

Objectif de la FOCAM:

Permettre à chaque citoyen de disposer des médicaments dont il a besoin, en quantité nécessaire et selon la qualité requise, partout où il se trouve, sans que cela ne l'appauvrisse.

Domaines de travail

- ◇ Accompagnement des pouvoirs publics au renforcement du système pharmaceutique;
- ◇ Accompagnement des pouvoirs publics, des formations sanitaires et des partenaires à la mise en place des mécanismes d'approvisionnement, de distribution et de gestion des médicaments et autres produits de santé, des procédures et des outils d'aide à la décision ;
- ◇ Renforcement des capacités des prestataires à la gestion adéquate des médicaments et autres produits de santé ;
- ◇ Organisation des approvisionnements, du stockage et de la distribution des médicaments essentiels et autres produits de santé aux formations sanitaires pour son propre compte ou pour le compte de tiers ;
- ◇ Réalisation d'études, analyses et évaluations sur les questions liées à l'accès aux médicaments ;

CONTENU

31 aout : Journée africaine de la médecine traditionnelle	1
Ne laissons pas mourir notre médecine traditionnelle	2
Les compléments alimentaires de sont pas des médicaments	3
La santé dans nos assiettes	5

31 aout : Journée africaine de la médecine traditionnelle

Depuis 2003, les pays de la région africaine célèbrent tous les 31 aout, la **Journée africaine de la médecine traditionnelle**. L'objectif de cette célébration est de reconnaître la contribution essentielle de la médecine traditionnelle à la santé et au bien-être de plusieurs générations d'Africains sur le continent ; médecine traditionnelle que l'OMS définit comme étant « *l'ensemble des connaissances et des pratiques, explicables ou non, utilisées pour diagnostiquer, prévenir ou éliminer des maladies physiques, mentales ou sociales et qui peuvent se fonder exclusivement sur une expérience et des observations passées, transmises de génération en génération, oralement ou par écrit* »

Cette définition intègre dans le champ de la médecine traditionnelle :

- les traitements par les plantes, et autres substances animales et minérales (*phytothérapie, aromathérapie et autres traitements dit « bio »*);
- les traitements par des techniques basées sur le vécu social et les relations entre thérapeute et malade en utilisant ou non la puissance du verbe (« *Nganga* », « *Mbikudi* », etc.);
- les rites religieux ou non utilisés pour soigner (« *bizinga* », « *dambage* » et autres centres thérapeutiques de médecine révélée).

L'année 2023, correspond à la fin de la stratégie régionale de l'OMS pour le renforcement du rôle de la médecine traditionnelle dans le système de santé 2013 – 2023. C'est donc une opportunité pour chaque pays de faire le point des avancées enregistrées pendant ces 10 années pour renforcer la contribution de cette médecine traditionnelle notamment, dans ce contexte de la marche vers la couverture sanitaire universelle. En effet, l'OMS considère que, **jusqu'à ce jour, 80 % de la population du continent dépend de la médecine traditionnelle pour répondre à ses besoins sanitaires essentiels. *Pourrait-on parler d'universalité s'ils sont laissés de côté?***

Ce 31 aout 2023, plusieurs pays ont organisé des salons, des foires, des semaines et autres manifestations pour donner un rayonnement à leur médecine traditionnelle. Le Congo qui abrite le Siège régional de l'OMS est resté silencieux, comme si la médecine traditionnelle s'était éteinte. Les grandes célébrations organisées jadis, ne sont plus que souvenir.

La Fondation Congolaise pour l'Accès aux Médicaments, saisit cette occasion pour lancer un appel à **ne pas laisser mourir la médecine traditionnelle congolaise** car elle fait partie de notre patrimoine thérapeutique et continue à sauver des nombreuses vies.

La FOCAM attire également l'attention des populations sur l'utilisation de plus en plus étendue des compléments alimentaires, qui ne préviennent ni ne traitent les maladies et rappelle à tous, qu'une alimentation équilibrée est suffisante pour garantir la santé et le bien être car, comme l'a dit Hippocrate au V^e siècle avant Jésus Christ: « **Que ton alimentation soit ta première médecine** ».

