

Gid Pratik TRAMIL sou remèd fèy tradisyonèl Karayib la

Edisyon 2022



"Remèd fèy se plis pase yon depanaj, se yon referans"





*Pwojè OSAIN nan se pwogram INTERREG Karayib V a ki finanse l nan kad
Fon Devlopman Rejyonal Ewopeyen an.*

Wap jwenn tout enfòmasyon ou bezwen sou Rezo TRAMIL lan sou sit sa a : www.tramil.net

Konsepsyon/Koòdinasyon : Mariana Costaguta & Lionel G-Robineau

Editè syantifik : Francisco Morón & Maria E. Medina

Komite edisyon : Marisol López, Maria J. Martínez, Zulema Morejón, María del Carmen Victoria, Elisa Boucourr

Tradiksyon ak adaptasyon : Daniel Henrys (Danyèl Anris) ak Marilise Rouzier (Mariliz Wouzye)

Desen / grafik : Susana Strauss, Ilistrasyon : Marisa Coniglio

Foto : Ajantin : M. Costaguta, B. Itten ; Babad : A. Faujour ; Brezil : IBPM ; Kosta Rika : Rafael Ocampo ; Kiba : V. Fuentes, F. Morón ; Gwadeloup : M. Dulormne, J. Fournet, H. Joseph, A. Roustean ; Gwatemala : L. Girón ; La Reyinyon : R. Lavergne ; Matinik : A. Exbrayat, J. Beal, F. Martail ; Panama : CIFLORPAN ; Pòto-Riko : M. Benedetti ; Repiblik Dominiken : L. G-Robineau, V. Lamarche, A. Ososki, A. Robineau ; Sainte-Lucie (Sent Lisi) : R. Graveson ; Sen Vensan : V. Balland ; Tobago : J. Delaigue ; Venezuela : R. Balzac, M. Delens, S. Tillet

Yon mès espesyal pou Domèn Emerod (Pak Natirèl Rejyonal Matinik)

Koòdonasyon pwojè OSAIN : Loik Bourgeois (PNRM)

Nidifikasyon : lartigraphie@gmail.com / Makèt ak Enpresyon : Caraib Ediprint

Avètisman, Pinga, Limit responsabilite TRAMIL

Enfòmasyon ki prezante la a se pou tout piblik la, pou amelyore konesans li.

Li pa ka ranplase okenn dispozisyon legal, okenn règleman.

Tout moun dwe konnen gen kèk pati nan plant yo ki ka fè move aksyon soukò a, gen kèk efè ou pa ta vle oswa ki ka reaji ak lòt remèd wap pran. Se poutèt sa, lè ou vle sèvi ak remèd fèy yo, ou dwe mande yon pwofesyonèl lasante konsèy.

TRAMIL pa ka responsab okenn move isaj yon moun ka fè ak gid sa a, kit seta nan pran yon desizyon, fè yon aksyon oswa manke konprann enfòmasyon ki bay yo.

Remèd ki prezante la yo pa dwe sèvi ni pou ti moun, ni pou fanm ansent ni pou fanm kap bay tete.

Preparasyon yo dwe konsève nan frijidè epi fòk ou sèvi avè yo anvan 24 èd tan pase sou yo.

Fòk ou respekte tout règ ijyèn yo pou anpeche kontaminasyon oswa enpeche yon enfeksyon ou genyen déjà vinn pi grav.

Nan kad pwomosyon medsin tradisyonèl ak efò leta ayisyen pou ranfòse sistèm sante a, Ministè Sante Piblik ak Popilasyon (MSPP), atravè Direksyon Famasi ak Medikaman ak Medsin Tradisyonèl ap prezante nou « *Gid Pratik TRAMIL sou remèd fèy tradisyonèl Karayib la* ».

Nan Karayib la, nou genyen anpil plant ki ka itilize pou trete divès maladi. Anpil etid ki fèt nan plizyè peyi nan rejyon an tankou Ayiti, pèmèt espesyalist yo identifye anpil plant medisinal. Konsa, travay sa yo te pèmèt yo fè plizyè piblikasyon sou divèsite ak pwopriyete plant ki genyen nan rejyon an.

Nan Gid Pratik TRAMIL sou remèd fèy tradisyonèl Karayib la, n'ap jwenn enfòmasyon sou plizyè plant ki fè pati de rezèv peyi a ak kèk rekòmandasyon sou kòman nou ka itilize yo.

Ministè Sante Piblik ak Popilasyon pibliye liv sa ak sipò group TRAMIL nan kad pwojè OSAIN. Pwojè OSAIN nan jwenn finansman li nan Pwogram INTERREG Karayib ansanm ak Fon Ewopeyen pou Devlopman Rejyonal.

Avek liv sa, Ministè Sante Piblik ak Popilasyon vle mete nan sistèm sante a yon zouti ki ka sèvi referans ak popilasyon an epi ak tout aktè ak patnè ki ap travay nan domèn medsin tradisyonèl nan peyi a pou amelyore izaj plant yo.

Konsa, MSPP ap envite popilasyon an swiv tout konsèy y ap jwenn nan dokiman sa pou ka pèmèt yo gen pi bon rezilta ak plant y'ap itilize yo.

Dr. Marie Gréta ROY CLEMENT
Minis



Remèsiman

Direksyon Jeneral Ministè Sante Piblik ak Popilasyon ap remesye tout moun ki patisipe nan preparasyon ak piblikasyon « *Gid Pratik TRAMIL sou remèd fèy tradisyonèl Karayib la* » :

- ✓ Direksyon Famasi, Medikaman ak Medsin Tradisyonèl pou swivi teknik yo ki pèmèt piblikasyon dokiman sa;
- ✓ Gwoup TRAMIL ki avèk syantifik li yo, kontribye nan validasyon ak pataj enfòmasyon sou pwopriyete ak izaj plant medisinal peyi nan karayib la tankou Ayiti;
- ✓ Fakiltè Medsin ak Famasi nan Inivèsite Leta Ayiti, Sèvis ekimenik antrèd ak anpil konpatriyòt ayisyen ki patisipe nan refleksyon gwoup TRAMIL la;

✓ Dr Lionel Germosèn-ROBINEAU, editè syantifik liv Famakope vejetal karayibyèn nan;

✓ Dr Daniel Henrys (Sèvis Ekimenik Antrèd) ak Marilise ROUZIER, pwofesè nan Fakiltè Medsin ak Famasi pou sipò yo nan preparasyon an kreyòl ak adaptasyon dokiman an.



Dr Laure ADRIEN
Direktè Jeneral MSPP

Pou fè « **Gid pratik Tramil sou remèd fèy tradisyonèl Karayib la** » men dokiman ki te konsilte : dezyèm edisyon *Famakope Vejetal Karayib la*, ti liv pratik *Rimèd Razyé* ki te fèt ak kolaborasyon Archipèl des Sciences ak sit entènèt rezo TRAMIL (www.tramil.net).

TRAMIL se yon pwogram rechèch aplike sou medsin tradisyonèl popilè Karayib la ki ekziste depi lane 1982. Misyon li se montre valè syantifik isaj tradisyonèl remèd fèy yo nan swen sante primè. Rechèch sa yo ki gen pou wè ak etnoloji epi famakoloji itilize nan preske tout peyi Karayib la.

Vèsyon orijinal gid la te realize nan yon atelye ki te fèt nan peyi Kiba ak kolaborasyon ensitisyen sa yo : Ajans Anvironman ak Devlopman Karayib (ENDA-Caraibe), Inivèsite Antiy ak Giyan (AG), Ministè Franse Relasyon Eksteryè ak Ministè Sante Piblik (MINSAP) peyi Kiba, LCF (*Laboratorio Central de Farmacologia, Universidad de Ciencias Medica de La Habana*), Ministè franse Rechèch.

