



JOKKOO

Agence de consulting et d'Exécution

Répertoire des plantes médicinales

Utilisées par les communautés de l'APAC Lowé
Région de Sédhiou. Sénégal



Mars 2022

Répertoire des plantes médicinales

Toute plante soigne.
Qu'on le sache, ou qu'on l'ignore.

Sagesse locale.

Feuilles et fleurs de tabanani



RÉPERTOIRE RÉALISÉ PAR JOKKOO CONSULTING DANS LE CADRE DU
**Projet de participation des communautés de l'APAC Lowé à la riposte anti-COVID 19
par la transmission des connaissances traditionnelles médicales**
PMF/FEM Sénégal- ICCA-GS1-PHASE 2.
Projet SEN/SGP/0P7/Y1/ICCA-GSI-COVID/2021/01

SOMMAIRE DU REPERTOIRE

I. Préface.....	5	34. kokko.....	43
II. Remerciements.....	6	35. kolle.....	44
III. Introduction.....	7	36. Kulule.....	45
IV. Présentation des plantes identifiées.....	8	37. Laaj.....	46
1. Aalaale.....	10	38. Lammude.....	47
2. Bani.....	11	39. Leemuna.....	48
3. Bisaki.....	12	40. Lengey.....	49
4. bokki.....	13	41. màngorayyi.....	50
5. Carke.....	14	42. Mbante.....	51
6. Ceekeeje.....	15	43. Ñebedaay.....	52
7. Ciidii.....	16	44. Netii.....	53
8. Ciŋŋoole.....	17	45. Ngeloode.....	54
9. Diiŋaali.....	18	46. Ñorowaaye.....	55
10. Doktoor.....	19	47. Pellete.....	56
11. Dooge.....	20	48. Saalaa nommboo.....	57
12. Doole.....	21	49. Safatoo.....	58
13. Dubbe.....	22	50. Sammba siññiŋ.....	59
14. Dukumi.....	23	51. Tabayy.....	60
15. Duuki.....	24	52. Tadde.....	61
16. Fajuraande.....	25	53. Tenten notaraŋ.....	62
17. Gaŋ.....	26	54. Tuubaataba.....	63
18. Gawdi.....	27	55. Usde.....	64
19. Goyaab.....	28	56. Uski.....	65
20. Jabbi.....	29	57. Wuuluunde.....	66
21. Jaansajulu.....	30		
22. Jayna.....	31		
23. jóówi.....	32		
24. kaakum cooye.....	33		
25. kafafe.....	34		
26. kahi.....	35		
27. kappe.....	36		
28. katijaŋkume.....	37		
29. keeleele.....	38		
30. Keli.....	39		
31. Keng.....	40		
32. kewending.....	41		
33. kojole.....	42		

ANNEXE

●	Présentation de Jokkoo	
	Agence de Consulting et d'Exécution.....	67
●	Lexique des noms des plantes identifiées...	67
●	Liste des personnes consultées.....	68
●	Bibliographie et Webographie.....	69

I - PRÉFACE

Les données paléontologiques, archéologiques, écologiques, botaniques et ethnographiques s'accordent pour indiquer que l'utilisation des plantes médicinales est concomitante depuis l'aube de l'humanité, aux activités de ramassage et de cueillette de végétaux destinés à l'alimentation. Les populations sont dites traditionnelles lorsqu'elles vivent en priorité, des ressources de la nature qui leur permettent de sauvegarder l'agriculture vivrière et les semences paysannes qui y sont liées.

Les communautés de Lowé ciblées dans le cadre de ce projet de l'APAC, ne font pas exception à la règle existentielle de vivre en harmonie avec notre environnement pour bénéficier de son enseignement cosmologique qui nous forme à connaître le langage des arbres et apprendre d'eux le passé et la sagesse du monde.

L'élaboration des matériaux de ce répertoire de plantes médicinales, traduit un engagement volontaire de ceux qui en sont à l'origine, mais aussi, une grande générosité de cœur des collectivités rurales à travers leur disponibilité à fournir des connaissances et savoir-faire tirés du patrimoine thérapeutique local, en guise de contribution communautaire aux efforts de riposte à Covid 19.

D'une manière spontanée mais structurée par des guides d'entretiens pour focus group, le travail de collecte nous livre un corpus de remèdes pour le traitement des céphalées, de l'état général de fatigue, de l'anorexie, des affections des voies respiratoires, de la grippe entre autres.

La curiosité scientifique qui jetterait un regard sur ces matériaux bruts, pourrait établir au sortir d'une recherche appliquée, leur efficacité préventive et curative à Covid 19. Le Prix Nobel de médecine 2015, Youyou Tu, a pu effectuer ses travaux de laboratoire sur l'Artémisia annua, à partir des connaissances des populations rurales chinoises relatives au traitement traditionnel du paludisme. Ce n'est point fortuit, si en Chine, lors de l'épidémie de Covid-19, plus de 85% des patients ont pris des plantes issues de la médecine traditionnelle, tandis que 40 à 60% ont associé des traitements naturels avec succès aux traitements médicamenteux classiques.

C'est avec un grand plaisir qu'au nom des praticiens de la médecine traditionnelle africaine, nous soutenons l'esprit innovateur et solidaire des initiateurs de ce modeste ouvrage dont le plaidoyer implicite nous invite à regarder sous nos pieds pour trouver des solutions locales aux nombreux problèmes locaux de santé auxquels nos populations sont confrontées. En définitive, c'est un devoir de souveraineté scientifique, que d'appuyer la médecine traditionnelle à produire des préparations à base de plantes pour COVID 19.

Charles Katy
Président du Comité consultatif
Programme de médecine traditionnelle
Organisation ouest africaine de la santé



II - REMERCIEMENTS

Nos remerciements vont d'abord au PNUD (Programme des Nations Unies pour le Développement) à travers le PM-FEM (Programme de Micro financements du Fonds pour l'Environnement Mondial) et leurs partenaires, dans le cadre de l'Initiative de Soutien Mondial aux Aires et territoires du Patrimoine Autochtone Communautaire, pour nous avoir fait confiance, nous avoir soutenu et accompagné dans le processus.

Aux populations des villages de l'APAC de Lowé, à Diallocounda, Medina France, Kaniounda, Boudouck, Dato alpha Mamadou, aux groupements de femmes, aux guérisseurs, chefs religieux, informateurs et intervenants divers, aux autorités administratives, coutumières et religieuses, aux agents des services des Eaux et Forêts, au personnel du Poste de santé de Diallocounda et à tous les acteurs et actrices de développement de la zone.

A notre accompagnateur principal, l'Imam Mamadou Seydou Diallo, président de l'APAC de Lowé, et à tous les membres de l'APAC, pour le rôle déterminant joué dans ce travail.

A Madame Anta Diallo, Sage-femme, ancienne Infirmière Chef de Poste de Boggal, pour ses enseignements précieux.

A Charles Katy, chercheur en savoirs endogènes et expert du programme médecine traditionnelle de l'Organisation ouest africaine de la santé (OOAS), pour sa contribution décisive.

Nous témoignons notre profonde gratitude aux experts forestiers qui ont contribué à faciliter notre accès à l'information scientifique. Il s'agit notamment de : Capitaine Antoine Mendy, Coordinateur du Programme national des semences forestières (PRONASEF) ; Adjudant Dieynaba Diallo, Programme national des semences forestières (PRONASEF) ; Abdoul Mbaye, Forestier-Chercheur, retraité de l'ISRA.

A tout le groupe de botanistes, spécialistes des plantes, techniciens agronomes, du jardin botanique du parc de Hann, de l'IFAN de Dakar, de la Fac des Sciences de l'UCAD, de la section agronomie du CIFOP de Mboro, pour leur participation dans l'amélioration de ce travail.

Aux membres de l'équipe de recherche qui ont participé à l'élaboration de ce répertoire, notamment : Djiby sow, Mamadou signaté, Mansour kébé, Mody Bocoum.

Notre profonde gratitude va à tous ceux qui ont contribué à la réalisation de cet ouvrage.

III - INTRODUCTION

Ce travail, est d'abord destiné aux populations de la zone de Lowé et villages environnants, aux praticiens et experts de la médecine traditionnelle. Il s'oriente aussi vers les professionnels et acteurs de la santé : médecins, pharmaciens, matrones, « bàjjenu gox » (conseillère communautaire), agents de santé. Il offre des plages de connaissances aux étudiants, chercheurs, autorités locales et nationales, cadres d'ONG ou d'OCB actives dans la promotion de la médecine traditionnelle.

Il a été mené dans des villages frontaliers de la forêt communautaire de Lowé de la région de Sédhiou au Sud du Sénégal. Cette réserve est un poumon vert, de 385 ha qui va jusqu'en Gambie et dont l'APAC (Aire et territoire du Patrimoine Autochtone Communautaire) avec le forêt de Lowé (Lowé signifiant lieu où l'on garde le secret), en occupe 6 ha. L'APAC a été créée en décembre 2010 par l'Association des Volontaires pour la Protection de l'Environnement) AVPE, sous l'accompagnement du FEM.

Nous avons veillé en priorité à dénommer les plantes dans la langue peul qui est la plus usitée dans les localités visitées. Les autres langues de dénomination des plantes comprennent les langues locales (wolof, seereer, bambara, joolaa, etc.), les langues internationales comme le français et l'anglais. Si le nom botanique a été mentionné, par contre, le numéro du spécimen de l'herbier ne l'a pas été. Des images ont été utilisées pour faciliter l'identification des plantes.

