

8 plantes à fleurs

par Isabelle Delhaye-Prat

COPYRIGHT : FEDERATION FRANCAISE D'EQUITATION 2005

Les indications sur l'utilisation des plantes en médecine humaine sont des informations pour améliorer la connaissance générale des cavaliers sur les plantes, et ne sont pas à mettre en œuvre, sauf **avis médical**.

	<p>Taille : Plante de 30 à 60 cm.</p> <p>Il existe une centaine de centaurées dont la plus commune est le bleuet des champs (centaurea cyanus). Originaire d'orient et d'Italie, il s'est répandu dans nos champs.</p> <p>Pour les Grecs, c'est un enfant poète du nom de Cyanos que la déesse Flore métamorphosa en bleuet après sa mort pour que l'humanité se souvienne de celui qui célébrait la nature. Cyanos, dans ses poèmes, louait la terre.</p> <p>Floraison : Les fleurs bleues s'épanouissent de mai à juillet et parfois, selon les régions, jusqu'au mois d'août.</p> <p>Usages et propriétés : Ces fleurs sont cultivées en horticulture pour faire des bouquets. Les fleurs sont aussi utilisées dans des lotions apaisantes et décongestionnantes pour les yeux. Certains laboratoires ont développé des démaquillants pour les yeux à base de bleuet. On en a fait des collyres estimés si puissants que le nom de casse-lunettes fut attribué à cette fleur, disait-on, miraculeuse. La décoction de 2g de fleurs séchées pour 100g d'eau de pluie est utilisée en lotion sur le visage pour raffermir et tonifier l'épiderme.</p>
	<p>Taille : Plante de 20 à 80 cm.</p> <p>Toutes les renoncules ont 5 pétales de couleur blanche, jaune ou parfois rose pourpré. Les feuilles sont alternes.</p> <p>La renoncule bouton d'or est très répandue au bord des chemins, des prés, dans les pâturages et en lisière de forêt.</p> <p>Le mot renoncule vient du mot latin rana qui signifie grenouille car la renoncule, comme la grenouille, vit en partie dans l'eau et en partie à l'air libre.</p> <p>Floraison : Elle fleurit dès le mois d'avril jusqu'en septembre selon les régions. Les renoncules sont toutes vénéneuses et dangereuses pour les animaux. Par contre, leur présence dans le foin sec ne présenterait pas de danger dans la mesure où le principe toxique disparaîtrait lors de la dessiccation de la plante.</p> <p>Usages et propriétés : En médecine humaine, la renoncule est utilisée comme purgatif et vomitif, mais ce sont des médicaments dangereux dans la mesure où toute la plante, surtout au début du printemps est un poison violent qui agit sur l'appareil intestinal.</p>

CARTES NATURE FFE : FAMILLE DES PLANTES A FLEURS

Fleurs



Coquelicot

Taille : Plante de 20 à 60 cm.

Le **coquelicot** fait partie de la famille des papavéracées et du genre pavot. Le nom vient du mot celtique « papa » qui signifie bouillie. En effet, les graines étaient, a priori, mélangées à de la bouillie pour faire dormir les enfants. Dans le langage des fleurs, le coquelicot est assimilé à la beauté. Dans les bouquets patriotiques, on le trouve mêlé aux marguerites et aux bleuets.

Description : Dans la famille des papavéracées, les plantes ont toutes les feuilles alternes à nervure principale marquée d'où partent des nervures secondaires. Lorsque l'on brise la plante, un liquide blanc suinte, le latex.

Usages et propriétés : Les Grecs mangeaient les feuilles en salade, coutume poursuivie en Italie jusqu'au 16e-19e siècle. Les pétales sont utilisés en infusion comme calmant léger pour les personnes anxieuses, sudorifique et sont employés contre la toux.

Pourtant, le coquelicot, mêlé au fourrage et lorsqu'il est très abondant, occasionne des empoisonnements.

Fleurs



Coucou

Taille : Plante de 8 à 30 cm.

Le **coucou** ou **primevère officinale** fait partie de la famille des primulacées, du latin primer qui signifie premier. En effet, cette fleur est l'une des premières à apparaître au printemps.

