

Dr Erick GBODOSSOU

La Santé par Les Plantes

Tome I



DIASPORAS

NOIRES

Collection



Savoirs

Éditions **DIASPORAS NOIRES**

www.diasporas-noires.com

©Erick Gbodossou 2012

Date de publication : 1er octobre 2012

Date d'impression : Octobre 2012

MENTIONS LÉGALES

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'Auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par le Code de la propriété intellectuelle.

AVERTISSEMENT

Cet ouvrage a un objet éducatif et informatif et est destiné à ceux qui s'intéressent à la Médecine Traditionnelle Africaine. Par ailleurs, il ne peut en aucun cas remplacer le diagnostic de votre médecin ou l'ordonnance de votre pharmacien.

ISBN : 979-10-91999-00-7 9791091999007



DEDICACE

A tous ceux qui sont amoureux de la nature et qui sont conscients du potentiel immense offert par les plantes médicinales,

A nos mamans qui ont toujours cherché les remèdes de grand-mère pour soulager nos maux et nous apporter réconfort,

Ma reconnaissance infinie à tous ceux qui de près ou de loin ont contribué à l'édition de cet ouvrage, particulièrement à ma sœur Fabienne Diouf Guillabert.



SOMMAIRE

INTRODUCTION	5
MALADIES ET TRAITEMENT PAR LES PLANTES	7
LES ACCIDENTS VASCULAIRES CEREBRAUX(AVC)	8
L'ADENOME DE LA PROSTATE	9
LES ARTHROSES	10
L'ASTHENIE SEXUELLE	11
L'ASTHME	12
LA BILHARZIOSE UROGENITALE	13
LES BRONCHITES AIGUES	14
LA CONSTIPATION	15
LES DENTS PLUS BLANCHES	16
LES DEPRESSIONS NERVEUSES	17
LES DERMATOSES	18
LE DIABÈTE	19
LES DIARRHEES AIGUES	20
LA GOUTTE	21
LES HÉMORROÏDES	22
L'HEPATITE VIRALE	23
LE HOQUET	24
L'HYPERTENSION ARTERIELLE	25
L'ICTERE	26
LES INFECTIONS URINAIRES	27
L'INSOMNIE ET L'ANXIETE	28
LE KWASHIORKOR ET LA DENUTRITION	29
LES LEUCORRHEES	30
LES MAUX DE DENTS	31
LES MAUX DE DOS	32
LES MAUX DE VENTRE	33
LES PROBLEMES RÉNAUX	34
LA REPIGMENTATION	35
LES ULCÈRES	36
CONCLUSION	37
BIBLIOGRAPHIE	38



INTRODUCTION

La terre, matrice de la vie et réceptacle de la mort, dispose de tout ce qu'il faut pour permettre à toutes les créatures qu'elle engendre, d'évoluer en harmonie avec leur environnement suivant l'évolution cyclique propre à chaque espèce.

Parmi les nombreuses richesses que Dame Nature offre, la plante a toujours joué un rôle de premier plan dans l'alimentation, l'équilibre énergétique, le renforcement du système immunitaire, la prévention et le traitement des maladies de chaque espèce en vue de la préservation de chaque vie. Malheureusement, l'Homme à un moment donné, a estimé, en tant que seule créature intelligente, de mettre sa raison au devant de chaque acte. Certaines valeurs vitales comme l'intuition, l'émotion, l'énergie, la spiritualité, etc., n'ont plus droit de cité. Ce que Dame Nature dans sa magnanimité offre, devrait désormais faire l'objet d'études scientifiques. La pharmacopée est née ainsi que la botanique et les nombreuses études biochimiques, chimiques, d'électrophorèses, d'extraction de principes dits actifs jusqu'à la vivisection. A cette attitude préoccupante s'ajoute le besoin d'avoir, de s'enrichir, de posséder qui ont vu naître de nombreux laboratoires pharmaceutiques avec leurs produits scientifiques et raisonnés : **les Médicaments**. On ne s'occupe plus de la plante pour rétablir la santé : mais de ce que la plante peut offrir comme principe actif lucratif. La rentabilité prime sur la santé. Un médicament même très efficace est retiré du marché s'il n'est pas rentable.

Aussi un médicament d'efficacité douteuse et d'effets secondaires connus, continue d'envahir le marché tant qu'il est rentable. C'est préoccupant. Où se trouvent les notions d'Ethique et d'Humanisme ?

Régulièrement, des dizaines de médicaments sont retirés du marché parce que toxiques, déprimants, cancérogènes, etc... La nivaquine ou chloroquine par exemple, est aujourd'hui interdite de vente !

En Mai 2011, environ 400 spécialités pharmaceutiques (certaines utilisées de façon très courante) contiennent des parabènes, ces conservateurs dont la toxicité et les effets cancérogènes sont connus. Parmi les produits, de nombreux sirops contre la toux ; des pansements gastriques ; des traitements des troubles du transit intestinal ou des nausées et vomissements ; les formes en suspension buvables de médicaments cardiovasculaires ; ou antibiotiques ; des médicaments contre la fièvre et la douleur (formes génériques d'ibuprofène et de paracétamol) ; les traitements de l'asthénie.

Les parabènes sont présents dans plusieurs produits cosmétiques, alimentaires et médicamenteux.



Nous savons que 60% des médicaments vendus en Afrique sont des contrefaçons ; des placébos, inutiles, ou toxiques.

Par ailleurs de temps en temps, nous observons des pénuries graves de produits en Afrique.