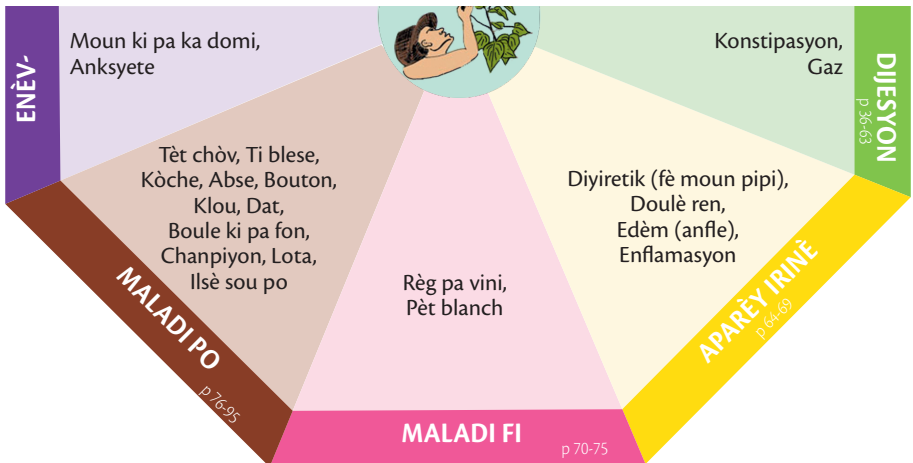
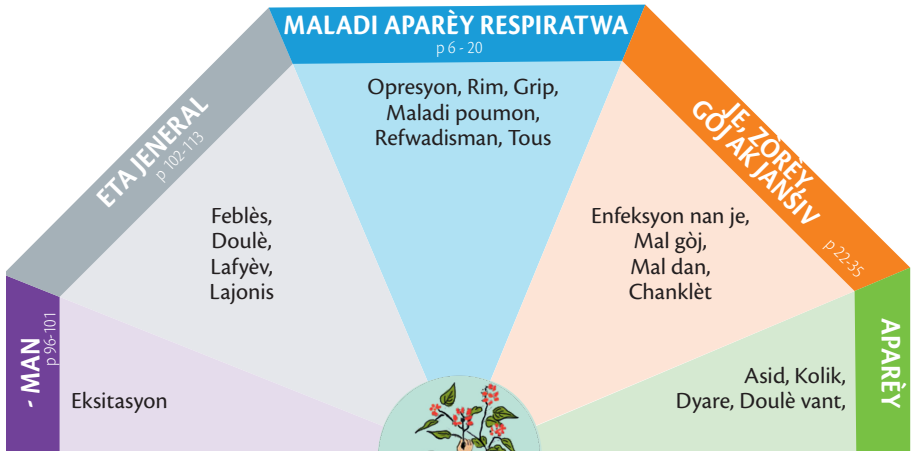
Men moun ki travay nan vèsyon orijinal la : *Lionel Robineau, L.Mariana, Marisol Lopez, Maria Martinez, Zulena Morejon, Maria de carmen Victoria, Elisa Beaucourt.*

Edisyon 2021 an ajou ak rekòmandasyon Komite Editoryal TRAMIL (CETRA) yo pou ane 2020 an.

Men sa pou w konnen pouw jwenn bon rezilta ak remèd tradisyonèl yo

- ✓ Fòk ou byen idantifye plant lan (gade byen foto ki parèt sou paj la) anvan ou fè preparasyon an.
- ✓ Sèvi ak plant ki leve san angrè yo.
- ✓ Pou chak preparasyon wap fè, pran prekosyon sa yo :
 - Byen lave veso yo anvan ou sèvi ak yo,
 - Anvan ou kòmanse, lave men ak zong ou ak dlo potab ak savon,
 - Lave tout plant lan oswa pati plant ki pral sèvi a,
 - Pa melanje preparasyon an ak oken lòt PWODWI
 - Pa manje, ni fimen pandan wap prepare remèd la.
- ✓ Refè preparasyon an chak fwa pou w pran'l.
- ✓ Pa konsève li plis pase yon jou sòf si ou ka metel nan frijidè.
- ✓ Pa pran remèd la ak lòt pwodwi, kit yo natirèl, kit yo preskri nan ka ou te konsilte yon doktè anvan.
- ✓ Pou fè yon aplikasyon lokal : byen lave pati malad la ak dlo bouyi ki fin refwadi ak savon anvan ou mete remèd la sou kote a.
- ✓ Pa janm sèvi ak remèd sa yo lè ou ansent oswa lè wap bay tete.
- ✓ Byen swiv rekòmandasyon yo bay sou jan pou sèvi ak fèy sèch oswa fre yo – Byen lave fèy yo. Pou seche fèy yo : pa mete yo nan solèy ; chèche yon kote nan lonbraj pou mete yo seche : konsa, yo pap pèdi fòs yo.
- ✓ Pou jwenn bon rezilta, fòk ou byen swiv resèt la ak dòz yo bay yo.

Referans koulè yo



Eskane mwen !

Pou jwenn aksè nan fèy konplè plant nan gid sa a sou **TRAMILotheque** a, eskane kòd QR yo lè l sèvi avèk yon lektè kòd QR oswa yon aplikasyon eskanè ki soti nan smartphone ou oswa tablèt ou. Sa a mande pou yon koneksyon entènèt. TRAMILotheque la disponib tou sou www.tramil.net



Lalwa

Aloe vera

Pati pou sèvi a:

pati klè, glise, ki nan mitan fèy la

Ou dwe konsilte doktè anvan ou sèvi ak remèd sa a : se yon konpleman remèd doktè a ap ba ou a.

Suggestion Mme Rouzier :
"On peut garder la phrase de la page 9 pour uniformiser l'information concernant la consultation nécessaire chez le médecin"

le texte n'est pas le même selon les plantes dans la version originale



Koupe yon fèy lalwa ki gen anpil chè, lave'l nan dlo potab.



Wete sou kote kigen pikan yo ak yon kouto.



Pran pati klè ki nan mitan fèy la ak you kiyè.



Pran 1 oswa 2 ti kiyè pati sa a, mete'l nan 1 tas dlo kap bouyi.



Kite'l poze pandan 10 minit epi pase'l nan paswa.



Bwè yon (1) tas preparasyon an 3 fwa nan jounen an. Fè sa nan maten ak aswè.

ATANSYON:

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon : pa sèvi ak lalwa a lè li okside lè sa a li pran yon koulè yon jan wouj. Evite menyen pati jòn ki koule lè ou koupe fèy yo : sa ka bay iritasyon sou po a ak dyare si li rive nan bouch ou. Gen anpil bagay yo di sou lalwa ki pa gen fondman.

Prepare remèd la lè ou pral bwè li.

Kriz opresyon



Kafe

Coffea arabica

Pati pou sèvi a:

fèy yo

*Ou dwe konsilte doktè ou.
Remèd sa a se yon konpleman
remèd doktè a ap ba ou a.*



*Cette indication est traduite de différentes
manières selon le médicament : uniformiser ?*



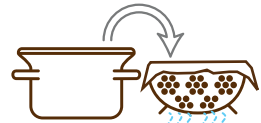
Mete yon tas dlo
(250ml) bouyi nan yon
kaswòl.



Lage 7 - 10 gram
fèy kafe fre ladan'l.



Kouvri kaswòl la epi
kite'l bouyi
pandan 5-10 minit.



Etenn dife a, pase remèd
la nan yon paswa fen.



*Bwè 1 tas 3 fwa nan jounen
an jouktan ou al konsilte.*

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Prepare remèd la lè ou pral bwè li.

Enflamasyon nan bronch, rim



Lalwa

Aloe vera

Pati pou sèvi a:

pati klè, glise, ki nan mitan fèy la

Si pwoblèm lan ap pèsiste apre 5 jou sou yon granmoun oswa 2 jou sou yon timoun, ale nan yon sant sante.



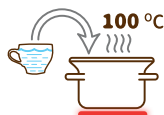
Koupe yon fèy lalwa ki gen kontchè, lavel nan dlo potab.



Wete sou kote ki gen pikan yo ak yon kouto.



Pran pati klè ki nan mitan fèy la ak yon kiyè.



Bouyi 1 tas dlo (250ml) ak 1 oswa 2 ti kiyè jèl nan yon kaswòl ki kouvri pandan 10 minit.



Pase'l nan paswa.



Bwè yon tas preparasyon an 3 fwa nan jounen an.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a:

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane
- Moun ki soufri ak maladi sik



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon : pa sèvi ak lalwa a lè li vin tou jon: lè sa a li pran yon koule yon jan wouj. Evite manyen pati jòn ki koule lè ou koupe fèy yo : sa ka bay iritasyon sou po a ak dyare si li rive nan bouch ou. Gen anpil bagay yo di sou lalwa ki pa gen fondman.

Prepare remèd la lè ou pral bwè li.

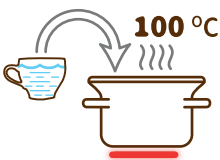
Nemoni, maladi nan poumon



Kafe *Coffea arabica*

Pati pou sèvi a: grenn yo

Konsilte nan yon sant sante
pi vit ou kapab. Remèd sa a
se yon konpleman sou remèd
doktè a. Mande nan sant lan si
ou ka pran li.



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi nan
yon kaswòl.



Mete 1 kiyè grenn kafe
moulen/griye ladann.



Kouvri kaswòl la,
kite dlo a bouyi
pandan 10 minit.



Etenn dife a,
koule preparasyon an.



Bwè yon tas preparasyon an 3 fwa nan jounen an jouk ou
al konsilte. Remèd sa a se pa yon tretman, se yon ti diplis.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

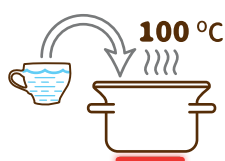
- Prepare remèd la lè ou pral bwè li.



Melis *Lippia alba*

Pati pou sèvi a:
fèy yo

Si syi yo la toujou apre 7 jou,
ale nan yon sant sante.



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi nan yon
kaswòl.



Lague 3-5 fèy fre rache
nan dlo a epi etenn
dife a.



Kouvri kaswò la, kite l
poze 10 minit.



Pase te a sou
yon paswa.

Bwè 3 tas nan jounen an pandan 7 jou.



ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Prepare remèd la lè ou pral bwè li.

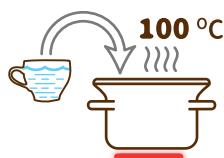
Tous, grip, refwadisman



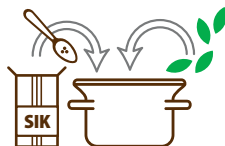
Bwadòm *Guazuma ulmifolia*

Pati pou sèvi a: fèy yo

*Si siy yo la toujou apre 7 jou,
ale nan yon sant sante.*



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi nan
yon kaswòl.



Lage 3 gram fèy fre
rache ladann ak
yon ti kiye sik.



Kouvri kaswòl la,
kite l bouyi
pandan 10 minit.



Etenn dife a,
pase te a nan
yon paswa.



*Bwè 3 tas pa jou pandan 7 jou oswa sispann tretman
le pli vit ke ou remake yon amelyorasyon.*

ATANSYON

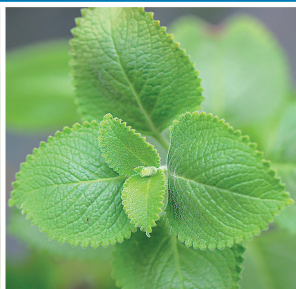
Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

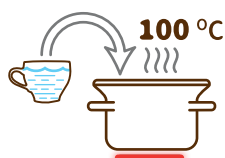
- Prepare remèd la lè ou pral bwè li.



Gwo ten *Plectranthus amboinicus*

Pati pou sèvi a :
fèy yo

*Si tous la toujou la apre 3 jou,
ale nan yon sant sante.*



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi
nan yon kaswòl.



Etenn dife a ;
mete 2 fèy fre ou pase
sou dife ladan'l.



Kouvri kaswòl la, kite'l
poze 10 minit.



Pase te a nan
yon paswa.

Bwè yon tas 3 fwa pa jou.



ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Prepare remèd la lè ou pral bwè li.



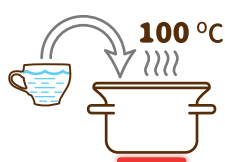
Vetivè

Vetiveria zizanioides

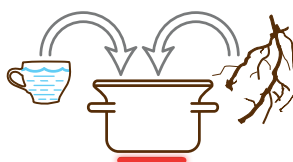
Pati pou sèvi a:

rasin la

*Si tous la toujou la apre 3 jou,
ale nan yon sant sante.*



Mete yon tas (250 ml)
dlo bouyi
nan yon kaswòl.



Lage 1 gram rasin
fre ladan'l.



Kouvri kaswòl la,
kite'l bouyi
pandan 10 minit.



Etenn dife a, pase te a
nan yon paswa.



Bwè 3 tas pa jou pandan 3 jou, pa plis.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Prepare remèd la lè ou pral bwè li.



Gwo medsiyen *Jatropha curcas*

Pati pou sèvi a:
lèt ki nan plant lan

*Si ou wè sa pa miyò apre 3 jou,
ale nan yon sant sante.*



Pase lèt la sou
bouton yo.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lèt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Pran lèt plant lan lè ou pral aplike li
- Anvan ou aplike remèd la, lave bouch la ak dlo bouyi
- Fò moun lan toujou kenbe bouch li byen pròp.

Maloje, azoumounou



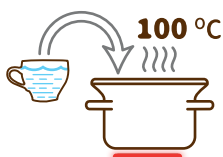
Sansès

Catharanthus roseus

Pati pou sèvi a:

flè blanch yo

*Si ou pa gen rezilta apre 3 jou,
ale nan yon sant sante.*



Fè bouyi yon tas dlo
(250 ml) nan
yon kaswòl.



Etenn dife a.
Lage 3 flè blanch
ou fèk kase ladann.



Kouvri kaswòl la
Kite l poze pandan
10 minit.



Kite preparasyon an frèt
Koule li.



*Tranpe yon moso koton byen pwòp nan te a,
pwije 2 gout nan kwen je a, bonè nan maten.
Fè sa 3 fwa nan jounen an.*



ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a:

- Timoun ki poko gen 5 lane



Lèt rekòmandasyon ak enfòmasyon:

- Lè wap fè yon tretman nan je, fòk ou swiv tout règ ijyèn yo pandan wap prepare remèd la e lè wap aplike l: se pou anpeche kontaminasyon oswa enfeksyon an ta vin pi grav.
- Fè preparasyon an lè ou pral sèvi avè l.

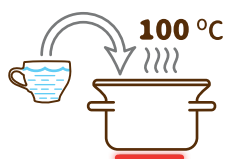
Maloje, azoumounou



Planten *Plantago major*

Pati pou sèvi a:
fèy yo

*Si ou pa gen rezilta apre 3 jou,
ale nan yon sant sante.*



Fè bouyi yon tas dlo
(250 ml) nan yon kaswòl.



Lage 1 - 2 fèy ou
fèk kase ladann.



Kouvri kaswòl la.
Kite'l bouyi pandan
10 minit.



Eten dife a.
Kite preparasyon
an frèt.



Koule li sou yon twal pwòp.



Lave je a chak 2 zèd tan ak 10 gout
preparasyon an.

ATANSYON

- Pa mete ji fèy oswa te ki poko pase a direktman nan je a paske li ka bay yon iritasyon.
- Pa konsève preparasyon an plis pase yon jounen.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Lè wap fè yon tretman nan je, fòk ou swiv tout règ ijyèn yo pandan wap prepare remèd la et lè wap aplike l: se pou anpeche kontaminasyon oswa ke enfeksyon an ta vin pi grav. Fè preparasyon an lè ou pral sèvi avè l.

Maloje, azoumounou



Bayawonn
Prosopis juliflora

Pati pou sèvi a :
fèy yo

Si ou pa jwenn rezilta ak tretman an apre 3 jou, ale nan yon sant sante.



Lave kèk fèy fre.



Pile yo pou ka pran enpe ji.



Aplike 1-2 gout ji a nan je a.



Fè sa 3-6 fwa nan jounen an.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Remèd sa a pa dwe aplike pou timoun ki poko gen 5 lane.



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Lè wap fè yon tretman nan je, fòk ou swiv tout règ ijyèn yo pandan wap prepare remèd la epi lè wap aplike'l: se pou anpeche lòt kontaminasyon oswa enfeksyon an vin pi grav. Fè preparasyon an lè ou pral sèvi avè'l.



Pwa pyant, ti kafe *Senna occidentalis*

Pati pou sèvi a: fèy yo

Si malgòj la toujou la apre
2 jou sou yon timoun, 3 jou
sou yon gran moun, ale nan
yon sant sante.



Lave kèk jenn fèy fre.



Pile yo.



Mete yo nan bouch ou, machonnen yo
pandan kèk minit, vale en pe ji a.



Refè sa plizyè fwa nan jounen an.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Prepare remèd la lè ou pral bwè li.



Bwadin

Pimenta racemosa

Pati pou sèvi a:

fèy yo

Ou ka sèvi ak remèd sa a pou konplete tretman doktè a. Pa neglije al konsilteyon doktè dan lè ou gen maldan.



Kase kèk fèy,
lave yo.



Pran yon dan lay ak
yon klou jiwòf.



Pile tout ansanm.



Aplike preparasyon
an sou dan an pandan
3 ak 5 minit.



Refè sa 3 fwa nan jounen an jouk
ou ale konsilte yon doktè dan.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Remèd sa a pa dwe aplike pou timoun
ki poko gen 5 lane.



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an lè ou pral sèvi avè l.
- Fèy bwadin yo ka bay alèji. Si ou wè sa rive, sispan remèd la epi al nan yon sant sante.



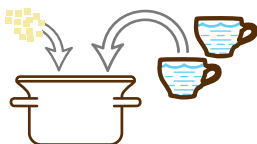
Zechalòt *Allium cepa* *var. aggregatum*

Pati pou sèvi a:
rasin lan

Si ou wè sa pa miyò apre 3 jou,
ale nan yon sant sante.



Koupe yon zonyon.



Mete zonyon an koupe
nan yon kaswòl ak
2 tas dlo bouyi byen
cho (500ml).



Kouvri veso a.
Kite l tranpe
pandan 12 zèd tan.



Pase'l nan yon paswa.



Mete 2 - 3 gout ji a dirèkteman son bouton yo ak yon pipèt
oswa yon ti kiyè, 3 fwa nan jounen an pandan 5 jou.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a:

- Ou pa dwe aplike remèd sa a pou timoun
ki poko gen 5 lane.



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Anvan ou aplike remèd la, lave kote a ak dlo bouyi wap fè refwadi epi ak savon.
- Toujou kenbe bouch ou pwòp. Fè preparasyon an lè ou pral sèvi avè l.

Kolik, doulè kè, gaz



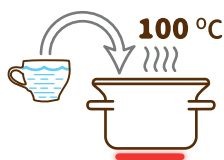
Lanni

Foeniculum vulgare

Pati pou sèvi a:

fèy yo

Si doulè a toujou la aprè 3 jou,
ale nan yon sant sante.



