

Savoyane
Coptis groenlandica
Famille des Renonculacées (bouton d'or)



Aimez-vous aller chez le dentiste ? Votre visite annuelle remonte à quand ? Vous voulez trouver un moyen d'avoir les dents saines et blanches et éviter les plombages sans avoir recours à la brosse à dents ? Mon dentiste n'aimerait pas m'entendre !

Et pourtant, on a bien raison de croire que tout est dans la nature. En effet, la racine de savoyane peut s'utiliser comme brosse à dent naturelle car c'est un antiseptique comparable à la pâte à dents. Savez-vous qu'on utilise dans certains dentifrices, le composé d'une plante de la famille voisine à celle de la savoyane ? Cette molécule se fixe sur la plaque dentaire et en inhibe 98% des bactéries.

Ça vous intéresse de savoir pourquoi les dents sont si sujettes aux bactéries ? Suivez bien ! Grâce aux groupements SO_4^- contenus dans la salive (de charge négative), l'émail serait protégé naturellement contre les agressions des bactéries car les bactéries sont elles-mêmes de charge négative.

Quand une bactérie pénètre la cavité buccale, elle est repoussée de façon naturelle par l'émail ; deux charges opposées se repoussent, évidemment ! Toutefois, le problème arrive avec la présence des sucres. Des bactéries s'installent pour les dégrader en formant la plaque dentaire, qui est un genre de ciment qui lie les cellules bactériennes entre elles.

Cette plaque dentaire, où l'absence d'oxygène prévaut, prépare l'arrivée des bactéries qui travaillent sans oxygène. Ces dernières transforment les sucres de la plaque en acides (comme lors de la fermentation). Vous savez le problème avec ces acides ? Ils déminéralisent l'émail, entraînant la formation d'une cavité connue sous le nom de carie dentaire.

Comment trouver des racines de savoyane ? Après votre dessert, dirigez-vous vers une forêt de conifères. Il faut être en mesure de repérer sur le tapis du sous-bois, trois petites feuilles d'un vert luisant. Ensuite, prenez la pelle et creusez aux alentours des feuilles. Vous découvrirez des petits filaments orangés qui sont ses racines.

Prenez deux ou trois racines et mâchez-les pour faire sortir le jus bactéricide. Vous ferez sûrement une belle grimace lors des premiers essais. C'est un amer puissant ! Cueillez enfin quelques racines et ramenez les à la maison. Vous aurez ainsi un rince-bouche et une pâte à dents durant quelques jours. Un aphte, vous connaissez ? C'est une ulcère dans la bouche. Si ça vous arrive, mastiquez deux à trois racines encore, le lendemain, on en parlera plus. Si dentiste savait, plombage n'aurait !

...tiré du recueil de notes de Fabien Girard / chercheur