'utilisation de l'huile en massage en cas de douleurs articulaires.

Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de feuilles s'emploie pour soigner les maux de ventre, les diarrhées mais surtout participe au soin des fièvres telles que le paludisme.

En bain, la décoction des feuilles ou des fruits écrasés sert à contrôler la gale et les poux. Les cataplasmes de feuilles et de fruits s'utilisent pour le soin des champignons de la peau.

La plante est bien connue par les paysans burkinabè pour ses propriétés insecticides.



Toxicité

La plante est toxique à forte dose. Il ne faut pas l'administrer aux enfants, aux femmes enceintes et aux personnes âgées. Il vaut mieux utiliser le nim par voie externe.



Propriétés pharmacologiques

Les feuilles ont des propriétés anti-inflammatoires, anti-ulcéreuses, antipyrétiques, antibactériennes, antifongiques, antiparasitaires et insecticides.

L'huile des graines est très efficace contre les inflammations en général, et les problèmes de douleurs articulaires en particulier.



Noms vernaculaires

Balanitaceae

Français : dattier du désert,
myrobolan d'Égypte

Mooré : kiegglà

Lyele : shiam

Dioula : sèkensäyiri

Botanique

Cet arbre épineux est facilement reconnaissable à ses branches retombantes et à son feuillage vert glauque. Il peut atteindre 10 mètres de hauteur. Ses feuilles, divisées en deux lobes, sont plus petites que ses épines qui mesurent jusqu'à une dizaine de centimètres et sont disposées en spirale le long des rameaux et des branches. Des fleurs jaune verdâtre fleurissent à l'aisselle des feuilles. Elles produisent des fruits ovoïdes, longs de 3 à 4 centimètres, jaunes à maturité, à la pulpe comestible, contenant une amande riche en huile. On retrouve cette espèce en Afrique tropicale sèche, en Arabie et en Inde. En Afrique, elle se développe sur des sols sableux, pierriers ou lourds.

Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : feuille, fruit.

Nous recommandons la consommation de pulpe de fruit pour le soin du diabète et la prévention des vers intestinaux. Les fruits sont consommés crus, ou cuits en décoction.

L'usage des jeunes feuilles dans les préparations des sauces est à recommander.

Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction des feuilles est utilisée pour laver les plaies.

Les jeunes feuilles sont consommées dans les sauces.

Le fruit et l'huile des graines sont consommés dans l'alimentation.



Propriétés pharmacologiques

La pulpe du fruit a une activité antidiabétique et anthelminthique (contre différents types de vers ronds et plats : oxyures, ascaris, ankylostomes, ténias).

La pulpe du fruit est riche en vitamines, mucilage, saponines, terpènes et stérols et l'huile des graines contient des acides gras insaturés.

Cette huile, anti-inflammatoire, sert en massage au soin des rhumatismes et comme cicatrisant sur les plaies et brûlures.



Toxicité

Une consommation excessive de fruit est laxative.



Noms vernaculaires

Malvaceae

Français : faux kapokier, kapokier rouge

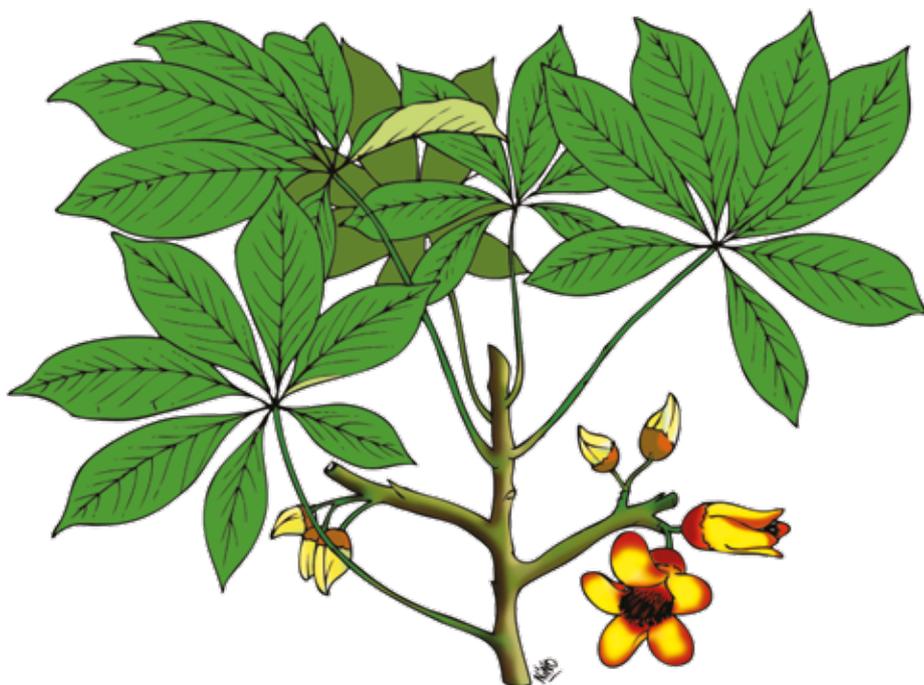
Mooré : vóakà

Lyele : εfoān, fofōān

Dioula : bumbum

Botanique

Le kapokier rouge, au port droit et à l'allure caractéristique, porte des épines coniques disposées sur le tronc et les branches. Il peut mesurer 10 à 25 mètres de hauteur. Les feuilles composées sont en forme de palme. Les fleurs solitaires sont rouges, oranges ou parfois jaunes. Les fruits, des capsules brunes à noires, pendantes, s'ouvrent en 5 valves et renferment des petites graines logées dans une bourre soyeuse blanche. Cet arbre est typique de la savane arborée.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : calice (les boutons de fleurs). Nous recommandons l'utilisation traditionnelle du calice de la plante dans la cuisine, en particulier pour l'alimentation des personnes anémiées et celles atteintes du paludisme. Dans ce cas, l'amélioration des symptômes peut s'expliquer par la correction de l'anémie provoquée par la multiplication des parasites dans les globules rouges.

Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de feuilles de kapokier rouge est utilisée pour calmer les diarrhées. Elle est aussi préconisée pour le soin de la mère après l'accouchement.

Les calices des fleurs, rouges, entrent dans la composition des sauces accompagnant le tô.

Nous les recommandons pour aider des personnes anémiées, convalescentes et affaiblies à la suite d'une crise de paludisme.



Propriétés pharmacologiques

Les calices des fleurs ont des propriétés antioxydantes, émoullientes et nutritives. Ils sont riches en minéraux (en particulier en fer, manganèse et zinc), en acides aminés et en mucilages.

Toxicité

La littérature consultée n'a pas fourni d'éléments concernant la toxicité de cette plante.



Noms vernaculaires

Fabaceae

Français : pois d'Angole,
pois cajan

Mooré : nasar benga

Lyele : nasár swena

Botanique

Ce petit arbuste, pouvant atteindre 3 mètres de hauteur, a des feuilles de couleur vert-glaucue, composées de 3 folioles et couvertes de petits poils blanchâtres. Son tronc dépasse rarement 10 centimètres de diamètre. Ses fleurs jaunes donnent une gousse qui peut contenir de 3 à 8 graines comestibles.

Comme la plupart des plantes de sa famille, le pois d'Angole fixe l'azote du sol, au niveau de ses racines, contribuant ainsi à une amélioration des qualités de ce dernier. Bien qu'elle préfère des conditions humides, cette espèce fait partie des légumineuses qui tolèrent le mieux la sécheresse. Le pois d'Angole est originaire des Indes orientales et est arrivé sur le continent africain il y a bien longtemps.



Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : feuille, graine.

Son emploi est recommandé comme anti-diarrhéique : décoction de 15 grammes de feuilles par litre d'eau, à boire dans la journée.

Dans les troubles cutanés superficiels : appliquer en compresses la macération obtenue par le décocté d'une poignée de feuilles coupées.

Pour les soins capillaires : macération aqueuse des jeunes feuilles pour fortifier les cheveux et prévenir leur chute.

Dans l'alimentation : l'addition de graines de pois d'Angole pour des personnes atteintes de drépanocytose peut aider à compenser les pertes urinaires en acides aminés et à diminuer les crises douloureuses. La qualité nutritionnelle des graines contribue à l'apport protéique alimentaire.

La consommation des graines est également recommandée chez le diabétique.

Médecine traditionnelle burkinabè

Le jus des feuilles est utilisé pour le soin des troubles de la vision.

La décoction des feuilles est parfois employée pour soigner la toux et les maux de gorge.

Les graines fraîches en décoction sont réputées pour soulager les troubles urinaires masculins.

Les graines sont consommées dans l'alimentation et entrent dans de nombreuses sauces.



Propriétés pharmacologiques

Les feuilles ont des propriétés antibactériennes, antifongiques, anti-diarrhéiques et hypotensives.

Les graines possèdent des propriétés hypoglycémiantes et antidrépanocytaires (diminution *in vitro* de la proportion de cellules falciformes).

Toxicité

Les femmes enceintes éviteront la consommation des feuilles aux effets tératogènes. La consommation des graines est sans danger.



Noms vernaculaires

Apocynaceae

Français : arbre à soie, roustonnier

Mooré : púurtuurpugá

Lyele : pilampu, pulumpu

Dioula : fogofogoyiri

Botanique

Cet arbuste à latex peut atteindre 5 mètres de hauteur et porte de grandes feuilles glauques. Ses fleurs blanches ou violacées sont regroupées. Elles donnent des follicules gonflés renfermant des graines pourvues d'une aigrette blanche.

Ses fruits verts ressemblent à de petites pommes ovales, d'autres y verront des testicules, d'où le nom français de la plante. Originnaire de l'Inde orientale, très répandu en Arabie, en Afrique de l'Est, l'espèce est devenue pantropicale.



Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : latex, plante fraîche.

On peut appliquer sur les plaies sales et infectées, ou les ulcères, une solution réalisée en diluant le latex à 1 % dans l'eau. La décoction de la plante fraîche peut servir à laver les plaies et être appliquée en compresse sur la peau affectée comme les brûlures.

La plante a jadis été utilisée comme soie végétale : les aigrettes des graines donnent des fibres très blanches et brillantes qui étaient transformées en fil.

Médecine traditionnelle burkinabè

Le latex de la plante est appliqué sur les abcès et furoncles.

La décoction des feuilles ou les feuilles pilées servent au soin des œdèmes, des inflammations, des mammites et de la teigne.

Propriétés pharmacologiques

Le latex augmente la cicatrisation et la synthèse du collagène.

Il possède également des propriétés analgésiques.



Toxicité

Toute la plante est toxique par voie interne.



Noms vernaculaires

Solanaceae

Français : piment

Mooré : kipuré

Lyele : yãmwĩ

Dioula : forontoyiri

Botanique

Le piment est originaire d'Amérique et cultivé un peu partout dans le monde. Ce petit arbuste peut atteindre 3 mètres de hauteur et persister quelques années s'il se trouve dans des conditions suffisantes pour survivre, sinon on le considère comme une plante annuelle. Son allure est caractéristique avec sa tige qui se divise en deux parties égales à chaque ramification. Ses fleurs ne dépassent pas la taille d'1 centimètre, elles ont des pétales blancs en forme d'étoile. Ses fruits sont des baies de forme et de couleur variables, le plus souvent allongées coniques, rouges ou orangées et pouvant dépasser les 10 centimètres de longueur. Ce sont eux que l'on consomme pour leur saveur et leur piquant.



Médecine traditionnelle burkinabè

Les feuilles de piment sont appliquées sur les champignons de peau et les furoncles. Le fruit utilisé comme condiment est considéré comme fortifiant pour l'organisme.



Propriétés pharmacologiques

Le fruit contient principalement des alcaloïdes, caroténoïdes, flavonoïdes, huiles, saponines et de nombreuses vitamines. En usage externe (compresse), tonique, provoquant la sueur, il a la particularité d'être anti-inflammatoire, décongestionnant, vasodilatateur, rubéfiant et révulsif. La feuille a des propriétés antiseptiques.

Toxicité

Le piment est toxique à forte dose, par voie interne et en usage externe où il provoque des ulcérations et des nécroses. Sa consommation est à éviter chez les personnes atteintes de gastrites et d'ulcères gastro-intestinaux.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : fruit.

Nous recommandons l'usage externe du fruit pour soigner les rhumatismes et les douleurs articulaires. On met une quantité raisonnable de piment broyé sur un linge que l'on applique sur les parties douloureuses.

Que ce soit par voie interne (alimentation) ou externe, un usage modéré du piment est recommandé. Le bon sens fera la dose.



Botanique

Cet arbre fruitier, au tronc caractéristique droit et en général non ramifié, peut atteindre 10 mètres de hauteur. Toutes les parties de la plante contiennent du latex, surtout les fruits verts. On trouve des pieds mâles qui produisent seulement des fleurs et des pieds femelles qui donnent aussi les fruits. Les fleurs mâles, de couleur blanc jaunâtre, sont groupées le long de tiges lâches. Les fleurs femelles sont courtes avec des fleurs blanchâtres en forme de petites outres. Les fruits mûrs, de forme et de grosseur variables, ont une pulpe orangée très parfumée et une cavité remplie de petites graines.

Le papayer est originaire d'Amérique centrale et largement cultivé dans toute l'Afrique de l'Ouest.

