

PARTIE UTILISÉE :	Racine
ELEMENTS :	Terre-yang
SAVEURS :	Amer chaud

La cardère sauvage (*dipsacus sylvestris*) aussi appelé cabaret des oiseaux ou baignoire de vénus, est une plante herbacée bisannuelle répandue dans toute l'Europe, l'Asie occidentale, l'Afrique et l'Amérique du Nord.

Propriétés : apéritive, antibactérienne, anti-inflammatoire, dépurative, diurétique, stimulante et sudorifique.

Apéritive et stimulante :

Son principe amer lui confère une action apéritive qui réchauffe la digestion en cas de troubles de l'estomac.

Antibactérienne, antiparasitaire et anti-inflammatoire :

La cardère est recommandée dans les pathologies dues à des bactéries ou parasites comme c'est le cas spécialement dans la maladie de Lyme.

De plus, sa richesse en flavonoïde lui attribue des propriétés anti-inflammatoires et antioxydantes particulièrement recommandées pour prévenir le vieillissement des cellules et les nourrir lorsque celles-ci sont endommagées.

Diurétique et détoxifiante :

Son action drainante favorise le nettoyage du foie et des reins permettant ainsi une meilleure élimination des toxines.

Elle est également considérée comme protectrice du foie.

Dépurative :

Cette plante est aussi indiquée pour drainer la peau dans les cas de troubles cutanés comme l'acné, l'eczéma, le psoriasis et l'impétigo.

CONSEIL D'UTILISATION :

Nous préconisons 1 goutte par kilos (60 kg – 60 gouttes/jour) à répartir avant les repas dans un peu d'eau ou de boisson de céréales. Au vu des puissantes propriétés diurétiques et détoxifiantes de la cardère, il est recommandé de commencer le traitement à raison de 3x 3 gouttes par jour et augmenter progressivement.

Complément alimentaire

Ne se substitue pas à une alimentation variée et équilibrée ni à un style de vie sain



BE-BIO-01
EU/non-EU Agriculture