Mete yon tas (250 ml)
dlo bouyi
nan yon kaswòl.



Etenn dife a lè dlo a
bouyi. Lage yon branch
lanni ak fèy li nan dlo a.



Kouvri veso a kitel poze
pandan 5-10 minit.



Eten dife a.
Pase'l nan yon paswa.



Bwè 1 tas 3 fwa nan jounen an lè ou fin manje.
Fè sa jouk doulè a pase.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a:

- Fanm ki k wè yo ansent
- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon:

- Pa manje manje twò lou jouk doulè a pase. Pa bwè alkòl.
- Yo sèvi ak grenn lanni kòm epis tou.
- Fè preparasyon an lè moun nan pral bwè li.

Doulè kè, vomisman



Bazilik
Ocimum basilicum

Pati pou sèvi a :
fèy yo

Si ou wè maladi a ap vinn pi grav, ale nan yon sant sante.



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi
nan yon kaswòl.



Etenn dife a lè dlo a
bouyi. Lage 10 - 15 fèy
fre nan dlo a.



Kouvri veso a.
Kite'l poze 5-10 minit.



Pase'l nan yon paswa.



Bwè 1 tas 3 fwa nan jounen an: maten, midi, aswè.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Si moun nan ap vomi, ba li sewòm oral si ou Genyen oswa prepare sewòm lan pou ba li.
- Fè preparasyon an lè moun nan pral bwè li.
- Yo sèvi ak fèy bazilik kòm epis tou.



Sitwonèl *Cymbopogon citratus*

Pati pou sèvi a :
fèy yo

Si ou wè maladi a ap vin pi grav, ale nan yon Sant sante.



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi.
Nan yon kaswòl.



Etenn dife a lè dlo a bouyi.
Lage 1 oswa 2 fèy fre byen
rache nan dlo a.



Kouvri veso a.
Kite'l poze pandan
5-10 minit.



Koule te a sou yon ti
twal fen.



Bwè yon tas 4 rive 5 fwa nan jounen an pandan 3 jou.
Rete tretman an si sa amelyore.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay ti bebe tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



PREKOSYON POU PA PRAN DYARE :

- Lave men ou anvan ou manje.
- Bwè dlo potab.
- Lave fwi ak legim yo anvan ou konsome yo.
- Lave men ou lè ou soti nan twalèt.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

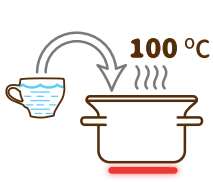
- Sitwonèl gen menm odè ak sitwon : sa ka ede pou pa konfonn li ak lòt plant ki Sanble'l.
- Si moun lan gen dyare, ba li sewòm oral si ou Genyen oswa prepare sewòm lan pou ba li. Tretman sa a se yon diplis sou sewòm oral la.
- Fè preparasyon an lè ou pral bwè li.



Gwayav *Psidium guajava*

Pati pou sèvi a:
fèy yo

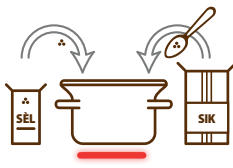
Si ou wè maladi a ap vin pi grav, ale nan yon Sant sante.



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi
nan yon kaswòl.



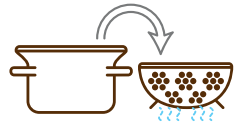
Lave 7 fèy ou
fenk kase.
Lage fèy yo nan
dlo a.



Ak yon ti kiyè sik
epi yon ti sèl fen.



Kouvri veso a,
kite'l pou 5-10 minit.



Etenn dife a,
koule te a.



Bwè yon tas 4 rive 5 fwa nan jounen an pandan 3 jou.
Rete tretmam an si sa amelyore.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



PREKOSYON POU PA PRAN DYARE:

- Lave men ou anvan ou manje.
- Bwè dlo potab.
- Lave fwi ak legim yo anvan ou konsome yo.
- Lave men ou lè ou soti nan twalèt.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

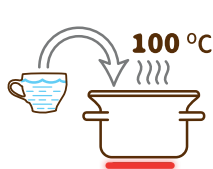
- Si moun lan gen dyare, ba li sewòm oral si ou. Genyen oswa prepare sewòm lan pou ba li. Tretman sa a se yon di plis sou sewòm oral la.
- Fè preparasyon an lè ou pral bwè li.



Jenjanm *Zingiber officinale*

Pati pou sèvi a:
rasin la

*Si ou wè maladi a ap vin
pigrav, ale nan yon sant sante.*



Fè bouyi yon tas
dlo (250 ml)
nan yon kaswòl.



Lave yon
mòso (5 g)
rasin fre.



Rapel.



Mete yon kiyè
rasin jenjanm
ladan'l.



Kouvri veso
a, kite l bouyi
10 minit.



Etenn dife a.
Koule te a.



*Bwè yon tas 2 rive 4 fwa nan jounen an pandan 3 jou.
Diminye kantite a si sa amelyore.*

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a:

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane
- Moun ki soufri pyè nan ren oswa kap pran remèd pou san yo pa kaye.



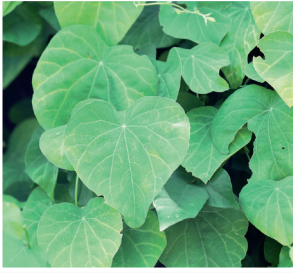
PREKOSYON POU PA PRAN DYARE:

- Lave men ou anvan ou manje.
- Bwè dlo potab.
- Lave fwi ak legim yo anvan ou konsome yo.
- Lave men ou lè ou soti nan twalèt.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon:

- Yo sèvi ak rasin jenjanm kòm epis.
- Si moun lan gen dyare, ba li sewòm oral si ou genyen oswa prepare sewòm lan pou ba li. Tretman sa a se yon di plis sou sewòm oral la. Te sa a ka yon ti jan pike.
- Fè preparasyon an lè ou pral bwè li.

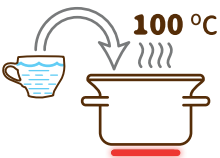
Doulè kè



Fèy kè, fèy akè *Cissampelos pareira*

Pati pou sèvi a:
fèy yo

*Si doulè a la toujou apre 3 jou,
ale nan yon sant sante.*



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi
nan yon kaswòl.



Mete 3 fèy ou fèk kase
nan tas la.



Kouvri veso a.
Kitel bouyi pandan
10 minit.



Etenn dife a,
koule te a.



*Bwè 1 tas nan maten, 1 vè midi epi 1 aswè pandan 3 jou
epi rete tretman an.*

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 12 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an lè ou pral bwè li.

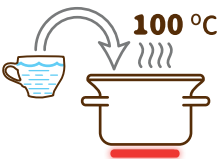
Doulè kè



Zèb chapantye, sèpantye *Justicia pectoralis*

Pati pou sèvi a :
fèy yo

*Si doulè a la toujou apre 3 jou,
ale nan yon sant sante.*



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi
nan yon kaswòl.



Mete 10-15 fèy ou fèk
kase nan tas la.



Kouvri veso a,
kite'l bouyi pandan
10 minit.



Etenn dife a,
koule te a.

Bwè 1 tas lè ou gen doulè a pandan 3 jou epi rete tretman an.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane
- Moun kap pran remèd pou san yo pa kaye.



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an lè ou pral bwè li.
- Pa bwè te sa a si ou pral kondwi machin oswa si ou pral fè yon travay ki mande konsantrasyon.

Doulè kè, kolik, gaz



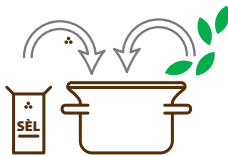
Atiyayo *Ocimum gratissimum*

Pati pou sèvi a :
fèy yo

*Si doulè yo la toujou apre
3 jou, ale nan yon sant sante.*



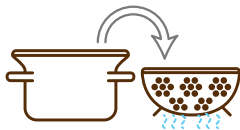
Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi nan yon
kaswòl. Etenn dife a.



Lage 7-10 fèy fre nan dlo
a ak yon ti sèl si ou ta vle.



Kouvri veso a.
Kite'l poze oswa
kite'l bouyi pandan
5-10 minit.



Koule te a.



Bwè 3 tas nan jounen an : youn nan maten epi 2 lòt
yo pa twò pre moman ou pral manje oswa lè ou santi
nwizans lan.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an lè oswa pral bwè li.
- Si malad la vomi, ba li koudòm oral nan ti dòz.

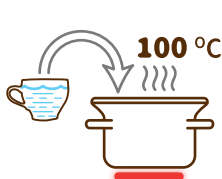
Doulè kè



Flè sousi *Tagetes lucida*

Pati pou sèvi a :
fèy ak flè sèch yo.

*Si doulè yo la toujou apre 3 jou,
ale nan yon sant sante.*



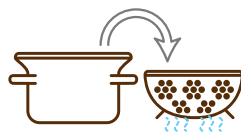
Fè bouyi yon tas dlo
(250 ml).
Etenn dife a.



Lage yon ti ponyen fèy
ak flè sèch ladann.