Usages thérapeutiques et posologie

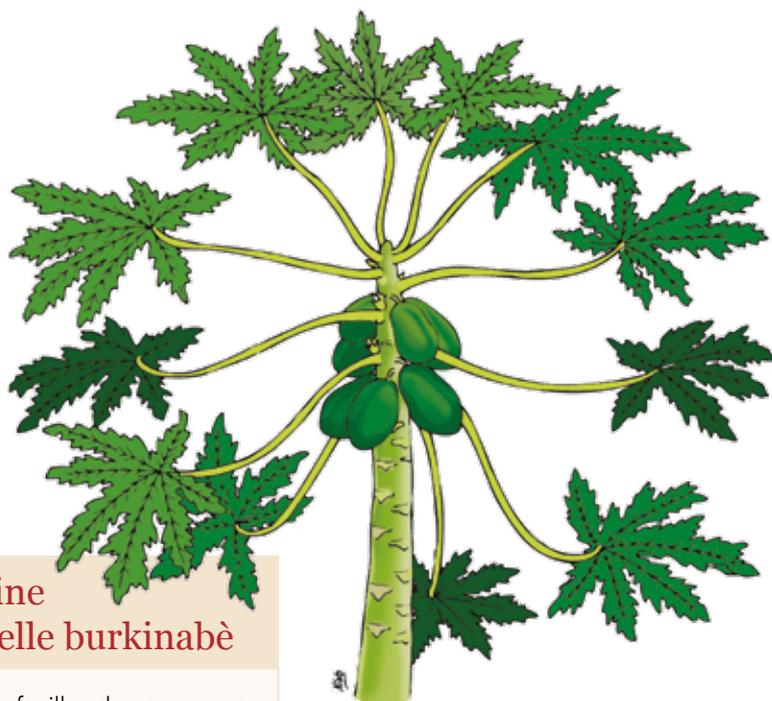
Parties utilisées : fruit, graines, latex.

Latex : plaies, brûlures, ulcères, infections urinaires.

Fruit : furonculose (usage externe), hypertension.

Graines : helminthiases, amibes.

On conseille l'usage du fruit vert pour le soin des affections du foie et du fruit mûr aux hypertendus. La dose que l'on préconise est de 1 à 2,5 grammes de semences sèches concassées par jour. On recommande particulièrement l'usage externe du fruit contre les furonculoses et les problèmes d'ulcérations cutanées.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction des feuilles de papayer soulage la jaunisse, les diarrhées et éloigne les vers intestinaux.

Les graines sont utilisées pour le soin des vers et pour aider la digestion. La pulpe de la papaye mûre aide à soigner la constipation et on l'emploie pour nettoyer les plaies infectées.

Le latex est appliqué sur les boutons, les plaies et favorise l'extraction des épines.



Propriétés pharmacologiques

Graines : condimentaires, carminatives, anthelmintiques, antibactériennes, anti-inflammatoires.

Fruit : antibactérien, antihypertenseur.

Latex : action protéolytique, bactériostatique, antifongique, cicatrisant.

Toxicité

Le latex est irritant. La papaine peut provoquer, à forte dose, la paralysie et la dépression cardiaque digitaline-like. Les graines possèdent une action anti-androgénique. Les personnes qui absorbent des cardiotoniques doivent s'abstenir de consommer le latex, le fruit vert et les graines de la papaye en raison de l'activité de la carpaïne sur le cœur (action bradycardisante).

Le fruit immature contient de hautes concentrations de latex produisant des contractions utérines.

Ainsi, l'usage interne des graines, du latex et du fruit non mûr est déconseillé chez les personnes atteintes de troubles cardiaques et chez les femmes enceintes.



Noms vernaculaires

Asteraceae

Mooré : wál-tuko

Lylele : kiejió puri, kumi nefula

Dioula : banaworo

Botanique

Cette plante herbacée annuelle a un cycle de développement rapide. D'une allure plus ou moins dressée, elle peut atteindre 30 centimètres de hauteur. Ses feuilles sont très découpées et les capitules jaunes de ses fleurs s'ouvrent au sommet des tiges pour donner naissance à des petites graines fines.

Récemment introduite en Afrique, en provenance d'Amérique du Sud, elle se rencontre fréquemment dans les cultures où elle réapparaît après chaque travail du sol, préférant les endroits humides.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : tige feuillée.

Nous recommandons l'usage de *Chrysanthellum indicum* pour soigner les hémorroïdes, les varices, les artérites des membres inférieures, les maladies du foie, les calculs du foie et les calculs rénaux.

Préparer une décoction de 12 grammes de plante sèche dans un demi litre d'eau, à boire tout au long de la journée. Respecter les doses.

Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de la plante est utilisée pour faciliter la digestion en général et nettoyer les reins.

Elle est préconisée pour le soin des affections du foie, la jaunisse et tout particulièrement pendant et après une crise de paludisme où elle est censée fortifier le foie affecté par la maladie.

La décoction est également conseillée pour le soin des jambes lourdes et des varices, en particulier chez les femmes enceintes.

Propriétés pharmacologiques

Les tiges feuillées ont des propriétés analgésiques, anti-inflammatoires, hépatoprotectrices, anti-ulcéreuses et vasculotropes. Les principaux composants sont des flavonoïdes, des saponines, des alcaloïdes, des tanins, des triterpènes et des stéroïdes.

Toxicité

Nous ne disposons pas d'informations garantissant son emploi médicinal chez les enfants et les femmes enceintes ou allaitantes.



Botanique

Les citronniers sont des petits arbres aux branches épineuses pouvant atteindre dix mètres de hauteur. Leurs feuilles sont luisantes, coriaces et leurs fleurs blanches donnent des fruits vert jaune arrondis. La pulpe est acide, juteuse et contient de nombreuses graines. Le citron vert est originaire d'Asie et cultivé sous tous les tropiques. La plante dégage une odeur agréable.

Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : fruit entier, jus du fruit. On les emploie en infusion ou décoction pour leurs usages internes et externes. Le fruit entier peut être utilisé pour lutter contre les gingivites et les pertes blanches. Pour les maux de gorge et la toux, nous recommandons les gargarismes d'une décoction de quatre citrons verts pour un litre d'eau. Le jus de citron dilué dans de l'eau tiède peut servir à baigner les yeux et ramollir les crevasses de la peau.



Médecine traditionnelle burkinabè

Le jus du fruit, dilué dans de l'eau, est utilisé pour le soin des maladies infectieuses, en particulier en gargarismes contre les maux de gorges et les angines. On l'emploie aussi pour tonifier le foie et lutter contre la constipation. Le jus est instillé dans les yeux pour soigner les conjonctivites et appliqué sur les plaies et blessures. Il sert pour l'hygiène et le soin de la peau.



Toxicité

L'huile essentielle en usage externe peut provoquer des phénomènes de photosensibilisation.

Propriétés pharmacologiques

L'huile essentielle des feuilles et du péricarpe « écorce du fruit » possède une activité antibactérienne à large spectre, antifongique, des propriétés légèrement sédatives, antispasmodiques, expectorantes et répulsives. Le péricarpe contient de la pectine et des flavonoïdes aux propriétés anti-inflammatoires, anti-allergiques et anti-agrégant plaquettaire. L'endocarpe blanc du fruit est hémostatique.



Noms vernaculaires

Cochlospermaceae

Mooré : sosga

Lylele : diapolo

Dioula : diribala

Botanique

Cette plante vivace ne dépasse pas 50 centimètres de hauteur. Elle fleurit en saison sèche. Ses grappes de fleurs jaune brillant à 5 pétales apparaissent près du sol et donnent naissance à des capsules ovoïdes. Ces fruits contiennent de nombreuses graines, protégées par une bourre blanche. Ses feuilles palmées de 3 à 5 lobes, se développent en saison des pluies sur de courts rameaux.

L'espèce est commune au Sahel et dans la savane arborée.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : racine.

Cette plante peut être utilisée en cas d'affections du foie. Elle est également utile dans le soin du paludisme.

Préparer une décoction de 15 grammes de racine par litre d'eau, à boire tout au long de la journée.

Il faut éviter de récolter toutes les racines d'un même plant afin de préserver la plante.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de la racine de la plante, un rhizome jaune, est préconisée pour le soin des affections du foie.

Elle fait aussi partie des plantes utilisées pour soigner le paludisme.

Elle est également employée pour laver les plaies et les brûlures. Parfois, le suc du rhizome est déposé directement sur les plaies. Un cataplasme de racine peut être appliqué sur les hémorroïdes.

Propriétés pharmacologiques

L'extrait de racine a des propriétés anti-inflammatoires, vasoconstrictives, décongestionnantes, hépato-protectrices et antipaludéennes.

Les principaux constituants sont des mucilages, des caroténoïdes, des flavonoïdes, des tanins et des triterpènes.



Toxicité

D'après la littérature consultée, cette plante ne présente pas de toxicité aux doses thérapeutiques.

Noms vernaculaires

Combretaceae

Mooré : kuigêga

Lylele : neyulu

Dioula : kokobayiri

Botanique

Cet arbuste buissonnant peut atteindre 10 mètres de hauteur. Le dessous des feuilles est duveteux, les petites fleurs verdâtres donnent des fruits à 4 ailes, poisseux, rougeâtres devenant beiges ou jaunâtres.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.

La plante est recommandée pour le soin des infections urinaires, de l'hypertension et pour calmer la toux.

Préparer une décoction de 30 g de feuilles dans un litre d'eau, à boire dans la journée.



Médecine traditionnelle burkinabè

Les décoctions des feuilles sont utilisées pour le soin des problèmes urinaires, du foie et aussi des affections respiratoires comme la toux et les bronchites.

On emploie les décoctions des feuilles, ou la poudre de la plante sur les blessures. Les bains de la décoction des feuilles ont la réputation de tonifier l'organisme.



Propriétés pharmacologiques

Les feuilles de la plante ont des propriétés antibactérienne, diurétique, hypotensive et antispasmodique.

Toxicité

La littérature consultée ne mentionne aucune toxicité.

Noms vernaculaires

Combretaceae

Français : kinkéliba

Mooré : rāndàgà

Lyele : guo

Dioula : kekeliba

Botanique

Ce petit arbre, qui peut atteindre 5 à 6 mètres de hauteur, se rencontre le plus souvent sous la forme d'un buisson. Ses feuilles sont simples, coriaces, ovales et de taille variable.

Ses fleurs, blanches ou rosées, sont portées par un pédoncule dont la surface a l'aspect de la rouille, tout comme ses jeunes rameaux. Ses fruits, des samares à 4 ailes, plutôt arrondis, renferment une seule graine. Le kinkéliba pousse dans le Sahel et la savane arborée de l'Afrique de l'Ouest, révélant un sol pauvre.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction des feuilles de kinkéliba est employée pour calmer les coliques, les diarrhées et la dysenterie. Elle est aussi préconisée pour le soin du paludisme et des maladies du foie. En compresse ou en cataplasme, les feuilles sont utilisées pour soigner les brûlures et cicatriser les plaies.



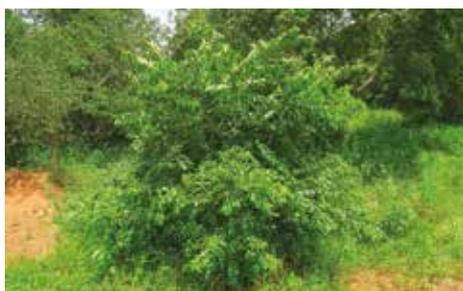
Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisées : feuille, fruit.

Nous conseillons cette plante en cas de maux de ventre, digestions difficiles, affections du foie, affections buccales, infections urinaires, abcès, furoncles.

Pour faciliter la digestion, préparer une décoction de 20 grammes de feuilles vertes dans 1 litre d'eau, à boire dans la journée ou après chaque repas.

Pour le soin des infections buccales, faire une décoction du fruit à 1 % et l'utiliser en gargarisme.



Toxicité

La littérature consultée n'a pas fourni d'élément concernant la toxicité de cette plante.

Propriétés pharmacologiques

Cette espèce possède de nombreuses propriétés : elle est antibactérienne, anti-inflammatoire, cholagogue et protecteur hépatique, antipaludéen modéré et diurétique.

Les principaux constituants des feuilles sont des alcaloïdes, flavonoïdes, terpènes, stéroïdes, polyphénols, nitrate de potassium et tanins ; dans les fruits ce sont des polyphénols et des tanins.



Noms vernaculaires

Mooré : kumbr-waanga

Rubiaceae

Lyele : ele-kio

Botanique

Cet arbuste, d'allure caractéristique avec ses ramifications opposées, peut atteindre 6 mètres de hauteur. Ses feuilles ovales et opposées, sont souvent rougeâtres à leur base. Ses fleurs blanches très parfumées sont regroupées en bouquets au sommet des rameaux. Elles donnent naissance à des fruits ronds et verts, noirâtres à maturité. Cette espèce est présente de manière disséminée, dans la savane arborée de l'Afrique de l'Ouest, ainsi qu'en Afrique orientale et australe.

Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : feuille, fruit.

Pour le soin de la toux, nous recommandons de boire le sirop du fruit (20 %) à raison d'une cuillerée à thé, 3 ou 4 fois par jour pendant 3 à 5 jours.

