



Zingiber officinale Roscoe

Zingiberaceae

Noms vernaculaires
Français : gingembre
Mooré : yamakú
Lyle : yamakú



Botanique

Cette plante à rhizome porte deux sortes de tiges aériennes. Les unes sont stériles et peuvent atteindre plus d'1 mètre de hauteur. Les autres, fertiles, ne dépassent pas 20 centimètres de hauteur et sont terminées par un épi ovoïde avec des fleurs jaune-verdâtre. C'est la partie souterraine (rhizome) qui est utilisée en cuisine comme en pharmacopée.

Le gingembre, probablement originaire des Indes et de la Malaisie, est largement cultivé dans toute l'Afrique de l'Ouest.

Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : rhizome.

Une décoction jusqu'à 30 grammes de rhizome par litre d'eau, à boire dans la journée, est préconisée pour traiter la digestion difficile, les affections respiratoires, le rhume, la sinusite et les maux de gorge.



Médecine traditionnelle burkinabè

La décoction de racine de gingembre est surtout employée pour le soin des affections respiratoires et pour favoriser la digestion et la circulation du sang.

Elle a la réputation de stimuler et de tonifier l'organisme.

Les cataplasmes de rhizomes broyés sont appliqués sur les membres endoloris et douloureux.

Propriétés pharmacologiques

Le rhizome est antibactérien, anti-inflammatoire et sert à faire baisser la fièvre. Il aide à lutter contre les spasmes intestinaux et présente des propriétés antitussives, antivomitives, analgésiques et légèrement hypoglycémiantes.

Toxicité

Le rhizome de la plante ne présente aucune toxicité aux doses thérapeutiques. Au-delà, l'huile essentielle qu'il contient peut être irritante pour le tube digestif et les voies urinaires.