Pour faire face à la pandémie COVID 19, apparue en fin d'année 2019, l'Etat du Sénégal, s'est concerté avec la fédération des praticiens de la médecine traditionnelle (FSPMT) pour leur implication dans la riposte, en envisageant des essais thérapeutiques de produits efficaces venus d'autres frontières et des savoirs et extraits de plantes du pays. Ce travail contribue de cette volonté.

Malgré sa dimension modeste, il ne se limite pas à proposer des remèdes contre la maladie à Coronavirus ou contre les symptômes définis comme indicateurs de la Corona, il offre toute la gamme de plantes identifiées ou utilisées dans la zone pour protéger la santé de l'humain guérir la maladie, éloigner les esprits maléfiques ou cicatrizer la blessure.

Nous avons voulu, aussi, sauver de l'oubli les pratiques médicales que des générations successives se sont léguées, de bouche à oreille, et qui ont toujours apporté des solutions heureuses aux problèmes de bien-être ou de guérison. La propriété intellectuelle de ce répertoire revient, toutefois, à la communauté de l'APAC de Lowé, détentrice du savoir thérapeutique traditionnel et gardienne du trésor ancestral, culturel et cultuel de connaissance, de tradition et de savoir-faire.

Puisse ce répertoire, être utile aux générations actuelles et à venir !



IV - PRESENTATION DES PLANTES IDENTIFIEES



N°1 - Aalaale

Plante : **Aalaale**

En wolof : Fuuf.

En seereer : Kuf, Kuk.

En bambara : joro

En joola : fu jaray

En français : Arbuste à serpent.

En anglais : Violet tree.

Nom botanique : Securidaca longepedunculata

Indications : a : Douleurs aux membres supérieurs et inférieurs, morsures de serpent

Partie utilisée : Racine, feuille, écorce du tronc, écorce de la racine.

Procédé : Racine.

Couper les racines en petits morceaux. Les faire bouillir dans de l'eau. Ajouter du sel. Laisser un peu refroidir, tremper un tissu et masser la composition sur la jambe douloureuse, matin et soir.

Indications : b : Manque d'appétit, rhume, grande fatigue, mal de gorge, douleur sur toute partie du corps, maux de dents.

Procédé : Racine. Faire sécher les racines au soleil. Les piler jusqu'à obtenir une poudre. Verser une pincée de poudre dans un récipient d'eau chaude. Appliquer la solution obtenue sur la partie douloureuse, deux fois par jour : matin et soir.

Indications : c : Morsures de serpent.

Procédé :

1. **Feuille ou écorce.** En cas de morsures de serpent, verser une pincée de la poudre de la feuille ou de l'écorce, dans de l'eau chaude. Boire une tasse de café 3 fois par jour. Nettoyer la plaie avec la solution obtenue. Enduire la poudre sur la morsure. Ce traitement permet d'extirper le venin.

1. **Racine.** Faire bouillir la racine. Boire une tasse de café, 3 fois par jour.

2. **Racine.** Broyer la racine fraîche. Enduire la mixture sur la morsure de serpent en massant.

AUTRES UTILISATIONS NON MEDICALES.

- Eloigner ou faire fuir les serpents : déposer dans un endroit de la maison, une branche ou des feuilles de la plante
- Voyager en sécurité : mettre dans sa poche, des feuilles prélevées en bordure de route
- Ecouler sa marchandise : répandre sur les produits mis en vente, des feuilles de la plante

NOTA : Cueillir la plante, le lundi ou jeudi, à l'aube ou au crépuscule.



écorce



écorce du tronc

N°2 - Bani

Plante : Bani

En wolof : Ween

En seereer : Ban

En bambara : Mgeeni

En joola : bu kon

En français : Palissandre du Sénégal

En anglais : African rosewood

Nom botanique : Pterocarpus erinaceus

Indications : Manque de vitalité, impuissance, douleur articulaire, faiblesse après l'accouchement, diarrhées aiguës, dysenterie, insomnie, fièvre, affections oculaires, troubles respiratoires, plaies, vers intestinaux, vulnérabilité des circoncis face aux esprits mal intentionnés,

Partie utilisée : Ecorce du tronc, racine, feuille, écorce de la tige.

Procédé :

• **Ecorce, racine.** Pour retrouver ses forces, faire bouillir l'écorce dans l'eau, ou tremper l'écorce (ou la racine) dans de l'eau et laisser décocter. Prendre une tasse de café matin et soir. Laisser s'écouler une journée et reprendre le traitement le jour suivant.

NOTA :

- 1. Bain revitalisant après l'accouchement de la femme :** mettre l'écorce dans un récipient contenant de l'eau, ajouter une bague en argent et une fleur de coton.
- 2. Bain de protection pour les nouveaux circoncis :** mettre l'écorce dans un récipient contenant de l'eau.
- 3. Bain de purification du prisonnier libéré :** mettre l'écorce dans un récipient contenant de l'eau, ajouter une bague en argent et une fleur de coton.



fleur



feuille



écorce du tronc

N°3 - Bisaki

Plante : **Bisaki**

En wolof : Sanfito

En sooce : bissako

En mandingue : bissago

En bambara : sagwan

Nom botanique : *Bridelia micrantha*

Indications : Infertilité de la femme.

Partie utilisée : Racine,

Procédé : Tremper la racine dans de l'eau. Boire une tasse matin et soir pendant 7 jours.

Interdits alimentaires durant le traitement : viande grasse, huile de palme, huile d'arachide. La racine peut être consommée crue le jour mais pas la nuit.



feuilles et fruits



feuilles et fruits



feuilles et fruits

N°4 - Bokki



Plante : Bokki
En wolof : Guy,
En seereer : Bàk,
En joolaa : Bu Bak,
En français : baobab
En anglais : Baobab
Nom botanique : *Adansonia digitata*



fleur



feuilles



arbre

Indications : Maux de dents, fatigue, fièvre, rhume, infection parasitaire, diarrhée, douleurs abdominales, adénome de la prostate.

Partie utilisée : Feuille, Pulpe du fruit, écorce de l'arbre, écorce de la tige et racine.

Procédé :

Contre les courbatures et la fièvre : faire bouillir une poignée de feuilles. Boire deux à 3 fois par jour.

Feuille : Sécher et réduire en poudre qui est appelée **laalo** chez les wolofs. Ajouter la poudre au couscous, pour faciliter la digestion. La consommation dans les repas, améliore la vue. A utiliser fréquemment pour prévenir la cécité.

Ecorce : faire bouillir. Utiliser la solution en bains de bouche, 3 fois par jour, pour calmer les maux de dents.

Le fruit (buy). Tremper dans l'eau et laisser mijoter. Boire en cas de diarrhée chez l'enfant ou l'adulte

Racine : tremper une poignée dans 1 litre d'eau. Laisser mijoter. Boire à volonté pour traiter l'adénome de la prostate. Rajouter de l'eau au fur et à mesure, à chaque prise, pendant 8 jours. Reprendre la cure tous les 2 à 3 mois.

Racine : Prélever une qui est apparente sur le sol, au travers d'un chemin. Mettre dans de l'eau et prendre un bain pour s'attirer un conjoint ou une conjointe

N°5 - Carke

Plante : **Carke**

En wolof : Silaal

En seereer : Ken

En bambara : Fufu

En joolaa : bumacaab

Nom botanique : *Holarrhena floribunda*

Indications : impuissance masculine

Partie utilisée : écorce, racine.

Procédé :

1. **Ecorce alicament** : gratter, faire sécher et piler. Avant de terminer un repas, consommer une pincée de poudre mixée à la nourriture.
2. **Racine** : à associer à celle de **ngorwaaye**, de **samba siññin** et de **boodi**. Tremper dans l'eau et laisser mijoter. Boire pour retrouver la vitalité



feuilles



arbre



N°6 - Ceekeeje

Plante : **Ceekeeje**

En wolof : Gang

Nom botanique : *focus sycomoris*



fruits



feuilles



fruits

Indications : Rhume, vertige, anémie

Partie utilisée : feuille, fruit

Procédé :

1. **Feuilles** : sécher. Boire à volonté sous forme de tisane.
2. **Feuilles** : sécher et faire bouillir. Boire une tasse de café au petit déjeuner et après le dîner
3. **Fruit** : sécher et piler. Diluer la poudre dans de l'eau. Boire à volonté.

Nota : Moment propice pour la cueillette : Matin après lever du soleil

N°7 - Ciidii

Plante : **Ciidii**

En wolof : Salaan

En seereer : ndamol

En français : euphorbe de Cayor

En anglais : Balsam Spurge, Sweet tabaiba

Nom botanique : Euphorbia basalmifera

Indications : Grande fatigue, maux de ventre, dysenterie, constipation, pour chasser les démons, maux de tête, vertige, faiblesse sexuelle

Partie utilisée : Ecorce, racine, feuille, tige, sève.