Dr Ray MANKELE
Président de la FOCAM

Ne laissons pas mourir notre médecine traditionnelle

L'institutionnalisation de la médecine traditionnelle au Congo remonte à 1979, avec la création au sein du Ministère de la Santé et des Affaires Sociales, par le 3^e Congrès extraordinaire du Parti Congolais du Travail (PCT), de l'Antenne de la médecine traditionnelle d'une part, et d'autre part, la création en 1980 de l'Union nationale des tradipraticiens congolais (UNTC), une organisation non gouvernementale, qui regroupait l'ensemble des praticiens de cette médecine. Commenait alors une grande épopée marquée par un développement rapide de la médecine traditionnelle avec l'appui très remarqué de l'OMS.

Parmi les grandes avancées que le pays a connu dans ce domaine, on peut citer :

- L'érection de l'Antenne de la médecine traditionnelle en Service, au sein de la Direction des soins de santé en 1982, témoignant de la forte volonté de l'intégrer au système de soins ;
- La création du Centre d'Etudes sur les Ressources Végétales (CERVE) en 1985 ;
- La création du Centre national de la médecine traditionnelle (CNMT) en 1987 avec son jardin botanique ;
- La création du Groupe d'Etudes et de Recherche sur la Pharmacopée et la Médecine Traditionnelles Africaines au Congo (GERPHAMETRAC) en 2000 ;
- L'élévation de l'Unité de Chimie du Végétal et de la Vie de la Faculté des Sciences de l'Université Marien Ngouabi, au rang de Pôle d'Excellence Régional pour la recherche sur les plantes médicinales en 2007.

On a également assisté à une multiplication des associations en ONG des tradipraticiens qui se sont regroupées en 2006 en fédérations départementales à Brazzaville, Pointe – Noire et dans la Sangha, afin de faciliter leur coordination et la formation de leurs membres, sur les bonnes pratiques de préparation, de conservation et d'utilisation des plantes médicinales, sur les soins de santé primaires, sur le VIH/SIDA, sur les droits de propriété intellectuelle, sur l'entrepreneuriat, etc.

Pour leur encadrement, le pays s'est doté ses outils suivants :

- Une classification des tradipraticiens exerçant au Congo : *Phytothérapeutes, Psychothérapeutes, Ritualistes, Chir kinésithérapeutes, Phlébotanistes, Accoucheuses traditionnelles, Herboristes, Médico-droguistes et Rebouteux* ;

- Le recensement et la délivrance de cartes de tradipraticiens de santé ;
- Un code de déontologie des tradipraticiens.

Les résultats du développement de cette médecine traditionnelle étaient alors palpables, avec la promotion de nombreuses recettes médicinales congolaises qui ont apporté un mieux-être à nos populations telles que, *Moringa Oleifera*, *Aloes*, *Bulukutu* (Lippia), *Ndudi Ndudi*, *Tetra*, *Kongo bololo* (*Morinda morindoides*) Ces recettes ont été présentées lors des différentes journées de promotion, des foires, des salons et expositions.

Des missions de terrain ont été menées en vue d'identifier et de collecter les différentes plantes et recettes médicinales utilisées dans les différents départements du pays (Plateaux, Likouala, Lékoumou et Kouilou). Les plantes collectées ont été repiquées et conservées au Jardin botanique du Centre National de Médecine Traditionnelle .

Sur le plan de la recherche, plusieurs études ont été menées sur les plantes à vertus médicinales par des institutions de recherche, l'Université Marien NGOUABI, le CERVE, le Laboratoire National de Santé Publique et aussi des associations telles que Santé Nature. Les résultats de ces recherches ont abouti à la mise au point de médicaments traditionnels améliorés dont certains comme *Tetra Manga*[®] ou *Moudiocine*[®] ont obtenus des autorisations de mise sur le marché.

Le Congo a mis en place une Formation Doctorale « *Valorisation des plantes aromatiques et médicinales* » à la Faculté des Sciences et Techniques de l'Université Marien Ngouabi, qui a permis la soutenance de plus d'une centaine de mémoires et thèses de Doctorat et la formation de plusieurs spécialités, chimistes et biologistes.

Mais cet élan s'est estompé, la médecine traditionnelle semblant entrer en léthargie depuis près de 5 ans :

- La politique nationale de médecine traditionnelle n'a pas fait l'objet de mise à jour alors qu'elle a maintenant 17 ans et que les défis dans ce domaine ont nettement évolué ;
- Le service de la médecine traditionnelle a disparu de l'organigramme du ministère de la santé depuis la réforme organique de 2013 ;
- Le CNMT et son jardin botanique sont à l'abandon ;
- Les appuis des partenaires y compris l'OMS se sont raréfiés ;

- Les activités de promotion de plantes et recettes médicinales sont réduites à des publicités et communiqués sur les médias.

