

La flore médicinale traditionnelle de la région de Béni-Mellal (Maroc)

Fatiha El Azzouzi & Lahcen Zidane*

*Laboratoire des ressources naturelles et biodiversité, Département de biologie, Faculté des Sciences, Université Ibn Tofail, B.P 133 14000, Kenitra, Maroc.

Corresponding Author : Fatiha.elazzouzi88@gmail.com

Original submitted in on 3rd June 2015. Published online at www.m.elewa.org on 31st July 2015
<http://dx.doi.org/10.4314/jab.v91i1.8>

RÉSUMÉ :

Objectif : le but de cette étude est de mener une enquête ethnobotanique des plantes médicinales utilisées en phytothérapie traditionnelle dans le district de Béni-Mellal.

Méthodologie et résultats : A l'aide de 200 fiches questionnaires, une série d'enquêtes ethnobotaniques a été menée sur le terrain en 2014 en utilisant un échantillonnage aléatoire stratifié. Ces recherches, complétées par l'identification des échantillons sur le terrain et au laboratoire, nous ont permis de faire connaissance de 69 espèces médicinales réparties en 38 familles et 63 genres avec une importance relative des familles suivantes par leur nombre d'espèces : Lamiaceae (23,07%), Apiaceae (21,05%), Fabaceae (10,52%) et Asteraceae (7,69%).

Conclusion et application de la recherche : Cette étude a conduit à l'élaboration d'un catalogue de plantes médicinales contenant les informations sur les utilisations thérapeutiques pratiquées par la population locale. Par ailleurs, Cet inventaire peut constituer une source d'informations très précieuse. Il contribue par sa part à la connaissance de la flore médicinale et la sauvegarde du savoir-faire populaire local.

Mots clés : plantes médicinales, ethnobotanique, Béni-Mellal, flore médicinale.

ABSTRACT

Objective: The aim of this study is to conduct an ethnobotanical survey of medicinal plants used in traditional herbal medicine in Beni-Mellal district.

Methods and results: Using 320 questionnaires, a series of ethnobotanical surveys was conducted in the field in 2014 using stratified random sampling techniques. This research, completed by the identification of samples in the field and in the laboratory, has allowed us to get to know 69 species belonging to 63 genera and 38 families, with a predominance of Lamiaceae (23.07%), Apiaceae (21.05%), Fabaceae (10,52%) and Asteraceae (7.69% %).

Conclusion and application of research: This study has led to the development of a catalog of medicinal plants which has the information about the therapeutic uses practiced by the local population. This inventory can be a very valuable source of information. It contributes its share to the knowledge of medicinal flora and the safeguarding of local popular expertise.

Keywords: Medicinal plants, ethnobotany, Beni-Mellal, medicinal flora.

INTRODUCTION

La découverte des plantes à des fins médicinales pour l'Homme a une longue histoire antérieure remontant à des civilisations anciennes (Noman, 2003). Les documents historiques des plantes médicinales révèlent que leur utilisation remonte à 5000 ans avant JC en Chine, 1600 avant JC par les Syriens, les Babyloniens, les Hébreux et les Égyptiens (Dery *et al.*, 1999). Actuellement, les constituants chimiques et génétiques des plantes sont graduellement exploités au profit de l'homme (Gerique, 2006). A cet égard, des études indiquent que 25% des médicaments modernes sont dérivés des extraits de plantes médicinales (Robert and John, 1983). L'exigence des plantes médicinales augmente de plus en plus dans le monde aussi bien dans les pays développés que sous-développés et ce, en raison du rendement insatisfaisant et des coûts chers des médicaments modernes. La médecine traditionnelle, cette médecine ancienne basée sur la culture des pratiques de santé, différente de la médecine scientifique, est considérée comme indigène, alternative ou populaire. Les connaissances appartenant aux différentes cultures sont généralement transmises par voie orale (Martin, 1995). Le coût élevé des médicaments et l'incapacité de nombreux pays en développement de fournir des médicaments ont forcé les communautés locales à rechercher des produits alternatifs tels que les plantes médicinales avérées efficaces, sécurisées, peu coûteux et

