

SOLIDAGO CANADENSIS (VERGE D'OR)

☞ Du soleil en bouteille ! ☞



À la vue du spectacle saisissant qu'elle offre en fin d'été lorsqu'elle recouvre de vastes étendues de terres, le frère Marie-Victorin écrivait qu'elle transforme la vallée du St-Laurent en un immense jardin noyé de pourpre et d'or.

Son nom vient du latin « solidago », qui signifie « je consolide », en raison de sa réputation à favoriser la guérison des plaies. C'est une plante très commune dont on peut tirer une huile essentielle de grande valeur, à condition de ne cueillir (à la main) que les fleurs (et non la partie aérienne fleurie), et de les distiller fraîches, lentement, à basse température.



Le parfum de l'huile essentielle de verge d'or est surprenant. On dirait du soleil en bouteille! Cela vient du germacrène D, un sesquiterpène qui, en quantité importante, donne cette odeur agréable. C'est le résultat d'une cueillette et d'une distillation dans les règles de l'art, sans raccourci, qui garantissent ainsi les excellentes propriétés thérapeutiques de la verge d'or. Si l'odeur n'est pas agréable, ce n'est pas du soleil en bouteille...

Propriétés

- | | |
|---------------------------------------|----------------------|
| - Diurétique | - Astringente |
| - Lymphotonique | - Phlébotonique |
| - Litholytique | - Tonique digestive |
| - Antifongique | - Hépatostimulante |
| - Tonique surrénalien (cortison-like) | - Anticancéreuse |
| - Analgésique | - Antivirale |
| - Hypotensive | - Anti-inflammatoire |

Elle est reconnue comme une aquarétique ie qu'elle augmente l'excrétion urinaire sans affecter la teneur des électrolytes sanguins. Sa haute teneur en myrcène (15 %) explique son action analgésique, son activité fongicide ainsi qu'une partie de ses propriétés anticancéreuses qu'elle partage avec le pool de sesquiterpènes : α -humulène, β -caryophyllène et β -élémane. Quant au germacrène-D (15 %), il lui confère son parfum, son activité anti-inflammatoire et phlébotonique.

Indications

- Œdème
- Lithiases rénales
- Cellulite
- Hypoadrénisme
- Fatigue, asthénie
- Douleurs musculo-articulaires
- Arthrite, bursite, tendinite
- Eczéma, psoriasis
- Congestion hépatique
- Manque d'appétit
- Hypertension
- Varices
- Onychomycoses
- Candidose
- Cancers (prévention et traitement)
- Peau atones et ridées

En 2008, des chercheurs du laboratoire LASEVE ont isolé des fleurs de la verge d'or un nouveau diterpène, le solicanolide, qui s'est révélé actif contre plusieurs lignées de cellules cancéreuses humaines. Notre flore québécoise recèle encore de nombreux trésors à découvrir!

Exemples de formules intéressantes

Hypertension

Solidago canadensis	20 %
Apium graveolens	20 %
Cananga odorata	20 %
Eucalyptus citriodora	20 %
Citrus reticulata (zeste)	20 %

Posologie

5 gouttes dans ½ c. à café d'huile végétale, avant chaque repas ou 5 gouttes sur chaque avant-bras, 3x/jour.

Onychomycose

Solidago canadensis	40 %
Cymbopogon martinii	30 %
Melaleuca alternifolia	20 %
Eugenia caryophyllus	5 %
Trachyspermum ammi	5 %

Posologie

Appliquer à la base et sur l'ongle 3x/jour.

Peau ridée et / ou atone

Solidago canadensis	5 %
Helichrysum italicum	5 %
Rosmarinus officinalis verbénoniferum	5 %
Rosa damascena	5 %
Santalum album	5 %
Huile végétale de Rosa rubiginosa	75 %

Posologie

Quelques gouttes sur les zones à traiter en massant doucement pour activer la circulation et la pénétration.

Contre-indications

Aucune aux doses physiologiques.