C'est pourquoi, la Fondation Congolaise pour l'Accès aux Médicaments voudrait rappeler aux décideurs, aux professionnels de santé et aux populations que la médecine traditionnelle africaine demeure notre héritage et qu'il est donc de notre devoir de la développer, de la valoriser bien sûr, en établissant les preuves de son efficacité, son innocuité et sa qualité comme le recommande l'OMS. Dans chacune de nos familles, il est certain de retrouver au moins un praticien de la médecine traditionnelle, selon les différentes catégories reconnues et que tous, nous y faisons recours,

consciemment ou pas.

L'identification des plantes ayant de réelles vertus médicinales, leur production, leur transformation et leur utilisation rationnelle permettra non seulement d'améliorer l'accès aux médicaments et donc aux soins de santé mais aussi de développer des secteurs économiques générateurs d'emploi et de revenus. **Il s'agit donc d'un secteur porteur dans lequel chacun peut trouver un rôle à jouer, ne l'abandonnons pas.**

Dr Ray MANKELE
Pharmacien, FOCAM

Les compléments alimentaires ne sont pas des médicaments

Les compléments alimentaires sont des « denrées alimentaires » dont le but est de compléter un régime alimentaire normal. Ils constituent une source concentrée de nutriments ou d'autres substances ayant un effet nutritionnel ou physiologique. Ils sont conditionnés en doses, sous forme de comprimés, gélules, pastilles, ampoules, destinés à être pris par voie orale.

Les compléments alimentaires peuvent contenir des nutriments (vitamines et minéraux), des plantes (à l'exception des plantes destinées à un usage exclusivement thérapeutique), des substances à but nutritionnel ou physiologique (substances chimiquement définies, à l'exception des substances pharmacologiques), des ingrédients traditionnels, des additifs, des arômes et des auxiliaires technologiques (support d'additifs) dont l'emploi est autorisé en alimentation humaine.

Les compléments alimentaires ne doivent donc pas contenir de substances pharmacologiques ou à usage thérapeutique. Ils ne doivent, par conséquent, pas être confondus à des médicaments car ils ne traitent ni ne préviennent aucune maladie.

Les déficits et carences en nutriments sont rares dans la population générale. Un régime alimentaire adapté et varié, dans des circonstances normales, apporte en effet à un être humain, tous les nutriments nécessaires à son bon développement et à son maintien en bon état de santé.

Cependant, en raison d'un mode de vie particulier ou pour d'autres motifs, des consommateurs souhaitant compléter leur apport en nutriments peuvent recourir à des compléments alimentaires. C'est le cas par exemple :

- des femmes enceintes qui peuvent prendre des sup-

pléments contenant du fer, du calcium ou de la vitamine B9 puisque ces nutriments sont essentiels au bon déroulement de la grossesse;

- des femmes ayant des règles abondantes qui peuvent prendre un complément de fer;
- des personnes ayant un régime alimentaire particulier, tel que les végétariens et les végétaliens;
- des personnes très actives qui sont plus susceptibles de devoir utiliser des compléments alimentaires.

Dans tous les cas, leur indication relève plus du conseil médical que d'une démarche alimentaire individuelle non éclairée. **Il faut d'abord que la carence soit établie en évaluant votre consommation quotidienne en chaque nutriment essentiel puis, que la supplémentation soit jugée utile pour que la prise de complément alimentaire soit envisagée.**

Il est important de noter que lorsqu'on suit un traitement médicamenteux, il est essentiel de consulter son médecin ou son pharmacien avant de prendre un complément alimentaire car ces derniers peuvent interagir avec les médicaments et modifier leur efficacité.

Les principaux types de suppléments vitaminiques retrouvés sur le marché sont :

- Les compléments alimentaires pour cheveux et barbe;
- Les compléments alimentaires à base de protéines pour musculation et sport;
- Les compléments alimentaires pour grossir ou pour maigrir;
- Les compléments alimentaires bio et naturels;

- Les compléments alimentaires en fer, zinc et antioxydants;
- Les compléments alimentaires spécifiques à la grossesse;
- Les compléments alimentaires contre l'arthrose.