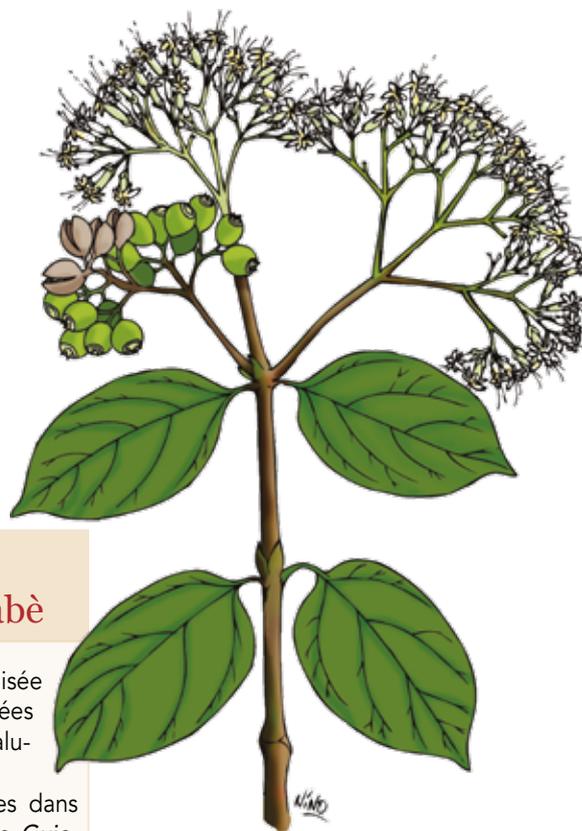
Pour le soin des allergies cutanées, nous conseillons : en usage interne, une décoction de 30 grammes de feuilles par litre d'eau, boire un ou deux verres par jour ; en usage externe, un bain et des compresses.

Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction des feuilles est utilisée pour le soin des fièvres, des diarrhées et des personnes atteintes du paludisme.

Les feuilles sont souvent associées dans des décoctions avec les feuilles de *Guiera senegalensis* (Mooré : wlinwugà, Lyele : neweliwi) pour le soin des diarrhées.

En bain, la décoction de feuilles et de fruits calme les démangeaisons. Parfois, elle est employée pour le soin des plaies.



Toxicité

Les fruits présentent une certaine toxicité : il est recommandé de respecter les doses.

Propriétés pharmacologiques

Cette plante est très efficace contre la toux. Les principaux composants extraits des feuilles sont des alcaloïdes, flavonoïdes, iridoïdes, coumarines, saponines, tanins, stérols, et polyphénols ; dans les fruits, ce sont des polyphénols et des tanins.



Botanique

La courge ou citrouille est cultivée comme légume dans le monde entier.

Elle peut porter des vrilles et alors elle rampe et grimpe, mais peut aussi ne pas en avoir et garder un port buissonnant. Sur ses tiges anguleuses et parfois cannelées apparaissent des poils piquants.

Les feuilles sont alternes, simples, lobées, sans stipules possédant des marques argentées. Ses fleurs, jaune citron à jaune doré sont solitaires, unisexuées, régulières. Le fruit de la courge est une grosse baie globuleuse à ronde, en forme d'œuf, aplatie en coussin ou cylindrique. Ce fruit peut atteindre 50 kilogrammes à maturité et présente une large variété de couleurs. Elle est soit couverte de petites taches saillantes verruqueuses soit lisse, parfois profondément cannelée. Sa chair, blanchâtre à jaune ou orange, contient de nombreuses graines.

Le centre d'origine des courges est l'Amérique centrale où elle a été domestiquée il y a au moins 8 000 ans.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : graine.

Nous recommandons l'usage des pépins de courge contre le ténia.

Pour les adultes : 50 grammes de pépins décortiqués, ce qui représente 150 pépins ou 200 à 400 pépins non décortiqués, moulus et mélangés à du miel, à ingérer avant le repas, puis prendre un laxatif.

Les pépins de courges et en particulier leur huile soulagent les irritations de la vessie, mais surtout les difficultés à uriner pour cause d'affection de la prostate.

En consommer 10 grammes de graines par jour, soit 30 pépins décortiqués. Nous recommandons l'usage des pépins de courge dans la cuisine.



Médecine traditionnelle burkinabè

Les courges et leurs graines sont surtout utilisées dans la cuisine.

Les graines de courges sont quelques fois aussi employées pour lutter contre le ténia. On administre en trois prises espacées d'une demi-heure 2 à 3 cuillerées de graines de courges pilées et mélangées à de l'eau sucrée. La pulpe de la courge entre dans le soin des maladies des reins, du foie, de la constipation et du diabète.

Propriétés pharmacologiques

On utilise les graines, qui contiennent de l'huile grasse, un glucoside (cucurbitine) ainsi que d'autres principes antioxydants. Les graines ont des propriétés contre les vers. La chair de la courge et les pépins sont très nutritifs.

Toxicité

Alimentaire, la graine de courge n'est pas toxique. Il faut cependant faire attention à ne pas confondre les graines de courge cultivée avec celles des courges sauvages amères. Ces dernières, toxiques, ne doivent pas être consommées.



Botanique

Cette herbe vivace pousse en touffes de 30 à 60 centimètres de hauteur. Les feuilles sont garnies de poils rêches. Toute la plante dégage une odeur de citron quand on la froisse. Celle-ci est due à la présence d'une huile essentielle à hauteur de 0,5 %.

Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : parties aériennes (de préférence les gaines à la base des feuilles). La citronnelle est recommandée en cas de digestion difficile, d'infection urinaire, de fièvre, d'insomnie ou de nervosité. On l'emploie sous la forme d'une décoction de 15 grammes de gaines de feuilles fraîches par litre d'eau. La plante est par ailleurs parfois utilisée pour éloigner les insectes.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction des feuilles de citronnelle est bue pour faciliter la digestion. On l'emploie aussi pour lutter contre les fièvres, les maux de tête et les douleurs des rhumatismes.

Propriétés pharmacologiques

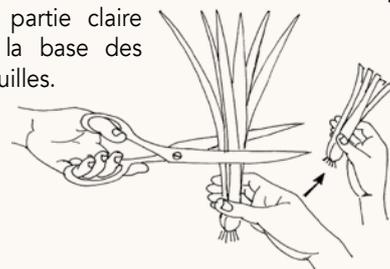
Les parties aériennes sont antispasmodiques, antiseptiques, analgésiques, anti-inflammatoires, diurétiques et permettent de lutter contre la fièvre.

Toxicité

La plante est dénuée de toxicité aux doses préconisées.

Il est cependant vivement conseillé de filtrer correctement la tisane afin d'éviter l'irritation de l'œsophage par les micro poils présents sur la feuille.

Pour cela, on recommande de n'utiliser que la partie claire à la base des feuilles.





Noms vernaculaires

Ebenaceae

Français : ébénier d'Afrique

Mooré : gāakà

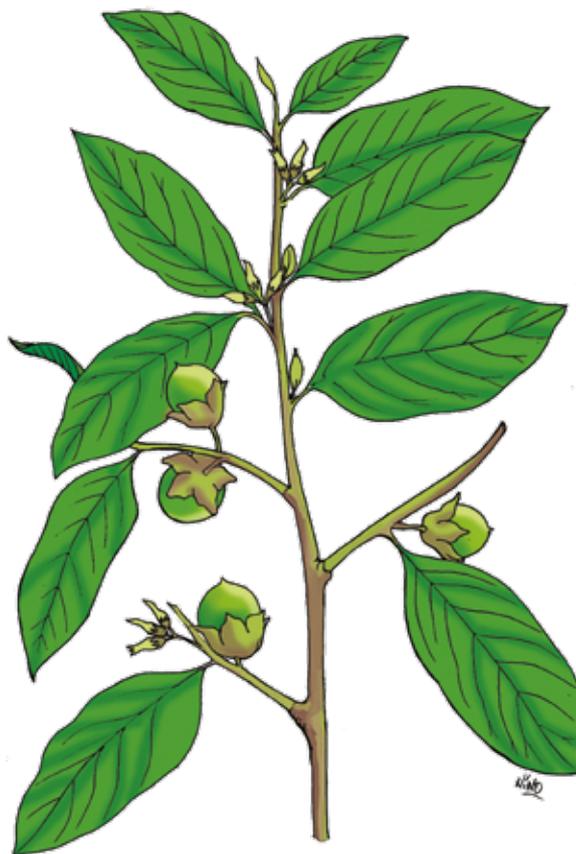
Lyele : koló

Dioula : sunsuyiri

Botanique

L'ébénier d'Afrique peut dépasser 15 mètres de hauteur. Son tronc est robuste et cylindrique. Ses feuilles simples sont parfois bien ondulées sur les bords. L'espèce est dioïque : il y a des arbres mâles et des arbres femelles. Les fleurs femelles, blanc-verdâtre, donnent de petits fruits ronds, comestibles une fois jaunes et contenant des graines noires.

Cette espèce est assez commune, disséminée localement, en Afrique de l'Ouest, tropicale et australe, ainsi qu'en Arabie. Elle est très appréciée pour son bois.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.

Nous recommandons l'usage de cette plante en cas de maux de ventre, diarrhées, douleurs dentaires et plaies.

Pour soigner les maux de ventre et les diarrhées, préparer une décoction de 20 grammes par litre d'eau, à boire tout au long de la journée.

Médecine traditionnelle burkinabè

Au Burkina Faso, les feuilles comme les fruits verts entrent dans la préparation de décoctions pour le soin des diarrhées et de la dysenterie.

Ils sont aussi utilisés en bain pour le soin des plaies, des brûlures et des conjonctivites.

Les fruits mûrs, à la pulpe sucrée et acidulée, sont consommés.



Propriétés pharmacologiques

L'extrait de feuilles présente des propriétés antibactériennes, astringentes, antispasmodiques et anti-inflammatoires.

Les principaux composants extraits sont les suivants : naphtoquinones, acide bétulinique, sitostérols, saponines, triterpènes et tanins.

Toxicité

La littérature consultée n'a pas fourni d'éléments concernant la toxicité de cette plante.





Noms vernaculaires

Myrtaceae

Français : eucalyptus

Mooré : skalptis

Lyele : əkalptis

Dioula : filawoyiri

Botanique

Cet arbre, qui peut atteindre plus d'une vingtaine de mètres, a des feuilles vert glauque lancéolées et parfumées. Ses fleurs, qui ont l'allure de petites boules, ont de très nombreuses étamines blanchâtres et donnent naissance à des capsules hémisphériques. Plusieurs espèces d'eucalyptus poussent en Afrique et sont largement plantées pour la fabrication du charbon et pour protéger les sols de l'érosion en reboisement des zones déforestées.

Sa croissance rapide, sa résistance aux feux de brousse et sa capacité à rejeter de la base une fois l'arbre coupé, en font une essence de choix. Néanmoins, les feuilles d'eucalyptus contiennent des substances qui petit à petit stérilisent les sols.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.

Les feuilles d'eucalyptus sont recommandées en cas de rhumes, de sinusites, de maux de gorge, d'angines, de toux, de bronchites, d'infections urinaires ou de fièvres, sous la forme d'une décoction de 10 à 20 grammes de feuilles par litre d'eau à boire dans la journée ou en inhalation.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de feuilles d'eucalyptus est utilisée pour le soin des affections respiratoires comme la bronchite, la toux et les maux de gorge.

On l'emploie aussi pour calmer les infections urinaires, abaisser la fièvre et pour soigner le diabète.



Propriétés pharmacologiques

La feuille, riche en huile essentielle, est antibactérienne, antifongique, expectorante, fébrifuge et légèrement sédative.



Toxicité

L'usage prolongé de la plante peut provoquer des irritations gastriques et rénales. Au cours de la grossesse, de l'allaitement et pour les jeunes enfants, il est préférable d'utiliser les feuilles en inhalation et d'éviter de boire la décoction.



Botanique

Cette petite plante herbacée ne dépasse pas 40 centimètres de hauteur. Rampante ou dressée, légèrement poilue, elle porte sur ses feuilles des taches rougeâtres. Ses fleurs globulaires également rouges sont regroupées le long de la tige. Originaires d'Amérique tropicale, cette espèce est actuellement très répandue dans toute l'Afrique de l'Ouest.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : tige feuillée.
Réaliser une décoction de 10 à 20 grammes de plante pour un litre d'eau, à boire dans la journée pour soigner : maux de ventre, diarrhées, dysenteries amibiennes, asthme, otites, affections buccales, gingivites, plaies infectées (usage interne et externe), infections urinaires, pertes blanches, fièvre, insomnie et nervosité.

Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de la plante est surtout utilisée pour le soin des diarrhées et dysenteries. On l'emploie aussi pour apaiser les coliques, en particulier celles du nourrisson, les règles douloureuses et les maux de tête.

Certains la consomment pour calmer la toux chronique et se détendre afin de combattre les insomnies.

Propriétés pharmacologiques

La tige, munie de ses feuilles est antidiarrhéique, anti-amibienne, diurétique, anti-inflammatoire, analgésique, fébrifuge, sédative et anxiolytique.

Toxicité

La plante n'est pas toxique aux doses thérapeutiques, cependant, éviter la consommation de moyenne et de longue durée.



Botanique

Cet arbrisseau peut atteindre 2 à 3 mètres de hauteur. Ses feuilles regroupées par 3 ou 4, sont étroites et dégagent une odeur aromatique quand on les froisse. Ses petites fleurs, regroupées en glomérules, sont blanches et forment un épi cylindrique caractéristique. Elles laissent place à de nombreux fruits desquels s'échappent de petites graines brunes et lisses.