Kouvri kaswòl la.
Kite l poze pandan
5 -10 minit.



Koule te a.



*Bwè yon tas nan maten, youn nan midi ak yon lòt aswè.
Fè sa pandan 3 jou epi rete.*

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an lè ou pral bwè li.
- Anvan ou fè'l seche plant lan nan lonbraj, byen lave l ak dlo potab.

Doulè kè ak ilsè nan lestomak



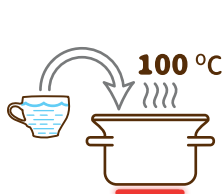
Vetivè

Vetiveria zizanioides

Pati pou sèvi a:

boujon oswa jènn fèy yo

*Si doulè a la toujou apre 3 jou,
ale nan yon sant sante.*



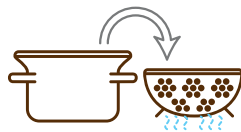
Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi
nan yon kaswòl.



Rache 1 kiyè fèy sèch
oswa 2 kiyè fèy fre.
Lage yo nan dlo a.



Kouvri veso a.
Kite'l bouyi pandan
10 minit.



Etenn dife a, pase te a
nan yon paswa.



*Bwè yon tas nan maten, youn nan midi ak yon
Lòt aswè. Fè sa pandan 3 jou epi rete.*

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a:

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon:

- Fè preparasyon an lè ou pral bwè li.

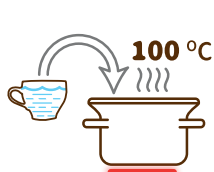
Doulè kè, gaz, endijesyon, vomisman



Jenjanm *Zingiber officinale*

Pati pou sèvi a:
rasin lan

*Si ou wè doulè a la toujou apre
3 jou, ale nan yon sant sante.*



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi
nan yon kaswòl.



Lave yon
moso
rasin fre.



Rapel.



Mete yon kiyè
rasin jenjanm
ladan.



Kouvri veso a
epi kite'l bouyi
10 minit.



Etenn dife a.
Koule te a.



*Bwè yon tas 2 rive 4 fwa nan jounen an pandan 3 jou.
Diminye kantite a si sa amelyore.*

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane
- Moun ki soufri pyè nan ren oswa kap pran remèd pou san yo pa kaye.



Lèt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Lè yon moun gen vomisman, ba li sewòm oral si ou genyen oswa prepare sewòm lan pou ba li. Tretman sa a se yon di plis sou sewòm oral la.
- Fè preparasyon an lè ou pral bwè li. Te sa a ka yon ti jan pike. Yo sèvi ak rasin jenjanm kòm epis.

Konstipasyon, lè ou pa ka twalèt



Masketi (Maskriti)

Ricinus communis

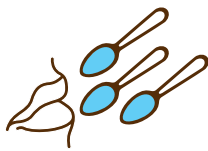
Pati pou sèvi a:

lwil grenn yo wap jwenn nan famasi

Si ou wè maladi a ap vin pi grav, ale nan yon sant sante.



Achte lwil masketi a nan famasi.



Bwè lwil la : 1-3 gwo kiyè (15-45 ml):
pou yon granmoun.



1-3 tikiyè (5-15 ml):
pou yon timoun ki deja gen 4 lane.



Si ou vle, ou ka bwè li nan en pe lèt, te, oswa ji.



Bwè lwil la yon sèl fwa nan maten, anvan ou manje.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a:

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lèt rekòmandasyon ak enfòmasyon:

- Sèvi ak lwil ki soti nan famasi pase lwil masketi bezwen yon tretman spesyal pou li pa fè ou malad. Men sa ki ka ede lè ou soufri konstipasyon : Bwè chak jou yon vè dlo fre granm maten. Bwè anpil lòt likid pandan jounen an. Manje anpil salad fre, fwi ak lòt manje ki gen fib ladan yo. Sèvi sèlman ak lwil maskriti ou pran nan famasi oswa nan dispense ou konnen. Lè li vin rans, lwil maskriti (maskriti) a ka gen gwo danje ladann ! **Kite kèk semenn pase si ou ta vle refè tretman sa a.** 61

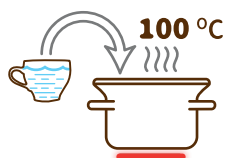
Gaz, endijesyon, vomisman



Mant ak tibonm *Mentha spp.*

Pati pou sèvi a: fèy yo

Si ou wè doulè yo la toujou
apre 3 jou pou yon granmoun,
2 jou pou yon timoun, ale nan
yon sant sante.



Fè bouyi yon tas dlo
(250 ml).



Lage 3 kiye fèy sèch
ladann (3 gram).



Kouvri kaswòl la.
Kite'l poze pandan
5 -10 minit.



Koule te a.



Bwè yon tas 3 fwa nan jounen a : youn nan maten,
2 lòt yo lè ou pral manje oswa lè ou santi doulè a.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Gen plizyè varyete mant nan peyi a: sèvi ak sa ou vle a.
- Fè preparasyon an lè ou pral bwè li.

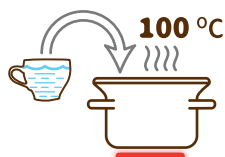
Maladi vè



Semen kontra *Dysphania ambrosioides*

Pati pou sèvi a:
jenn fèy yo

*Si ou wè siy yo la toujou apre
3 jou, ale nan yon sant sante.*



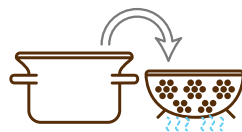
Fè bouyi yon tas dlo
(250 ml).



Lage 5 fèy fre ou
fèk kase ladann.



Kouvri kaswòl la.
Kite'l poze pandan
5-10 minit.



Koule te a.

Bwè te a yon sèl fwa nan jounen an, pandan 3 jou sèlman, nan dòs sa yo :



1 tas pou granmoun



½ tas pou timoun pase 35 kg



⅓ tas pou timoun ki poko gen 35 kg

PREKOSYON POU PA PRAN DYARE:

- Lave men ou anvan ou manje.
- Bwè dlo potab.
- Lave fwi ak legim yo anvan ou konsome yo.
- Lave men ou lè ou soti nan twalèt.

ATANSYON Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Pèsonaj
- Fanm ansent, fanm kap bay tete
- Moun ki soufri maladi fwa oswa maladi nan ren



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Pa chanje anyen nan jan pou fè preparasyon oswa jan pou bwè li. **Te sa a fèt pou 3 kalite vè : askaris, ankilostom ak oksii ; li pa aji sou lòt vè.** Pa refè tretman sa a anvan 6 mwa. Fè preparasyon an lè ou pral bwè li.



Kokoye *Cocos nucifera*

Pati pou sèvi a :
dlo kokoye a

*Si pwoblèm lan la toujou apre
3 jou sou yon granmoun, 2 jou
pou yon timoun, cheche wout
yon sant sante.*



Bwè yon vè dlo kokoye (250 ml)
4 rive 6 fwa pa jou pandan 3 jou.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Kòm gen posibilite pou sa ta yon enfeksyon nan sistèm irinè a, li enpotan pou al konsilte nan yon sant sante.
- Dlo kokoye a se yon konpleman ou ka pran an plis tretman doktè a, si li dakò.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

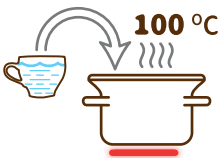
- Koupe kokoye a lè ou pral bwè dlo a ; **pa konsève l.**



Mayi *Zea mays*

Pati pou sèvi a: bab mayi a

Si pwoblèm lan la toujou apre
3 jou sou yon granmoun, 2 jou
pou yon timoun, cheche wout
yon sant sante.



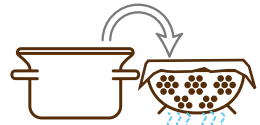
Mete yon tas dlo
(250ml) bouyi
nan yon kaswòl.



Lage 2-3 gram bab
mayi sèk oswa
10 gram bab mayi
fre ladann.



Kouvri kaswòl la, kite'l
bouyi pandan 10 minit.



Etenn dife a, pase te a
nan yon paswa sou
yon ti twal fen.

Bwè 1 tas 3 fwa pa jou pandan 3 jou.



ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lèt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Si ou gen yon enfeksyon irinè oswa pyè nan ren, ou dwe al konsilte nan yon sant sante.
- Remèd sa a ka konplete remèd doktè a, si li dakò. Prepare remèd la lè ou pral bwè li.

Edèm, enflamasyon irinè



Mayi *Zea mays*

Pati pou sèvi a:
bab mayi a

*Si siy yo la toujou ape 3 jou,
ale nan yon sant sante*



Mete yon lit dlo deja
bouyi nan yon kaswòl.



Lage 2 gram bab mayi
sèk oswa 10 gram bab
mayi fre ladann.



Kouvri kaswòl la, kite'l
poze 12 zèd tan.



Pase te a nan yon
paswa sou
yon ti twal fen.