culturellement acceptables (Mohammed Adefa and Berhanu Abraha, 2011). Pour cette raison, 70% des populations du monde utilisent des remèdes sous forme de plantes pour leur système de soins de santé primaires (Nair and Nathan, 1998). La situation géographique du Maroc entre deux mers et un vaste désert, traversé par trois chaînes montagneuses, se traduit par une gamme complète de bioclimats méditerranéens. Cette diversité de bioclimats favorise le développement d'une flore riche et variée. Ainsi, sur les 7000 espèces végétales répertoriées en Afrique du nord, 4200 existent au Maroc contre 3500 en Algérie, 2200 en Tunisie, 2100 en Égypte, 1800 en Libye et 1100 en Mauritanie (Attouiti, 2002). L'analyse de la bibliographie médicinale marocaine montre que les données relatives aux plantes médicinales régionales sont très fragmentaires et dispersées. La nécessité de les étudier d'une manière approfondie s'impose d'emblée. C'est dans cette optique qu'une étude ethnobotanique des plantes à vocation médicinale est menée dans la région de Béni-Mellal. Cette étude s'articule autour de deux axes : dans une première phase, une enquête est entreprise auprès de la population ayant connaissance de l'usage des plantes médicinales; par la suite les plantes recensées sont identifiées sur le terrain et échantillonnées pour établir le catalogue des plantes et de recueillir le maximum d'informations sur les utilisations thérapeutiques pratiquées par la population locale de la région.

MATÉRIEL ET MÉTHODES

Description de la zone d'étude : Située au centre du Maroc, sur une superficie de 17125 km², la région de Tadla Azilal est limitée à l'ouest par les provinces de Kalaat Es-sraghna et Al Haouz, au nord par les provinces de Khouribga et Settat, à l'est par les provinces d'Errachidia et Khenifra et au sud par la province d'Ouarzazate. De sa situation entre deux plateaux de phosphate et le moyen Atlas, la région de Tadla Azilal d'une altitude moyenne de 400 à 700m se caractérise par un climat très continental, et la quantité de précipitations varie entre 300 et 750 mm selon les années. La région de Tadla Azilal contient trois provinces dont le chef-lieu est Béni Mellal (Direction Régionale, 2012). La population de la région de Tadla Azilal s'établit en 2012 à 1516200 habitant soit environ 4.65% de la population totale du

pays. A l'horizon de 2015 l'effectif de la population atteindra 1530000 habitants. L'agriculture représente l'activité dominante au niveau de la région, aussi bien par les emplois offerts (78.2% de la population active occupée rurale en 2011) que par les effets induits sur l'économie régionale. D'autant plus que la région, avec ses plaines (Tadla) et ses importantes ressources en eau, offre la possibilité de développement d'une agriculture moderne et industrialisante. Par ailleurs, par sa situation géographique privilégiée, sa richesse en sites naturels et historiques, la région possède des atouts majeurs pour le développement des activités touristiques. Le tourisme rural et culturel pouvait être, à cet égard, un créneau méritant une situation particulière. (Direction Régionale, 2012).

Enquête et échantillonnage : Pour la présente étude un échantillonnage stratifié aléatoire est adopté (Gounot M., 1969), des entretiens ethnobotaniques auprès de la population locale de Béni-Mellal ont été effectués en 2014. Cette technique d'échantillonnage a pour objectif d'avoir un inventaire floristique le plus complet possible et de réaliser des enquêtes ethnobotaniques variées d'une zone à une autre dans la dite région. Par conséquent, la région est divisée en 8 strates selon les descripteurs du milieu notamment le climat, le sol et la végétation. En

procédant par un échantillonnage aléatoire stratifié, des échantillons de 25 personnes sont enquêtées dans chacune des 8 strates et ils sont mis ensemble pour constituer l'échantillon global (200 personnes). Les enquêtes ethnobotaniques ont été réalisées à l'aide de 200 fiches questionnaires qui ont servi d'enquête auprès des tradipraticiens, des herboristes et des utilisateurs des plantes médicinales afin d'avoir une meilleure représentativité de notre échantillon.

