

# Capucine et raifort

Les glycosides d'huile de moutarde sont typiques de l'ordre végétal des plantes crucifères. Si leurs tissus sont endommagés, une enzyme transforme les substances caractéristiques en huiles de moutarde piquantes et irritantes – comme protection contre les herbivores. Pour l'humain, ces huiles de moutarde se sont révélées bénéfiques.

TEXTE: RÉDACTION

La grande capucine et le Raifort comptent parmi les plantes médicinales utilisées pour les propriétés médicales des huiles de moutarde.

## Capucine

Elle grimpe aux murs ou rampe au sol: la grande capucine (*Tropaeolum majus*), dont les fleurs rappellent les capuchons des soutanes des moines. Des moines, comme le jésuite Bernabé Cobo, ont décrit cette plante originaire d'Amérique du Sud, encore utilisée aujourd'hui dans la médecine populaire des Indiens d'Amérique du Sud.

Cultivée à l'origine comme plante de jardin en Europe en raison de ses belles fleurs éclatantes, la grande capucine a été employée au 18<sup>e</sup> siècle – probablement du fait de sa haute teneur en vitamine C – contre le scorbut. Ce sont toutefois ses huiles de moutarde (isothiocyanates) qui sont responsables de ses vertus curatives. Celles-ci sont produites par voie enzymatique (myrosinase) à partir des glucosinolates au goût piquant et amer. Des études ont montré que les huiles de moutarde peuvent inhiber la prolifération des bactéries, des virus et des champignons; elles peuvent en outre stimuler la circulation sanguine. Grâce à ces propriétés, la capucine est utilisée depuis des décennies pour le traitement et la prévention des infections des voies respiratoires et urinaires.

## Raifort

Le raifort (*Armoracia rusticana*) est originaire d'Ukraine et des régions voisines. La plante est cultivée depuis des siècles. Le raifort n'est pas seulement utilisé comme légume ou condiment, mais aussi comme plante médicinale.

Autrefois, la racine de raifort était employée contre le scorbut en raison de sa teneur élevée en vitamine C et de sa bonne conservation. Comme pour la capucine, ce sont les glycosides d'huile de moutarde, à partir desquels se forment les huiles de moutarde de raifort, qui sont plus importants sur le

plan médical. Il est prouvé que ces dernières ont une action antibactérienne et antivirale. Aujourd'hui, la racine de raifort est notamment utilisée pour traiter les inflammations des voies respiratoires.

## Une combinaison qui a fait ses preuves

Capucine et raifort sont volontiers associés. Des études ont montré que ce duo peut prévenir les maladies des voies respiratoires et accélérer la guérison. <

Sponsored by Zeller

Pour que la vessie ne  
joue pas le premier rôle.

La force des plantes contre la cystite.



Ceci est un médicament autorisé.  
Lisez la notice d'emballage.  
Max Zeller Söhne AG  
8590 Romanshorn

2025/2996

zeller