

FLEURS DE CAMOMILLE NOBLE

Une alliée pour apaiser la digestion

Découvrez la Camomille Noble

Plusieurs plantes de la même espèce partagent le nom de «Camomille» : la Camomille Noble, la Camomille Matricaire et la Grande Camomille.

La Camomille Noble décrite dans cette fiche, pousse à l'état sauvage dans les champs du Sud de l'Europe et est cultivée, notamment en Anjou (France). Cette plante vivace, aux délicates fleurs blanches et jaunes, atteint une hauteur de 15 à 30 cm et fleurit généralement de juin à septembre.

Fleur Noble (du grec *Anthemis nobilis*), elle est, avec le Tilleul, la Menthe et la Verveine, une des plantes les plus connues pour les tisanes.

Les bienfaits reconnus

S'appuyant sur les usages traditionnels de plus de 30 ans et les recherches scientifiques, les autorités de santé européennes et mondiales ont validé les bienfaits suivants pour les [Fleurs de Camomille Noble](#) :



En interne (par voie orale)

- **Troubles digestifs** : Soulage ballonnements, flatulences (gaz) et lenteur digestive (EMA, HMPC, Agence française du Médicament, ESCOP).
- **Douleur lors de la digestion** : Comme aide complémentaire pour diminuer les douleurs associées à des crampes légères lors de la digestion (Agence française du Médicament, HMPC).

En externe (en usage local)

- **Hygiène de la bouche** : En bain de bouche ou pastille, elle calme les douleurs de la bouche et/ou du pharynx (Agence française du Médicament)
- **Soin de la peau** : Utilisée en usage externe, elle adoucit les irritations et les démangeaisons de la peau (Agence française du Médicament, ESCOP).

Sécurité et précautions

La Camomille Noble a un potentiel allergisant, elle est à éviter chez les sujets allergiques.

- **Contre-indications** : Déconseillée en cas d'allergie connue à la plante ou à d'autres plantes de la même famille (Astéracées).
- **Effets indésirables** : Réaction allergique possible chez les plus sensibles.
- **Interaction avec d'autres médicaments** : Par mesure de précautions, le Comité allemand précise que la plante ne doit pas être prise en même temps que des anticoagulants (aspirine, warfarine) ni avec des tranquillisants de la famille des benzodiazépines.
- **Précautions** : L'usage pendant la grossesse, l'allaitement et chez les enfants de moins de 12 ans n'est pas recommandé par manque d'étude.

Portrait botanique

Noms communs : Camomille Romaine, Anthémis noble, Camomille d'Anjou

Noms latins : *Anthemis nobilis* L., *Chamaemelum Nobile* L.

Allemand : Romische Kamille - Anglais : Roman Chamomille

Famille : Astéracées

Parties utilisées : Fleurs

NEWSLETTER

Inscrivez-vous maintenant pour ne rien manquer
et cultivez votre bien-être naturellement.

▶ [Je m'inscris à la Newsletter](#)

*Les informations transmises ont pour but de vous présenter
le potentiel des plantes médicinales, mais elles ne remplacent pas
l'avis d'un professionnel de santé, ni un traitement.*

Sources publiques :

Agence française du médicament (1998), EMA (2009, 2020), HMPC (2012, 2020), ESCOP (2019)

www.plantesmedicinales.org