



# Gattilier ou arbre au poivre

Autrefois utilisé comme remède pour réfréner les désirs charnels, le gattilier occupe aujourd'hui une place importante dans le traitement des troubles féminins.

## TEXTE: RÉDACTION

Dans la Grèce et la Rome antiques, le gattilier était réputé pour ses propriétés anti-libido. Son nom scientifique *Vitex agnus-castus* L. (lat. agnus = agneau, castus = chaste) en témoigne. D'autres noms allemands de la plante font également référence à cet anaphrodisiaque: «Keuschbaum» (arbre de la chasteté) et «Keuschlamm» (agneau chaste). En 1556, Hieronymus Bock écrivait dans son «Nouveau Livre des Herbes»: «Parce que cet arbre, avec ses feuilles étroites de saule,... et ses grains ronds et noirs, semblables à du poivre, apaisent et dissipent la luxure et le désir charnel.»

Dans l'Antiquité, la plante était utilisée comme remède contre de nombreux maux. Plus tard, le gattilier était couramment employé dans la médecine populaire pour soulager les légers désagréments précédant les règles (syndrome prémenstruel, SPM) ainsi que pour stimuler la lactation.

## Une plante médicinale pour les femmes

Le gattilier est originaire de tout le bassin méditerranéen jusqu'en Asie occidentale. Cet arbre à feuillage persistant, doté d'inflorescences denses en épis, peut atteindre jusqu'à six mètres de haut. Ses baies mûres à noyau dégagent un parfum aromatique, rappelant la sauge, et un goût épicé et poivré.

Le groupe d'étude «Histoire des plantes médicinales» de l'Université de Wurtzbourg a élu le gattilier plante médicinale de l'année 2022. Ses principes actifs régulent et stabilisent l'équilibre hormonal féminin. Ils inhibent notamment la production de prolactine. Cette hormone est principalement sécrétée pendant la grossesse, où elle favorise la croissance des glandes mammaires, et pendant l'allaitement, où elle stimule la montée de lait.

Les utilisations médicinales suivantes sont aujourd'hui les plus courantes:

- > troubles prémenstruels, notamment sensations de tension et douleurs mammaires,

- > troubles menstruels,
- > règles trop fréquentes, trop rares ou absentes.

Les médicaments modernes prêts à l'emploi contiennent des extraits de fruits de gattilier. Ils doivent être pris quotidiennement pendant une période d'au moins trois mois.

D'ailleurs, les études récentes n'ont pas confirmé l'effet inhibiteur du gattilier sur le désir sexuel. Au contraire: pris en petites quantités, il augmenterait même la libido. <

## Sources

digitale-sammlungen.de, klostermedizin.de, menoqueens.com, pharmawiki.ch, wikiwand.com

Sponsorisé par Zeller

## Lorsque les jours précédant les règles sont un véritable calvaire.

**prefemine®** – contre les symptômes du syndrome prémenstruel (SPM), tels tensions mammaires, irritabilité ou trouble d'humeur, ainsi qu'en cas de troubles du cycle.



Ceci est un médicament autorisé.  
Lisez la notice d'emballage.  
Max Zeller Söhne AG  
8590 Romanshorn

0725/3075

**zeller**