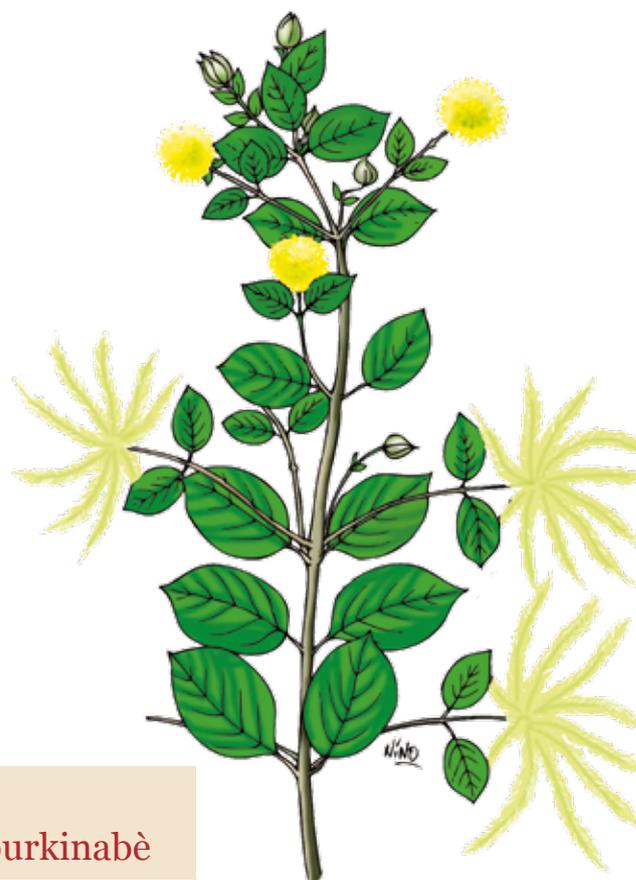
L'espèce est très fréquente en Afrique de l'Ouest où elle pousse de manière spontanée sur les sols caillouteux et secs.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.

Nous recommandons cette plante pour soigner diarrhées, toux, bronchites, affections buccales, gingivites, infections urinaires. Préparer une décoction de 50 grammes de feuilles dans un demi litre d'eau. A boire par cuillerées toutes les deux heures.



Médecine traditionnelle burkinabè

Les feuilles de guiera sont utilisées en décoction pour le soin des diarrhées, dysenteries et coliques intestinales.

Elles sont aussi préconisées pour calmer la toux et pour soigner les affections bronchiques, souvent associées avec des feuilles d'eucalyptus.

La plante entre dans des préparations pour le soin du paludisme.

Des cataplasmes de feuilles sont appliqués sur les blessures et les ulcères.



Propriétés pharmacologiques

L'extrait de feuilles a des propriétés antitussives, anti-diarrhéiques, anti-inflammatoires et analgésiques. L'action antitussive est due aux tanins ellagiques qui en plus, inhibent l'obstruction des bronches due aux allergènes. La quantité importante de flavonoïdes explique son activité antidiarrhéique. Ses activités sédatives et antipaludéennes peuvent être dues aux alcaloïdes contenus dans ses feuilles.

Toxicité

D'après la littérature consultée, cette plante ne présente pas de toxicité aux doses préconisées.





Noms vernaculaires

Malvaceae

Français : bissap, karkadé, oseille de Guinée

Mooré : wegda

Lyele : joornocol

Dioula : dayiri

Botanique

Cette grande plante herbacée annuelle a des feuilles ovales à 3 lobes, avec des nervures rougeâtres. Ses pétales jaunes sont portés par un calice rouge foncé, charnu à maturité. C'est le calice qui est utilisé le plus couramment.

L'espèce est cultivée depuis longtemps en Afrique de l'Ouest où elle est largement utilisée pour la fabrication traditionnelle du jus de bissap.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : calice (ensemble des sépales).

L'usage du bissap est à recommander, en particulier contre les maux de gorge, l'angine, les infections urinaires, l'hypertension, la constipation et pour soulager les rhumatismes.

Préparer une décoction de 30 grammes par litre d'eau, à boire tout au long de la journée.

Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction des calices rouges à laquelle on ajoute un peu de feuilles de menthe, de « potasse » et de sucre, est consommée comme une boisson très rafraîchissante. Cette boisson est préconisée pour « nettoyer » les reins et soulager les constipations.

Additionnée de miel, elle est employée pour soigner la toux et calmer les maux de gorge.

Toxicité

La plante est absente de toxicité.



Propriétés pharmacologiques

Les calices contiennent des mucilages, des acides organiques, des vitamines C, B1, B2, PP et des minéraux (fer, calcium, phosphore). Ils ont des propriétés antioxydantes, tonifiantes, hypotensives, diurétiques, anti-septiques urinaires, calmantes et spasmolytiques.



Botanique

Cette plante herbacée, dressée, à tige quadrangulaire est abondante dans les cultures en régions soudaniennes et soudano-sahéliennes.

Ses fleurs blanches sont disposées en épis terminaux denses et cylindriques. Elle dégage une odeur aromatique.

Sans doute originaire d'Amérique du Sud, elle est aujourd'hui largement répandue dans toute l'Afrique tropicale et en Asie.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.

La décoction des feuilles est préconisée pour laver les conjonctivites, le soin des dermatoses comme l'eczéma, et la gale.

On peut aussi appliquer des cataplasmes de feuilles fraîches sur la peau.

Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de la plante est utilisée pour le soin du paludisme.

On s'en sert aussi pour laver les yeux infectés et les affections de la peau.

Propriétés pharmacologiques

Les feuilles de la plante ont des propriétés antibactérienne, antiallergique et acaricide.



Toxicité

Aucune toxicité avérée n'a été relevée. Cependant et par prudence, son usage interne n'est pas indiqué pour les femmes enceintes et les jeunes enfants.

Botanique

Cette plante grasse vivace peut atteindre 1,50 m de haut avec sa hampe florale. Ses feuilles sont composées en folioles dentelées parfois margées de rouge-violacé. Ses fleurs se groupent en panicules de petites clochettes bicolores vertes et rouges.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : suc de feuille.

La décoction de 30 grammes de feuilles par litre d'eau à raison de 3 verres par jour est conseillée dans le soin des maux de tête, des gastrites et des règles douloureuses.

En compresse et cataplasme à renouveler 2 fois par jour, elle peut être utilisée pour soigner les plaies, les brûlures, les ulcères variqueux, les crevasses et autres problèmes de peau (abcès, furoncle, mycose, eczéma). En cas d'otites ou de maux d'oreille, on peut instiller directement dans le conduit auditif, après refroidissement, le jus des feuilles préalablement ramollies dans de l'eau bouillante.

En cas de conjonctivite, 3 à 5 gouttes de ce même jus peuvent être utilisées en collyre 3 à 6 fois par jour. Il est important dans ce cas de renouveler la préparation tous les jours au minimum.



Médecine traditionnelle burkinabè

Le suc de la feuille est instillé dans les oreilles, le nez et les yeux pour calmer les inflammations, maux d'oreilles, sinusites, conjonctivites (*K. crenata*).

La décoction de feuilles est utilisée pour le soin du paludisme, les affections génitales (usage interne et externe, bain).



Propriétés pharmacologiques

Le suc des feuilles est antibactérien, antifongique, vasoconstricteur, analgésique, cicatrisant et anti-inflammatoire.



Toxicité

La plante n'est pas toxique par voie interne pour les humains à condition de ne pas dépasser les doses indiquées et de l'utiliser pendant une courte durée.



Botanique

Cet arbrisseau peut atteindre 2 à 3 mètres de hauteur. Ses feuilles regroupées par 3 ou 4, sont étroites et dégagent une odeur aromatique quand on les froisse. Ses petites fleurs regroupées en glomérules, sont blanches et forment un épi cylindrique caractéristique. Elles laissent place à de nombreux fruits desquels s'échappent de petites graines brunes et lisses.

L'espèce est très fréquente en Afrique de l'Ouest où elle pousse de manière spontanée sur les sols caillouteux et secs.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction des feuilles est utilisée pour le soin des affections du foie, comme la jaunisse.

Elle est aussi employée pour détendre les personnes nerveuses et atténuer la fièvre. Certains l'emploient pour calmer les vomissements.

La plante entre dans la confection de tisanes pour le soin du paludisme.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.

Nous recommandons l'usage de cette plante pour soigner les affections du foie, les règles douloureuses, la fièvre, l'insomnie et la nervosité.

Préparer une décoction de 20 grammes de feuilles par litre d'eau, à boire dans la journée.



Toxicité

La littérature consultée ne mentionne pas de toxicité pour la plante. Ne pas utiliser la plante pour le soin des femmes enceintes, allaitantes et des enfants.



Propriétés pharmacologiques

L'extrait de feuilles a des propriétés antibactériennes, cholagogues, fébrifuges et antispasmodiques.

Ses principes actifs sont des huiles essentielles (thymol, cymène,...), des flavonoïdes, des saponosides, des triterpènes et des stérols.



Botanique

Le manguier est un arbre trapu, à feuillage très dense, qui peut atteindre 20 mètres de hauteur. Ses feuilles, lancéolées et étroites, dégagent un fort parfum de térébenthine quand on les froisse. Pendant la floraison, l'arbre se couvre d'une multitude de grappes de petites fleurs blanchâtres, jaunâtres, jaune rougeâtre ou rose verdâtre. Le fruit, de grosseur et de poids variables selon les variétés, renferme une pulpe juteuse, jaune à orange, plus ou moins fibreuse et un gros noyau. Originaire du pied de l'Himalaya à l'Est de l'Inde, le manguier est cultivé dans toute l'Afrique de l'Ouest pour ses fruits.

Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : feuille, fruit.

La décoction de 30 grammes de feuilles de manguier par litre d'eau, à boire dans la journée, est utile pour soigner la diarrhée, la toux et la bronchite.

L'amande contenue dans le noyau, riche en huile, peut être utilisée pour produire du « beurre de mangue », particulièrement adapté aux soins capillaires. Dans beaucoup de pays, les amandes sont utilisées pour lutter contre les vers.

Le fruit est particulièrement riche en vitamines A, C et provitamine A.

En Inde, les feuilles étaient données à manger aux vaches dont on recueillait l'urine pour colorer les tissus en jaune. Les animaux ne survivaient pas toujours à cette pratique à cause de la présence dans les feuilles de ces pigments jaunes appartenant à la famille des xanthonnes, toxiques à fortes doses.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de feuilles de manguier est utilisée pour le soin des diarrhées et des dysenteries.

Certains l'emploient pour améliorer les troubles veineux et le diabète.

En gargarisme, elle calme la toux et les maux de gorge. On en fait des bains de bouche pour le soin des gingivites.

Le fruit est nutritif.



Propriétés pharmacologiques

Les feuilles sont antibactériennes, astringentes, expectorantes et anti-inflammatoires.



Toxicité

Les feuilles ne présentent pas de toxicité particulière aux doses thérapeutiques mais elles peuvent devenir toxiques à la suite du développement d'un champignon microscopique à leur surface. Il faut donc soigneusement laver les feuilles avant utilisation.



Botanique

Ce petit arbuste épineux peut atteindre 8 mètres de hauteur. Il possède des feuilles coriaces, bordées de petites dents. Ses épines sont droites et situées à l'axe des feuilles ou bien à l'extrémité des rameaux. Ses petites fleurs blanches regroupées donnent naissance à de petites boules roses ou rouges qui s'ouvriront pour laisser s'échapper une ou deux graines. L'espèce pousse dans le Sahel et dans la savane arborée d'Afrique de l'Ouest, sur tout type de sol. Elle résiste bien à la sécheresse.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.
Nous préconisons l'usage du *Maytenus senegalensis* en cas de toux, d'affection buccale, ou de douleur dentaire. Préparer une décoction, diluée à 20 %, à prendre en gargarisme.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction des feuilles est proposée pour soigner les affections des bronches, calmer la toux et abaisser la fièvre. Certains utilisent cette décoction pour calmer les douleurs dentaires. Elle sert aussi en bain ou en compresse pour le soin des plaies, des ulcères et des conjonctivites.



Propriétés pharmacologiques

L'extrait de feuilles possède des propriétés antibactériennes et anti-inflammatoires intéressantes. Ses principaux composés sont des huiles essentielles (terpinéol, géraniol, linalol), des alcaloïdes (éphédrine, noréphédrine), des mucilages, des stérols, des acides phénoliques, des flavonoïdes, des anthocyanes et des tanins.



Toxicité

La présence d'alcaloïdes doit nous inviter à la prudence et au respect des doses en usage interne. Ne pas utiliser la plante chez les femmes enceintes, allaitantes et les jeunes enfants.





Noms vernaculaires

Rubiaceae

Mooré : yood pælgà

Lyele : cucúri

Dioula : zanfarafila

Botanique

Cette petite plante annuelle peut atteindre 30 centimètres de hauteur quand elle rencontre des conditions favorables.

Ses petites fleurs blanches sont regroupées en glomérules à chaque étage de feuilles et à l'extrémité de la tige.

C'est une espèce adventice des cultures, abondante dans toute l'Afrique de l'Ouest.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : sommité fleurie.

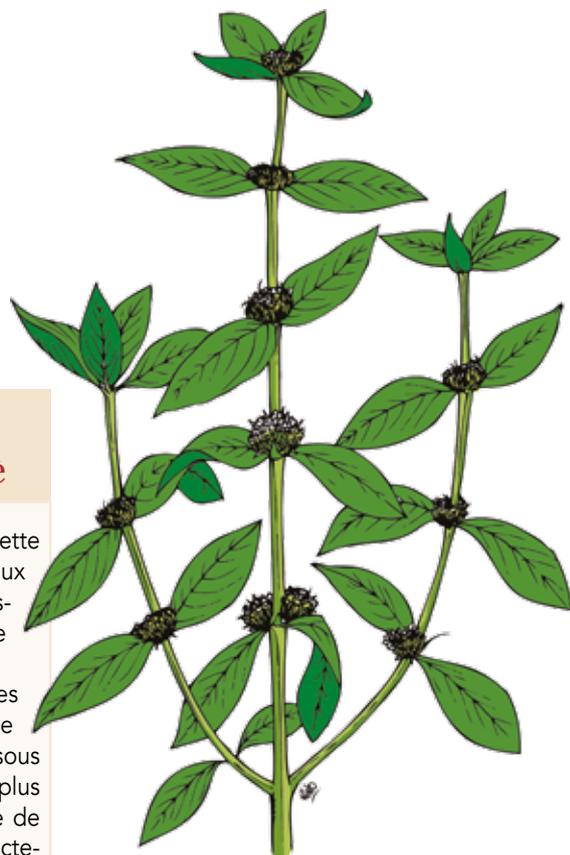
En cas d'infections de la peau : nombreuses mycoses, dont candidoses et teignes, plaies, ulcères. Nous recommandons l'application de décoctions, de compresses, de suc ou de cataplasmes de sommités fleuries de la plante sur les parties affectées.