Il existe plusieurs risques liés à la consommation des compléments alimentaires :

- ⇒ Tout d'abord, les compléments alimentaires mis sur le marché ne sont pas soumis systématiquement à une évaluation scientifique préalable, visant à garantir leur qualité. C'est le distributeur qui est responsable de la conformité de la mise sur le marché dans le respect des normes en vigueur, de sécurité et de non-tromperie du consommateur. **Il y a donc des possibilités de fraudes auxquelles le consommateur est exposé** comme cela a été le cas en France où, une jeune femme a été prise de douleurs thoraciques aiguës, après avoir ingéré des gélules qui devaient l'aider à réguler son cycle menstruel. Leur analyse a montré qu'elles contenaient en réalité, du Viagra à haute dose. Plusieurs compléments alimentaires à finalité aphrodisiaque sont présentés comme contenant des ingrédients d'origine naturelle (des plantes) alors qu'en réalité ils contiennent des substances actives médicamenteuses non mentionnées sur les étiquettes telles que le sildénafil ou le tadalafil utilisés contre le dysfonctionnement érectile. Ces substances, sont en principe, contre-indiquées chez les personnes souffrant de pathologies cardiaques, en raison des effets indésirables graves qu'elles peuvent générer
- ⇒ Par ailleurs, mal utilisés, ces compléments peuvent entraîner des conséquences néfastes sur la santé des consommateurs en raison notamment de surdosage ou de surconsommation (dépassement des doses ou prises concomitantes de plusieurs compléments alimentaires). En effet, même si deux compléments alimentaires ont des objectifs différents, ils peuvent avoir des ingrédients en commun, notamment des vitamines et des minéraux. Dans ces conditions, **la prise simultanée de ces deux produits, même aux doses recommandées individuellement par leur fabricant respectif, peut provoquer un surdosage.**
- ⇒ Les formules de certains compléments alimentaires peuvent contenir en plus des vitamines et des minéraux, d'autres substances telles que les extraits de plantes dont la toxicité peut se révéler importante si l'on ne respecte pas leurs conditions et leurs précautions d'emploi. La présence de différents nutriments et autres ingrédients dans la composition des compléments alimentaires est susceptible d'occasionner des

allergies chez le consommateur. **Il faut donc s'informer et vérifier la composition du produit et les autres mentions figurant son étiquette.**

Face à cet engouement pour les compléments alimentaires, la Fondation Congolaise pour l'Accès aux Médicaments recommande de :

- Toujours consulter un médecin ou un pharmacien avant de consommer des compléments alimentaires ;
- Ne pas prendre plusieurs compléments alimentaires en même temps, respecter les doses maximales indiquées sur l'étiquette du produit et tenir compte des quantités déjà apportées par l'alimentation;
- Prendre connaissance des mentions obligatoires mentionnées sur le conditionnement extérieur des compléments alimentaires, pour éviter d'être fausement abusés. Il s'agit de :
 - ◇ le nom ou les catégories de nutriments ou substances caractérisant le produit ou une indication relative à la nature de ces nutriments ou substances;
 - ◇ la portion journalière de produit dont la consommation est recommandée;
 - ◇ un avertissement contre le dépassement de la dose journalière indiquée;
 - ◇ un avertissement indiquant que les produits doivent être tenus hors de la portée des enfants;
 - ◇ une déclaration visant à éviter que les compléments alimentaires ne soient utilisés comme substituts d'un régime alimentaire varié;
 - ◇ Une mention indiquant que le complément alimentaire ne doit pas être utilisé pour la prévention ou le traitement des maladies.

Dr Jacques POATY
Pharmacien, FOCAM

La santé dans nos assiettes

Depuis des temps immémoriaux, il est admis qu'une alimentation saine aide à se protéger contre toutes les formes de malnutrition, ainsi que contre les maladies non transmissibles parmi lesquelles le diabète, les cardiopathies, les accidents vasculaires cérébraux, le cancer mais aussi contre les infections de tout type, soit par action directe sur les microorganismes, soit en renforçant les systèmes de défense de l'organisme.

C'est pourquoi, l'OMS recommande de (i) manger des légumes à tous les repas ; (ii) manger des fruits frais et des légumes crus comme en-cas ; (iii) consommer des fruits et des légumes frais de saison ; et (iv) diversifier les fruits et les légumes consommés.