Le 30 juin 2011 encore, la Pharmacie Nationale d'Approvisionnement du Sénégal manque même de coton et de compresse ! C'est préoccupant !

Après plus d'un demi-siècle d'Indépendance des Etats Africains, la Santé des populations dépend exclusivement du Nord !?

Après plus d'un demi-siècle d'indépendance, la médecine traditionnelle ne bénéficie pas encore dans certains de nos pays d'un cadre légal !?

Si l'assertion SANTE = BASE DE TOUT DEVELOPPEMENT est juste ; alors notre développement n'est pas encore envisageable.

Dans le même temps, les organisations internationales cherchent à protéger « les savoirs traditionnels... » dont les 90 % sont dans le tiers-monde. Pendant que les savants du Nord sont dans nos forêts en train de piller ces savoirs, l'Afrique tend les mains au Nord pour quémander les solutions à ses problèmes de santé. Solutions qui existent dans notre environnement immédiat ! Solutions que souvent le Nord n'a pas.

L'auteur voudrait inviter les uns et les autres à revenir à nos valeurs de civilisation, à rester à l'écoute de Dame Nature, à aller à l'école des anciens, à l'école de nos milieux de vie.

Eh oui, nous pouvons apprendre des oiseaux, des animaux, etc... La plante que l'auteur utilise pour soigner les conjonctivites lui a été enseignée par un oiseau. Si vous avez un chien par exemple, donnez-lui un peu de liberté. S'il mange quelque chose qui ne lui convient pas, il sait chercher la plante émétisante pour vomir. Mettez cette plante dans 100 autres plantes, le chien ne se trompe pas. Il prend toujours la plante qu'il faut pour l'effet qu'il veut. Ne l'oublions pas. Il ne s'empoisonne jamais et sait éviter les plantes toxiques ou vénéneuses.

Avez-vous déjà vu un animal sauvage obèse ? L'Afrique doit prendre conscience de la nécessité de trouver des solutions locales à ses problèmes de santé locaux.

Le présent ouvrage voudrait apporter sa modeste contribution à cette grande œuvre ; interpellé les scientifiques, les chercheurs à aller aux pieds des guérisseurs ; les politiques à encourager la réhabilitation de nos valeurs de civilisation et les populations Africaines à aimer et à respecter ce que leur milieu de vie leur offre.



MALADIES ET TRAITEMENT PAR LES PLANTES



LES ACCIDENTS VASCULAIRES CEREBRAUX(AVC)

TRAITEMENT:

PLANTE(S) A UTILISER	PARTIE(S) A UTILISER	MODE D'EMPLOI/POSOLOGIE
AUBERGINE	Gousse	2 gousses cultivées sans produits chimiques (100g chacun environ), laver et couper en petits morceaux dans l'eau de boisson. Boire à volonté en renouvelant l'eau chaque 5 jours. Protège les vaisseaux contre les risques d'AVC vasculaires.



Gousses d'aubergine

L'ADENOME DE LA PROSTATE

TRAITEMENT:

PLANTE(S) A UTILISER	PARTIE(S) A UTILISER	MODE D'EMPLOI/POSOLOGIE
L'ARBRE À SERPENT	Racine	250g +200g de son de mil souna +4l d'eau Faire bouillir 20 min Boire 1 verre de 25cl 2 fois par jour.
LE BAOBAB	Racine	200g + 1,5l d'eau Boire à volonté en renouvelant l'eau pendant 8 jours Reprendre la cure tous les 2 à 3 mois.



Baobab



Racine Baobab

Arbre à serpent



LES ARTHROSES

TRAITEMENT:

PLANTE(S) A UTILISER	PARTIE(S) A UTILISER	MODE D'EMPLOI/POSOLOGIE
AVOCAT	Pulpe	La pulpe se mange crue ou en salade. (Eviter d'ajouter des solutions huileuses, préférer un jus de citron)



Avocat



Jus de citron



Huile



Salade d'avocat

Autres possibilités de soin :

- > Le Pecher Africain (Racine)
- > Arbre Brosse à dent (Ecorce)

L'ASTHENIE SEXUELLE

TRAITEMENT:

PLANTE(S) A UTILISER	PARTIE(S) A UTILISER	MODE D'EMPLOI/POSOLOGIE
AIL	Gousse	L'ail peut être utilisé sous forme de jus, de confiture... Pour polariser son action on y ajoute quelques gouttes de jus de citron et du gingembre.
KELL	Ecorce	150g +150g de la tige trempée dans 2l d'eau. Boire un grand verre de 25cl 3 fois par jour



Gousse d'ail



Kell



Gingembre



Gingembre + citron

L'ASTHME

TRAITEMENT:

PLANTE(S) A UTILISER	PARTIE(S) A UTILISER	MODE D'EMPLOI/POSOLOGIE
MORINGA <i>(Nébédaye au Sénégal)</i>	Feuille	Sous forme de tisane réduit l'inflammation des bronches.
OIGNON	Oignon	Faire bouillir 3 oignons dans 1l d'eau pendant 10 min, mélanger la préparation avec une potion équivalente de miel Boire 2 verres de thé le matin à jeun et le soir au coucher.



Moringa

Fruit de Baobab



Oignon



Autres possibilités de soin :

- > Le Baobab (poudre des feuilles, coque du fruit)
- > L' Ecorce de l'Arbre Brosse à dent (Ngao en wolof)
- > Le Papayer (racine)