A renouveler deux fois par jour. Eviter le contact avec les yeux.

Médecine traditionnelle burkinabè

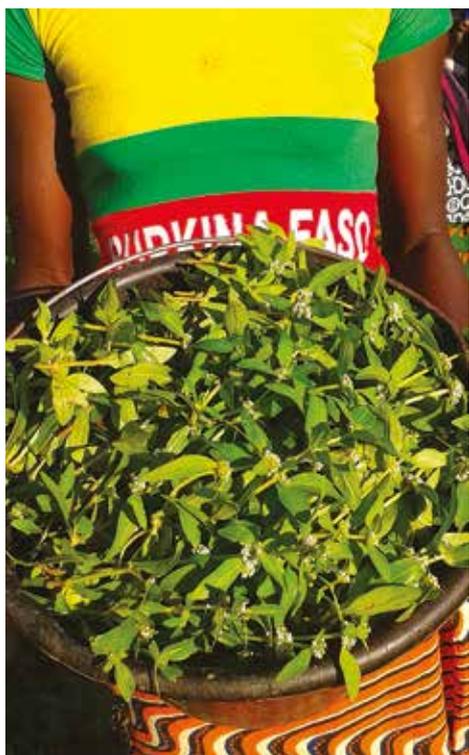
La décoction des parties aériennes de cette plante est utilisée pour le soin des maux de ventres et des diarrhées. Elle est aussi préconisée pour calmer les maux de tête.

C'est surtout pour le soin des plaies, des démangeaisons, des champignons de la peau que la plante est employée sous forme de bain, de compresse ou, le plus souvent, sous la forme de cataplasme de feuilles fraîches broyées, appliqué directement sur la peau.



Toxicité

La littérature consultée n'a pas fourni d'éléments concernant la toxicité de cette plante. Mais il est conseillé d'éviter le contact avec les yeux.



Propriétés pharmacologiques

Les sommités fleuries (feuilles et fleurs) possèdent des propriétés antibactériennes et antifongiques importantes. Elles contiennent des alcaloïdes, des flavonoïdes, des saponines et des tanins.



Noms vernaculaires

Rubiaceae

Mooré : yiilga

Lyele : botolo

Dioula : sunbayiri

Botanique

Cet arbuste peut atteindre 10 mètres de hauteur. Ses feuilles à base arrondie ont des nervures marquées. Ses fleurs forment des boules blanches ou crème et ses fruits sont des petites capsules renfermant des fruits ailés.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.
La feuille est utile dans le soin du paludisme et des douleurs articulaires.
Préparer une décoction de 10 g de feuilles par litre d'eau, à boire dans la journée.

Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction des feuilles est préconisée pour le soin des rhumatismes, des douleurs musculaires, articulaires et osseuses et des maux de dos. Cette décoction est considérée comme fortifiante et dépurative.
On applique cette décoction sur la partie du corps affectée et aussi pour laver les plaies infectées.

Toxicité

La présence d'alcaloïdes nous invite à respecter la dose thérapeutique. Ne pas utiliser la plante pour le soin des femmes enceintes, allaitantes et des enfants.



Propriétés pharmacologiques

Les feuilles ont des propriétés antipaludéennes et sont des anesthésiques locaux.





Noms vernaculaires

Moringaceae

Français : moringa, néverdier, ben ailé, arbre de vie

Mooré : arzen tí

Lyele : nasar chimi

Dioula : arijineyiri

Botanique

Ce petit arbre à croissance rapide, porte un feuillage caduc et son écorce est claire. Ses feuilles sont composées de nombreuses folioles ovales de couleur vert clair. Ses fleurs blanches parfumées apparaissent toute l'année suivant les endroits et les périodes de récolte. Ses fruits sont de longues capsules qui s'ouvrent en trois parties, contenant des graines rondes, ailées, brunes et riches en huile.

Planté dans toute l'Afrique de l'Ouest, le moringa serait originaire de l'Inde.

Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : feuille, fleur.

Les feuilles de moringa peuvent être consommées sous forme de tisane ou de légume cuit pour améliorer la nutrition et pour soigner les ulcères gastriques et l'hypertension artérielle (de 3 à 8 g de poudre par jour).

Médecine traditionnelle burkinabè

On connaît surtout le moringa par l'usage alimentaire que l'on fait de ses feuilles. Elles entrent dans la composition de nombreuses sauces et sont très fortifiantes.

On emploie ses feuilles pour stimuler l'organisme et redonner de l'appétit, surtout aux convalescents.

Certains appliquent des cataplasmes de feuilles sur les plaies et les ulcères.

L'huile de ses graines, comme le beurre de karité, sert à masser les articulations douloureuses et aussi à adoucir la peau irritée.



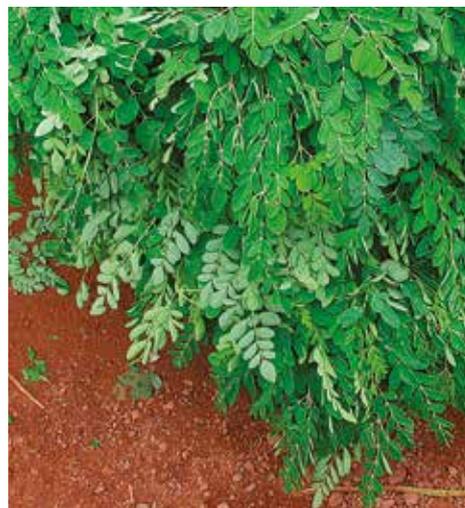
Toxicité

La plante n'est pas toxique, cependant, il est recommandé d'éviter son emploi chez les femmes enceintes, de fortes doses et un usage prolongé.

Propriétés pharmacologiques

Les feuilles de moringa sont particulièrement nutritives par leur richesse en protéines et oligo-éléments. Dans plusieurs pays d'Afrique, elles interviennent dans des programmes de nutrition pour les enfants et les personnes atteintes du VIH.

Elles présentent également des propriétés antibactériennes, anti-inflammatoires, cicatrisantes et hypotensives.



Botanique

Le bananier est une très grande herbe pouvant mesurer de 6 à 10 mètres de haut, avec de grandes feuilles pouvant atteindre 2 mètres de long. Ses feuilles enveloppantes forment le « tronc » de la plante. Son inflorescence pendante pouvant mesurer jusqu'à 1,5 mètre de long a des bractées rougeâtres et des fleurs blanc-jaunâtre. La banane peut mesurer jusqu'à 30 centimètres selon les variétés. Originaires du Sud-Est asiatique, les bananiers sont cultivés dans toutes les zones tropicales. La pollinisation se fait de nuit grâce aux chauves-souris, chaque fleur n'étant fertile qu'une seule nuit.

Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : fruit, feuille.

Le fruit vert est très utile pour soigner les problèmes de diarrhées et de gastrites, à raison d'une banane verte par jour.

Le fruit mûr sert dans les cas de diarrhées, il apporte notamment des sels minéraux particulièrement utiles en parallèle d'une bonne réhydratation.

La feuille et la sève sont utiles pour soigner les plaies et brûlures : on peut les utiliser en bain, compresse ou cataplasme, à renouveler deux fois par jour.

Sur une plaie qui saigne abondamment, on peut appliquer la sève du bananier pour arrêter le saignement.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction du fruit vert sert à calmer les diarrhées et les dysenteries.

On emploie la pulpe verte en cataplasme sur les plaies, les ulcères et les brûlures.

Propriétés pharmacologiques

La plante entière est antibactérienne et astringente, c'est-à-dire qu'elle a la propriété de resserrer les pores.

La feuille et la sève facilitent la cicatrisation. Le fruit vert est antiulcéreux, cicatrisant, et diminue la sécrétion d'acides dans l'estomac.

Le fruit mûr est lui antidiarrhéique et très nutritif.

Toxicité

La plante et le fruit vert contiennent une forte quantité de tanins. Il faut donc éviter une consommation trop importante.



Noms vernaculaires

Lamiaceae

Français : basilic blanc,
petit basilic

Mooré : yulin-gnuuga

Lyele : biën-sheré

Dioula : sukona

Botanique

Cette plante africaine très parfumée, à odeur poivrée, est de dimensions variables. Ses tiges quadrangulaires sont poilues, ramifiées et vert clair. Annuelle parfois vivace, elle repart de sa base qui est lignifiée. Ses feuilles, aux limbes oblongs, lancéolés, en forme de coin aux deux extrémités sont entières. Ses épis terminaux sont constitués de verticilles de fleurs blanches, aux calices longuement pubescents blanchâtres cédant la place à des akènes.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.

Infusion des feuilles, 15 grammes par litre, recommandée pour le soin des maux de ventre et faciliter la digestion.

La décoction des feuilles peut être employée pour le soin des affections de la peau.

Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de la plante est utilisée dans le soin du paludisme et des fièvres.

On l'utilise pour faciliter la digestion et calmer les maux de ventre.

Les décoctions des feuilles sont appliquées sur les dermatoses et servent à laver les yeux.



Toxicité

Ce basilic ne présente aucune toxicité avérée.

Propriétés pharmacologiques

Les feuilles de ce basilic ont des propriétés antibactérienne, antifongique et sont stimulantes pour l'organisme.



Noms vernaculaires

Anacardiaceae

Mooré : nii nõrɛ

Lyle : buɛ̀wɔ, goanzebewe, bwáázèbè

Dioula : filagwɛsɛ

Botanique

Cet arbre ou arbuste à cime peu dense peut atteindre 4 à 6 mètres de haut. Ses feuilles simples verticillées par trois, aux nervures saillantes et parallèles forment un feuillage très caractéristique par sa couleur vert foncé au-dessus et gris argenté et feutré en-dessous. Son inflorescence en panicule terminale et axillaire, jusqu'à 15 cm de long est composé de fleurs blanchâtres. Ses fruits sont des drupes aplaties verticalement, dures et d'un noir brillant.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.

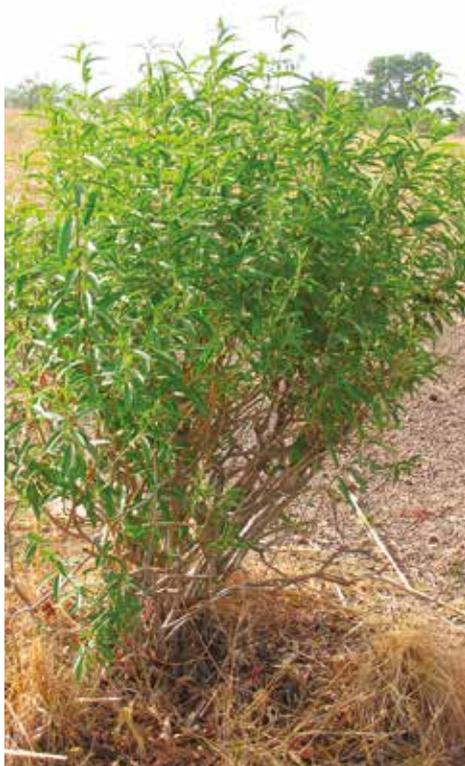
Nous recommandons l'usage des décoctions des feuilles d'*Ozoroa insignis* pour le soin des affections oculaires, des dermatoses et diverses affections de la peau.

Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de ses feuilles est utilisée dans le soin des maux de ventres, des diarrhées et des affections des reins.

En usages externe on l'utilise pour le soin des plaies, des pieds enflés et des démangeaisons.

Les décoctions des feuilles sont appliquées sur les dermatoses et servent à laver les yeux.



Toxicité

Devant l'absence de données sur sa toxicité, nous ne préconisons que l'usage externe de la plante.



Propriétés pharmacologiques

Les feuilles de la plante ont des propriétés antibactérienne, antihelminthique et diurétique.



Noms vernaculaires

Phyllanthaceae

Français : casse-pierre

Mooré : wõmkuidige

Lyele : chichuru, chichiri

Dioula : delakora

Botanique

Cette petite plante herbacée, pouvant atteindre 60 centimètres de hauteur, a de petites feuilles.

Au dessous de leurs pétioles se trouvent les fleurs puis les fruits.

Originaires d'Amérique tropicale et des Antilles, elle s'est répandue dans toutes les zones chaudes de la planète.

Elle est fréquente près des maisons, dans les friches comme dans les cultures.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : tige feuillée.

Une décoction de 30 grammes de plante par litre d'eau, à boire dans la journée, est recommandée pour le soin des affections du foie et des calculs rénaux. Elle est particulièrement amère, d'où son nom « *amarus* ».



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de la plante s'emploie pour le soin des maladies du foie et de la constipation. Elle sert aussi au soin des affections urinaires, la rétention d'eau et les œdèmes.