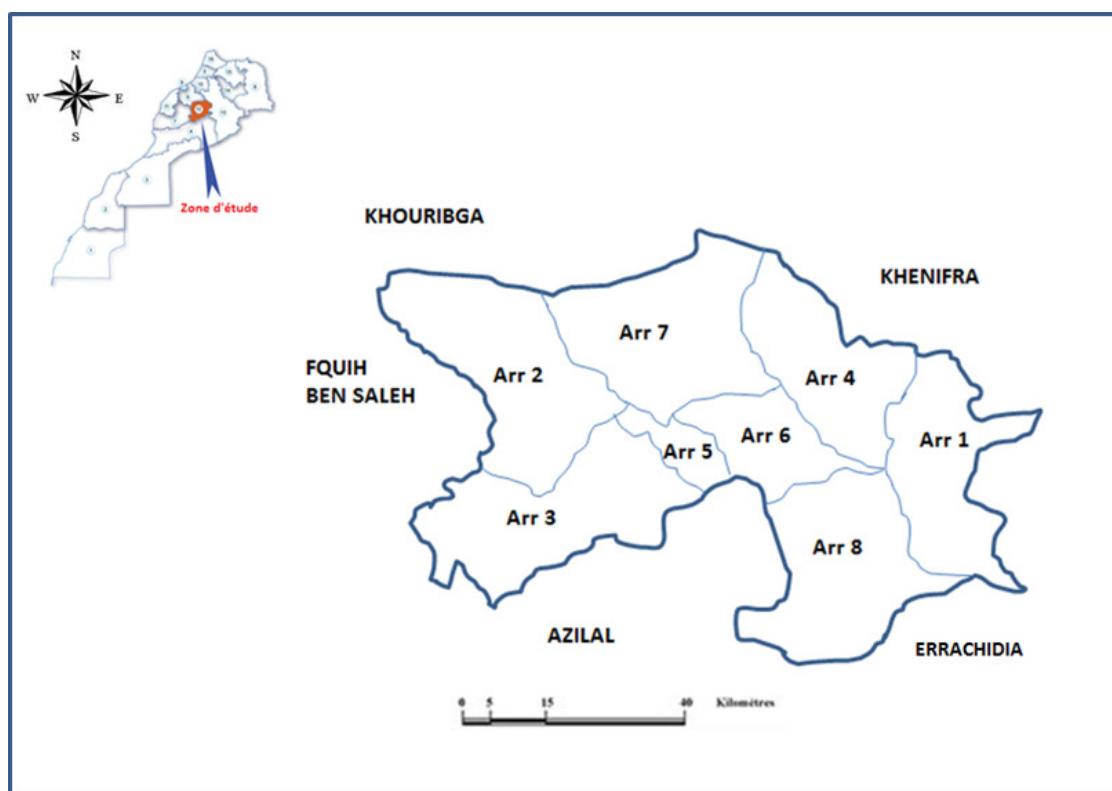


Figure 1 : Découpage administratif de la ville de Béni-Mellal

Au cours de chaque entretien, nous avons collecté toutes les informations sur l'informateur (âge, sexe, niveau académique, situation familiale et pratique thérapeutique) et les plantes médicinales utilisées par celui-ci. Les données recueillies pour chaque plante comprennent son nom vernaculaire, la partie utilisée, le mode de préparation et la maladie traitée. De même, les espèces spontanées et médicinales ont été collectées et

ramenées au laboratoire pour leur détermination grâce aux ouvrages botaniques : «Flore pratique du Maroc. Manuel de détermination des plantes Vol 1 et 2» de Fennane et al. (1999 et 2007), «La pharmacopée marocaine traditionnelle, médecine arabe ancienne et savoir populaire» de Bellakhdar (1997) et «Les plantes médicinales du Maroc» de Sijelmassi (1993).

RÉSULTATS ET DISCUSSION

La richesse verte de toute zone semble être une ressource importante qui peut donner, d'une manière ou d'une autre, cent mille avantages aux habitants. L'utilisation des plantes à des fins médicinales n'est pas

un phénomène récent. Malgré l'importance des plantes médicinales signalées, une grande partie de ce potentiel demeure mal et peu valorisée pour des raisons multiples partant du manque de connaissance au manque d'efforts

de conservation de ce patrimoine. La combinaison des conditions environnementales et la disponibilité des ressources, est l'élément clé pour la détermination de la distribution et du caractère distinctif et fonctionnel des espèces occupant une région particulière (Noman *et al.*, 2003). La présente étude a été réalisée afin de documenter la flore médicinale de Béni-Mellal. Les

enquêtes ethnobotaniques menées sur le terrain nous ont permis de développer un catalogue de 69 espèces médicinales réparties en 63 genres et 39 familles. Parmi ces dernières, les familles les plus importantes de la région sont : Lamiaceae (23,07%), Apiaceae (21,05%), Fabaceae (10,52%) et Asteraceae (7,69%).

