Ammi visnaga syn. *Visnaga dancoides* (Apiacées)

KHELLA, HERBE AUX CURE-DENTS

KHELLA
Plante annuelle
à feuilles divisées
en brins et a bouquets
de petites fleurs
blanches (1 m de haut)

LE KHELLA, PLANTE AROMATIQUE au goût amer, possède des vertus plus thérapeutiques que culinaires. C'est un relaxant musculaire efficace. On l'utilise depuis des siècles pour soulager **les douleurs causées par** les **calculs rénaux.** Cette plante contient de la khelline, **une substance** efficace contre les spasmes et utilisée dans les médicaments qui soignent l'asthme.

***Le** khella fait partie de la famille des carottes et en possède les délicates fanes caractéristiques.*

HABITAT ET CULTURE

Onginaire d'Afrique du Nord, le khella pousse à l'état sauvage au Moyen-Orient et dans les autres pays méditenanéens. Il s'est également acclimaté en Australie et en Amérique du Sud. On le cultive largement, par semis.
Les graines sont enfermées dans de minuscules fruits qui, avant d'être complètement mûrs, sont repiqués à la fin de l'été.

ESPÈCES VOISINES

Ammi majus est l'un de ses proches parents. Cette plante soigne l'asthme, mais c'est surtout un diurétique et un remède efficace contre le psoriasis.

PRINCIPAUX CONSTITUANTS

- Furanochromones (khelline, visnagine, khellol glucoside)
- Coumannes (visnadme)
- Flavonoides
- Huile essentielle
- Phytostérols

PRINCIPAUX EFFETS

- Antispasmodique
- Antiasthmatique
- Relaxant
- Vasodilatateur

RECHERCHES EN COURS

• Un puissant antispasmodique
Un pharmacologue travaillant en Egypte a découvert le puissant effet antispasmodique
• produit par la khelline et la visnagine — du khella sur les petits muscles des bronches, sur les artères coronaires qui conduisent le sang vers le cœur et sur les canaux urinaires.
L'effet relaxant de cette plante sur les petits muscles bronchiques dure jusqu'à 6 heures et n'entraîne pratiquement aucun effet secondaire.
• **La khelline** Un médicament présent en cas d'asthme, largement utilisé en médecine classique, contient des dérivés chimiques de la khelhne.

USAGES TRADITIONNELS ET COURANTS

• **Calculs rénaux** Le khella est un remède traditionnel égyptien pour éliminer les calculs rénaux. En détendant les muscles de l'uretère, elle atténue la douleur causée par le calcul et favorise son évacuation.
• **Asthme Cette plante est** présente en cas d'asthme, car elle n'est pas dangereuse, même **pour les enfants. Généralement peu** efficace lors de crises, elle en diminue néanmoins la fréquence.
• Autres maladies **respiratoires**
Le khella est très efficace contre divers troubles respiratoires (bronchite, emphysème et coqueluche).
• Système circulatoire
En relaxant les artères coronaires, le khella stimule le flux sanguin vers le muscle cardiaque, et prévient ainsi l'angine de poitrine.
• **Hygiène dentaire**
En Espagne, autrefois, les Andalous lavaient leurs dents avec les graines de cette plante.

PARTIES UTILISÉES

PRÉPARATIONS ET USAGES

ATTENTION : ne pas utiliser sans avis médical Une utilisation à long terme provoque des nausées, des migraines et des insomnies Plante soumise à des restrictions légales dans certains pays

***En infusion,** cette plante soulage asthme, bronchite et calculs rénaux,*

***La poudre** est présente pour soigner les angines.*