Procédé :

- **Ecorce contre la fatigue** : Faire sécher des morceaux d'écorce. Réduire en poudre. Prendre un bain contenant un peu de poudre, matin et soir au coucher.
- **Tige alicament contre la diarrhée** : Prélever de la sève à partir d'une entaille sur la tige. Faire sécher. Piler pour obtenir une poudre. Durant le repas, consommer une pincée de poudre mixée à la nourriture.
- **Tige préventive aux maux de dents** : Utiliser comme cure dent.
- **Feuilles alicament** : Faire sécher et piler. Durant le repas, consommer une pincée de poudre mixée à la nourriture.
- **Feuilles contre les maux de tête** : Envelopper des feuilles dans un morceau de tissu rouge et attacher à la tête.
- **Feuilles désinfectant** : utiliser en infusion pour les plaies
- **Feuilles encens** : utiliser en fumigation pour éloigner ou chasser les mauvais esprits
- **Racines** : utilisées pour traiter la syphilis et les dermatoses
- **Racine contre les maux de ventre** : Placer de petits morceaux dans de l'eau. Laisser macérer. Prendre une tasse de thé (kaasu àttaaya) matin, midi et soir.
- **Racine pour traiter la faiblesse sexuelle** : faire bouillir la racine dans de l'eau. Ajouter du sel. Boire matin et soir au coucher.
- **Sève encens** : Utiliser en fumigation pour éloigner ou chasser les mauvais esprits

NOTA : Période de la cueillette : lundi ou jeudi, avant le zénith de midi.

Effets indésirables : constipation, hypoglycémie.



Feuilles



Plante

N°8 - Cinqnoole

Plante : **Cinqnoole**

En wolof : Soon

En soose : Bemboo

En seereer : Ndugut

En bambara : Mpékuda

En français : Lannéa acide ou raisinier

Nom botanique : *Lanea acida*



fruits



écorce



arbre

Indications : Polype vaginale, constipation,

Partie utilisée : écorce.

Procédé :

Ecorce : Tremper dans l'eau. Laisser macérer. Boire à volonté. Rajouter de l'eau au fur et à mesure, à chaque prise.

N°9 - Diinjaali

Plante : **Diinjaali**

En wolof : Dibutool bu góór

En seereer : Mposs

En bambara : buréké

En joolaa : bu gnabougnad

En français : Gardénia de la foudre

Nom botanique : *Gardenia ternifolia*



Indications : tremblements, atteinte des démons, douleur abdominale, soigne tout.

Partie utilisée : Fruit, feuille

Procédé :

1. **Fruits :** Répandre aux quatre coins d'une chambre pour chasser les mauvais esprits.
2. **Feuilles :** utiliser en fumigation, pour chasser les mauvais esprits.
3. **Fruits :** bouillir et boire une tasse quotidienne pendant 3 jours.
4. **Fruits :** Tremper dans de l'eau. Faire des bains de bouche, en cas d'infection de la bouche ou de la gencive (**nguuraan**)



fleur



fruits



arbre

N°10 - Doktoor

Plante : **Doktoor**

En wolof : Doktoor

En français : Vernonie commune

En anglais : Common ironweed

Nom botanique : Vernonia
amygdalina

Indications : Fatigue, infection, soigne tout

Partie utilisée : feuille.

Procédé :

1. **Feuilles** : prendre 3 et faire bouillir. Boire une tasse de thé tous les 2 jours. Ajouter du sucre au besoin.
2. **Sève cicatrisante** : enduire sur la plaie. Un peu douloureux.



fleur



feuilles



feuille

N°11 - Dooge

Plante : **Dooge**

En wolof : Rat

En seereer : yay

En bambara : Agara

En joolaa : kalaakudun

En manding : Jaabakat

En français : bois d'éléphant,
chigommier

En anglais : Elephant wood

Nom botanique : Combretum
glutinosum.

Indications : Soigne tout, vertige, hémorroïde, cancer, constipation, ballonnement du ventre, maux de ventre, améliore la vision, cicatrise une plaie nouvelle, fièvre jaune, contre les vers, rétention d'urine, toux paludisme, dépuratif,

Partie utilisée : Feuille, tige, racine

Procédé :

Feuilles. Tremper 3 poignées dans de l'eau, ajouter des feuilles de **ngeer** (trois petites poignées) pour en boire et s'en laver.

Tige : Contre les dépressions nerveuses. Tremper dans l'eau, pour décoction. Boire une tasse de café, 3 fois par jour pendant 1 à 2 mois.

Nota

La plante se présente sous 2 variétés. La femelle est meilleure à la plante mâle qui se distingue par ses feuilles plus fines. On peut utiliser la feuille fraîche ou séchée.

1. **Feuilles** : faire bouillir une poignée. Laisser refroidir. Transvaser dans une bouteille. Ajouter du sucre au besoin. Boire 3 fois par jour pour traiter la constipation. En cas de récurrence, reprendre le traitement.
2. **Tige** : utiliser comme cure dent contre les infections buccales
3. **Tige** : croquer et avaler le suc.
4. **Tige** : mâcher et enduire la mâchure sur la plaie pour arrêter le saignement et favoriser la guérison.



fleur



feuilles



feuilles

N°12 - Doole



Plante : Doole

En wolof : Danq

En seereer : Ndanh

En bambara : Tambadala

En français : Petit détar

Nom botanique : Detarium
microcarpum



fruits



feuilles



feuilles

Indications : maux de poitrine, maux de tête, rhumatisme, yeux qui démangent.

Partie utilisée : écorce, feuille

Procédé :

1. **Ecorce :** découper et sécher. Piler en poudre à absorber avec de l'eau pour le traitement de la diarrhée ou des rhumatismes.
2. **Feuille.** Sécher. Piler en poudre à absorber avec de l'eau pour le traitement de la blennorragie, de la dysenterie et des hémorroïdes.

N°13 - Dubbe

Plante : **Dubbe**

En wolof : Ron

En seereer : N dof

En bambara : Sebe

En joolaa : jul

En sooce : Sibi

En français : Rônier,

Nom botanique : *Borassus*

Aethiopium

Indications : Maladie de l'articulation, mal de coude ou genou.

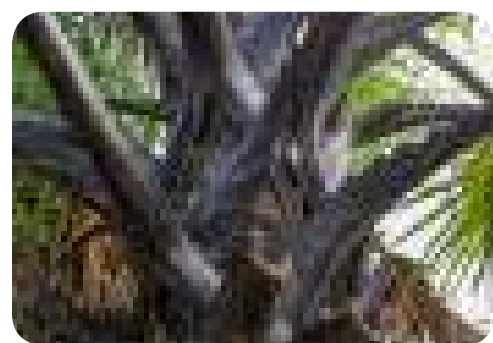
Partie utilisée : feuille.

Procédé : On peut utiliser la feuille verte ou celle séchée.

1. **Feuille fraîche ou séchée** : utiliser une poignée pour faire un bandage aux articulations pour extirper la douleur.
2. **Feuilles** : tremper dans de l'eau. Boire 3 à 4 fois par jour.



fruits



tronc



arbre

N°14 - Dukumi

Plante : **Dukumi**

En wolof : Ndugóór

En seereer : ndong

En bambara : ndanga

En joola : Bou

En manding : Sunk

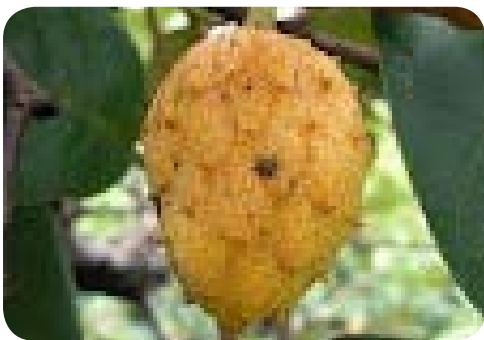
En français : Pomme cannelle
du Sénégal

En anglais : African custard
apple

Nom botanique : *Annona
senegalensis*



fruit



fruit



fruit

Indications : Diarrhée, paludisme, dysenterie, vers, infections respiratoires, maux de dents, attaque de démons.

Partie utilisée : fruit, feuille, écorce de la racine.

Procédé :

Feuilles : utiliser en fumigation pour se protéger contre les mauvais esprits

Racine : contre les maux d'estomac.

Racine : tremper dans de l'eau et prendre des bains de protection contre les mauvais esprits.

Ecorce de la racine.

1. Contre les vers, infections respiratoires, maux de dents,
2. Mélanger avec du mil. Déposer dans un endroit de la maison pour éloigner les serpents

N°15 - Duuki

Plante : Duuki

En wolof : Ndimb

En sooce : Duloo

En Bambara : Dugura

En français : Pomme du Cayor

Nom botanique : Cordyla pinnata

Procédé : La cueillette se fait le jour vers 8 h ou l'après-midi, après 18 h.

1. Contre les maux de dos, tremper l'écorce dans l'eau et boire le liquide obtenu. On peut le boire à volonté sans aucun rajout. Il enlève la douleur.

ATTENTION : Sa prise entraîne le vomissement ou la diarrhée.

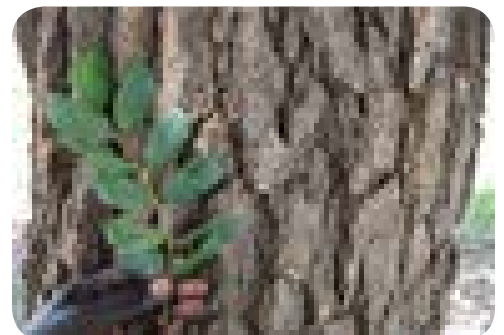
2. En cas de maux de ventre, tremper l'écorce dans de l'eau pendant un ou deux jours. Prendre une tasse de thé deux fois par jour.
3. En cas de diarrhée, donner l'amande de la noix à manger au malade. Cela arrête la diarrhée.
4. On peut consommer la pulpe du fruit, après avoir enlevé noyau, pour en faire de la sauce de couscous (mbuum).
5. Pour débarrasser le corps des parasites, prendre à jeun, une tasse de café le matin.
6. En cas de blessure, gratter l'écorce supérieur de l'arbre, y ajouter du poivre, et de la suie, appliquer sur la plaie. Il cicatrise la plaie.
7. Le fruit consommé en hivernage, prévient du paludisme



arbre



fruits



écorce du tronc

N°16 - Fajuraande

Plante : **Fajuraande**

En wolof : Fayar

En bambara : tiribara

En joola : Bubamb

Nom botanique :

Cochlospermum SSP

Indications : Problème de respiration, fièvre jaune, constipation, manque d'appétit,

Partie utilisée : racine

Procédé :

Racine. Sécher, piler et saupoudrer les aliments.



fleur



branches



fleur

N°17 - Gaṅ

Plante : **Gaṅ**

En wolof : Gaṅ

En seereer : Ndun mas

En bambara : Toro

En joolaa : Bu pundu

En français : Figuier sycomore.

