

**Lamium album      lamier blanc, ortie blanche, archangélique      Lamii albi flos**

Taubnessel

White deadnettle

Famille : lamiaceae

<b>Origine/Habitat</b>	Provient d'Europe (sauf région méditerranéen) et en Asie, la plante est très répandue.	
<b>Histoire</b>	Lamia était une jeune fille aimée de Zeus, dont la femme Héra, furieuse et jalouse, fit mourir le bébé illégitime. Folle de chagrin Lamia devint envieuse des mères heureuses que, devenant ogresse, elle se mit à voler et à dévorer les enfants. La terminologie du lamier signifie ogresse, ou de lamios gorge gosier en référence à la forme des fleurs. Album pour le blanc.	
<b>Botanique</b>	Herbacée vivace, pubescente, de 50cm de haut, possédant un rhizome rampant et ramifié, une tige dressée quadrangulaire et des feuilles pétiolées, cordiformes, à bord dentelé et terminées en pointe. Les fleurs axillaires blanches sont recherchées par les abeilles en raison de la présence de nombreux nectaires. Elle est encore dénommée ortie blanche car son port lorsqu'elle n'est pas fleurie rappelle celui de l'ortie.	
<b>Principe actif</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Flavonoïdes</li> <li>❖ rutoside</li> <li>❖ Iridoïdes</li> <li>❖ lamalbide</li> <li>❖ Sécoiridoïde</li> <li>❖ Dérivé du phénylpropane</li> <li>❖ Tanin</li> <li>❖ Saponosides</li> <li>❖ Bétaïne</li> </ul>	
<b>Propriétés</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Anti-inflammatoire</li> <li>❖ Astringent</li> <li>❖ Dépuratif</li> <li>❖ Hémostatique</li> <li>❖ Vulnéraire</li> <li>❖ Hypolipémiant</li> </ul>	
<b>Indications</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Troubles bronchique</li> <li>❖ Ménopause</li> <li>❖ Troubles gastro-intestinaux</li> <li>❖ Varice en externe</li> <li>❖ Cholestérol</li> </ul>	
<b>Contre-indications</b>	Aucune	
<b>Effets Secondaires</b>	Aucun	
<b>Interaction</b>	Aucune	
<b>Galénique</b>	Tisane	
<b>Utilisation</b>	Tisane : 1 càc pour une tasse laissé infuser 5min	