**Edèm ak enflamasyon ka presante gwo risk pou
sante ou. Lè ou gen siy sa yo, ou dwe konsilte nan
yon sant sante**



Bwè 1 tas 3 fwa pa jou pandan 3 jou.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Prepare remèd la chak jou. Pa konsève'l plis pase yon jounen. Lè ou fin prepare'l, kite'l nan frijidè.



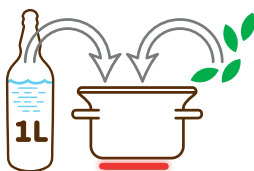
Lanman, lanman fran *Solanum americanum*

Pati pou sèvi a:
fèy ki nan matirite yo

*Si pwoblèm la la toujou apre
3 jou, ale nan yon sant sante.*



Lave yon ponyen
fèy (30 -50 gram)
ou fèk kase.



Mete yo nan yon
kaswòl, vide yon lit
dlo sou yo.



Kouvri veso a, kite l
bouyi pandan 10 minit.



Eten dife a,
kite preparasyon
an frèt, koule li.



*Fè ben-y syèj ak lavaj pati ou 3 fwa
nan jounen an : maten, midi ak
aswè lè ou pral domi.*

ATANSYON

- Lave pati ou ak dlo bouyi anvan ou sèvi ak remèd la.
- Pa sèvi ak savon nan pati ou.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an lè ou pral aplike'l.

Reta règ, règ pa vini



Bètrav, bètrouj *Beta vulgaris*

Pati pou sèvi a:
rasin lan

*Si apre 3 jou règ yo pa vini,
al konsilte nan yon sant sante.*



Lave yon bètrav fre,
retire po li.



Graje li.



Peze ji a.



*Pran 6 kiyè granmoun konn manje a
(100 ml) nan preparasyon an chak jou
pandan 3 jou.*

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a:

- Fanm ansent



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Prepare remèd la lè ou pral bwè li.

Reta règ, règ pa vini



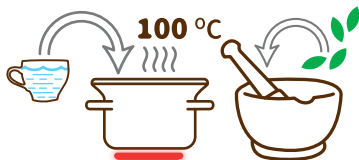
Zaboka *Persea americana*

Pati pou sèvi a:
fèy yo

Si pwoblèm la ap pèsiste apre
3 jou, ale nan yon sant sante.



Lave epi kraze
kèk fèy zaboka
ou fèk kase.



Nan yon kaswòl,
mete yon tas dlo
(250 ml) ak 5 gram fèy kraze.



Fè tout bouyi
pandan 10 minit.



Koule preparasyon an.

Bwè yon tas 3 fwa pa jou pandan 3 jou pou piplis.



ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent : li gen risk sou grosès la



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Prepare remèd la lè ou pral bwè li.

Pwoblèm po



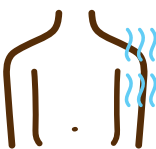
Pwa pyant, ti kafe *Senna occidentalis*

Pati pou sèvi a :
fèy yo

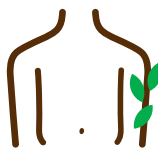
Si pwoblèm lan ap pèsiste apre
5 jou sou yon granmou oswa
3 jou sou yon timoun, ale nan
yon sant sante.



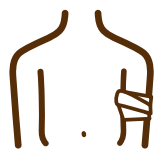
Lave 15-20 fèy
(30 -50 g) ou fèk kase,
pile yo.



Byen lave kote
malad la ak dlo
pwòp ak savon.



Aplike ji fè yo
sou kote
malad la.



Mare pati a ak
yon twal byen
pwòp.



Refè aplikasyon an ak bandaj
la 3-4 fwa nan jounen an.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Lave pati wap trete a ak dlo bouyi ki fin refwadi ak savon anvan ou mete remèd la.
- Fè preparasyon an lè ou pral aplike'l.

Pwoblèm po : klou ak bouton



Papay *Carica papaya*

Pati pou sèvi a :
fwi a

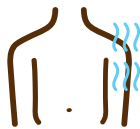
Si pwoblèm lan ap pèsiste apre 5 jou sou yon granmou oswa 3 jou sou yon timoun, ale nan yon sant sante.



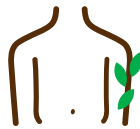
Lave epi retire
po yon moso
papay vèt.



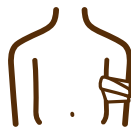
Rape moso a.



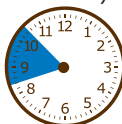
Byen lave kote
malad la ak dlo ak
savon, seche kote
ak yon twal pwòp.



Aplike
preparasyon
an sou kote
malad la.



Mare pati a ak
yon twal byen
pwòp.



*Refè aplikasyon an ak bandaj
la 2 fwa nan jounen an*

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Mounki fè alèji ak papay pa dwe aplike remèd sa a.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an lè ou pral aplike l.

Pwoblèm po : abse ak bouton



Fèy dat
Senna alata

Pati pou sèvi a :
fèy yo

Si pwoblèm lan ap pèsiste apre 5 jou sou yon granmou oswa 3 jou sou yon timoun, ale nan yon sant sante.



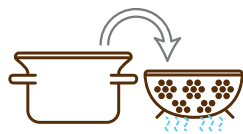
Lave epi rache 20 fèy
(± 50 gram).



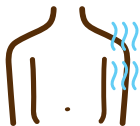
Mete yo nan yon (1) lit
dlo bouyi byen cho.



Kite yo tranpe
pandan 12 zèd tan.



Pase'l nan paswa.



Lave pati malad la ak
preparasyon an.



Fè sa 2 - 3 fwa nan jounen an.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an 12 è anvan ou aplike l. Pa konsève l plis pase 24 è nan frijidè.

Pwoblèm po : kòche, bouton abse



Asosi, asowosi *Momordica charantia*

Pati pou sèvi a : fèy yo

Si pwoblèm lan ap pèsiste apre
5 jou sou yon granmoun oswa
3 jou sou yon timoun, ale nan
yon sant sante.



Lave yon bon
ponyen fèy.



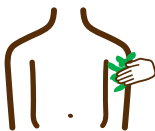
Pile yo.



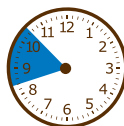
Fè fèy yo bouyi nan
yon gwo kaswòl.



Etenn dife a, kite
preparasyon an frèt.



Aplike preparasyon an sou po a
pandan wap mase kote a dousman.
Kite po a seche konsa san
ou pa kouvri'l.



Fè sa nan maten, nan apre midi ak aswè.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an lè ou pral aplike'l. Lave pati wap trete a ak dlo bouyi ki fin refwadi ak savon anvan ou mete remèd la.

Pwoblèm po : chanpiyon nan fant zòtèy



Fèy dat
Senna alata

Pati pou sèvi a :
fèy yo

Si pwoblèm lan ap pèsiste apre 5 jou sou yon granmou oswa 3 jou sou yon timoun, ale nan yon sant sante.



Lave 1 gwo kiyè
fèy fre (5g).



Pile fèy yo.



Lave pati malad la
ak dlo a savon.



Aplike fèy kraze
yo sou pati ki
gen tach yo.



Fè sa 3 fwa pa jou.

ATANSYON

Pa kouvri pye a lè ou fin mete remèd la.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Lave pye yo ak dlo a savon anvan ou aplike fèy yo pou pa gen konplikasyon.
- Fè preparasyon an lè ou pral aplike l.



Fèy dat *Senna alata*

* Tach sou po a ki gen koulè difèran de po a.

Pati pou sèvi a :
fèy yo

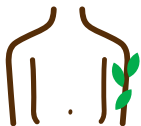
Si pwoblèm lan ap pèsiste apre 5 jou, ale nan yon sant sante.



Lave 15-20 fèy fre pile yo pou fè yo rann ji yo.



Lave po a ak dlo ak savon.



Aplike ji fèy yo sou pati ki gen tach yo.



Fèsa 3 fwa pa jou.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Lave pati malad la ak dlo a savon anvan ou aplike fèy yo pou evite lòt enfeksyon. Fè preparasyon an lè ou pral aplike l. Maladi sa a pa kontajye : li paka pase de yon moun a yon lòt. Chanpiyon an parèt konsa sou po kèk moun.

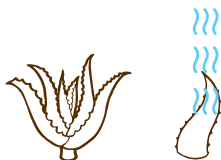


Lalwa *Aloe vera*

Pati pou sèvi a :

pati klè, glise, ki nan
mitan fèy la

*Si pwoblèm lan ap pèsiste apre
5 jou sou yon granmou oswa
3 jou sou yon timoun, ale nan
yon sant sante.*



Koupe yon fèy lalwa ki gen
anpil chè.

Lave'l nan bon kou
dlo potab.

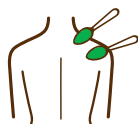


Wete sou kote ki gen pikan
yo ak yon kouto.

Pran pati klè ki nan mitan
fèy la ak you kiyè.



Lave kote ki
malad la ak
dlo ak savon.



Mete : 1-2 kiyè
(15-30 gram) pati
mitan fèy la sou kote
malad la oswa sou
po tèt la, si se pou
tèt chòv tretman an
ap fèt.



Fè sa nan maten ak aswè.

