



# The World Foundation for Natural Science

## The New World Franciscan Scientific Endeavour of The New World Church

*Restoring and Healing the World through Responsibility and Commitment in accord with Natural and Divine Law!*

European Headquarters ✦ PO Box 7995 ✦ 6000 Lucerne 7, Switzerland ☎-Tel: 41(41)798 0398 ☏-Fax: 41(41)798 0399  
World Headquarters ✦ PO Drawer 16900 ✦ Washington DC, 20041, USA ☎-Tel: 1(703)631-1408 ☏-Fax: 1(703)631-1919 ✦ [www.naturalscience.org](http://www.naturalscience.org)

Mercredi 22 avril 2020

## Antibiotiques végétaux

Les plantes se protègent contre divers ennemis (bactéries, champignons, virus, herbivores) grâce à des substances secondaires et utilisent toute une série de substances actives, par exemple les huiles de moutarde, l'allicine, les iridoïdes, les terpènes ou les polyphénols. Les plantes ont ainsi un effet antibactérien, antifongique, antiviral et anti-inflammatoire : elles sont un antibiotique naturel.

Ces **composants antibiotiques** comprennent :

- les huiles essentielles (par exemple dans le thym, la sauge, la camomille)
- l'allicine, les composés sulfurés (par exemple dans l'ail, l'oignon, l'ail des ours)
- l'aucubine (par exemple dans le plantain lancéolé)
- les agents de tannage (par exemple dans la tormentille et la sauge)
- l'hyperforine (dans le millepertuis)
- les huiles de moutarde (dans la capucine, le raifort, le cresson)
- les saponines (par exemple dans le lierre)

Ces antibiotiques naturels, également appelés phytobiotiques, inhibent la croissance des micro-organismes (antibiose) et ne provoquent pas de résistance. Par ailleurs, ils ne nuisent pas à la colonisation naturelle de la muqueuse intestinale par les germes et ils sont presque sans effets secondaires.

Les antibiotiques à base de plantes ont donc pour principaux avantages :

- ils sont efficaces contre un large éventail de pathogènes et renforcent en même temps le système immunitaire,
- ils agissent simultanément contre les virus et les champignons,

ils n'endommagent pas la flore intestinale.

Les phytobiotiques sont connus depuis longtemps. Déjà dans l'Antiquité, les propriétés antibactériennes des poireaux étaient connues en Orient. Les plants de poireaux et d'huile de moutarde comme le cresson, la capucine et le raifort contiennent de forts « glycosides d'huile de moutarde » antibactériens. Ses composés sulfurés sont éliminés de l'organisme par les voies respiratoires et les voies urinaires, et ils développent des propriétés antibactériennes pendant des heures. Ils peuvent entre autres réduire le risque de surinfection.

Au Moyen Âge, on assainissait les pièces en les enfumant avec du genièvre, du thym, de l'angélique et de la lavande. On savait déjà que les vapeurs des huiles essentielles ont un effet antiseptique. Pratiquement toutes les plantes contenant des huiles essentielles (en particulier les conifères), mais aussi les épices telles que l'anis, le clou de girofle, le gingembre, le curcuma, le poivre, le thym et la cannelle, ont un tel effet germicide et désinfectant sur les voies respiratoires. Comme antibiotiques dans la cuisine, l'ail et l'ail des ours sont incontestés pour leurs propriétés antiseptiques. Le « curé-herboriste » suisse Johann Künzle (1857-1945) a écrit : « Lorsque la typhoïde, le choléra ou d'autres épidémies sévissent, l'ail doit être consommé quotidiennement. »

La sauge est également l'une de ces plantes que nous pouvons utiliser de diverses manières pour promouvoir notre santé. Vous en apprendrez davantage sur cette plante médicinale dans [notre prochain article](#).

Publié le Mercredi 22 avril 2020 dans les catégories [Coronavirus](#), [Santé](#)

<https://www.naturalscience.org/fr/news/2020/04/antibiotiques-vegetaux/>