Floraison: Elle fleurit de mars à mai.

La fleur est une corolle formée de pétales soudés.

Usages et propriétés : Certains consomment les jeunes feuilles au moment de leur apparition et les consomment en salades. Les chèvres et les moutons l'apprécient. Diverses variétés horticoles sont cultivées. Les fleurs rentrent parfois dans des recettes pour falsifier des vins. Un nectar abondant attire les abeilles et les bourdons. Les parties souterraines de la plante sont expectorantes et employées aussi contre la migraine, les maladies de poitrine et, autrefois contre les paralysies.

Fleurs



Jonquille

Taille : Plante de 20 à 40 cm.

La **jonquille** appartient à la famille de narcisses qui vient du mot grec signifiant engourdissement. Le parfum des narcisses endormirait. 25 espèces sont présentes en Europe.

Floraison: La jonquille fleurit de mars à avril.

Usages et propriétés : Elle possède un bulbe aux propriétés vomitives connues depuis l'antiquité. Cependant, la plante est plutôt toxique pour l'homme comme pour les chevaux. Les personnes qui ont confondu le bulbe avec celui de l'oignon ont de fortes douleurs abdominales, des vomissements, nausées et diarrhées.

Fleurs



Muguet

Taille : Plante de 20 à 30 cm.

Même famille que le sceau de Salomon, les liliacées.

Floraison : Le **Muguet** fleurit en mai. Les fleurs, en grelot, sont blanches et les baies d'abord vertes deviennent rouges et mesurent 1cm de diamètre. Ces baies renferment des graines qui sont toxiques pour l'homme en cas d'ingestion, pouvant entraîner la mort lors d'une grande consommation. La particularité de cette plante est que le principe toxique de la baie est toujours inconnu à l'heure actuelle.

Usages et propriétés : Le tubercule sert en usage externe contre les contusions et comme antirhumatismal, mais il ne doit pas être ingéré. Restons donc extrêmement prudents avec les plantes de cette famille.

Fleurs



Pâquerette

Taille : Plante de 4 à 20 cm.

Description : La **pâquerette (Bellis perennis)** fait partie de la famille des marguerites. Elle peut fleurir toute l'année et se trouve partout : sur les talus, dans les fossés, les prés, les gazons, les bois.

Il en existe de nombreuses variétés horticoles cultivées comme plantes ornementales.

Cette plante vivace se multiplie par des bourgeons nés sur la tige souterraine.

Usages et propriétés : Dans la médecine humaine, les feuilles et les fleurs sont utilisées comme antiseptique, diurétique, contre les torticolis, les rhumatismes, les courbatures et parfois comme laxatif doux.

L'infusion de Pâquerette apaise la toux et, en lotion, estomperait les taches de l'épiderme.

Les feuilles fraîches sont décongestionnantes et apaiseraient les aphtes.

La pâquerette est utilisée sous forme de gélules, de tisanes, de teintures, de décoctions, en salade (pour les aphtes) en huile ou en crème.

Fleurs



Sceau de Salomon

Taille : Plante de 20 à 50 cm.

Cette fleur fait partie de la famille des liliacées (c'est à dire des lis) et du genre Polygonatum.

On rencontre le **Sceau de Salomon (polygonatum multiflorum)** dans les bois et les endroits ombragés. Certaines personnes confondent avec le Muguet et l'appellent du « Muguet Sauvage », en réalité, il s'agit de deux plantes différentes et le Sceau de Salomon est une plante protégée dans certaines régions.

Floraison : Les fleurs sont blanches et se montrent du mois d'avril au mois de juin. Elles sont en forme de tube avec 3 ou 4 dents. Le sceau de Salomon donne un fruit qui est une baie noire, bleuâtre de 1cm de diamètre environ.

Usages et propriétés : Ces baies sont vomitives pour l'homme et toxiques pour le cheval.

Le rhizome (tige souterraine) est diurétique et considéré comme antirhumatismal et anticontusionnel. Au Japon, il est utilisé comme antidiabétique.