

Valériane

Valeriana officinalis

Description

Valériane Nom commun : Valériane
Valeriana officinalis Nom scientifique : Valeriana officinalis
Caprifoliaceae Famille : Caprifoliaceae
Plante médicinale libre Statut réglementaire (France) : Plante médicinale libre

Parties utilisées : Racines
Propriétés : Sédatif, Anxiolytique, Antispasmodique
Précautions : Peut potentialiser les sédatifs ; déconseillé chez l'enfant de moins de 12 ans.

... Fiche importée le 13/08/2026 à PPAM France

Propriétés

Sédatif, Antispasmodique

Parties utilisées

Racine / Rhizome