Nom botanique : Ficus
gnaphalocarpa

Indications : Rhume

Partie utilisée : feuille

Procédé : Sécher, bouillir dans l'eau. Boire à volonté sous forme de tisane.



fruits

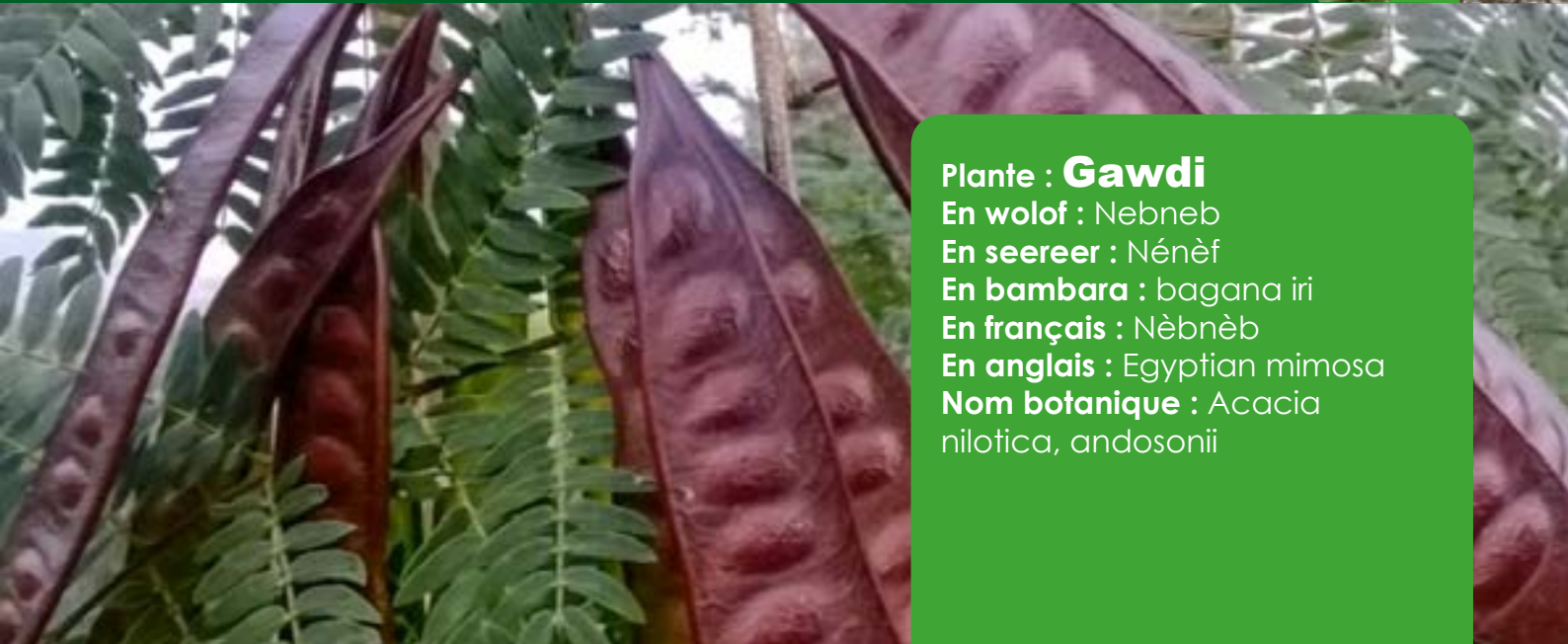


feuilles



arbre

N°18 - Gawdi



Plante : Gawdi

En wolof : Nebneb

En seereer : Nénèf

En bambara : bagana iri

En français : Nèbnèb

En anglais : Egyptian mimosa

Nom botanique : *Acacia nilotica*, *andosonii*



épines



fleurs



fruits

Indications : constipation, bronchite, douleur thoracique, rhume, diarrhée, dysenterie, fièvre, hémorragie, lèpre, trouble oculaire, pneumonie, maux de gorge, plaie à cicatriser.

Partie utilisée : Fruit, feuille, écorce de la tige, écorce de la racine, rameau feuillé.

Procédé :

Racine alicament : découper en petits morceaux. Ajouter à une soupe de viande de poulet. Consommer la viande et boire le résidu de soupe pour traiter la constipation mais aussi l'infertilité chez la femme.

Ecorce : piler. Enduire la poudre sur une plaie pour la cicatriser.

N°19 - Goyaab

Plante : **Goyaab**

En wolof : Guyaab

En seereer : Nguyaab

En français : Goyave.

En anglais : Goyave

Nom botanique : Psidium gajava

Indications : Diarrhée

Partie utilisée : feuille, fruit

Procédé :

Feuille. Faire bouillir la feuille et boire du produit pour arrêter la diarrhée.



Fruits



Feuilles et fleurs



Feuilles

N°20 - Jabbi



Plante : Jabbi
En wolof : Daxaar
En seereer : Asok
En français: Tamarinier
En anglais: Tamarind
Nom botanique : Tamarindus indica



fruits



fleurs



fruits

Indications : Constipation, tension élevée.

Partie utilisée : Fruit

Procédé :

Fruit. Prendre une poignée du fruit, la faire pétrir dans un litre d'eau. Boire un grand verre de thé le matin, à midi et le soir au coucher. C'est un laxatif et régulateur du transit intestinal.

N°21 - Jaansajulu

Plante : Jaansajulu
En wolof : Geen gi deg
En seereer : Ndafar
En français : Fagar jaune.
En anglais : Fagar yellow
Nom botanique : Zanthoxylum
zanthoxyloïdes

Indications : Tremblement, crise.

Partie utilisée : racine

Procédé :

Racine. Faire sécher les racines, les piler et en faire une poudre. Prendre une pincée de la poudre à verser dans un récipient rempli d'eau pour des bains ou de la boisson. La boisson se prend deux fois par jour : l'aube et le soir.

NOTA :

Mode de cueillette : Il y a un cérémonial à respecter avant de couper la racine. Effectuer dans le sens contraire des aiguilles d'une montre, 3 fois le tour de la plante. Nommer la plante et formuler une demande en ces termes : « *Je t'implore à être prête à guérir et sollicite tes vertus thérapeutiques pour soulager les maux de mon patient* ». Souffler sur la plante et procéder à la cueillette.



Tige et épine



fleurs



tronc

N°22 - Jayna



Plante : **Jayna**

En wolof : Bantamaare

En seereer : Benekene

En français : herbe puante

En anglais : Stink weed

Nom botanique : Senna occidentalis.



fleur



graines



Feuilles

Indications : maux de tête, fatigue, maux d'estomac, ballonnement du ventre, rhume, tension artérielle, dysménorrhée après l'accouchement,

Partie utilisée : la feuille, la tige, la graine, la racine.

Procédé :

Pour le séchage des feuilles, les mettre à l'ombre.

1. **Feuille :** sécher à l'ombre. Bouillir une poignée sans ajouter de sel. Boire une tasse de thé en cas de dysménorrhée.
2. **Tige :** découper en morceaux. Bouillir. Laisser refroidir. Tremper le membre enflé ou enduire le membre du liquide.
3. **Graine :** Griller. Préparer sous forme de café. Ajouter du sucre au besoin. Boire pour traiter les maux de cœur, du ventre et de l'estomac. On peut y mettre du sucre.

N°23 - Jóówi

Plante : **Jóówi**

En Wolof : Garabu lawbe

En seereer : Ndongol

En bambara : Bumu

En joolaa : Bu jimb

En français : kapokier rouge

Nom botanique : *Bombax costatum*

Indications : s'attirer un conjoint ou une conjointe.

Partie utilisée : Racine

Procédé :

Racine : prélever une qui est apparente sur le sol au travers d'un chemin. Mettre dans de l'eau et ajouter la racine **bokki** (Guy: baobab). Prendre un bain pour s'attirer un conjoint ou une conjointe dans les meilleurs délais.



feuilles



écorce du tronc



arbre

N°24 - Kaakum cooye

Plante : **Kaakum cooye**

En wolof : Xay cooy

Nom botanique : Ekebergia senegalensis



fruits



feuilles



arbre

Indications : Attire la chance, « *ubbite wërsëg* ».

Partie utilisée : la feuille

Procédé :

Feuille : cueillir de préférence le lundi matin. Mettre une poignée dans l'eau d'un récipient. Malaxer. Ajouter une touffe de cheveux d'une personne de race dite blanche (tubaab). Conserver la solution pendant 3 jours. Ajouter du sel pour agrémenter. Prendre des bains.

N°25 - Kafafe

Plante : **Kafafe**

En wolof : Mbureey

En seereer : Sane sane

En bambara : Kankane

En joolaa : Fu lotalut

En français : Waltérie d'Inde,
guimauve

En anglais : Sleepy mornin

Nom botanique : Waltheria
indica

Indications : Maux de ventre, diarrhée, dysenterie,

Partie utilisée : Feuille, racine, écorce.