Toxicité

La présence d'alcaloïdes invite à la prudence et au respect des doses. Elle n'est pas recommandée aux personnes cardiaques et aux femmes enceintes. Elle est parfois incompatible avec certains médicaments.

Propriétés pharmacologiques

La plante est hépatoprotectrice, diurétique, hypotensive et anti-inflammatoire. Elle soulage les règles douloureuses et abaisse la glycémie. Elle casse les calculs rénaux et en réduit la croissance.



Noms vernaculaires

Portulacaceae

Français : pourpier

Mooré : baag-serma

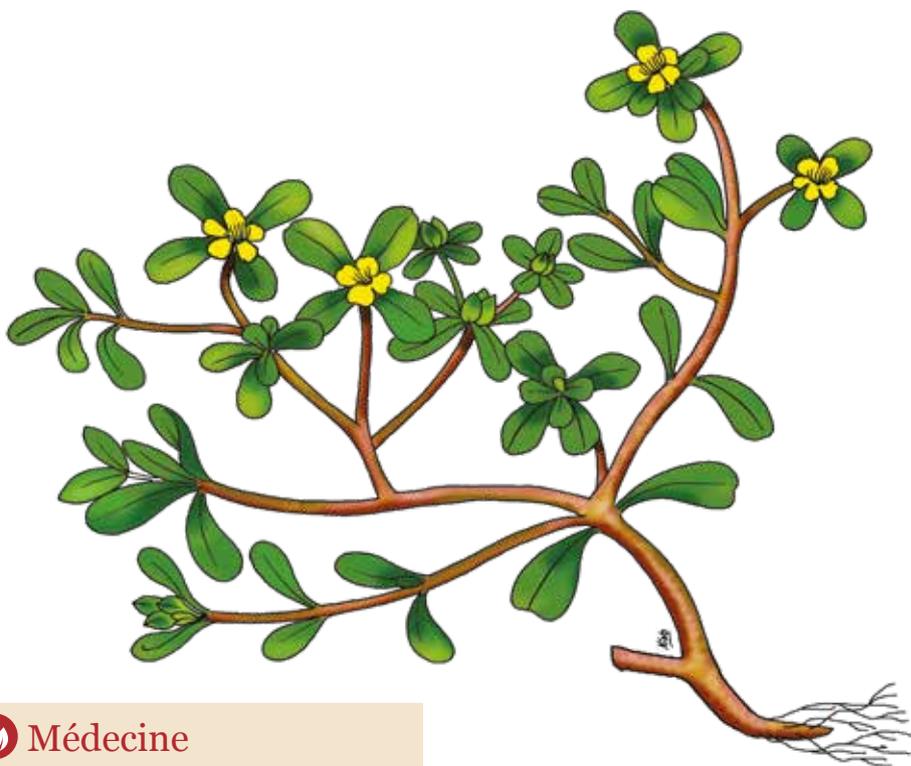
Lyele : kùli yàlà

Dioula : misikunbiri

Botanique

Cette plante annuelle prostrée forme une touffe de 20 à 40 centimètres de diamètre. Les tiges rougeâtres couchées ou dressées sont charnues et portent de petites feuilles sessiles crassuléscentes de forme obovales. Les fleurs, sessiles elles aussi, de couleur jaune, sont solitaires ou agglomérées à l'aisselle ou au sommet des rameaux. Elles donnent naissance à une pyxide ovoïde contenant de nombreuses graines noires et luisantes. C'est une plante rudérale qui pousse dans toutes les régions chaudes et tempérées du globe.

On la trouve dans les cultures ou au bord des chemins.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.

Nous conseillons la décoction de 25 grammes par litre d'eau pour le soin des infections urinaires et du diabète.

Nous recommandons de consommer cette plante régulièrement dans la cuisine.

Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de la plante sert à soulager les affections urinaires et les douleurs rhumatismales. On la considère comme diurétique et fortifiante.

On l'utilise en bain pour nettoyer, calmer et cicatriser les plaies douloureuses.

Toxicité

La littérature consultée ne signale pas d'effets toxiques.



Propriétés pharmacologiques

Les tiges et feuilles de pourpier ont des propriétés diurétique, anti-inflammatoire, adoucissante, émolliente et antidiabétique.



Noms vernaculaires

Myrtaceae

Français : goyavier

Mooré : goya tiiga

Lyele : goya kio

Dioula : goyakiyiri

Botanique

Cet arbuste fruitier, aux feuilles persistantes, peut atteindre 3 à 6 mètres de hauteur. On le reconnaît bien à partir de son écorce lisse se détachant en plaques fines et de ses rameaux côtelés. Ses belles fleurs blanches, composées de nombreuses étamines, sont solitaires. Le fruit qui devient jaune à maturité, est rempli d'une chair jaune ou rose avec de nombreuses graines.

Originaire d'Amérique centrale, cet arbre fruitier a été introduit dans l'ensemble des zones tropicales. En Afrique, l'espèce est répandue du Sénégal au Cameroun.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction des feuilles de goyavier est surtout connue pour le soin des diarrhées et des dysenteries. Certains l'emploient pour laver les plaies.

Les fruits verts sont employés pour ralentir le transit de l'intestin.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.

Une décoction de 15 à 20 grammes de feuilles par litre d'eau, à boire dans la journée, est utile pour soigner la diarrhée, les dysenteries amibiennes, la toux, la bronchite, les pertes blanches et le diabète.



Propriétés pharmacologiques

Les feuilles ont de fortes propriétés antimicrobiennes et sont efficaces contre les parasites intestinaux (*amibes*, *Giardia*, *Trichomonas*). Elles sont également efficaces contre les spasmes digestifs ce qui en fait une très bonne plante pour soigner les diarrhées. On conseille de l'utiliser avec *Euphorbia hirta*.

Des propriétés anti-inflammatoires et antidiabétiques ont aussi été mises en évidence.

La goyave est riche en vitamine C (jusqu'à 1 g/100 g) mais cette teneur varie beaucoup selon la maturité et la variété du fruit.

Toxicité

On ne connaît pas d'effet indésirable.



Noms vernaculaires

Apocynaceae

Français : liane goïne

Mooré : wedɛgà nyegá

Lyele : lo

Dioula : zabanyiri

Botanique

Cette grande liane ligneuse à latex blanc et à vrille porte des feuilles opposées, glabre, vert foncé et luisantes dessus. Son inflorescence en cyme ombelliforme terminale courte, de 10 centimètres de large, est composée de fleurs blanches très odorantes. Les fruits sont des baies ovoïdes comestibles acidulés, atteignant 7 à 10 centimètres de long.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction des feuilles et des vrilles sert à laver les yeux purulents, les plaies infectées et les brûlures. Le fruit est reconnu pour favoriser la lactation.



Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : racine, feuille.
Soin des plaies, des brûlures et des ulcères. Décoction de 50 grammes de racine ou de feuilles par litre d'eau, en bain, compresse, cataplasme à renouveler deux fois par jour.



Toxicité

La plante est toxique par voie interne, mais n'est pas toxique cuite par voie externe.



Propriétés pharmacologiques

La racine et les feuilles de cette liane ont des propriétés antiseptique, anti-inflammatoire, cicatrisante et vulnéraire.





Noms vernaculaires

Anacardiaceae

Français : marula, prunier d'Afrique

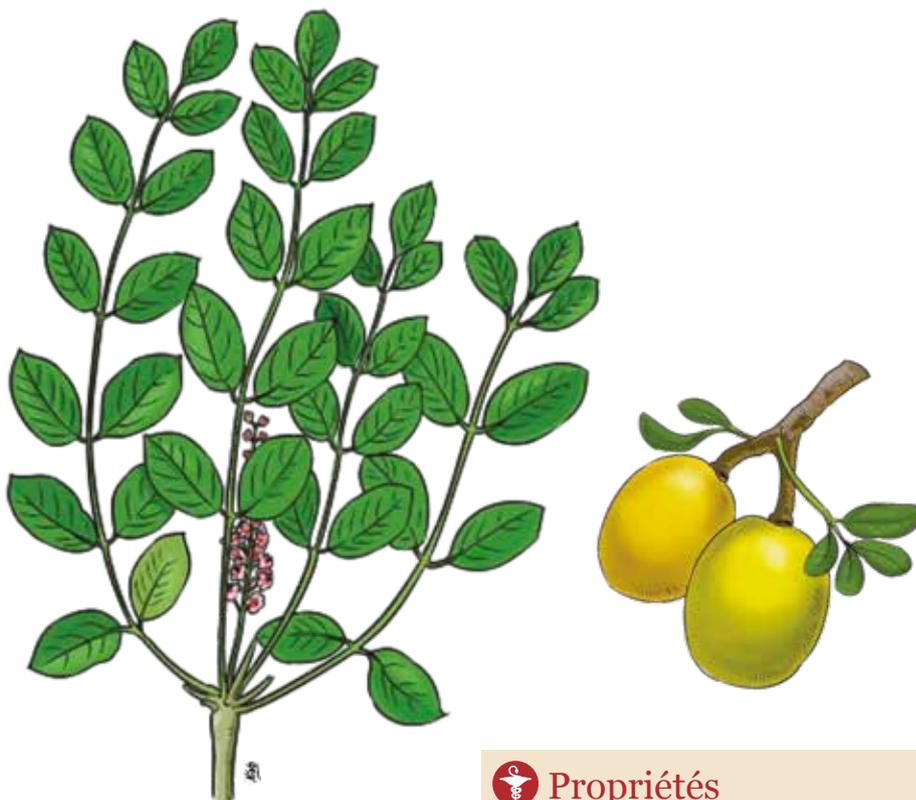
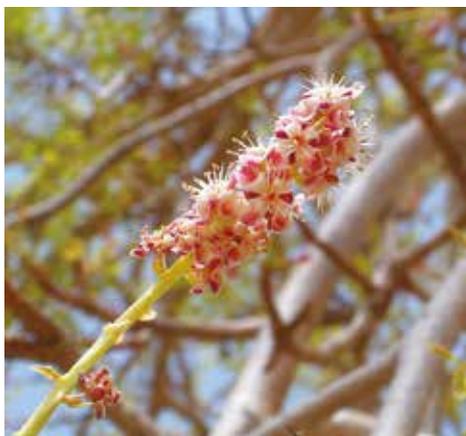
Mooré : noabagá

Lyele : málú

Dioula : nogosigawaba

Botanique

Cet arbre fruitier peut atteindre dix-huit mètres de hauteur. Ses feuilles sont composées et ses fleurs petites et roses, regroupées en épis donnent des fruits comestibles jaunes à maturité.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.
Hypertension, diabète.
Pour le soin de l'hypertension et du diabète, préparer une décoction de 30 grammes de feuilles pour un litre d'eau, à boire dans la journée.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction des feuilles est utilisée pour le soin des affections gastro-intestinales et les dysenteries.
On l'utilise aussi pour le soin du diabète et l'hypertension.
En bain, la décoction sert au soin des démangeaisons.

Propriétés pharmacologiques

Les feuilles ont des propriétés hypotensives, hypoglycémiantes et anti-inflammatoires.
Ses fruits sont riches en vitamines et minéraux.

Toxicité

La littérature concernée ne propose pas d'informations détaillées sur la toxicité de la plante.
Nous invitons à respecter les doses et à ne pas utiliser la plante chez les femmes enceintes.



Botanique

Cette herbacée vivace pouvant atteindre 80 cm de hauteur a des petites feuilles et ses petites fleurs blanches laissent la place à de petites capsules rondes.



Médecine traditionnelle burkinabè

La plante est utilisée en décoction pour le soin des diarrhées et autres affections gastro-intestinales et les affections des reins. On la conseille aussi pour soulager les douleurs des personnes souffrant de rhumatismes.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : sommité.

Ulcère gastrique, affection bucco pharyngées, maux de gorge, angine, toux, gingivite (boire un verre de la décoction trois fois par jour après le repas), diabète, furoncle, abcès (décoction d'un litre à boire dans la journée).

Décoction de 20 grammes de feuilles par litre d'eau.



Propriétés pharmacologiques

La plante possède des propriétés antibactériennes, anti-inflammatoires, antiulcéreuses gastriques, hypoglycémiantes, dépuratives et diurétiques.



Toxicité

La littérature consultée n'indique aucun effet indésirable.

Botanique

Cet arbrisseau peut atteindre 2 mètres de hauteur. Il a de grandes feuilles composées de 8 à 10 paires de folioles qui s'ouvrent le matin et se referment le soir. Ses fleurs jaunes en grappes dressées donnent des gousses ailées placées à l'horizontale d'une quinzaine de centimètres de longueur, remplies de nombreuses graines.

Originaire d'Amérique du Sud, on retrouve désormais l'espèce sous l'ensemble des tropiques. En Afrique, elle est disséminée et localement commune, en zones soudanaises et guinéennes, du Sénégal au Cameroun, en Afrique centrale et orientale.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.

Pour la constipation, chez l'adulte uniquement : boire un verre avant de se coucher d'une décoction de 20 grammes de feuilles séchées par litre d'eau. Réservé à un usage occasionnel, ce traitement ne doit pas être prolongé au-delà de trois jours et est contre-indiqué chez les enfants, les femmes enceintes, allaitantes et personnes âgées. Pour les affections de la peau et des muqueuses, les allergies et mycoses cutanées (candidoses et teignes) : utiliser une décoction concentrée de feuilles en bains, en compresses ou des cataplasmes de feuilles directement sur la peau lésée.



Médecine traditionnelle burkinabè

Les feuilles de dartrier entrent dans des décoctions dépuratives qui soignent la constipation.

