

BELLAKHDAR Jamal

Plantes médicinales au Maghreb et soins de base

Précis de phytothérapie moderne

386 pages, 145 planches en couleurs
2006, Editions Le Fennec, Casablanca (Maroc)
<http://www.lefennec.com>
ISBN : 9954-415-31-9
Prix public : 240 Dh

Au Maroc, en Algérie et en Tunisie, la phytothérapie est utilisée depuis toujours dans le secteur de la médecine traditionnelle. Les pharmacopées régionales s'inspirent principalement de la médecine arabe classique et de l'expérience locale des populations en matière de soins. Elles reflètent à la fois l'histoire des Maghrébins et les spécificités de leur environnement naturel. Aujourd'hui les plantes jouent encore un rôle très important dans les traditions médicales et la vie des habitants de cette région du monde, mais les règles de leur utilisation manquent parfois de rigueur et ne tiennent pas compte des nouvelles exigences de la thérapeutique moderne.

Cet ouvrage se propose de codifier l'emploi d'un certain nombre de plantes médicinales qui pourraient être utilisées valablement au Maghreb pour contribuer à assurer une couverture minimale en soins de base. Certains usages développés ici sont connus de la tradition, d'autres ne le sont pas bien que les ressources végétales soient disponibles localement, dans leur milieu naturel ou dans les circuits commerciaux habituels.

Les espèces décrites ont été sélectionnées selon des critères rigoureux d'efficacité, de disponibilité locale et d'innocuité pour les utilisateurs, en tenant compte des avancées les plus récentes dans le domaine de la pharmacologie. C'est dans cet esprit de rationalisation des usages que 178 plantes médicinales ont été retenues dans cet ouvrage pour servir dans les soins courants au Maghreb. Une description précise des caractères botaniques et écologiques, des principes actifs, des propriétés pharmacologiques, des formes d'utilisation et des modes d'emploi est fournie pour chaque espèce ainsi que les précautions d'usage et les contre-indications éventuelles. Le regroupement de l'ensemble de ces données présentées sous la forme de fiches monographiques fait de cet ouvrage un guide moderne utilisable par tous pour une pratique rationnelle en phytothérapie.

L'auteur, pharmacien, docteur en sciences de la vie et chercheur en ethnopharmacologie, a déjà publié plusieurs ouvrages dans le domaine des plantes médicinales et des pharmacopées traditionnelles. Il a également participé à de nombreux projets de mise en valeur des flores locales et de recyclage du savoir-faire des sociétés traditionnelles dans des programmes internationaux de santé publique.