Procédé : il soigne les enfants comme les adultes.

Ecorce de racine

1. Décaper et croquer.
2. Couper en petites tranches. Piler et tremper dans de l'eau. Filtrer et verser la solution dans une bouteille. Boire 1 ou 2 fois par jour.

Feuille : faire bouillir ou tremper dans de l'eau, une poignée. Laisser mijoter. Boire matin et soir.



Plante



feuille



fleur

N°26 - Kahi



Plante : **Kahi**

En wolof : Xay

En seereer : Ngarin

En bambara : Dala

En joola : Buririt

En français : Caïcédrat, acajou du Sénégal

En anglais : mahogany

Nom botanique : khaya sénégalensis



fruits



feuilles



arbre

Indications : Démangeaison, éruptions cutanées, blennorragie, constipation, démangeaison, fièvre, plaie, maux de dents, paludisme

Partie utilisée : écorce, branchette, racine.

Procédé :

Ecorce de tige : tremper dans de l'eau. Laisser macérer. Prendre une tasse de thé 2 à 3 fois par jour pour traiter la fièvre. Goût amer. La décoction peut être utilisée pour des bains, jusqu'à guérison.

Branchette : Cure-dent pour désinfecter la bouche.

Racine : Tremper dans de l'eau. Laisser macérer. Boire pour traiter diarrhées et maux de tête.

N°27 - Kappe

Plante : **Kappe**

En wolof : Ñàmbi

En seereer : Kab

En bambara : Maninku

En joola : Fukiis

En français : Manioc

En anglais : Cassava

Nom botanique : manihot dulcis

Indications : Diarrhée, maux de ventre, toux, malnutrition des enfants.

Partie utilisée : feuille

Procédé :

Feuille : Tremper dans de l'eau et en faire boire l'enfant une fois le matin pendant une semaine ou un mois.



fleur



Feuilles



plantes



tubercule manioc

N°28 - Katijankume

Plante : **Katijankume**

En wolof : Katijaan,
katijankume

En bambara : Diourasoungali

Nom botanique : *Psorospermum
corymbiferum*

Indications : Aphrodisiaque, maux de tête, maux du corps, peur de l'obscurité dans une chambre, rêve difficile, cauchemar.

Partie utilisée : Ecorce, feuille, racine

Procédé :

1. Racler et piler l'écorce. Mettre la poudre dans un récipient d'eau. Rincer la tête et le visage avec la solution obtenue.
2. Ornement pour la chambre nuptiale des nouveaux mariés.

NOTE :

Il protège contre les démons de la nuit en les empêchant de voir celui qui en a induit le corps.



Feuilles



Feuilles



Tronc

N°29 - Keeleele

Plante : **Keeleele**

En wolof : Was-wasoor

En seereer : Ngegesan

En bambara : Jolisegi

Nom botanique : *Heeria insignis*

Indications : mauvais esprits, pouvoir, chance, stérilité de la femme.

Partie utilisée : feuille

Procédé : Tremper les feuilles dans de l'eau et en faire des bains. Ainsi les démons, et mauvais esprits seront chassés. Cela attire aussi la chance.

NOTA :

Effectuer la cueillette à l'aube, de préférence le dimanche. En contrepartie de la cueillette, asperger le tronc avec le lait.



feuilles



plante



feuilles

N°30 - Keli

Plante : **Keli**

En wolof : Kel

En seereer : Ngel

En bambara : Nogo nogo

Nom botanique : *Greda bicolor*

Indications : l'asthénie sexuelle, contre la fatigue.

Partie utilisée : Ecorce

Procédé :

Ecorce :

1. Tremper l'écorce dans de l'eau et l'utiliser comme eau de boisson.
2. Bouillir en associant du **buy** et du **bissaab**. Laisser refroidir. Boire matin et soir.

Tige : Tremper dans de l'eau. Laisser macérer. Boire une tasse de café 3 fois par jour



feuilles



Plante

N°31 - Keng

Plante : **Keng**

En wolof : Keng

En seereer : mbarambaram

En bambara : jene

En joolaa : fusabeel

Nom botanique : *Securinega virosa*

Indications : Manque de virilité, contre la fatigue.

Partie utilisée : écorce

Procédé :

Ecorce : Tremper l'écorce dans de l'eau et l'utiliser comme eau de boisson. En boire une tasse de café 3 fois par jour.



feuilles



feuilles



feuilles

N°32 - Kewending

Plante : **Kewending**

En wolof : Waax bu ndaw

En seereer : Gol

En bambara : Kewe

En joolaa : Bu bul

Nom botanique : *Oxytenanthera abissinica*

Indications : mal de dos, inflammation de la peau

Partie utilisée : écorce, la plante.

Procédé : Prendre la plante au complet, tremper dans une eau de boisson, elle fait disparaître le mal de dos. En boire à volonté.

Effets secondaires : Vomissement ou diarrhée.



plante



tige



feuilles

N°33 - Kojole

Plante : **Kojole**

En wolof : Ngeejan

En seereer : Ngojil

En bambara : Ngálaama

En manding : krèkètè

En français : Bouleau d'Afrique

Nom botanique : Anogeissus
leiocarpus

Indications : maux du corps

Partie utilisée : feuille, écorce

Procédé :

Feuille :

1. Faire cuire en associant des feuilles de **kojole** et celles de **diñgale**. Boire comme tisane. Peut servir de sucre pour les diabétiques.
2. Bouillir et laisser refroidir. Boire une tasse matin et soir. Prendre un bain. Faire le traitement pendant 2 ou 3 jours.



branches



Fleurs



Tronc

N°34 - Kokko



Plante : **Kokko**

En wolof : kokko

En seereer : Kokko

En Bambara : Kokko

En français : Cocotier

En anglais : Coconut tree

Nom botanique : *Cocos nucifera*



cocotier



noix



noix et jus de coco mûr

Indications : Problème respiratoire.

Partie utilisée : Jus de la noix

Procédé :

Jus : prélever en tranchant la noix. Boire 3 fois par jour.

N°35 - Kolle

Plante : Kolle

En wolof : wëtteen

En seereer : fa lit

En bambara : Bamana kori

En joola : Bu lulumay

En français : Cotonnier

En anglais : Cotton plant

Nom botanique : *Gossypium barbadense*

Indications : maux du corps, toux, rhume, maux de gorge, paludisme, diarrhée indigestion, maux d'estomac, pansement de plaie,

Partie utilisée : feuille, rhizome

Moment propice pour la cueillette : Matin après lever du soleil

Procédé :

Feuilles :

1. Bouillir une poignée. Boire une tasse de thé matin et soir.
2. Sécher les feuilles et faire bouillir. Boire une tasse de café au petit déjeuner et après le dîner, pendant 3 jours.



coton



feuilles



fleur

N°36 - Kulule



Plante : **Kulule**

En wolof : Kukul

En seereer : Cal

En bambara : mugudru

En joolaa : bukukula

Nom botanique : *Afromosia laxiflora*



fleur



fleurs



feuilles

Indications : impuissance, aphrodisiaque pour les hommes.

Partie utilisée : écorce, racine.

Procédé :

Ecorce, racine. On trempe l'écorce et la racine dans de l'eau. En boire à volonté

N°37 - Laaj

Plante : **Laaj**
En wolof : Laaj
En français : Ail
En anglais : Garlic
Nom botanique : *Allium sativum*

Indications : l'asthénie sexuelle, parasitose, stimulant, dysenterie

Partie utilisée : bulbe.

Procédé :

Bulbe : presser en jus ou en confiture. Ajouter quelques gouttes de jus de citron et de gingembre pour tonifier.



gousse d'ail



ail



feuilles



N°38 - Lammudé

Plante : **Lammudé**

En wolof : Màdd

En seereer : Màdd

En bambara : Saba

En français : liane Saba

Nom botanique : Saba
senegalensis

Indications : absence de virilité, douleur du corps

Partie utilisée : la feuille, racine.

Procédé :

Feuille. Faire bouillir une poignée de feuille dans de l'eau et en boire.



Fruit coupé



fruits



arbre

N°39 - Leemuna

Plante : **Leemuna**

En wolof : limon

En seereer : Lemon

En bambara : Limono

En français : citronnier

En anglais : Lemon

Nom botanique : Citrus limon

Indications : Rhume, fièvre

Partie utilisée : le fruit et la feuille.

Procédé :

Feuille et fruit. Découper et faire bouillir ensemble ou séparé.
On peut y ajouter du miel pour en boire.



citron



fruits et feuilles



arbre

N°40 - Lengey

Plante : **Lengey**

En wolof : Fook

En seereer : Ngologdog

En bambara : Lënge

En joolaa : Bu lew

Nom botanique : *Azelia africana*

Indications : fièvre

Partie utilisée : écorce

Procédé :

Ecorce : Ne pas bouillir. Tremper dans un récipient d'eau. Prendre une tasse de café matin, midi, soir avant les repas, pendant 7 jours.



fruit et noix



fruit



fruit et feuilles

N°41 - Màngorayyi

Plante : **Màngorayyi**

En wolof : Màngo.

En seereer : Mangara

En bambara : Magoro

En français : Manguier

En anglais : Manguier

Nom botanique : *Mangifera indica*

Indications : Prévention du tétanos, infections cutanées, maux de dents, diarrhées aiguës, infections urinaires, leucorrhées, anxiété, sommeil agité.