Des cataplasmes de pâte de feuilles pilées sont également directement appliqués sur les plaies, les dermatoses, les eczémas et lutter contre la gale. Le jus des feuilles est appliqué sur l'herpès, la teigne et les abcès.

Propriétés pharmacologiques

Les feuilles utilisées par voie orale possèdent des effets laxatifs par la présence de molécules appartenant à la famille des dérivés anthracéniques, en particulier les sénosides.

Les anthraquinones agissent en stimulant les contractions du colon et en diminuant l'absorption de l'eau.

Ces molécules développent leurs propriétés lors du séchage, il convient donc d'utiliser des feuilles bien sèches plutôt que la plante à l'état frais dans cette indication.

En usage externe, les feuilles présentent des effets antibactériens, antifongiques, cicatrisants et anti-inflammatoires. Elles sont également utiles pour traiter les démangeaisons et l'urticaire.

Toxicité

L'usage interne est à surveiller et ne doit pas être effectué de façon prolongée (6 jours au maximum).

La plante pouvant provoquer des contractions de l'utérus, elle est contre-indiquée chez la femme enceinte. Son usage interne est déconseillé aux femmes allaitantes, aux enfants et aux personnes âgées.

L'usage externe par contre ne pose aucun risque.



Noms vernaculaires

Fabaceae

Français : faux kinkéliba,
casse puante

Mooré : kīnkelibà

Lyele : kīnkelibà

Dioula : lohomaba

Botanique

Cet arbrisseau pouvant atteindre 2 à 3 mètres de haut a des feuilles pétiolées (5 ou 6 paires) pouvant atteindre 10 centimètres à la base desquelles se trouve une petite glande. Ses fleurs jaunes donnent des gousses.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.

Constipation : adulte, décoction de 15 grammes de feuilles par litre d'eau à boire au coucher. Réservé à un usage occasionnel, ce traitement ne doit pas être prolongé au-delà de trois jours et est contre-indiqué chez les enfants, les femmes enceintes, allaitantes et personnes âgées.

Affection de la peau et des muqueuses, nombreuses mycoses dont teignes et candidoses, allergies cutanées : utiliser une décoction concentrée en bain, en compresses ou en cataplasme de feuilles directement sur la peau.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de la plantes est utilisée pour le soin des affections du foie, de la constipation et des rhumatismes.

En usage externe, elle sert à soigner les affections de la peau, les abcès et les œdèmes.



Propriétés pharmacologiques

Les feuilles sont laxatives, anti-inflammatoires, antibactériennes et antifongiques.

Toxicité

La plante a une toxicité non négligeable. L'usage interne est à surveiller. Il ne faut pas utiliser la plante de façon prolongée.

La plante est abortive par voie interne. Son usage est à déconseiller aux femmes enceintes, allaitantes, aux jeunes enfants et aux personnes âgées.

Son usage externe ne pose aucun risque.



Noms vernaculaires

Solanaceae

Français : aubergine amère,
aubergine africaine

Mooré : kumba

Lyele : kimion

Dioula : goyoyiri

Botanique

Cette plante est cultivée pour son fruit rond, très côtelé au goût amer, ainsi que pour ses feuilles consommées en légume. Si elle survie en saison sèche, elle peut produire pendant plusieurs années et dépasser 2 mètres de hauteur. Ses fleurs sont composées de pétales en forme d'étoile blanche ou mauve pâle et d'un cône jaune au centre. L'aubergine africaine a été domestiquée à partir de deux espèces sauvages africaines. Il existe de nombreuses variétés et cultivars. C'est un légume très cultivé dans toute l'Afrique tropicale et en Amérique du Sud.



Médecine traditionnelle burkinabè

Les feuilles et les fruits verts broyés sont appliqués sur les ulcères, les brûlures et les dermatoses. La décoction de feuilles est conseillée pour le soin des affections des reins.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.

En cas d'ulcère gastrique, nous recommandons un bouillon de feuilles.

Pour soigner les candidoses buccales, faire des gargarismes.

En cas de candidose vaginale, prendre un bain d'une décoction concentrée de feuilles.

Le bon sens fera la dose et le succès du traitement dépendra de la rigueur du patient.



Toxicité

La plante crue est toxique.



Propriétés pharmacologiques

Les feuilles ont des propriétés antibactériennes, antifongiques et cicatrisantes. Les principaux composants sont des alcaloïdes (solanine), une huile essentielle, des principes amers (saponosides stéroïdiques), des coumarines et des tanins.



Botanique

Cet arbre, à l'écorce profondément striée et brun-foncé, peut atteindre 15 mètres de hauteur. Il a des feuilles composées de 10 à 18 petites folioles, de couleur vert glauque. Ses petites fleurs jaunes, panachées de rouge, donnent des gousses marron de 5 à 15 centimètres de long, contenant des graines brillantes protégées par une pulpe acidulée.

Le tamarinier est originaire d'Afrique tropicale.

Sa culture en Asie est tellement ancienne que son nom qui provient de l'arabe tamar hindi signifie datte indienne.



Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : feuille, pulpe du fruit.

La décoction de 40 grammes de feuilles par litre d'eau (au maximum) sert au traitement des problèmes hépatiques et de la jaunisse chez l'adulte.

La pulpe rentre dans le traitement de la constipation, des infections urinaires et des rhumatismes.

Il convient d'en consommer 2 grammes par année d'âge à partir de l'âge de 3 ans en ne dépassant pas 50 grammes par jour. Pour un adulte, délayer 8 fruits dans un litre d'eau bouillante, boire la totalité le matin à jeun.

Médecine traditionnelle burkinabè

Les feuilles de tamarinier servent à la préparation du tô.

Elles en favorisent la conservation. La décoction des feuilles aide au soin des affections du foie et du diabète. La pulpe des fruits soulage la constipation.

Toxicité

La consommation de la pulpe ne présente aucune toxicité. Par contre, il convient de ne pas dépasser les doses de feuilles préconisées.

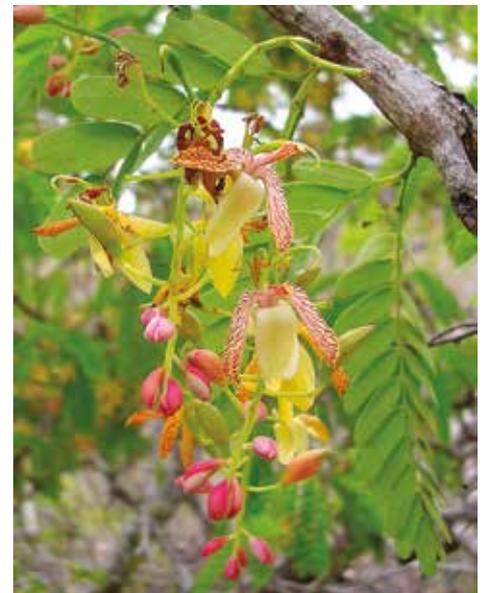


Propriétés pharmacologiques

L'écorce de l'arbre est antiulcéreuse, antibactérienne et cicatrisante.

Les feuilles sont bonnes pour le foie, antibactériennes et antioxydantes.

La pulpe du fruit est laxative et diurétique. Elle a aussi des propriétés antiseptiques urinaires et antifongiques.



Botanique

Cet arbuste dépasse rarement 3 mètres de hauteur et produit de longues tiges, souvent couvertes de petits points. Ses feuilles sont simples, en forme de plume et vert foncé. Leur goût amer est caractéristique. Ses fleurs blanches sont regroupées en bouquets au sommet des tiges. Elles donnent naissance à des fruits secs rappelant des pompons, disséminés par le vent. C'est une espèce de savane, répandue dans toute l'Afrique.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.

Nous recommandons d'utiliser cette plante en cas de diarrhée, dysenterie amibienne, vers intestinaux (helminthes), diabète, paludisme et plaie.

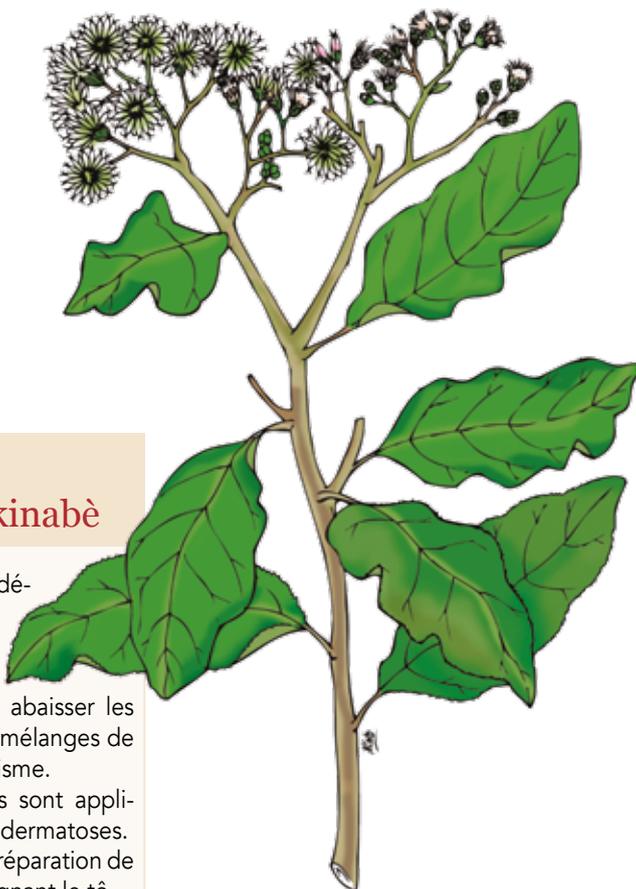
Préparer une décoction de 50 grammes de feuilles dans 1 litre d'eau.

Médecine traditionnelle burkinabè

Les feuilles sont utilisées en décoction pour soigner les diarrhées, les dysenteries et les vers intestinaux.

Egalement préconisées pour abaisser les fièvres, elles entrent dans les mélanges de plantes pour le soin du paludisme.

Une fois broyées, les feuilles sont appliquées en cataplasmes sur les dermatoses. Elles servent également à la préparation de nombreuses sauces accompagnant le tô.



Toxicité

Les lactones sesquiterpéniques présentent une certaine toxicité. Elles nous invitent à respecter les doses et à interdire l'usage interne de la plante aux enfants de moins de 5 ans, aux femmes enceintes et allaitantes.

Propriétés pharmacologiques

L'extrait de feuilles a des propriétés antibactériennes, anti-amibiennes, anti-plasmodiales, anthelmintiques, anti-inflammatoires et régulatrices de la glycémie.

Les principaux composants sont : une huile essentielle, des lactones sesquiterpéniques (vernolides), des glucosides, des stéroïdes et des acides aminés.



Noms vernaculaires

Sapotaceae

Français : karité

Mooré : táanga

Lyele : sô

Dioula : siyiri

Botanique

Cet arbre typique de la savane arborée du Burkina Faso, de croissance lente, peut atteindre une quinzaine de mètres de hauteur. Son écorce profondément crevassée, rappelle de grosses écailles. Ses feuilles alternes rassemblées à l'extrémité des branches, entourent un bouquet de fleurs blanc crème. Ses fruits renferment des graines utilisées pour faire le « beurre de karité ».

L'espèce est particulièrement menacée : nous encourageons à la protéger et à planter de jeunes arbres.



Médecine traditionnelle burkinabè

Le « beurre » (graisse extraite des graines) entre dans de nombreux massages de confort et thérapeutiques, en particulier pour le soin des corps endoloris comme pour celui des rhumatismes. Il entre également dans l'hygiène et l'entretien de la peau.

Il est conseillé d'enduire l'intérieur des narines de « beurre » de karité afin de soigner le rhume.

La pulpe du fruit charnue et sucrée est consommée par les populations.

Le « beurre » lui, est très apprécié en cuisine.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : le beurre extrait des graines. Nous recommandons d'utiliser le « beurre » en application locale : en cas de rhumes, de sinusites, de crevasses, d'eczéma sec, de douleurs articulaires ou encore de rhumatismes.



Toxicité

Le « beurre » de karité n'est pas toxique.



Propriétés pharmacologiques

Le « beurre » de karité possède des propriétés anti-inflammatoires et décongestionnantes. Il contient des glycérides d'acides gras saturés et insaturés, des alcools triterpéniques et des vitamines.



Noms vernaculaires

Lamiaceae

Français : prune noire

Mooré : aadga, kaadga

Lylele : seyló

Botanique

Cet arbre peut atteindre quinze mètres de hauteur. Il a des grandes feuilles composées de cinq folioles. Ses fleurs blanches teintées de rouge donnent des fruits comestibles ronds, noirs, renfermant un noyau.



Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : feuille, fruit.
Règles douloureuses, fatigue.
La consommation de la pulpe du fruit est recommandée pour lutter contre la fatigue.
Décoction de 15 grammes de feuilles par litre d'eau, à boire dans la journée.

Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction des feuilles de *Vitex doniana* est utilisée en bain pour le soin des furoncles et de la boubouille.
On y ajoute parfois des feuilles d' *Annona senegalensis*.
On les applique aussi en cataplasme.

Toxicité

La présence d'alcaloïdes doit nous inviter à la prudence et au respect des doses.
L'usage de la plante est à déconseiller chez les femmes enceintes, allaitantes, aux enfants et aux personnes âgées.



Propriétés pharmacologiques

Les feuilles ont des propriétés spasmolytique et emménagogue.