Ce régime qui en soit n'est pas inédit, car longtemps pratiqué par nos grands-parents et arrières grands-parents, dans nos villes et campagnes, paraît aujourd'hui difficile à mettre en œuvre en raison de plusieurs facteurs économiques qui ont façonné de manière complexe, nos habitudes alimentaires. Notre alimentation est aujourd'hui influencée par nos revenus, le prix des aliments, les préférences et les croyances individuelles, les traditions culturelles, ainsi que les aspects géographiques et environnementaux (notamment les changements climatiques), oubliant qu'une alimentation très calorique, riche en graisses, en sucres libres ou en sel, pauvre en fruits, légumes et fibres alimentaires, conduit inéluctablement au développement et au maintien des maladies.

De façon naturelle la cuisine congolaise recourt à l'usage de plusieurs plantes potagères parmi lesquelles, on compte les légumes qui, sans que l'on s'en rende compte, font beaucoup de bien à notre corps. En effet, ces plantes, qui entrent dans la composition de nos aliments, sont les mêmes qui sont les plus utilisées en médecine traditionnelle congolaise pour la prise en charge des maladies. Dans une étude réalisée à Brazzaville en 2018, il avait été démontré que parmi les principales plantes utilisées par les tradipraticiens pour le traitement des infections, on compte l'ail, le gingembre, le papayer, le coton, la noix de Kola et l'oignon or, l'ail et l'oignon sont les aromates par excellence, présents dans la quasi-totalité des recettes culinaires congolaises et le gingembre lui, est très prisé des populations qui le consomment sous forme boisson ou de poudre de rhizome pour épicer de nombreux plats.

Il est donc possible de tirer profit des vertus de ces aromates et d'autres plantes que nous consommons régulièrement pour l'amélioration de notre état de santé. C'est pourquoi la Fondation Congolaise pour l'Accès aux Médi-

caments, consciente de la valeur thérapeutique de nos aliments, présente les vertus médicinales prouvées scientifiquement et reconnues par l'OMS, de 10 plantes potagères, utilisées dans la cuisine congolaise.

1. **L'ail** : La principale utilisation de l'ail est de prévenir les maladies liées à l'âge, les modifications des vaisseaux sanguins et la perte d'appétit. L'ail est également utilisé dans le traitement des infections bactériennes telles que la dysenterie et comme diurétique, dans le cas de l'hypertension artérielle et des œdèmes, mais aussi pour traiter les ulcères, les plaies, les cicatrices, les chéloïdes et l'asthme. Enfin l'ail peut être utilisé pour accompagner les traitements de diabète.
2. **L'oignon** : Le bulbe d'oignon est utilisé dans le traitement de l'hyperlipidémie et dans la prévention des modifications vasculaires athéroscléreuses dépendantes de l'âge. Il peut aussi être utile dans le traitement de l'hypertension légère. Il est également indiqué dans le traitement des infections respiratoires et urinaires, de la teigne et des rhumatismes ainsi que comme carminatif (substance qui stimule les sécrétions salivaires et gastriques et la motilité de l'intestin) dans le traitement de la dyspepsie.
3. **Le gingembre** : Il est utilisé pour prévenir les nausées et vomissements associés au mal des transports, les nausées postopératoires, les vomissements pernicieux pendant la grossesse et le mal de mer. Il est bon aussi pour le traitement de la dyspepsie, des flatulences, des coliques, de la diarrhée, des spasmes et autres maux d'estomac. Le gingembre en poudre est également utilisé dans le traitement du rhume et de la grippe, pour stimuler l'appétit et comme agent anti-inflammatoire dans le traitement des migraines et des troubles rhumatismaux et musculaires.
4. **Le curcuma** : Il s'utilise principalement pour le traitement des aigreurs, des flatulences et des dyspepsies atoniques. On peut l'utiliser également pour le traitement des ulcères gastroduodénaux ainsi que pour le traitement de la douleur et de l'inflammation dues aux arthrites rhumatoïdes, aux aménorrhées, aux dysménorrhées, mais aussi pour le traitement de la diarrhée, de l'épilepsie et des maladies de la peau.
5. **Le piment** : Le piment est un bon vasodilatateur c'est-à-dire, qui permet de dilater les vaisseaux sanguins et empêche la vasoconstriction. Il intervient dans la bonne circulation du sang et le transport de l'oxygène

dans tous les organes du corps. Le piment limite donc les possibilités de faire un AVC ou un infarctus. Il protège aussi les muqueuses de l'estomac et favorise la fabrication des sucs gastriques. Il brûle des sucres et aiguillonne l'oxydation des graisses. Le piment a également des propriétés sudorifiques, antiseptiques, anti-convulsives et antibactériennes.