Partie utilisée : fruit, feuille, écorce

Procédé :

Feuille :

1. Choisir les feuilles les plus fines et faire bouillir une poignée. Boire 1 fois par jour, durant 2 ou 3 jours. Ajouter du sucre au besoin.
2. Faire bouillir 2 poignées. Utiliser la solution pour l'hygiène intime et pour les leucorrhées.

Ecorce.

1. Découper en morceaux et faire bouillir. Inhaler pour calmer les maux de dents. Faire des bains de bouche avec l'eau tiède.
2. Faire bouillir et boire pour traiter la diarrhée et la dysenterie.
3. Tremper dans de l'eau. Laisser macérer. Boire une tasse de café matin, midi, soir pour traiter les infections des organes génitaux et urinaires.



bourgeon



fruits



mangue

N°42 - Mbante



Plante : Mbante

En wolof : Mbant, mbantemaare

En seereer : benefene

En bambara : Mbala mbala fin

En français : café nègre, café bâtard

Nom botanique : cassia occidentalis



fleurs

Indications : fièvre, antiasthmatique, antipaludique, dépuratif, fébrifuge, tonique.

Partie utilisée : feuille

Procédé :

Feuilles : faire bouillir fraîches ou pilées. Boire. Prendre des bains.



graines



plante

N°43 - Ñebedaay

Plante : **Ñebedaay**

En wolof : Sab sab

En seereer : Nebeday

En bambara : Ben ailé

En français : Moringa

En anglais : Neverday

Nom botanique : Moringa
oleifera

Indications : ostéoporose, paludisme, maux de ventre, fièvre, parasitose, fatigue, vertige, asthénie, asthme, kwashiorkor et dénutrition

Partie utilisée : Feuille, graine, fleur.

Procédé :

1. Faire sécher la feuille et la fleur. En faire une poudre. L'ajouter dans l'alimentation, dans la sauce de « mbuum » par exemple, pour accompagner le couscous.
2. La feuille est utilisée contre l'asthme, sous forme de tisane. Elle réduit l'inflammation des bronches.
3. **La feuille.** Contre la kwashiorkor et la dénutrition. Consommer sous toutes les formes.
4. **La graine.** On la décortique pour la croquer. Bon contre la tension.



feuilles



feuilles et poudre



graines

N°44 - Netii

Plante : **Netii**

En wolof : Uul

En seereer : Seew, yeey

En bambara : Nere, nete

En joolaa : Bu gilay

En français : Mimosa pourpre

Nom botanique : *Parkia biglobosa*

Indications : hémorroïde

Partie utilisée : Ecorce

Procédé :

Ecorce : Faire bouillir. Laisser refroidir à une température supportable par le corps. Verser la solution dans un grand récipient. Enduire l'anus de karité. S'asseoir dans le récipient pour prendre un bain marin.



fruit



fruits



arbre

N°45 - Ngeloode

Plante ; **Ngeloode**

En wolof : Ngeer

En seereer : Ngud

En bambara : kuné

En français : Nguère, guiera du Sénégal.

En anglais : Guiera

Nom botanique : *Guiera senegalensis*

Indications : Toux, rhume. Bronchites aiguës, diarrhées, dysenterie, impuissance, lèpre, vomissements, paludisme.

Partie utilisée : Feuilles

Procédé : nous avons divers procédés.

Feuille :

1. Tremper dans de l'eau. Laisser macérer pendant plusieurs heures. Boire.
2. Faire bouillir une poignée. Boire une tasse de café matin, midi, soir.
3. Faire bouillir en ajoutant du **manioc**, des feuilles de **Ngeer** et de **coton**. Boire à volonté.



fleurs



plante

N°46 - Norowaaye

Plante : **Norowaaye**

En wolof : Rambat

En seereer : Ndumbuc

En bambara : Gangoro ni

En joolaa : Ka lit

En français : Orange de singe

En anglais : Monkey orange

Nom botanique : *Strychnos spinosa*

Indications : Paludisme récurrent.

Partie utilisée : feuille, petites racines.

Procédé :

Feuilles et petites racines. : Faire bouillir dans l'eau une poignée de feuilles et des petites racines. Boire à volonté.



fruit



feuilles



arbre

N°47 - Pellete

Plante : **Pellete**

En wolof : Enkeleen

En seereer : Ngenkeleen

En bambara : Geregeni

En français : Coeurs-volants

En anglais : Heart-fruit

Nom botanique : *Hymenocardia
acida.*

Indications : embryopathie, laxatif, paludisme

Partie utilisée : feuille, racine, écorce du tronc, écorce de la tige

Procédé :

Feuille

1. Faire bouillir une poignée. Boire chaque matin. Ajouter du sucre au besoin. Préventif aux formes d'embryopathie, de foetopathie.
2. Tremper dans de l'eau. Laisser mijoter. Boire en prévention au paludisme ou pour son traitement.

Racine : tremper dans de l'eau. Faire des bains de bouche.



feuilles



feuille



feuilles

N°48 - Saalaa nommboo

Plante : **Saalaa nommboo**

En wolof : Salanombo

En Malinke : kondané nombo

En français : Liane étoilée

Nom botanique : *Baisea multiflora*.

Indications : grande fatigue, chaudepisse, femme infertile, parasitose

Partie utilisée : racine

Procédé :

Racines : tremper dans un seau d'eau. Laisser mijoter.
Boire à volonté.

NOTA : Cueillir le mardi, au matin. En compensation, insérer une tige de souna à l'endroit du prélèvement de la racine. Cet acte compensatoire autorise de prélever 10 autres portions de racines.

N°49 - Safatoo

Plante : **Safatoo**

En wolof : Cakat

En seereer : Ngasub

En bambara : Soñe

Nom botanique : *Leptadenia hastata*

Indications : Eternuements

Partie utilisée : fruit, tige.

Procédé :

Fruit ou tige : prélever la sève et inhaler pour arrêter les étternuements.



N°50 - Sammba siññiŋ

Plante : **Sammba siññiŋ**

En wolof : Sejeñ

En seereer : Selum

En bambara : Sinnia

Nom scientifique : Cassia
seberiana

Indications : fièvre, fatigue, vers, maux de ventre, impuissance

Partie utilisée : la feuille, la racine

Procédé :

Feuille : faire bouillir une poignée. Boire une tasse de thé matin et soir. Ajouter du sucre au besoin. Prendre un bain avec la solution. Contre la fatigue.

Racine

1. Couper 3 portions en petits morceaux. Tremper dans de l'eau. Laisser macérer. Boire une tasse de thé matin, midi et soir au coucher. Pour tuer les vers.

2. Eplucher et faire sécher. Piler. Malaxer la poudre avec du miel. Consommer en guise d'aphrodisiaque.



feuilles



feuilles et fleurs



arbre

N°51 - Tabayy

Plante : **Tabayy**

En wolof : Tabba

En seereer : Tabba

En joolaa : Foubeumbeuf

En manding : Tabo

En bambara : Tabanogo

Nom botanique : Cola cordifolia

Indications : Maux de gorge ; Régule la tension artérielle

Partie utilisée : Feuille

Moment propice pour la cueillette : Matin, après lever du soleil

Procédé : Tremper les feuilles dans de l'eau puis boire une tasse de café matin et soir après les repas. Prendre pendant trois jours



fruits

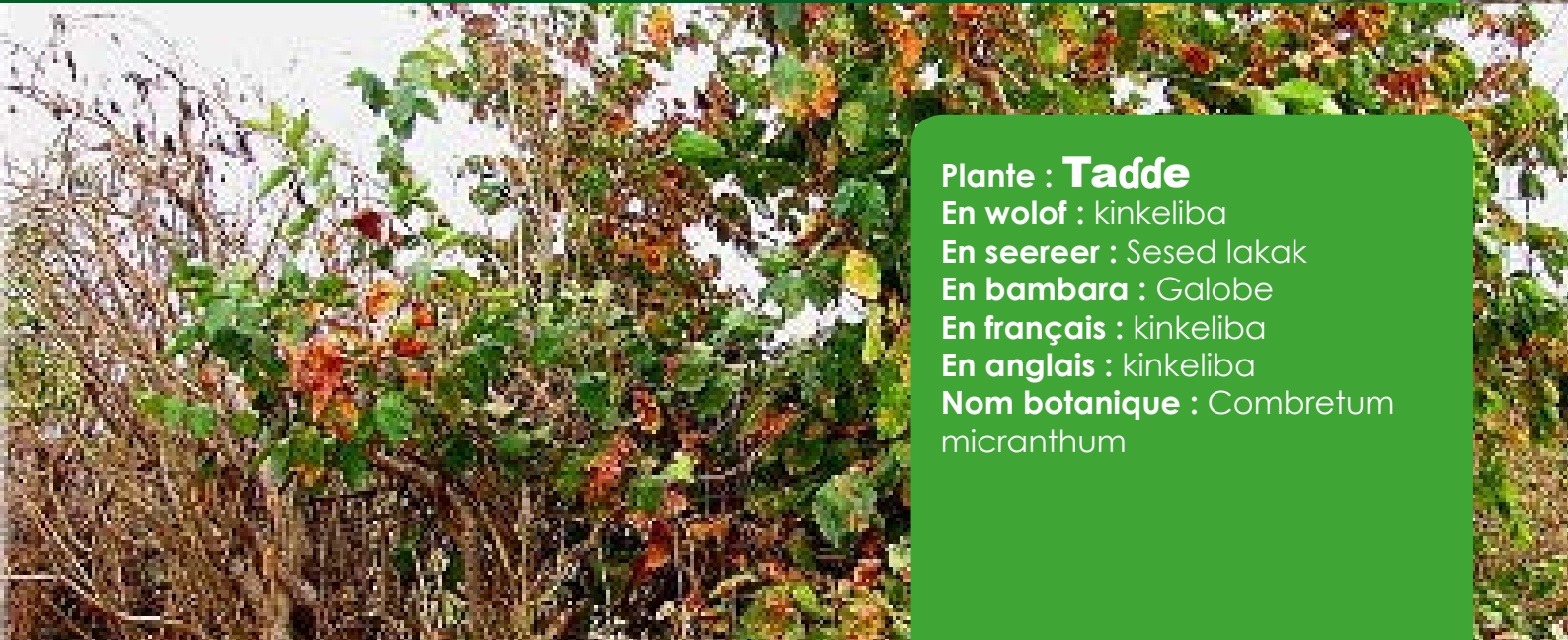


fruit



arbre

N°52 - Tadde



Plante : Tadde

En wolof : kinkeliba

En seereer : Sesed lakak

En bambara : Galobe

En français : kinkeliba

En anglais : kinkeliba

Nom botanique : Combretum micranthum



fleurs



feuilles



plante

Indications : Maux de ventre, vertige, infection urinaire, chaude pisse, essoufflement, difficulté à respirer, faiblesse sexuelle, constipation, dermatoses, constipation, douleurs gastriques, indigestions.

