

GINKGO BILOBÉ

Ginkgo biloba L.

naturactive
LABORATOIRES PIERRE FABRE



Jardins
botaniques
de France
et des pays
francophones
Ibotanik

www.sante-nature.com

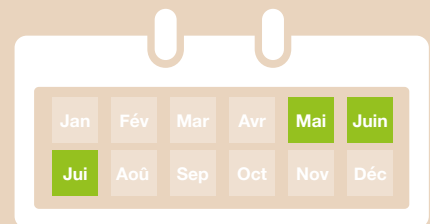
SON IDENTITÉ

OÙ LE TROUVER ?

À l'état sauvage, il n'existe quasiment plus, et pourtant il existait déjà 40 millions d'années avant l'apparition des dinosaures ! Il est naturalisé dans le sud-est de la Chine, au Japon et en Corée.



FLORAISON



COMMENT LE RECONNAÎTRE ?

Il est facilement reconnaissable grâce à ses feuilles en éventail formées de deux lobes.



Geneviève Botti - Licence CC BY SA - Tela Botanica

Ses feuilles prennent une couleur jaune doré en automne : on l'appelle « l'arbre aux mille écus ».

Les pieds femelles (différenciés des pieds mâles chez le Ginkgo) donnent naissance à des ovules jaune orangé qui sentent très mauvais lorsqu'ils se dessèchent !

SES VERTUS

SES PROPRIÉTÉS



Bien que certaines des propriétés attribuées au Ginkgo relèvent de la croyance, certaines sont prouvées : il a des vertus antioxydantes, et des effets sur l'insuffisance vasculaire, notamment cérébrale. C'est également un bon vasodilatateur artériel, et il améliore la fluidité du sang.

LES TRADITIONS D'USAGE



Il est utilisé en cataplasme depuis l'Antiquité par les Chinois contre les engelures, les ecchymoses, les brûlures. Ses feuilles étaient utilisées pour soigner l'asthme et les affections bronchiques, tandis que ses fruits entrent dans la composition de remèdes contre les troubles urinaires.



Sa graine est utilisée dans les cuisines chinoise et japonaise.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le Ginkgo est très résistant : les plus âgés ont 4000 ans et c'est une des rares espèces à avoir survécu à l'explosion atomique d'Hiroshima.



Il ne faut pas procéder à l'automédication. Il faut demander les conseils d'un professionnel de la santé.