6. **Le chou** : Le chou est un bon détoxifiant qui élimine les toxines accumulées, surtout au niveau du foie. Il est également conseillé pour prévenir l'hypertension et les AVC. Sa consommation régulière pourrait contribuer à prévenir certains cancers comme ceux du poumon, des ovaires et des reins. Mais les feuilles de chou peuvent aussi être appliquées en compresse, pour soulager les douleurs articulaires (arthrose, entorses...), soigner les écorchures et les plaies simples, non ulcéreuses, ainsi que les brûlures légères, les crevasses, engelures et gerçures.
7. **La carotte** : Elle permet de ralentir le vieillissement, améliore l'état de la peau et favorise la cicatrisation. La carotte améliore la vue et diminue les risques de dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA) et de cataracte, pouvant mener à la perte de la vision centrale. Les pigments qui se trouvent dans ce légume (caroténoïde et lutéoline), renforcent le cerveau et permettent de réduire les déficits de mémoires. Concrètement, la carotte permet de diminuer les risques de contracter la maladie d'Alzheimer. Elle favorise également la croissance et la résistance des ongles et des cheveux. Elle est connue pour contribuer à lutter contre la chute des cheveux ainsi que l'apparition des cheveux blancs.
8. **Le céleri** : Le céleri est un anti inflammatoire naturel contre les douleurs chroniques. Sa consommation est recommandée en cas de douleurs articulaires, d'asthme, de bronchite, d'arthrite ou tout autre maladie inflammatoire. Il favorise la production de l'acide chloridrique dans l'estomac, qui permet une meilleure digestion des aliments et qui est garant d'un système digestif non acide. Par ailleurs, Il fait partie des légumes les plus riches en fibres et en eau. C'est un prébiotique naturel qui vient nourrir la flore intestinale. Il permet de lutter contre les ballonnements et la constipation. Le céleri est un diurétique naturel et un drai-

neur des reins, très efficace pour éliminer les déchets et toxines qui peuvent surcharger les reins et permet ainsi de détoxifier l'organisme.

9. **L'épinard** : Manger des épinards permet d'éviter le déclin des fonctions cognitives telles que la mémoire, la concentration et la logique. Ses feuilles tendres aident à réactiver les fonctions intestinales en douceur. Comme la carotte, il protège la vue en réduisant le risque de dégénérescence maculaire liée à l'âge et la cataracte.
10. **La tomate** : La tomate est un bon anti-dyslipidémique (forte concentration de produits gras dans le sang), prévenant ainsi l'apparition des maladies cardiovasculaires. Elle réduit le risque d'attraper le cancer du poumon et de la prostate grâce à son action antioxydante. La tomate est une arme anti-fatigue, car elle accélère la formation de sucre dans le sang, permettant à l'organisme de se réapprovisionner en énergie. Elle intervient aussi dans le filtrage des déchets de l'organisme et évite l'engorgement du foie. La tomate favorise le bon fonctionnement du rein, assurant chez les hypertendus une diminution de leur tension artérielle.

La consommation régulière de ces légumes au cours de nos repas, nous aidera à prévenir les maladies et à retarder le vieillissement de nos cellules, sans recourir à la prise intempestive des médicaments de synthèse. Leur teneur en antioxydant en font d'excellents agents pour le renforcement du système immunitaire.

Ils peuvent être consommés cuits, dans nos aliments ou crus, sous forme de salade qui les rend encore plus efficace; mais leur congélation altère leur potentiel thérapeutique.

A l'heure du « Bio », accordons plus d'attention aux aliments que nous consommons et dont les bienfaits sur plan nutritionnel et sur le plan sanitaire ne sont plus à démontrer.

Pour plus d'informations:

- <https://apps.who.int/iris/handle/>
- <https://www.alliedacademies.org/abstract/ethno-botanical-study-of-three-vegetable-plants-used-for-the-treatment-of-infections-in-congo-20890.html>