Partie utilisée : feuille, racine

Procédé :

Racine ou feuille :

- Faire bouillir fraîche ou séchée. Prendre une tasse de café, matin, midi, soir. Ajouter du sucre au besoin.
- Réduire en poudre. Avant de terminer un repas, consommer une pincée de poudre mixée à la nourriture.

N°53 - Tenten notaran

Plante : **Tenten notaran**

Indications : faiblesse sexuelle

Partie utilisée : Ecorce, feuille et racine

Procédé :

Ecorce et racine : tremper dans de l'eau. Laisser mijoter. Boire pour retrouver la virilité.

Feuille et racine : tremper dans de l'eau. Laisser mijoter. Boire pour traiter la stérilité chez la femme.



branche



feuilles



feuilles

N°54 - Tuubaataba



Plante : Tuubaataba

En wolof : Tabanaani

En seereer : Tuba

En bambara : Bagani

En français : Gros pignon d'Inde

Nom botanique : Jatropha curcas



fruits

Indications : Maux de dents, yeux qui démangent, constipation

Partie utilisée : Tige, fruit, écorce

Procédé :

Tige : utiliser comme cure dent, le matin, pour désinfecter et blanchir les dents.

Ecorce : tremper dans de l'eau. Laisser mijoter. Se rincer les yeux en cas de démangeaisons.

Fruit : consommer pour arrêter la constipation

NOTA : Le fruit est associé à d'autres ingrédients pour fabriquer du savon.



noix



plante

N°55 - Usde

Plante : **Usde**

En wolof : Tapp

Nom botanique : *Combretum nigricans*

Indications : impuissance

Partie utilisée : racine

Procédé :

Racine : tremper dans de l'eau en associant les racines de **usde**, de **keelele**, de **nygorwaay**. Laisser macérer. Boire pour traiter l'impuissance chez l'homme.



fruit



racines



arbre

N°56 - Uski



Plante : **Uski**

En wolof : Soto aldiana

En seereer : Babut

En bambara : Soto

Nom botanique : *Ficus capensis*



fruits



fruits



arbre

Indications : dysenterie, baisse de la vision (bêt bu lëndem)

Partie utilisée : feuille

Procédé :

Feuille : bouillir une poignée dans de l'eau. Boire une tasse de café, matin et soir.

Nota : Plante qui pousse toujours près du « dogge ».

N°57 - Wuuluunde

Plante : **Wuuluunde**

En wolof : Ñakubaara

En seereer : Fayfay

En bambara : Ngolo

En français : Herbe matelassée

En anglais : Hairy Fountain Grass

Nom botanique : Pennisetum
pedicellatum

Partie utilisée : Toute la plante

Indications : Contre le diabète, il fait baisser le sucre.

Procédé : Faire bouillir l'herbe dans de l'eau. Boire à volonté.



feuilles



feuilles



plantes

■ Présentation de Jokkoo, Agence de Consulting et d'Exécution.

L'agence Jokkoo est installée à Dakar mais intervient dans les différentes régions du pays et à l'international. La fondation du cabinet en 2000 est née de la volonté de consultants de plusieurs disciplines, de mutualiser leurs différentes compétences pour contribuer au développement économique, social, environnemental et culturel des communautés de base au Sénégal, dans la sous-région ouest-africaine et à l'international.

Les principales compétences et expériences du cabinet portent aussi bien sur les thématiques de la santé, de l'assainissement, de l'hygiène, de l'environnement, de l'éducation, la création d'emploi, la microfinance que du développement durable dans son sens le plus global. Les études, conceptions, formulations, réalisations, évaluations et suivis de projets et de modules de formation réalisés par Jokkoo entrent dans ce cadre.

■ Lexique des noms des plantes identifiées

N° Planche	Nom Pulaar	Nom botanique	Nom Wolof	Nom Seereer	Nom bambara
1.	Aalaale	<i>Securidaca longipedunculata</i>	Fuuf	Kuf, kuk.	Joro
2.	Bani	<i>Pterocarpus erinaceus</i>	Ween	Ban	Mgeeni
3.	Bisaki	<i>Bridelia micrantha</i>	Sanfito		Sagwan
4.	Bokki	<i>Adansonia digitata</i>	Guy	Bàk	Sira
5.	Carke	<i>Holarrhena floribunda</i>	Silaal	Ken	Fufu
6.	Ceekeeje	<i>focus sycomoris</i>	Gañ		
7.	Ciidii	<i>Euphorbia basalmifera</i>	Salaan	Ndamol	
8.	Cinjooole	<i>Lanea acida</i>	Soon	Ndugut	Mpéku ba
9.	Diijaali	<i>Gardenia ternifolia</i>	Dibutoor bu goor	Mposs	Buréké
10.	Doktoor	<i>Vernonia amygdalina</i>	Doktoor		
11.	Dooge	<i>Combretum glutinosum.</i>	Rat	Yay	Agara
12.	Doole	<i>Detarium microcarpum</i>	Danq	Ndanx	Tambadala
13.	Dubbe	<i>Borassus Aethiopium</i>	Ron	Ndof	Sebe
14.	Dukumi	<i>Annona senegalensis</i>	Ndugóór	Ndong	Ndanga
15.	Duuki	<i>Cordyla pinnata</i>	Ndimb	Nar	Dugura
16.	Fajuraande	<i>Cochlospermum SSP</i>	Fayar		Tiribara
17.	Gañ	<i>Ficus gnaphalocarpa</i>	Gañ	Ndun mas	Toro
18.	Gawdi	<i>Acacia nilotica, andosonii</i>	Nebneb	Nénèf	Bagana iri
19.	Goyaab	<i>Psidium guajava</i>	Guyaab	Nguyaab	
20.	Jabbi	<i>tamarindus indica</i>	Daxxaar	Sob	Ntomi
21.	Jaansajulu	<i>Zanthoxylum zanthoxyloides</i>	Geen gi deg	Ndofar	
22.	Jayna	<i>Senna occidentalis.</i>	Bantamaare	Benekene	
23.	Jóowi	<i>Bombax costatum</i>	Garabulawbe	Ndondol	Bumbu
24.	Kaakumcooye	<i>Ekebergia senegalensis</i>	Xay cooy		

ANNEXE

N° Planche	Nom Pulaar	Nom botanique	Nom Wolof	Nom Seereer	Nom bambara
25.	Kafa	Waltheria indica	Mbureey	Sane sane	Kan kane
26.	Kahi	khaya sénégalensis	Xay	Ngariñ	Jala
27.	Kappe	manihot dulcis	Ñàmbi	Kab	Maninku
28.	Kati janjume	Psorospermum corymbiferum.	Katijaan ou katijankuume		Diourasoungali
29.	Keeleele	Heeria insignis	Was-wasoor	Ngegesan	Jolisegi
30.	Kelli	Grewia bicolor	Kel	Ngel	Nogo nogo
31.	Keng	Securinega virosa	Keng	Mbaramba-ram	Jene
32.	Kewending	Oxytenanthera abissinica	Waax bu ndaw	Gol	Kewe
33.	kojole	Anogeissus leiocarpus	Ngeejaan	Ngodil	Ngálaama
34.	Kokko	Cocos nucifera	Kokko	Kokko	Kokko
35.	Kolle	Gossypium barbadense	Wëtteen	Fa lit	Bamana kori
36.	Kulule	Afrosymia laxiflora	Kukulu	Cal	Mugudru
37.	Laaj	Allium sativum	Laaj		
38.	Lammude	Saba senegalensis	Màdd	Madd	Saba
39.	Leemuna	Citrus limon	Limonj	Lemon	Limono
40.	Lengey	Azelia africana	Fook	ngologdog	Daga, lènge
41.	Màngorayyi	Mangifera indica	Màngo.	Mangara	Magoro
42.	Mbante	cassia occidentalis	Mbant, mbantemaare	Benefene	Mbala mbala fin
43.	Ñebedaay	Moringa oleifera	Sab sab	Nebeday	Ben ailé
44.	Netii	Parkia biglobosa	Uul	seew	Nete
45.	Ngeloode	Guiera senegalensis	Ngeer	Ngud	Kuné
46.	Ñorowaaye	Strychnos spinosa	Rambat	ndumut	Gangoro ni
47.	Pellete	Hymenocardia acida	Enkeleen	Ngenkeleeñ	Geregeni
48.	Saala nommboo	Baissea multiflora	Salanombo		
49.	Safatoo	Leptadenia hastata	Cakat	Ngasub	Soñe
50.	Samma siññij	Cassia seberiana	Sejeñ	Selum	Sinnia
51.	Tabayy	Cola cordifolia	Tabba	Taba	Tabanogo
52.	Tadde	Combretum micranthum	Kinkeliba	Sesed	Golobe
53.	Tenterj notaranj				
54.	Tuubaataba	Jatropha curcas	Tabanaani	Tuba	Bagani
55.	Usde / Busdé ??	Combretum nigricans	Tapp		
56.	Uski	Ficus capensis	Soto aldiana	Babut	Soto
57.	Wuuluunde	Pennisetum pedicellatum	Ñakubaara	Fayfay	Ngolo