CATALOGUE DES PLANTES MÉDICINALES

Amaranthaceae

***Chenopodium ambrosioides* L.** (Ansérine ; Mkhinza)

Les feuilles de l'ansérine associées à l'oignon (*Allium cepa*) et au citron (*Citrus limon*), sont employées en cataplasme contre la typhoïde.

La macération des feuilles avec le jus d'orange est indiquée contre la grippe.

Amaryllidaceae

***Allium cepa* L.** (Oignon ; Bassla)

L'oignon est recommandé en goutte dans le traitement des otites.

En fumigation, l'oignon est employé contre les maladies buccales.

***Allium sativa* L.** (Ail ; Touma)

En friction, l'ail est largement utilisé en association avec l'huile d'olive dans le traitement de la pelade du cuir chevelu, la chute des cheveux et l'eczéma.

Anacardiaceae

***Pistacia lentiscus* L.** (Lentisque ; Drou)

Les feuilles et l'écorce sont employées, en décoction ou en poudre, dans le traitement des maux du ventre et de l'intestin.

Apiaceae

***Ammi majus* L.** (L'ammi, Trillane)

La poudre de fruits en association avec les racines du pyrèthre (*Anacylus pyrethrum*) et le miel, est utilisée en cataplasme dans le traitement du vitiligo (el bars).

***Anethum graveolens* L.** (Aneth ; Tebsh)

La décoction des fleurs est indiquée contre l'ictère.

***Carum carvi* L.** (Carvi ; Karwiya)

L'infusion des graines associées au fenouil (*Foeniculum vulgare*), à l'anis vert (*Pimpinella anisum*), à l'anis étoilé (*Illicium verum*), au lin cultivé (*Linum usitatissimum*), au thym (*Thymus satureioides*) et à la camomille (*Chamaemelum nobile*), est indiquée dans le traitement des maladies gastro-intestinales.

***Cuminum cyminum* L.** (Cumin ; Kamoun)

Les graines de cumin, en poudre ou absorbées avec de l'eau, sont indiquées en cas des troubles gastro-intestinaux.

***Eryngium ilicifolium* Lamk.** (Panicaud ; Zerriga)

La plante entière triturée et mélangée avec du miel, est recommandée dans le traitement des angines.

Foeniculum vulgare (Fenouil ; Nafaâ)

En infusion, les graines de fenouil, associées au cumin velu (*Ammodaucus leucotrichus*), à l'anis vert (*Pimpinella anisum*) et au carvi (*Carum carvi*), sont utilisées dans le traitement des troubles gastro-intestinaux.

***Petroselinum sativum* Hoffm.** (Persil ; Maâdnous)

Le décocté de la tige feuillée est très recommandé dans le traitement des calculs rénaux.

***Pimpinella anisum* L.** (Anis vert ; Habbat hlawa)

Les graines d'anis, en poudre, associées au fenouil (*Foeniculum vulgare*), sont employées contre les coliques.

Apocynaceae

***Nerium oleander* L.** (Laurier rose ; Ddefla)

La macération des feuilles est recommandée en gouttes contre les otites.

Arecaceae

Chamaerops humilis (El Ghaz; Palmier nain)

Les fruits sont utilisés contre les douleurs gastriques.

Asteraceae

Artemisia herba alba (Armoise blanche ; Chih)

Le décocté de la tige feuillée est utilisé en gouttes en cas des otites.

***Atractylis gummifera* L.** (Chardon à glu, Addad)

La racine en poudre, associée au henné, est employée comme assouplissant des cheveux et de la peau.

***Matricaria chamomilla*.** (Camomille ; Babounj)

L'infusion des fleurs, est employée comme calmante et aussi indiquée contre les coliques.

Brassicaceae

***Brassica rapa* L.** (Navet ; Left)

La poudre des graines, mélangée avec du miel, est employée dans le traitement du rhumatisme.

***Lepidium sativum* L.** (Cresson alénois ; Habb rchad)

Les graines triturées dans le miel sont indiquées dans le traitement de la toux et des angines.

Caryophyllaceae

***Arenaria rubra* L.** (Herniaire ; Herras lehjar)

La plante entière, en décoction, est employée contre les calculs rénaux.

Colchicaceae

Colchicum autumnale (colchique d'automne ; bakbuka)
Les graines, associées au fenouil (*foeniculum vulgare*), à l'anis vert (*pimpinella anisum*), au lin cultivé (*linum usitatissimum*) et à la gomme adragante (*Astragalus gummifer*) ; sont utilisées pour donner de l'embonpoint.

