

Histoire de l'utilisation du millepertuis en phytothérapie

Autrefois, le millepertuis officinal était connu comme un chasse-diable qui faisait fuir les mauvais esprits, une plante utilisée en magie blanche. Il y a près de 2 500 ans, le millepertuis était déjà recommandé pour traiter la mélancolie, mais aussi pour soigner les plaies, les infections ou les brûlures. Le millepertuis tire son nom de son apparence, car, à contre-jour, les feuilles donnent l'impression d'être percées de milliers de trous.



Propriétés médicinales du millepertuis

UTILISATION INTERNE

Le millepertuis est utilisé pour le traitement des états dépressifs légers ou saisonniers, baisse ou labilité d'humeur, manque d'entrain, agitation interne, irritabilité, nervosité.

Il soulage l'anxiété et il permet de mieux supporter le stress.

Il améliore la qualité du sommeil, il permet de lutter contre les insomnies.

Il peut aider dans le sevrage du tabac.

L'efficacité du traitement augmente progressivement et il faut compter entre deux et quatre semaines de traitement pour que les effets du millepertuis se fassent sentir.

UTILISATION EXTERNE

Sous forme d'huile le millepertuis est employé comme cicatrisant, antiseptique, analgésique et anti-inflammatoire.

L'antidépresseur naturel

On utilise les sommités fleuries qui contiennent le principe actif : l'hypéricine.

EMPLOI

La plante existe sous forme de teinture mère mais plus couramment sous forme de comprimés ou de dragées contenant un extrait sec standardisé. Il est important de demander l'avis d'un médecin ou d'un pharmacien avant d'entreprendre un traitement.

PRÉCAUTIONS ET RECOMMANDATIONS

Cette plante est déconseillée aux femmes enceintes ou à celles qui allaitent ainsi qu'aux enfants de moins de 6 ans, par manque de données disponibles. Très rarement et surtout chez les personnes à peau claire, le millepertuis peut déclencher des réactions cutanées après exposition au soleil.

INTERACTIONS ET CONTRE-INDICATIONS

Le millepertuis peut provoquer une diminution de l'efficacité de certains médicaments administrés simultanément, par exemple les contraceptifs oraux, certains anticoagulants, la digoxine, etc. Le millepertuis est contre-indiqué lors de traitement avec des immunosuppresseurs, des antiviraux et cytostatiques.

DEMANDER L'AVIS DU PHARMACIEN



C'est une plante herbacée pouvant atteindre jusqu'à 1mètre de haut. Le millepertuis aime les endroits secs et ensoleillés et il fleurit de juin à septembre. En phytothérapie, on utilise les sommités fleuries et les jeunes feuilles.

