

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 23 (1993)  
**Heft:** 2

**Rubrik:** Relevé dans la presse : nos braves tisanes sous la loupe

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 09.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Nos braves tisanes sous la loupe

Relevé  
dans la presse

Liliane Perrin

«Autrefois réservées aux malades et aux personnes âgées, les tisanes sont aujourd'hui à la mode. Le retour à la nature leur a donné une extension sans précédent, tant sur le plan quantitatif que sur le choix qui est offert: tisanes simples ou mélangées, avec ou sans fruits, la liste est longue. Mais **que buvons-nous** exactement? Une boisson saine et naturelle ou un cocktail de germes pesticides et métaux divers?»

Voilà l'introduction d'une grande enquête comparative sur nos braves tisanes - et en particulier la menthe - publiée récemment dans «**J'achète mieux**», le mensuel de la Fédération romande des consommatrices. Six pages serrées pour une tasse d'infusion, des semaines peut-être de travail pour l'enquêtrice-journaliste, des heures de tests, d'analyses, de coups de téléphone, de passages au crible et sous diverses loupes, de goûtages des breuvages se succédant devant les expertes professionnelles de la consommation, pour une tasse de tisane, on croit rêver. Et pourtant!

## Cendres insolubles

Et pourtant, «**J'achète mieux**» a bel et bien de quoi nous donner à songer devant notre tasse fumante durant les soirées d'hiver... Tasse dans laquelle on trouve beaucoup de choses: outre les huiles essentielles (du mot «essence», goût, odeur) qui donnent le parfum de la plante, il y a les résidus bactériologiques, ceux de pesticides et métaux; des germes totaux, des levures, des moisissures et des germes pathogènes. Sans compter les cendres insolubles dans l'acide chlorhydrique, dont le taux moyen indique la quantité de matières inorganiques (sables, cailloux) présente dans l'échantillon. Qui ne devraient pas dépasser, selon la Pharmacopée, 1,5%. Les menthes analysées par les consommatrices s'échelonnent de 0,18% à 1,6%, cette dernière à la limite donc de la conformité. Cherchez les bonnes adresses... Elles se trouvent bien entendu dans l'enquête, la règle du jeu de la publication étant la plus grande des clartés.

## Denrée alimentaire ou médicament?

Les tisanes, nous disent les consommatrices, dépendent légalement de plusieurs organes de contrôle suivant leur lieu d'achat et les recommandations prescrites. Ainsi, une menthe achetée dans un magasin d'alimentation ou de diététique doit être conforme aux exigences de l'ODA (ordonnance sur les denrées alimentaires), tandis que le même produit acheté dans une pharmacie/droguerie/herboristerie dépend de la Pharmacopée. On trouve aussi des tisanes qui portent le sigle de l'OICM (Office intercantonal de contrôle des médicaments), et les normes exigées sont alors celles de la Pharmacopée et de l'ODA cumulées. **Ces produits sont alors les seuls à pouvoir indiquer une action thérapeutique (curative, apaisante ou préventive).**

## Vertus réelles ou imaginaires?

«Tout ce qui est naturel ou fabriqué à base de plantes est auréolé de vertus qui sont loin d'être toutes réelles,» nous dit notre mensuel. Et de rappeler «que les plus grands poisons, ainsi que bon nombre de médicaments ont été élaborés à base de plantes qui poussent çà et là». Fort heureusement, celles utilisées pour les tisanes ne sont pas dangereuses, sauf... quand on prétend qu'elles peuvent tout guérir...

## Date limite indispensable

Lors des achats des enquêtrices, effectués en mars 1992, deux tisanes avaient dépassé la date limite. L'une avait une échéance pour mars 1991, l'autre pour avril 1990. On peut donc imaginer, nous disent-elles, l'âge de certaines tisanes lorsque aucune date n'est mentionnée! Et en tenant compte qu'elles traînent souvent longtemps dans nos armoires... ou dans de petites officines qui n'ont que peu de débit. Une date limite de consommation des tisanes est pourtant, nous dit-on, indispensable.

Parmi les conclusions de l'enquête, on note que «l'achat des produits en pharmacie ou magasins de diététique n'est pas forcément un gage de qualité supérieure, puisque les seuls problèmes relevés dans ce test (vraiment utile?) proviennent de marques vendues par ces canaux. ■

## Meilleur vœu (bis)

*On ne sait par quel miracle, parfois, un «billet» très court, avec un titre précis, se retrouve billet très long et avec un tout autre titre. Ainsi en va-t-il des petites coquilles, ou de la distraction d'un ou d'une graphiste. Le monde de l'imprimerie a parfois, aussi, ses petits mystères. Mon modeste billet du mois de janvier souhaitait un «meilleur vœu» (au singulier), il s'est retrouvé intitulé «Une ère nouvelle» - ce qui n'est pas mal non plus, mais mélangeait les torchons avec les serviettes comme on dit. Il commençait... par la fin de l'article d'à côté.*

*Il n'y aurait plus qu'à recommencer, si l'on ne craignait tout de même un petit vent de répétition. Car enfin, ce vœu, il y était, même si ça faisait un peu brouillon: il parlait, en gros, de tolérance mutuelle. A savoir celle des plus jeunes envers la lenteur des aînés, et celle des aînés pour la fatigue des plus jeunes en plein dans la vie active et pas toujours disponibles.*

*On ne va pas remettre ça. Tout le monde aura quand même compris. Ou plus simplement, plus personne ne s'en souvient. Ni de l'avoir lu ou non, ni du contenu.*

*Ephémère comme une tasse de café bue distraitemment au coin d'une table de tea-room ou de sa cuisine, éphémère comme la chanson qui passe à la radio et que l'on oublie presque aussitôt, chassée qu'elle est par la suivante, ainsi en va-t-il du billet. Que vous avez quand même lu jusqu'au bout? Youpie!*

Liliane Perrin