

Capucine tubéreuse et raifort

Si les tissus des crucifères sont endommagés, des huiles de moutarde fortes et irritantes se forment pour les protéger des herbivores. Celles-ci se sont révélées bénéfiques pour l'homme.

TEXTE: RÉDACTION

Parmi les plantes médicinales les plus importantes utilisées pour les propriétés médicinales des huiles de moutarde figurent la capucine et le raifort.

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 (1582-1657) ont décrit cette plante originaire d'Amérique du Sud, que les Incas utilisaient principalement comme onguent contre la douleur et les blessures. Aujourd'hui encore, on a recours à cette plante dans la médecine populaire des peuples autochtones sud-américains pour traiter de nombreuses maladies, notamment la toux et la bronchite.

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^e siècle – probablement en raison de sa teneur élevée en vitamine C – contre le scorbut. La grande capucine a été élue plante médicinale de l'année 2013 par le Groupe d'étude sur l'histoire des plantes médicinales de l'université de Wurtzbourg. Ce sont toutefois ses huiles de moutarde (isothiocyanate de benzyle) qui sont responsables de ses vertus curatives. Celles-ci sont décomposées par l'enzyme myrosinase en glycosides d'huiles de moutarde au goût piquant et amer (glucotropaeoline). Dès les années 1950, 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. En raison de ses propriétés, la capucine est employée depuis des décennies pour traiter et prévenir 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 servait à soigner le scorbut du fait de sa teneur élevée en vitamine C et de sa longue durée de conservation. Plus importants sur le plan médical – comme pour la capucine – sont les glycosides d'huile de moutarde qu'elle contient, notamment la sinigrine et la gluconasturtiinel. Lorsque la racine est endommagée ou coupée, l'enzyme myrosinase est libérée et convertit les glucosinolates en huiles de moutarde (isothio-

cyanates d'allyle) – des substances piquantes dont le raifort se sert pour se protéger des herbivores. Ces huiles ont des propriétés antibactériennes et antivirales prouvées. Le raifort possède en outre des vertus anti-inflammatoires et stimulantes pour la circulation sanguine. Aujourd'hui, la racine de raifort est notamment utilisée pour traiter les inflammations des voies respiratoires et urinaires.

Une combinaison qui a fait ses preuves

Capucine et raifort sont volontiers associés. «Des études à grande échelle menées ces dernières années ont conclu que ce duo est efficace et bien toléré en cas de sinusite, bronchite et cystite aiguë», écrit le Groupe d'étude. «Des recherches entreprises depuis 2010 suggèrent même un effet inhibiteur sur le virus de la grippe H1N1.» <

Sources: pharmawiki.ch | presse.uni-wuerzburg.de | wikiwand.com | zellerag.ch

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

zeller

PA: 1 comprimé pelliculé contient: 200 mg de poudre de capucine, 80 mg de poudre de racine de raifort. **I:** traditionnellement utilisé pour améliorer les troubles en cas d'inflammations aiguës des bronches et des sinus nasaux ainsi qu'en cas des troubles causés par des infections des voies urinaires chez la femme adulte. **P:** en cas d'inflammations aiguës des voies respiratoires: à partir de 12 ans, prendre 4 à 5 comprimés pelliculés 3 à 5 fois par jour; de 6 à 12 ans, prendre 2 à 4 comprimés pelliculés 3 à 4 fois par jour. En cas d'infections des voies urinaires: femmes adultes, prendre 4-5 comprimés pelliculés 3-5 fois/jour. **CI:** hypersensibilité à l'un des composants, ulcères gastriques ou intestinaux aigus, inflammations rénales aiguës, grossesse. **IA:** antagonistes de la vitamine K. **EI:** troubles gastro-intestinaux, réactions allergiques systémiques, réactions d'hypersensibilité de la peau. **CR:** D. **TA:** Max Zeller Söhne AG, 8590 Romanshorn. **Informations détaillées relatives au médicament:** www.swissmedinfo.ch (mise à jour de l'information: novembre 2017)

Les références sont disponibles sur demande.

2025/2996