



# Menthe crispée



Ph.Fr. (A)

*Mentha spicata* var. *crispata* L., *Lamiaceae*

**Propriétés :** antispasmodique digestif, cholérétique, cholagogue, carminative, antiseptique, sédatif à faibles doses et tonique à doses plus fortes, anti-nauséeux (usage interne) ; antidouleur, anti-inflammatoire (usage externe)

**Parties utilisées :** feuilles, sommités fleuries, huile essentielle (menthol)

**Habitats :** lieux humides et frais

**Attention :** huile essentielle interdite chez enfant, femme enceinte ou allaitante