ATANSYON

Fè remèd sa a sèlman pou ti boule ki pa fon, ki pa laj, epi, pa mete l sou figi, men, pye, seks moun nan.

- Lave pati nap trete a ak dlo bouyi ki fin refwadi ak savon, anvan nou mete remèd la. Evite menyen pati jòn ki koule lè ou koupe fèy yo : sa ka bay iritasyon sou po a ak dyare si li rive nan bouch ou.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon : pa sèvi ak lalwa a lè li vin tou jon lè sa a li pran yon koule yon jan wouj. Evite menyen pati jòn ki koule lè ou koupe fèy yo : sa ka bay iritasyon sou po a ak dyare si li rive nan bouch ou. Gen anpil bagay yo di sou lalwa ki pa gen fondman.

Fè preparasyon an lè ou pral aplike l.

Pwoblèm po : boul ki pa fon



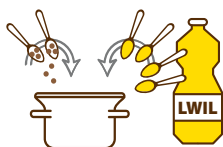
Woukou
Bixa orellana

Pati pou sèvi a:
grenn yo

Si sa pa amelyore apre 5 jou
pou yon granmoun oswa 3 jou
pou yon timoun, ale nan yon
sant sante.



Kraze 2 gwo kiyè
(10 gram) grenn sèch.



Pase yo nan 4 gwo kiyè (40ml)
lwil vejetal pandan 3 minit konsa.



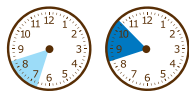
Pase lwil la nan yon
paswa epi kite l refwadi.



Lave pati po a ak
dlo ak savon.



Tranpe yon mouchwa pwòp
nan lwil refwadi a.



Pase sou kote a nan
maten ak aswè

ATANSYON

- Fè remèd sa a sèlman pou ti boule ki pa fon, ki pa laj, epi, pa mete l sou figi, men, pye, sèks moun nan.
Lave pati nap trete a ak dlo bouyi ki fin refwadi ak savon anvan nou aplike remèd la pou enfeksyon
an pa vin pi grav.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an lè ou pral aplike l. Kite boule a san ou pa kouvri l. Sèvi ak preparasyon sa a sèlman
pou po : pa bwè li.

Pwoblèm po : pyas*, dat



Fèy dat

Senna alata

*se yon tach won ki grate ki devlope sou po a. Se yon chanpiyon ki bay li ; li ka devlope tou nan po tèt ou, nan bab ou oswa nan zong ou.

Pati pou sèvi a : fèy yo

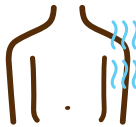
Si pwoblèm lan ap pèsiste apre 4 semenn, ale nan yon sant sante.



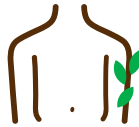
Lave 11 fèy fre
(5 gram).



Pile yo ak yon ti
kras sèl.



Lave pati wap
trete a ak dlo
bouyi ki fin
refwadi ak savon
lave anvan ou
mete remèd la.



Fè yon anplat ak
preparasyon an
pou aplike li sou
kote a.



Kouvri tout
kote a ak
yon twal
pwòp.



Refè anplat la 3 oswa 4 fwa nan jounen an.

ATANSYON

- Dat se yon maladi **kontajye** : ou dwe pran tout bon mezi ijyèn pou lòt moun pa atrap li, pou li pa propaje sou lòt pati kò a oswa pou enfeksyon an pa vin pi grav.
- Atansyon pou po a pa rete nan twòp imidite; evite tout kote ki ka fè ou swe anpil.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an lè ou pral aplike l.

Pwoblèm po : Ilsè sou po



Semen kontra *Dysphania ambrosioides*

Pati pou sèvi a :

tout pati anlè yo
(flè, fèy, ti grenn yo).

Si pwoblèm lan ap pèsiste apre
5 jou, ale nan yon sant sante.



Kase yon branch
byen fre plant lan,
lave li.



Pile l oswa kraze l.



Lave pati ou vle
swen an ak dlo
bouyi ki fin
refwadi ak savon.



Mete remèd la
sou ilsè a pou fè
yon anplat.



Kouvri tout ak
yon twal pwòp.



Fè sa nan maten ak aswè.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

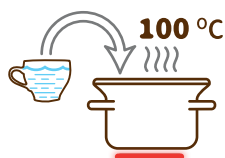
- Fè preparasyon an chak fwa ou vle aplike remèd la.



Fèy chapantye *Justicia pectoralis*

Pati pou sèvi a:
fèy yo

Si pwoblèm nan a la toujou
apre 3 jou, ale nan yon sant
sante.



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi nan
yon kaswòl.



Lage 2 kiyè soup
(5-10 g) fèy fre nan
dlo an.



Kouvri kaswòl la; kite'l
kouvri pandan
5 ak 10 minit.



Etenn dife a, pase te a
nan yon paswa.



Granmoun : bwè yon tas lè ou santi eksitasyon an oswa
anvan wal domi si ou gen pwoblèm somèy.



ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an lè ou pral bwè li.
- **Pa bwè te** sa a si ou dwe rete vijilan.

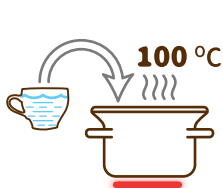
Eksitasyon, gwo strès



Planten *Plantago major*

Pati pou sèvi a :
fèy yo

*Si ou pa gen rezilta apre 3 jou,
ale nan yon sant sante.*



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi nan
yon kaswòl.



Lage 2 kiyè soup
(5-10 g) fèy fre nan dlo an.



Kouvri kaswòl la;
kite'l kouvri pandan
5 ak 10 minit.



Etenn dife a, pase te a nan
yon paswa.



*Granmoun : bwè yon tas lè ou santi eksitasyon an oswa
anvan wal domi si ou gen pwoblèm somèy*



ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an lè ou pral bwè li.
- **Pa bwè te** sa a si ou dwe rete vijilan.

Eksitasyon, gwo strès



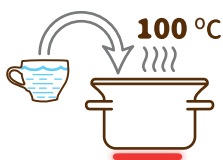
Vetivè

Vetiveria zizanioides

Pati pou sèvi a:

rasin lan

*Si siy yo pa pase apre 3 jou,
ale nan yon sant sante.*



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi
nan yon kaswòl.



Lage 1 gram rasin
fre ladann.



Kouvri kaswòl la;
kitel bouyi
5 rive 10 minit.



Etenn dife a, pase te a
nan yon paswa.



*Granmoun : bwè yon tas lè ou santi eksitasyon an oswa
anvan wal domi si ou gen pwoblèm somèy.*



ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an lè ou pral bwè li.
- **Pa bwè te** sa a si ou dwe rete vijilan.



Bètrev, bètrouj *Beta vulgaris*

Pati pou sèvi a:
rasin lan

Si moun lan santi feblès lan
toujou apre 7 jou, li dwe ale
nan yon sant sante.



Lave yon rasin bètwouj
kri, retire po an epi
koupe'l.



Koupe li, griye li epi peze li nan yon twal pwòp
pou ou ka ekstrè mwaye yon vè ji (100 ml).



Bwè 6 gwo kiyè oswa plis, 1 oswa plis fwa pa jou.

Ou ka melanje ji a ak sik, siwo myèl oswa ak lèt.

Lèt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

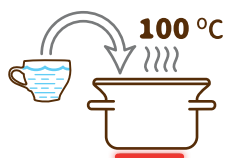
- Fè preparasyon an lè ou pral sèvi avè l epi sèvi ak tout remèd la mèn m jou a.



Kakawo *Theobroma cacao*

Pati pou sèvi a:
grenn yo

Si moun lan santi feblès lan
toujou apre 7 jou, li dwe ale
nan yon sant sante.



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi nan
yon kaswòl.



Lage 7 grenn kakawo
sèch la dan'l.



Kouvri kaswòl la ; kite'l
bouyi pandan 10 minit.



Etenn di fe a, pase te a
nan yon paswa.



Bwè yon tas 3 fwa nan jounen an pandan 7 jou.

Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an lè ou pral sèvi avè'l.

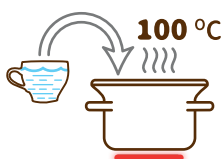
Doulè toupatou



Pwa pyant, ti kafe *Senna occidentalis*

Pati pou sèvi a: fèy yo

Si moun lan santi doulè yo
toujou apre 2 jou, li dwe ale
nan yon sant sante.



Mete yon tas dlo bouyi
nan yon kaswòl.



Lage 2 fèy (2 gram)
fre la dann.



Kouvri kaswòl la; kite'l
bouyi pandan 10 minit.



Etenn dife a, pase te a
nan yon paswa.



Bwè yon tas 3 fwa nan jounen an.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane
- Moun ki soufri pyè nan ren oswa kap pran remèd pou san yo pa kaye



Lèt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

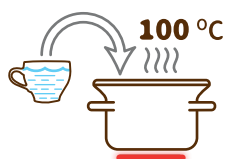
- Fè preparasyon an lè ou pral bwè li.