Combretaceae

Terminalia chebula (Myroblan chébule ; Hlilij)
Les fruits en poudre, mélangés avec du miel sont utilisés dans le traitement des troubles gastriques.

Cupressaceae

Tetraclinis articulata (Thuya de barbarie ; El A'râr)
En cataplasme, les feuilles sont appliquées sur les tresses contre les céphalées et la fièvre.
En poudre, elles sont employées dans les soins des cheveux.

Euphorbiaceae

Euphorbia résinifera (Euphorbe résinifère ; Ssekoum)
Le latex des feuilles est employé comme hypoglycémiant.
La poudre des feuilles, triturée dans le miel est indiquée dans le traitement du cancer et des goîtres.

Fabaceae

Cassia senna (Séné du mec, sana haram)
L'infusion des feuilles est très recommandée dans le traitement de la constipation.

Cicer arietinum L. (Pois chiche ; Hommes)
Les graines, en macération, sont employées contre la jaunisse.

La décoction des graines est indiquée dans le traitement des troubles intestinaux et des affections génito-urinaires.

Lupinus albus L. (Lupin blanc ; Termes)
Les graines, en poudre, sont employées dans le traitement du diabète.

Trigonella foenum graecum (Fenugrec ; Helba)
Les graines, en macération, ou en poudre, mélangées avec le miel, sont indiquées contre les douleurs de l'estomac.

Fagaceae

Quercus suber L. (Chêne liège ; Dbagh)
L'écorce, en poudre, associée à l'huile d'olive, est utilisée, en cataplasme, pour les soins des cheveux.

Juglandaceae

Juglans regia L. (Noyer ; Sswak)
L'écorce de racines est employée, en poudre, mélangée au henné, pour colorer les cheveux.

Lamiaceae

Lavandula officinalis (Lavande officinale ; Lkhzama)

La décoction des fleurs est utilisée contre la toux.
L'infusion des fleurs en association avec l'armoise blanche (*Artemisia herba alba*) et la cannelle du cylan (*Cinnamomum zeylanicum*), est indiquée dans le traitement des affections génito-urinaires.

Marrubium vulgare L. (Marrube blanc ; Merriwta /Ifzi)
Le décocté de la plante, est employé en inhalation, contre la rhinite allergique.

La plante, en infusion, est utilisée contre les ictères, le cancer et les rhumatismes.

Mentha pulgium

(Menthe puliot ; Fliyou)
La plante entière, en décoction, est conseillée en cas de rhume et de la toux.

L'infusion de la plante dans du lait, est indiquée pour diminuer la température du corps.

Mentha rotundifolia (Menthe à feuilles rondes ; Timijja)
Le décocté des feuilles, associées à la marjolaine (*Origanum majorana*), à la menthe verte (*Mentha viridis*) et au fenouil (*Foeniculum vulgare*), ensuite mélangé avec une cuillère de miel, est très apprécié dans le traitement des maux de gorge.

Mentha viridis (Menthe verte ; Na'na')
Les feuilles sont mâchées pour favoriser une meilleure circulation sanguine.

Salvia officinalis L. (Sauge officinale ; Salmiya)
Les feuilles sont utilisées, en infusion, comme hypoglycémiantes.
Le décocté des feuilles est conseillé en cas des douleurs menstruelles.

Teucrium polium (Germandrée ; Jaâda)
La décoction des feuilles, associées au marrube blanc (*Marrubium vulgare*) et aux feuilles d'olivier, en gargarisme, est employée contre la candidose buccale.

Thymus satureioides (Sariette du Maroc ; Z'itra)
L'infusion de la plante dans du lait est réputé tonique.

Thymus zygis L. (Thym ; Za'âtar)
Les feuilles et les fleurs, en infusion, sont employées contre les gastralgies, et en inhalation, elles sont conseillées en cas des rhumes.

Lauraceae

Persea gratissima Gaertn. (Avocatier ; Avocat)
Le fruit écrasé et mélangé avec l'huile d'olive, est utilisé, en cataplasme, pour adoucir les cheveux.

Cinnamomum zeylanicum Nees. (Cannelle du cylan ; El Qarfa)

La poudre de l'écorce, en infusion, est indiquée dans le traitement des maladies de foie.

La décoction de l'écorce, est administrée contre les douleurs menstruelles.

Linaceae

Linum usitatissimum L. (Lin cultivé ; Zeri't El Kettan)

Les graines en poudre, mélangées au miel, sont employées pour baisser le taux de cholestérol et contre les affections gastro-intestinales.