Liste des personnes consultées

GUÉRISSEURS

- Thiaba Sow. Guérisseur. Diallocounda
- Samba Diop. Guérisseur. Diallocounda
- Birane Doumbouya. Guérisseur. Diallocounda
- Yoro Doumbouya. Guérisseur. Diallocounda
- Aliou Ndao. Guérisseur. Diallocounda
- El Hadj Moussa Ba. Guérisseur. Medina France.
- El Hadj Kassoum Diop. Guérisseur. Kanicounda
- El Hadj Daouda Diop, Guérisseur. Boudouck
- Biram Gano. Guérisseur. Boudouck.

INFORMATEURS.

- Hamadi Diallo. Oustass Informateur. Imam de Diallocounda.
- Ibrahima Diop. Informateur. Kanicounda.
- Aïssata Diop. Informatrice. Kanicounda.
- Ibrahima Coly. Informateur. Medina France.
- El hadji Coly. Informateur. Medina France.
- Talibou Diop. Informateur. Kanicounda

PRATICIENS ET CHERCHEURS

- Charles Katy, expert du programme médecine traditionnelle de l'Organisation ouest africaine de la santé (OOAS),
- Bachirou Gueye, Ethnobotaniste, malherbologue, responsable du Jardin ethnobotanique du Parc forestier de Hann à Dakar
- Ibrahima Ndao, technicien horticole, formateur au CIFOP, Mboro.

TECHNICIENS DE TERRAIN

Agents du Poste de santé de Diallocounda

- Souleymane Corréa. Ancien Infirmier Chef de Poste de Diallocounda
- Mamadou Sall. Nouveau Infirmier Chef de Poste de Diallocounda
- Cheikh Tidiane Ndao. Agent de Santé Communautaire. Diallocounda

Agents des Eaux et Forêts. Diallocounda

- Tamsir Coly. Garde forestier
- Yaya Baldé. Garde forestier

- Thierno Coly. Agent de Sécurité de Proximité
- Sahibou Diallo. Agent de Sécurité de Proximité

Autres compétences :

- Mme Anta Diallo. Ancienne Infirmière Chef de Poste de Boggal.

AUTORITES ET CHEFS COUTUMIERS

- Zakkaria Barry. Marabout, à Boggal
- Amadou Dem. Adjoint au Sous-Préfet de Boggal.
- Imam Mamadou Seydou Diallo. Chef religieux. Président de l'APAC de Lowé.

POPULATIONS DE LA ZONE

Focus group Femmes. Medina France.

GPF. Nafore Madina.

1. Ouley Diop.
2. Nary Sy.
3. Safietou Diop.
4. Naria Coly.
5. Awa Coly.
6. Awa Diallo.
7. Maram Ba.
8. Adam Coly.
9. Fatimata Diop.
10. Njibou Ann.

Focus group Femmes. Kanicounda.

1. Dieyla Touré
2. Aïssatou Diop
3. Awa Ba
4. Hawa Sy
5. Dieyla Gano
6. Amy Diop
7. Aïssatou Sy
8. Njibou Sow
9. Aïssatou Diop
10. Khardiata Sow
11. Awa Diop
12. Awa Sow
13. Sana Ba
14. Fatou Sy
15. Maïmouna SY

Focus group hommes. Kanicounda.

1. Alkaly Diallo.
2. Samba Diallo

3. Cellou Diallo
4. Aliou Diallo
5. Kaoussou Diallo
6. Moussa Diop
7. Barry Diallo
8. Ibrahima diop
9. Ali Diallo
10. Senghor Diallo
11. Oumar sall

Focus group hommes. Diallocounda.

1. ibrahima Doumbouya
2. Mamadou Diallo
3. Aliou Ndao
4. Daouda Diallo
5. Birame Doumbouya
6. Alpha diallo
7. Abdoulaye Ndao
8. Baba Tam diallo
9. Mamadou Diallo
10. El Hadj Diallo
11. Alpha Ousmane Ba
12. Ibrahima Sory Coly
13. Bara Touré.

Focus group femmes. Diallocounda.

GPF Jam welli

1. Khadidiatou Diallo
2. Hawa Diop
3. Ana Sow
4. Maïmouna Diop
5. Egiga Ndaw
6. Fatim diop
7. Djenaba Coly
8. Aïssata Diop
9. Diarra Coly
10. Maïmouna Sy
11. Khardiata Diallo

Focus group hommes. Medina France.

1. Alpha Diop
2. Samba Diop
3. Ibrahima Ba
4. Yaya Ba
5. Babacar coly
6. Moussa Coly
7. Mamadou Sy
8. Babacar Diop
9. Birane Sy
10. Idrissa SY
11. Seydou Diop
12. Samba Diop. Imam de la mosquée.
13. Samba Diop. Chef de village.

Focus group Femmes. Dato Alpha Mamadou.

1. Marie Diop
2. Marieme Cissé
3. Mariame Ann
4. Fatim Sokh
5. Aïssata Diop
6. Nafy Ba. Pdt fédération des GIE.
7. Djibou Diaw
8. Khardiata Sy
9. Dieyla Diop
10. Babacar Ndaw. (Interprète)

Focus group hommes. Restitution étude à l'APAC. Diallocounda.

1. Imam Mamadou Saidou Diallo (Président AVPE),
2. Daouda Diallo (Trésorier AVPE),
3. Hadiya Diallo (Chef de village),
4. Oustaz Diallo (Imam),
5. Ibrahima Sory Coly (maitre coranique),

Membres AVPE :

6. Mamadou Ndao,
7. Ibrahima Doumbia,
8. Abdoulaye Ndao,
9. Babatam Diallo (Président des Jeunes),
10. Aliou Ndao,
11. Alpha Diallo,
12. Birane Doumbia,
13. Awa Sylla (Pépiniériste),
14. Fatim Diop (Présidente GIE Jamm Weli et Bajenu Gox).

Services techniques étatiques :

15. Mamadou Sall (ICP)
16. Ibrahima Diatta (adjoint Chef de poste Eaux et Forêts)

Membres Jokkoo :

17. Mansour Kébé,
18. Mody Bocoum,
19. Mamadou Signaté
20. Djiby Sow

Bibliographie et Webographie.

- o **Flore du Sénégal.** Jean Berhaut. 2^{ème} édition plus complète, avec les forêts humides de la Casamance. éditions Clairafrique. 1967. Dakar. 485 pages.
- o **La Pharmacopée De L'Afrique De L'ouest.** Organisation Ouest Africaine De La Santé (OOAS). 2020. 321 pages.
- o **La pharmacopée des plantes médicinales de l'Afrique de l'ouest.** Organisation Ouest Africaine de la Santé. (OOAS). 2013, 268 pages.
- o **La Santé par les plantes.** Tome I – Editions Diasporas Noires. Dr Erick Gbodossou. Sénégal. 2012, 40 pages.
- o **Les plantes médicinales.** Institut européen des substances végétales. 2015. 2016.
- o **Les plantes médicinales au Sénégal** (commune de Nguékokh, zone de la Petite Côte) plantes senegal.pdf. Extraits du rapport du stage d'Anne-Marie Potel, Etudiante en maîtrise de sciences naturelles, effectué à Nguékokh, en août et septembre 2002.
- o **Lexique des noms vernaculaires concernant la flore du nord et de l'est du Sénégal.** FOTIU.:3, G. NAEGELE ,A. VALENZA,J. Date de parution : Septembre 1967. OFFICE DE LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE ET TECHNIQUE OUTRE-MER. CENTRE O. R. S. T. O. M. DE DAKAR-HANN.
- o **Médecine traditionnelle du Sénégal. Exemples de quelques plantes médicinales de la pharmacopée sénégalaise traditionnelle.** Thèse de Mlle GUEYE Faty. en vue d'obtenir le diplôme d'Etat de docteur en pharmacie. 2019. Université d'Aix-Marseille – Faculté de Pharmacie
- o **Le rôle des plantes médicinales en médecine traditionnelle.** Prof Rokia Sanago, Maître de Conférences Agrégé du CAMES. Département Médecine Traditionnelle de l'INRSP. Université de Bamako,
- o **Plantes médicinales et toxiques des Peuls et des Toucouleurs du Sénégal.** J. Kerharo J. G. Adam. Journal d'agriculture traditionnelle et de botanique appliquée Année 1964. - Persée (persee.fr). Consulté le 19/3/22.
- o https://www.persee.fr/doc/jatba_0021-7662_1964_num_11_12_2795



JOKKOO, Bureau d'Etudes
Fondation année 2000
RCCM N° SN.DKR.2021. C.25995
NINEA : 008764244
Email : jokkooconsulting@yahoo.fr
Tel : 00221 77 641 53 19.