Jenjanm *Zingiber officinale*

Pati pou sèvi a:
rasin lan

*Si lafyèw la pa pase apre 2 jou,
ale nan yon sant sante.*



Mete yon tas dlo
(250ml) nan yon kaswòl.



Lage yon kiyè ki peze
ou mezire : 5 gram
jenjanm fre ladan'l.



Kouvri kaswòl la, kite'l
bouyi pandan 10 minit.



Etenn dife a,
pase te a nan yon paswa.



Bwè yon tas 3 fwa nan jounen an pandan 2 jou.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

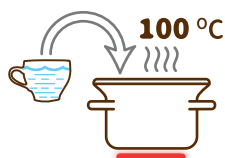
- Yo sèvi ak jenjanm kòm epis tou.
- Fè preparasyon an lè ou pral bwè li. Te sa a yon jan pike.



Safran *Curcuma longa*

Pati pou sèvi a :
rasin lan

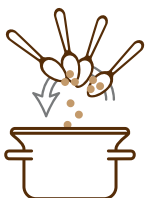
Tretman sa a ka sèvi pou depanaj. Fòk ou ale nan yon sant sante pou jwenn lòt kalite swen.



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi,
etenn dife a.



Lave epi kraze yon moso
rasin safran fre.



Mete 4 ti kiyè (20g)
rasin kraze a nan dlo a.



Kite'l poze 12 zèd tan.



Koule li.



Bwè yon tas 3 fwa nan jounen.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

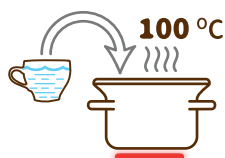
- Safran sèvi kòm epis tou. **Fè preparasyon sa a 12 èdtan anvan ou bwè li.**
- Poud rasin lan konn bay alèji : pa mete l sou po ou.
- Rasin sa a sanble anpil ak rasin jenjanm lan, men andan an gen yon koulè oranj jenjanm lan pa genyen.



Pwa pyant, ti kafe *Senna occidentalis*

Pati pou sèvi a: fèy yo

Tretman sa a ka sèvi de depanaj. Fòk ou ale nan yon sant sante pou jwenn lòt kalite swen.



Mete yon tas dlo
(250 ml) bouyi
nan yon kaswòl.



Lage 2 fèy fre (2 g)
ladann.



Kouvri kaswòl la ; kite'l
bouyi pandan 10 minit.



Etenn dife a, pase te a
sou yon paswa.



Bwè yon tas 3 fwa nan jounenan (maten, midi, aswè)
pandan 5 jou.

ATANSYON

Men moun ki pa dwe pran remèd sa a :

- Fanm ansent
- Fanm kap bay tete
- Timoun ki poko gen 5 lane



Lòt rekòmandasyon ak enfòmasyon :

- Fè preparasyon an lè ou pral bwè li.

Ti liv sa a se Pak Natirel Rejyonal Matinik, nan kolaborasyon li genyen ak rezo TRAMIL la, ki ofri w li. Se nan kad pwojè OSAIN sa fèt. Pwojè sa a jwenn finansman 2 kote. Youn se pwogram INTERREG karayib la nan non Fon Ewopeen Devlopman Ekonomik Rejyonal la (Fonds Européen de Développement Economique Régional). Lòt la se Kolektivite Terityoral Matinik la (Collectivité Territoriale de Martinique). Done syantifik ki sèvi pou fè travay sa a n ap jwenn yo sou sit rezo TRAMIL la : www.tramil.net.

Nòt

[illegible]

Nòt

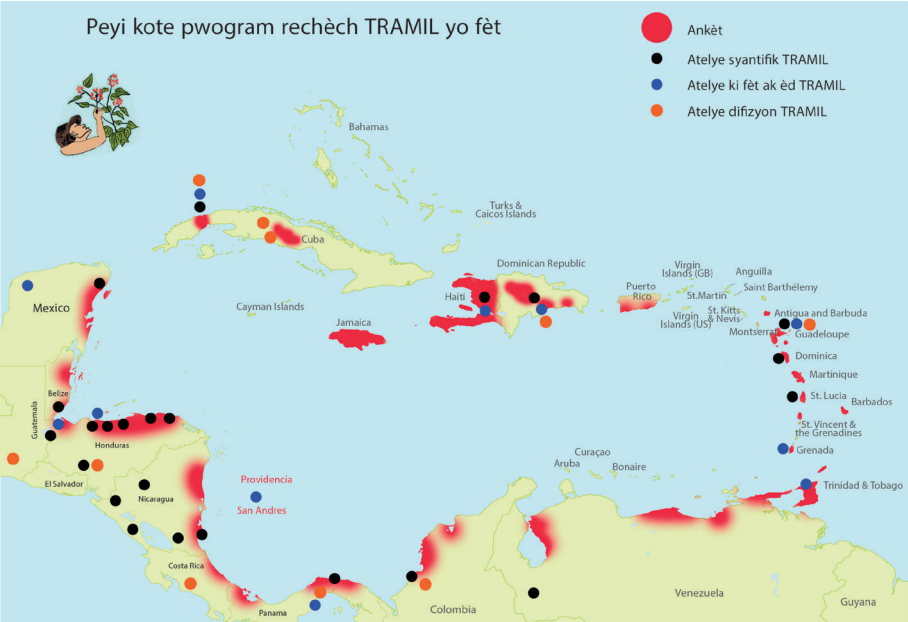


NON SYANTIFIK	NON KREYÒL	PAJ
<i>Allium cepa</i> var. <i>aggregatum</i>	Zechalòt	36
<i>Aloe vera</i>	Lalwa	8-12-90
<i>Foeniculum vulgare</i>	Lanni	38
<i>Beta vulgaris</i>	Bètrav, bètrouj	74-104
<i>Bixa orellana</i>	Woukou	92
<i>Carica papaya</i>	Papay	80
<i>Catharanthus roseus</i>	Sansès	26
<i>Cissampelos pareira</i>	Fèy kè, fèy akè	48

NON SYANTIFIK	NON KREYÒL	PAJ
<i>Cocos nucifera</i>	Kokoye	66
<i>Coffea arabica</i>	Kafe	10-14
<i>Curcuma longa</i>	Safran	112
<i>Cymbopogon citratus</i>	Sitwonèl	42
<i>Dysphania ambrosioides</i>	Semen kontra	64-96
<i>Guazuma ulmifolia</i>	Bwadòm	18
<i>Jatropha curcas</i>	Gwo medsiyen	24
<i>Justicia pectoralis</i>	Zèb chapantye, sèpantye	50-98
<i>Lippia alba</i>	Melis	16
<i>Mentha</i> spp.	Mant ak tibonm	62

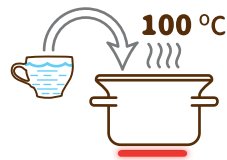
NON SYANTIFIK	NON KREYÒL	PAJ
<i>Momordica charantia</i>	Asosi, asowosi	84
<i>Ocimum basilicum</i>	Bazilik	40
<i>Ocimum gratissimum</i>	Atiyayo	52
<i>Persea americana</i>	Zaboka	76
<i>Pimenta racemosa</i>	Bwadin	34
<i>Plantago major</i>	Planten	28-100
<i>Plectranthus amboinicus</i>	Gwo ten	20
<i>Prosopis juliflora</i>	Bayawonn	30

NON SYANTIFIK	NON KREYÒL	PAJ
<i>Psidium guajava</i>	Gwayav	44
<i>Ricinus communis</i>	Masketi (Maskriti)	60
<i>Senna alata</i>	Fèy dat	82-86-88-94
<i>Senna occidentalis</i>	Pwa pyant, ti kafe	32-78-108-114
<i>Solanum americanum</i>	Lanman, lanman fran	72
<i>Tagetes lucida</i>	Flè sousi	54
<i>Theobroma cacao</i>	Kakawo	106
<i>Vetiveria zizanioides</i>	Vetivè	22-56-102
<i>Zea mays</i>	Mayi	68-70
<i>Zingiber officinale</i>	Jenjanm	46-48-110

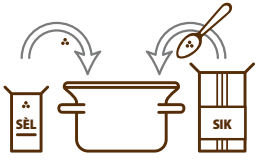


Resèt pou pare sewòm oral

Pou ka vomisman, dyare ak dezidratasyon (anpil dlo ak sèl nan kò w pèdi)



Mete 4 tas dlo bouyi.
Etenn dife a, kite dlo a
refwadi.



Mete ladan n 2 gwo kiye sik ak 1 ti kiye sèl.
Brase l jouk ni sèl la ni sik la fonn.



Goute l
(li fèt pou l gen
menm gou ak
dlo je)



Ti moun : ba li yon demi tas.
Granmoun : bwè yon tas.

ATANSYON

Pa janm sispann bay timoun nan tete oswa sewòm oral jouk li geri

Pwoblèm sante ki nan gid la :

- Maladi aparèy respiratwa.
- Je, zòrèy, gòj ak jansiv.
- Aparèy dijesyon.
- Aparèy irinè.
- Maladi fi.
- Maladi po.
- Enèyman.
- Eta jeneral.