Lythraceae

Punica granatum L. (Grenadier ; Romman)

La poudre de l'écorce de fruit, est indiquée contre les maux de l'estomac.

Malvaceae

Hibiscus sabdariffa L. (Roselle ; Karkadé)

La décoction des fleurs, est très recommandée dans le traitement de l'anémie.

Moraceae

Ficus carica L. (Figuier ; Karmous/Chriha)

Les feuilles, en macération, sont très efficaces contre le diabète.

Les fruits sont employés dans le traitement de l'ictère.

Myristicaceae

Myristica fragrans (Muscadier ; El Gûza)

En infusion dans du lait, la muscade est très recommandée pour calmer les agitations des nourrissons et les aider à s'endormir.

Myrtaceae

Eucalyptus globulus Labill. (Eucalyptus ; Kalitûs).

Les feuilles sont utilisées, en inhalation ou en cataplasme contre le rhume et la fièvre.

Eugenia caryophyllata (Giroflier, Qronfel)

Le clou de girofle est utilisé, en infusion dans du lait contre les douleurs des règles.

Les boutons floraux sont employés, en infusion, et en association avec la lavande (*Lavandula officinalis*) et le noyer (*Juglans regia*) contre la stomatite.

Myrtus communis (Myrte ; Rayhan)

Les feuilles, en décoction, sont indiquées, contre les affections des voies urinaires.

Nitrariaceae

Peganum harmala L. (Harmel ; El-harmel)

Le macérat des graines dans de l'huile d'olive est employé, en cataplasme, dans le traitement des rhumatismes et des douleurs articulaires.

En association à d'autres plantes, la poudre des graines est appliquée, en cataplasme, pour les soins des cheveux.

Oleaceae

Olea europea L. (Olivier ; Zaytoun)

Les feuilles, en décoction, sont utilisées, en gargarisme, contre les inflammations buccales.

L'huile d'olive est largement employée, en instillation dans les oreilles, pour le traitement des otites.

Papaveraceae

Papaver rhoeas (Coquelicot ; Bela'man)

L'infusion des fleurs est recommandée dans le traitement de la rougeole et la fièvre.

Ranunculaceae

Nigella sativa L. (Nigelle ; Sanûj)

Les graines, en poudre associées au miel, sont utilisées contre le rhume, la grippe et l'asthme.

Ranunculus bullatus (Renoncule boursouflé ; wden-el-hallof)

Les racines, en décoction, sont utilisées contre les refroidissements du dos.

Rhamnaceae

Zizyphus lotus (L.) (Jujubier ; Nnbeg)

La poudre des feuilles, associée au caroubier (*ceratonia siliqua*), à la nigelle (*Nigella sativa*) et mélangée au miel est très utilisé contre les gastralgies.

Rosaceae

Malus domestica Borkh. (Pommier, Tûffah)

Le vinaigre de cidre de pomme est très conseillé pour maigrir.

Prunus amygdalus stokes. (Ammandier amère ; Lûzz har)

Les amandes amères sont écrasées et appliquées sur le visage, en masque, contre les taches brunes.

Mélangées avec l'huile d'olive, les amandes amères, sont indiquées, en cataplasme, pour faire pousser les cheveux rapidement.

Rubiaceae

Rubia peregrina L. (Garance ; Fûwa)

La racine est utilisée, en poudre mélangée au miel, dans le traitement de la jaunisse et des maladies hépatiques.

Rutaceae

Citrus limon (Citronnier ; Lhamed)

Le jus de fruit, mélangé au miel, est employé contre les angines et les maladies rénales.

Des compresses de citron sont appliquées sur les tempes contre les céphalées.

Citrus sinensis (Oranger doux ; Limoun)

Le jus d'orange est réputé, en usage interne, contre l'asthme et comme rafraîchissant.

Sapotaceae

Argania spinosa (Arganier ; Argane)

En association avec le fenugrec, la poudre de l'arganier est très recommandée pour baisser le taux du diabète dans le corps.

Schisandraceae

Illicium verum (Anis étoilé ; Badiana)

Le décocté des fruits est utilisé contre les problèmes digestifs et en particulier les ballonnements.

Solanaceae

Withania frutescens L. (Tirnet)

Le décocté des feuilles est employé, en inhalation, contre l'asthme.

