

SAUGE

Nom latin : *Salvia officinalis*

Famille : Lamiacées

Parties utilisées : les feuilles

Indications

Angine, mal de gorge, pharyngite, gingivite, stomatite (en gargarisme)

Troubles digestifs

Diarrhée

Dermatose

Trouble de la ménopause

Diabète type II

Fatigue, convalescence, hypotension

Attention !!

Déconseillé chez la femme enceinte et allaitante

Déconseillé en cas d'épilepsie ou d'hypertension artérielle

Contre-indiqué en cas de cancers hormono-dépendants



Salvia vient du latin *salvare*, qui veut dire « sauver ». Ce qui fait de la sauge une grande plante médicinale. Salterne disait : « *Homme pourquoi meurs-tu, lorsqu'en ton jardin pousse la sauge ?* »