Botanique

Cette herbacée vivace peut atteindre 1 mètre de hauteur. Elle est recouverte de poils gris. Douce au toucher, ses fleurs jaunes sont regroupées en inflorescence à l'aisselle des feuilles. Cette plante est d'origine d'Océanie.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : feuille.
 Cette plante est recommandée pour les maux de ventre, diarrhée, affections buccales, maux de dents et rhumatisme. Nous recommandons une décoction de 30 grammes de feuilles par litre d'eau, à boire pendant la journée, ou à utiliser en bain de bouche.

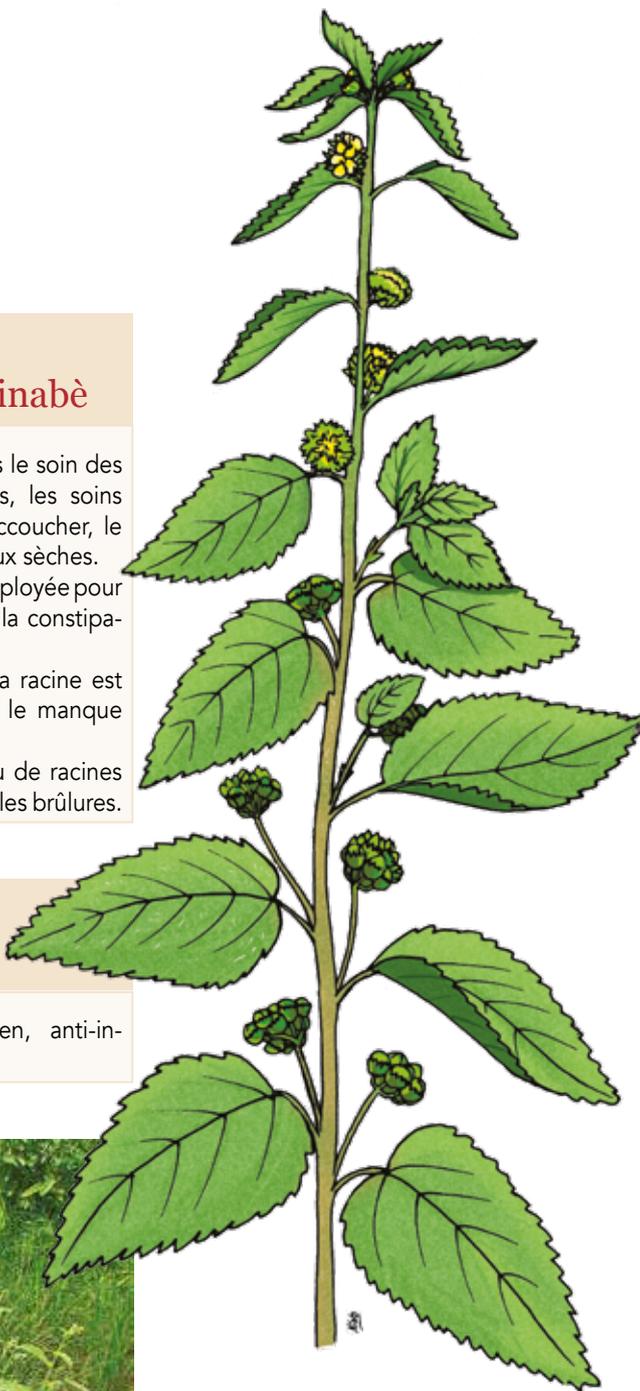
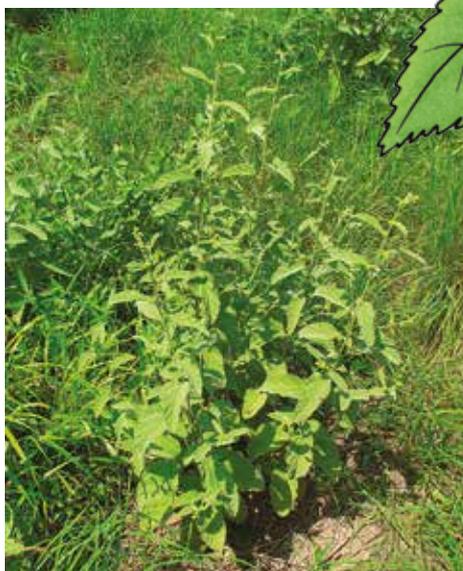


Médecine traditionnelle burkinabè

Les tiges feuillées entrent dans le soin des diarrhées chez les nourrissons, les soins des femmes qui viennent d'accoucher, le rhume, la pneumonie et les toux sèches. La décoction des racines est employée pour le soin de la bilharziose et de la constipation. Parfois, la consommation de la racine est préconisée pour lutter contre le manque d'appétit. Les cataplasmes de feuilles ou de racines sont appliqués sur les plaies et les brûlures.

Propriétés pharmacologiques

Antispasmodique, antibactérien, anti-inflammatoire.



Toxicité

La bibliographie parcourue ne mentionne aucune toxicité.

Botanique

Le maïs est une plante annuelle pouvant atteindre 5 mètres de hauteur, à tige dressée, robuste, et aux feuilles larges et rugueuses.

Les fleurs mâles forment de longs épis disposés en panicules terminales. Les fleurs femelles sont groupées en gros épis cylindriques à l'aisselle des feuilles, enveloppés de bractées membraneuses desquelles sortent des stigmates rougeâtres appelés « poils ou barbe » de maïs.

La plante n'existe pas à l'état sauvage sous sa forme actuelle. La domestication du maïs à partir de son ancêtre, la téosinte, a démarré il y a neuf mille ans, en Amérique centrale.



Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : styles, stigmates ou « poils ou barbe de maïs ».

Décocté ou infusé chaud de 20 grammes par litre et boire de 3 à 4 tasses par jour.

Médecine traditionnelle burkinabè

Le maïs fait partie de la base de l'alimentation au Burkina Faso. Il est cultivé durant la saison pluvieuse et conservé durant l'année. On emploie sa farine dans la préparation du tô.

La décoction des stigmates est utilisée pour chasser les vers, soulager les cystites, les affections rénales et les rhumatismes.

Les barbes de maïs entrent parfois dans des préparations pour le soin des maladies de peau.

Toxicité

La plante ne présente pas de toxicité aux doses thérapeutiques (décocté à 2 %) mais est à déconseiller aux femmes enceintes et aux patients insuffisants cardiaques.



Propriétés pharmacologiques

Les stigmates de maïs sont diurétiques et multiplient par 3 ou 5 le volume des urines. Ils sont de plus sédatifs des voies urinaires, antihémorragiques (vit.K3), hypotensifs, stimulants utérin et immunostimulants.



Botanique

Cette plante à rhizome porte deux sortes de tiges aériennes. Les unes sont stériles et peuvent atteindre plus d'1 mètre de hauteur. Les autres, fertiles, ne dépassent pas 20 centimètres de hauteur et sont terminées par un épi ovoïde avec des fleurs jaune-verdâtre. C'est la partie souterraine (rhizome) qui est utilisée en cuisine comme en pharmacopée.

Le gingembre, probablement originaire des Indes et de la Malaisie, est largement cultivé dans toute l'Afrique de l'Ouest.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de racine de gingembre est surtout employée pour le soin des affections respiratoires et pour favoriser la digestion et la circulation du sang.

Elle a la réputation de stimuler et de tonifier l'organisme.

Les cataplasmes de rhizomes broyés sont appliqués sur les membres endoloris et douloureux.



Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : rhizome.

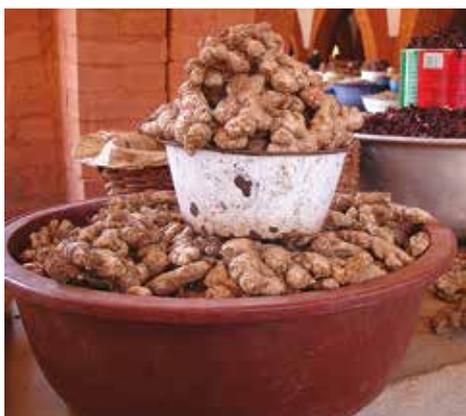
Une décoction jusqu'à 30 grammes de rhizome par litre d'eau, à boire dans la journée, est préconisée pour traiter la digestion difficile, les affections respiratoires, le rhume, la sinusite et les maux de gorge.



Toxicité

Le rhizome de la plante ne présente aucune toxicité aux doses thérapeutiques. Au-delà, l'huile essentielle qu'il contient peut être irritante pour le tube digestif et les voies urinaires.

L'usage de la plante est à éviter chez les femmes enceintes de plus de trois mois.



Propriétés pharmacologiques

Le rhizome est antibactérien, anti-inflammatoire et sert à faire baisser la fièvre. Il aide à lutter contre les spasmes intestinaux et présente des propriétés antitussives, antivomitives, analgésiques et légèrement hypoglycémiantes.



Bombax costatum Peilger & Vuillet

Noms vernaculaires : Kapokier, kapokier rouge
Altitudine : Moors : vadaaka
Lycle : rabiha, tobiha
Diole : burrum

Botanique
Le kapokier rouge, au port droit et à l'allure caractéristique, porte des fleurs composées disposées sur le tronç et les branches. Il peut mesurer 10 à 25 mètres de hauteur. Les feuilles sont opposées et ovales à palmées. Les fleurs sont rouges et odorantes. Les fruits sont des capsules ovales, orange-rouge à mûres, pendantes. Les graines sont riches en huile et sont utilisées pour la fabrication de produits cosmétiques.

Usages thérapeutiques et posologie
Le gel de l'arbre vert est utilisé pour traiter les diarrhées, les vomissements et les douleurs abdominales. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Médecine traditionnelle burkinabè
Les feuilles de l'arbre sont utilisées pour traiter les problèmes de peau et les infections. Elles sont également utilisées pour traiter les douleurs abdominales et les vomissements.

Toxicité
Les feuilles, par voie orale, contiennent des alcaloïdes qui peuvent être toxiques en cas de surdosage. Elles sont également utilisées pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Cochlospermum tinctorium A. Rich.

Noms vernaculaires : Kapokier, kapokier rouge
Cochlospermaceae
Moors : soupa
Lycle : dipolo
Diole : abaha

Botanique
C'est une plante vivace qui mesure de 50 à 100 centimètres de hauteur. Elle fleurit en saison sèche. Ses grappes de fleurs jaunes sont à l'apex des tiges et des branches. Les fleurs sont riches en huile et sont utilisées pour la fabrication de produits cosmétiques.

Usages thérapeutiques et posologie
Le décoction de la racine de la plante, un rhizome blanc, est utilisée pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Elle est également utilisée pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Médecine traditionnelle burkinabè
Le décoction de la racine de la plante, un rhizome blanc, est utilisée pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Elle est également utilisée pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Toxicité
Le décoction de la racine de la plante, un rhizome blanc, est utilisée pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Elle est également utilisée pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Musa paradisiaca L.

Noms vernaculaires : Bananier
Musaceae
Moors : banan gini
Lycle : yaba kin
Diole : banan gini

Botanique
Le bananier est une très grande herbe pouvant atteindre de 6 à 10 mètres de hauteur. Les fleurs sont riches en huile et sont utilisées pour la fabrication de produits cosmétiques.

Usages thérapeutiques et posologie
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Médecine traditionnelle burkinabè
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Toxicité
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Solanum aethiopicum L.

Noms vernaculaires : Solanacaceae
Moors : kuma
Lycle : kumon
Diole : pyayin

Botanique
C'est une plante herbacée annuelle qui mesure de 1 à 2 mètres de hauteur. Les fleurs sont riches en huile et sont utilisées pour la fabrication de produits cosmétiques.

Usages thérapeutiques et posologie
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Médecine traditionnelle burkinabè
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Toxicité
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Hibiscus sabdariffa L. var. sabdariffa

Noms vernaculaires : Hibiscus
Malvaceae
Moors : veegha
Lycle : jomooon
Diole : oshin

Botanique
C'est une plante herbacée annuelle qui mesure de 1 à 2 mètres de hauteur. Les fleurs sont riches en huile et sont utilisées pour la fabrication de produits cosmétiques.

Usages thérapeutiques et posologie
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Médecine traditionnelle burkinabè
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Toxicité
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Mitracarpus scaber Zucc. ex Schult. & Schult.

Noms vernaculaires : Mitracarpus
Malvaceae
Moors : yooop passga
Lycle : ououin
Diole : zarifatta

Botanique
C'est une plante herbacée annuelle qui mesure de 1 à 2 mètres de hauteur. Les fleurs sont riches en huile et sont utilisées pour la fabrication de produits cosmétiques.

Usages thérapeutiques et posologie
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Médecine traditionnelle burkinabè
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Toxicité
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Musa paradisiaca L.

Noms vernaculaires : Bananier
Musaceae
Moors : banan gini
Lycle : yaba kin
Diole : banan gini

Botanique
Le bananier est une très grande herbe pouvant atteindre de 6 à 10 mètres de hauteur. Les fleurs sont riches en huile et sont utilisées pour la fabrication de produits cosmétiques.

Usages thérapeutiques et posologie
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Médecine traditionnelle burkinabè
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Toxicité
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Solanum aethiopicum L.

Noms vernaculaires : Solanacaceae
Moors : kuma
Lycle : kumon
Diole : pyayin

Botanique
C'est une plante herbacée annuelle qui mesure de 1 à 2 mètres de hauteur. Les fleurs sont riches en huile et sont utilisées pour la fabrication de produits cosmétiques.

Usages thérapeutiques et posologie
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Médecine traditionnelle burkinabè
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.

Toxicité
Le fruit est utilisé pour le traitement des diarrhées et des vomissements. Il est également utilisé pour traiter les problèmes de peau et les infections.



© Ethnobotanika 2020

CLARINS