Verbenaceae

Lippia citriodora H.B et K (Verveine odorante ; Lwiza)

Les feuilles, en infusion, sont utilisées comme calmantes.

Verbena officinalis L. (Verveine officinale ; Baymout)

La plante, séchée et pulvérisée, est appliquée, en cataplasme, pour cicatriser les blessures.

Xanthorrhoeaceae

Asphodelus microcarpus salzm. (Asphodèle ; Bliluz)

En usage externe, les feuilles de l'asphodèle sont employées contre l'acné.

Zingiberaceae

Alpinia officinarum Hance (Galenga officinale; khodenjal)

Le rhizome, en décoction ou en poudre, dans du lait chaud, est employé contre le rhume et la grippe.

Curcuma xanthorrhiza Roxb. (Curcuma ; Kharqûm)

La poudre du rhizome, associée à la garance (*Rubia peregrina*), et à l'aneth (*Anethum graveolens*), et mélangée avec le lait, est réputée contre la jaunisse et les maladies hépatiques.

Zingiber officinale Roxb. (Gingembre ; Skinjbir)

La poudre de rhizome, macérée dans de l'huile d'olive, est employée, en cataplasme, contre les douleurs dorsales et les rhumatismes.

Le rhizome, en infusion dans du lait, est utilisé contre le rhume.

CONCLUSION

En guise de conclusion, les résultats obtenus de l'analyse floristique nous ont permis d'inventorier 69 espèces appartenant à 63 genres et 39 familles parmi lesquelles les : Lamiaceae (23.07%), Apiaceae (17.94%), Asteraceae (7.69%) et Fabaceae (7.69%) sont les plus représentées dans la phytothérapie traditionnelle de la ville de Béni-Mellal. Conformément aux exigences de déclaration, nous vivons dans un continent où 80% des populations, ne disposent pas des moyens financiers leur permettant d'assurer des services médicaux convenables et appropriés (Anonymous, 2009). Alors, elles s'appuient sur des plantes médicinales pour des raisons multiples : connaissance préalable, accès direct, utilisation facile et efficacité. Par conséquent, les plantes médicinales de cette zone peuvent être utiles à l'échelle mondiale dans le secteur pharmaceutique et biologique. Bien que ces plantes soient utilisées pour le bien-être humain, mais en

raison de l'ignorance et de l'analphabétisme, des pratiques en vogue peuvent nuire à leur répartition et entraînent la distinction de certaines espèces indigènes (déforestation, surpâturage,..). D'autre part, des défis redoutables tels que les variations climatiques et la pauvreté des sols, ont des effets marqués sur la végétation. Il est alors crucial de conserver ce pool floristique, génétique et culturel en cherchant des alternatives pratiques pour un usage raisonné et effectif comme l'adoption d'une stratégie visant à mettre l'accent sur les études portant sur la détection et la séparation de nouvelles substances actives présentes dans les espèces signalées. Une autre alternative qui peut être primordiale dans la sauvegarde des plantes médicinales, est la sensibilisation à grande échelle de la population autochtone, de sorte qu'elles soient conservées et utilisées habilement.

RÉFÉRENCES

- Adefa M and Abraha B., (2011). Ethnobotanical Survey of Traditional Medicinal Plants in Tehuledere District, South Wollo, Ethiopia. *Journal of Medicinal Plants Research* Vol. 5(26), pp. 6233-6242.
- Anonyme 2012. Monographie de la ville de Béni-Mellal. Région de Tadla-Azilal. Ministère de l'intérieur. 21-98.
- Anonymous 2009. Flora of Ziarat: Ethnobotanic and Medicinal Importance, pp. 71.
- Attouiti B.Y., (mai 2002). Plantes aromatiques. La situation du secteur des plantes aromatiques et médicinales au Maroc. *Terre et vie*. 56p.
- Bellakhdar J., (1997) - La pharmacopée marocaine traditionnelle. *Médecine arabe ancienne et Savoirs populaires*. Editions Le Fennec, Casablanca/ Ibis Press. 764 p. Paris.
- Dery B.B., Ofsynia, R. and Ngatigwa, C. (1999). Indigenous knowledge of medicinal trees and setting priorities for their domestication in shinyanga region, Tanzania; Nairobi, Kenya: International center for research in Agroforestry. 284-293.
- Fennane M., Ibn Tattou, M., Mathez, J., Ouyahya, A. et El Oualidi, J., (1999) - Flore pratique du Maroc, Vol. I. *Trav. Inst. Sci. Rabat, série botanique* 36. 558 p.
- Fennane M., Ibn Tattou, J., Ouyahya, A. et El Oualidi, J., (2007) - Flore pratique du Maroc, Vol. II. *Trav. Inst. Sci. Rabat*, 648 p. Rabat.

