



Sauge officinale



Ph.Fr. (A)

Ph.Eur.

Salvia officinalis L., *Lamiaceae*

Propriétés : antispasmodique, carminative, cholagogue et cholérétique (troubles digestifs), antioxydante, tonique et stimulante (asthénie, convalescence), anti-sudorale, "oestrogène-like" (bouffées de chaleur de la ménopause) ; usage externe : anti-inflammatoire (douleurs rhumastimales), cicatrisante

Parties utilisées : feuilles ; huile essentielle (précaution : enfant < 6 ans)

Attention : interdite chez la femme enceinte ou allaitante, pas de cure continue en particulier chez la femme à antécédent de cancer hormono-dépendant, les personnes hypertendues.

Habitats : lieux humides et frais

