



HAL
open science

Ganoderma lucidum : Utilisations en Médecine Traditionnelle Chinoise tout au long de la vie

Long Yin Lam, Sylvie Rapior, Sylvie Morel, Françoise Fons

► **To cite this version:**

Long Yin Lam, Sylvie Rapior, Sylvie Morel, Françoise Fons. Ganoderma lucidum : Utilisations en Médecine Traditionnelle Chinoise tout au long de la vie. 31èmes Journées Scientifiques des Enseignants-Chercheurs en Sciences Végétales et Fongiques des Facultés de Pharmacie de Langue Française STOLON, Nov 2023, Cadenet, France. hal-04371461

HAL Id: hal-04371461

<https://hal.science/hal-04371461>

Submitted on 3 Jan 2024

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Long Yin LAM, Sylvie RAPIOR, Sylvie MOREL, Françoise FONS



Laboratoire de Botanique, Phytochimie et Mycologie, UMR 5175 (CEFE), UFR des Sciences Pharmaceutiques et Biologiques, Université de Montpellier, 15 avenue Charles Flahault, BP 14491, 34093 Montpellier cedex 5, France, francoise.fons@umontpellier.fr

Ganoderma lucidum, connu sous le nom chinois *Lingzhi* (Fig. 1), est l'emblème de la longévité et de la bonne chance selon les légendes chinoises. En vue de sa rareté à l'état sauvage, il est très recherché par les anciens empereurs puisqu'il a été considéré comme la clé de l'immortalité donc du mieux vivre en santé au fil de l'âge. Dans le présent travail de thèse d'exercice en Pharmacie, les propriétés thérapeutiques selon la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC), les méthodes de préparation traditionnelles du *Lingzhi*, ainsi que la diversité des utilisations thérapeutiques ont été décrites.



Fig. 1 – *Ganoderma lucidum* (*Lingzhi*)

Description du Ganoderme selon la littérature chinoise traditionnelle

Dans un ancien ouvrage intitulé le « 本草蒙筌 běn cǎo mēng quán » (XVIème siècle), *Lingzhi* est décrit comme une espèce capable de prolonger la vie, mais il n'est pas couramment utilisé en pratique puisqu'il est difficile d'en trouver dans la nature [1,2]. Dans un autre ouvrage plus célèbre, intitulé le « 神農本草經 shén nóng běn cǎo jīng Le Classique de la matière médicale du Laboureur Céleste », il est décrit avec une action tonifiante, renforçant l'activité du cœur et permettant d'améliorer la capacité intellectuelle et la mémoire [1,3]. Aujourd'hui, *Lingzhi* est classé en médecine traditionnelle dans la pharmacopée chinoise avec comme plusieurs effets thérapeutiques la revigoration du Qi (énergie vitale) ainsi que le soulagement de l'esprit, des toux et de l'asthme [1,4].

Méthodes de préparation traditionnelles

Décoction : La décoction est la méthode de préparation traditionnelle des drogues dans la MTC. Le *Lingzhi* est découpé en petits morceaux ou en lamelles ; on rajoute de l'eau et on porte le tout à l'ébullition pendant 30 minutes dans un récipient approprié (en général dans un pot en argile avec un couvercle, Fig. 2) [5]. La décoction est consommée par voie orale deux fois par jour.



Fig. 2 – Pot en argile traditionnel [6]

Utilisations thérapeutiques

- Toux (surtout les toux grasses)
- Renforcement du cœur
- Action tonifiant
- Amélioration de la capacité intellectuelle [1,8]



Fig. 3 – Descriptions en rapport avec le *Lingzhi* dans *Hàn shū wǔ dì jī* [7]

Macération alcoolique : La macération alcoolique est une autre méthode de préparation très utilisée dans la MTC. Le *Lingzhi* est découpé en petits morceaux ; on laisse macérer dans un alcool fort à base de riz, pendant dix à quinze jours jusqu'à l'obtention d'une teinture mère de couleur rouge-marron (Fig. 4). Elle est consommée pure, par voie orale une fois par jour [1].



Fig. 4 – Macération alcoolique à base de *Lingzhi* [8]

Utilisations thérapeutiques

- Mêmes propriétés que la décoction
- Renforcement du système digestif
- Effets calmants [1,9]

Conclusion

Nous avons étudié dans ce travail de thèse d'exercice en Pharmacie, les méthodes de préparation traditionnelles du *Lingzhi* qui sont utilisées depuis plus de mille ans en Asie. La rareté de ce champignon lui rajoute une couche mystérieuse et laisse penser à l'élixir de la vie éternelle ou plutôt le mieux vivre en santé au fil de l'âge. Selon la Médecine Traditionnelle Chinoise, ce champignon présente plusieurs vertus résultant de ses utilisations depuis de nombreuses années (Fig. 3). De nos jours, les chercheurs se sont concentrés sur les triterpénoïdes, les polysaccharides et les glycoprotéines de *Ganoderma lucidum* et leur large spectre de propriétés médicinales [10]. Fondés sur les savoirs traditionnels, les produits naturels d'origine fongique, bases de la mycothérapie, sont des molécules complexes qui connaissent un développement notable dans la découverte de médicaments pour le vivre mieux au fil de l'âge.

1- Lam LY. Place du ganoderme dans les médecines traditionnelle et moderne chinoises. Thèse d'exercice (Diplôme d'Etat de Docteur en Pharmacie), Université de Montpellier, 2022, 118 p.

2- 本草蒙筌 běn cǎo mēng quán (ancienne littérature chinoise, auteur inconnu), vol. 1, chapitre de l'herbe, XVIème siècle.

3- 神農本草經 shén nóng běn cǎo jīng Classique de la matière médicale du Laboureur Céleste (ancienne littérature chinoise), chapitre des herbes supérieures, éd. Xing Yan Sun, XVIIIème siècle.

4- China Pharmacopoeia Committee, The pharmacopoeia of the Peoples Republic of China (Part 1), 2015th ed. China Medical Science and Technology Press, Beijing, 2015, pp. 188.

5- 灵芝的药用及食用研究 líng zhī de yào yòng jí shí yòng yán jiū Recherche sur l'utilisation médicinale et alimentaire du *Lingzhi*. Food and fermentation industries Magazine, 1998, 24, 62-66.

6- <https://www.chineseherbsforu.com/product/traditional-chinese-herbal-cooking-pot> (image)

7- Zhong ZT. 灵芝的功效 líng zhī de gōng xiào Les propriétés du *Lingzhi*. 2005, 18-33.

8- <http://www.haoshanpu.com/news/10700> (image)

9- Gu SD. 灵芝 (十大名中藥叢書). *Lingzhi*, présentation des dix drogues célèbres en médecine chinoise traditionnelle, 2005, 89-116.

10- Galappaththi MCA, Patabendige NM, Premaratne BM, Hapuarachchi KK, Tibpromma S, Dai DQ, Suwannarach N, Rapior S., Karunarathna SC. A review of *Ganoderma* triterpenoids and their bioactivities. Biomolecules, 2023, 13(1), 14.