- Gerique A., (2006). Integrative assessment and planning methods for sustainable agroforestry in humid and semiarid regions. An introduction to ethnobotany and ethnoecology; the theory and methods. Advanced scientific training- Loja, Ecuador. 1-20.
- Gounot M., 1969 - Méthodes d'étude quantitative de la végétation. Ed Masson et Cie, Paris, 314 p.
- Martin G.J., (1995). Ethnobotany: A method manual. Royal botanical garden, Chapman and Hall, Kew, London. 268p.
- Nair M. and Nathan G., (1998). Medicinal plants: cure for the 21th century; Biodiversity, conservation and utilization of Medicinal plants: Proceedings of the seminar UPM, Serdang, Malaysia. 162-170.
- Noman A., 2003. Influence of different doses of nitrogen fertilizer on ajwain. M.Sc. Dissertation.pp-1. Univ. of Agric. Faisalabad.Pakistan.751-759.
- Robert H and John B.,(1983). Traditional medicine and healthcare coverage.WHO/ Geneva.1p.
- Sijelmassi A., 1993 - Les plantes médicinales du Maroc, 6ème édition. Fennec. Casablanca. 285 p.

QUESTIONNAIRE
Plantes médicinales et phytothérapie

Date.....
 Région.....
 Commune.....
 Auteur.....
 Lieu dit.....
 Numéro de relevé.....

Informateur :

- Age :
- Profession :
- Situation familiale : Célibataire Marié
- Sexe : Masculin Féminin
- Niveau académique : Primaire Secondaire Universitaire
- Localité : Douar Village Ville Nomade

Pratiques thérapeutiques :

- Lorsque vous sentez malade, vous vous adressez :
- A la médecine traditionnelle , pourquoi : efficace moins chère
Acquisition médicament inefficace
- A la médecine moderne , pourquoi : efficace plus précise
Toxicité des plantes
- Si c'est les deux qu'elle est la première :
Médecine moderne Médecine traditionnelle

Matériel végétal :

- Nom vernaculaire :

Nom scientifique :
 Type de plante :
 Sauvage Cultivée Adventice
 Usage de la plante :
 Thérapeutique cosmétique Autres
 Technique de la récolte :
 Manuel Mécanique
 Moment de la récolte (saison) :

 Plante seule Association possible (de plantes) :

 État de la plante : Fraîche Desséché Après traitement
 Si desséché, méthode de séchage :
 Exposé au soleil À l'ombre
 Partie utilisées : Tige Fleurs Fruits Graine
 Écorce Rhizome Bulbe Feuilles
 Plante entière Autres combinaisons :
 Forme d'emploi : Tisane Poudre Huiles essentielles
 Huiles grasses Extrait (teinture, solution, gélule) :

 Mode de préparation : Infusion Décoction Cataplasme Cru Cuit
 Autres :

 Dose utilisée :
 Pincée poignée Cuillerée
 Dose précise :
 Quantité en g / verre :
 Quantité en g/ litre :
 Autres :

 Mode d'administration : Oral Massage Rinçage Badigeonnage
 Autres :
 Posologie : nombre de prise par jour.
Pour les enfants : 1fois/jour 2fois/jour 3fois/jour Autres :
Pour les personnes âgées : 1fois/jour 2fois/jour 3fois/jour Autres :
Pour les Adultes : 1fois/jour 2fois/jour 3fois/jour Autres :
 Durée d'utilisation (durée de traitement) :
 Un jour Une semaine Un mois Jusqu'à la guérison
 Méthode de conservation :
 A l'abri de la lumière Exposé à la lumière Autres :

 Date de péremption :

Utilisation :

 Type de maladie :
 Affections dermatologiques
 Affections respiratoires

- Affections cardio-vasculaires
- Affections génito-urinaires
- Affections ostéo-articulaires.
- Affections métaboliques
- Affections du tube digestif
- Affections des glandes annexes du tube digestif
- Affections neurologiques
- Diagnostic Par :
Lui-même Le médecin L'herboriste Autres :
- Résultats : Guérison Amélioration Inefficace
- Effets secondaires :
-
- Toxicité :
-
- Précaution d'emploi :
-