

Gaillet vert

Gaillum verum

Le caille-lait ou gaillet jaune est une plante très commune, qui offre de nombreuses propriétés médicinales. C'est un antispasmodique, un astringent, un diurétique et un vulnérable. Il s'utilise aussi bien en usage interne qu'en usage externe.



Nom scientifique : *Galium verum*

Noms communs : caille-lait, gaillet jaune, gaillet vrai, caille-lait jaune

Noms anglais : *lady's bedstraw* , *yellow bedstraw* .

Classification botanique : famille des rubiacées (*Rubiaceae*)

Formes et préparations : décoctions, tisanes, infusions, pommades, teinture mère



Propriétés médicinales du caille-lait

Utilisation interne

Le caille-lait est un diurétique, un diaphorétique et un spasmolytique. Il a un effet sédatif dans les états neurotoniques et il aide à réguler le métabolisme de la glande thyroïde.

Utilisation externe

Le caille-lait est utilisé pour traiter les dartres et favoriser la [cicatrisation](#) des plaies superficielles.

Indications thérapeutiques usuelles

En décoction, le caille-lait est employé comme diurétique. Il traite l'anémie, les [maladies rénales](#) ou les troubles de la vessie, les insomnies et les vertiges. Il peut être utilisé en gargarismes pour les affections vocales. On le consomme également pour soigner les états neurotoniques, chez l'adulte comme chez l'enfant.

Autres indications thérapeutiques démontrées

On peut profiter des propriétés du caille-lait en compresses pour atténuer les [brûlures](#) et les plaies. C'est aussi un astringent léger.

Sources :

M. Wichtl, R. Anton, Plantes thérapeutiques : tradition, pratique officinale, science et thérapeutique. Ed. Tec & Doc Cachan, 1999



