



LUCIEN DANIEL

Les plantes médicinales de Bretagne


Arbre d'Or



LA VOCATION DE L'ARBRE D'OR

est de partager ses admirations avec les lecteurs, son admiration pour les grands textes nourrissants du passé et celle aussi pour l'œuvre de contemporains majeurs qui seront probablement davantage appréciés demain qu'aujourd'hui.

Trop d'ouvrages essentiels à la culture de l'âme ou de l'identité de chacun sont aujourd'hui indisponibles dans un marché du livre transformé en industrie lourde. Et quand par chance ils sont disponibles, c'est financièrement que trop souvent ils deviennent inaccessibles.

La belle littérature, les outils de développement personnel, d'identité et de progrès, on les trouvera donc au catalogue de l'Arbre d'Or à des prix résolument bas pour la qualité offerte.

LES DROITS DES AUTEURS

Cet e-book est sous la protection de la loi fédérale suisse sur le droit d'auteur et les droits voisins (art. 2, al. 2 tit. a, LDA). Il est également protégé par les traités internationaux sur la propriété industrielle.

Comme un livre papier, le présent fichier et son image de couverture sont sous copyright, vous ne devez en aucune façon les modifier, les utiliser ou les diffuser sans l'accord des ayant-droits. Obtenir ce fichier autrement que suite à un téléchargement après paiement sur le site est un délit. Transmettre ce fichier encodé sur un autre ordinateur que celui avec lequel il a été payé et téléchargé peut occasionner des dommages informatiques susceptibles d'engager votre responsabilité civile.

Ne diffusez pas votre copie mais, au contraire, quand un titre vous a plu, encouragez-en l'achat. Vous contribuerez à ce que les auteurs vous réservent à l'avenir le meilleur de leur production, parce qu'ils auront confiance en vous.

Lucien Daniel

Les Plantes médicinales de Bretagne



© Arbre d'Or, Genève, février 2005
<http://www.arbredor.com>
Tous droits réservés pour tous pays

PRÉFACE

L'organisation régionale créée à travers la France par le Comité interministériel des Plantes médicinales et des Plantes à essences, a pour effet de montrer que l'inventaire des espèces plus particulièrement répandues sur notre sol n'est pas inutile.

Il s'agit, en effet, de faire connaître à tous ceux qui peuvent apporter leur concours à la connaissance des plantes utiles, leur répartition d'abord et les moyens de les reconnaître ensuite.

Pour la Bretagne, mon collègue, M. Daniel, professeur de Botanique agricole à la Faculté des Sciences de Rennes, a bien voulu distraire de ses hautes études techniques le temps nécessaire à la rédaction parfois ingrate de ce fascicule : nous ne saurions trop l'en féliciter.

La vulgarisation scientifique n'est pas toujours aisée, mais heureusement elle n'est jamais improductive pour le Pays et c'est une récompense suffisante pour tous les esprits d'élite.

Président du Comité breton des Plantes médicinales et aromatiques, M. Daniel n'a voulu confier à personne le soin de réunir les documents nécessaires et il a fait, au milieu des nombreuses plantes de la Flore de Bretagne, un choix judicieux de soixante-sept espèces.

Il ne s'agit pas, en effet, de faire un relevé exact de toutes les plantes usitées en médecine populaire avec ou sans raison, mais seulement de trier celles qui existent en densité suffisante pour en conseiller la cueillette.

La réputation accordée à telle espèce dans un pays dépasse rarement la région ; bien souvent, en effet, il s'agit d'une plante de consommation tout à fait locale et sans intérêt pour le commerce en général.

Dans l'opuscule du professeur Daniel, les récolteurs trouveront tous les renseignements utiles sur la cueillette et le séchage, opération parfois délicate mais de toute première importance.

Pour se familiariser avec les termes en usage dans le commerce de l'herboristerie, ils liront avec fruit les pages consacrées à ce sujet.

La nomenclature des espèces qui comprend la description simple de leurs caractères d'identification a été conçue en respectant l'ordre chronologique de leur cueillette et cela permettra à chacun de choisir, à chaque

PRÉFACE

époque de l'année, les espèces utiles à récolter. On utilisera ainsi de manière rationnelle, et son travail et l'installation de séchage, fût-elle des plus modestes.

ÉMILE PERROT
Professeur, Président du Comité interministériel
des Plantes médicinales et à essences;
Directeur de l'Office National
des Matières premières végétales.

Paris, le 20 janvier 1924

LES PLANTES MÉDICINALES DE BRETAGNE

Considérations Générales

Chacun sait que la médecine, officielle ou populaire, emploie depuis des siècles nombre de plantes qui ont la propriété de guérir certaines maladies. Par la richesse de sa flore et la variété de ses terrains, notre pays est un producteur de premier ordre de plantes médicinales et, au siècle dernier, celles-ci étaient l'objet d'un commerce très important.

Après la guerre de 1870, l'on négligea cette branche de la production nationale et ce fut l'étranger qui en bénéficia. Le commerce de la droguerie prit l'habitude d'acheter à nos concurrents ce qui pousse abondamment chez nous et qu'on ne se donnait plus la peine de récolter. Aussi, quand vint la guerre, en 1914, l'on manqua de la plupart des espèces les plus communément consommées et notre Service de Santé ne put se procurer, pour nos soldats, certains remèdes indispensables.

Que de gens apprirent alors avec stupéfaction que nous tirions le Tilleul d'Autriche et de Moravie; la feuille de Noyer, de l'Italie; les fleurs de Guimauve, d'Allemagne et de Belgique; l'écorce de Bourdaine, de la Russie; le Sureau, d'Allemagne et de Russie; la Valériane, de la Belgique; le Chiendent, d'Italie; le Coquelicot, d'Espagne. Aussi, dès que la guerre eut fermé les grands marchés de Leipzig et de Dresde, les plantes médicinales se raréfièrent et atteignirent des prix fabuleux. C'est alors qu'on songea à développer la cueillette et la récolte de celles qui pouvaient pousser en France.

La culture et la cueillette

Sur l'initiative de droguistes parisiens et lyonnais, un effort considérable fut tenté, d'accord avec les pouvoirs publics. Un Office national des matières premières, ressortissant à la fois aux Ministères du Commerce, de l'Agriculture et de l'Instruction publique, fut créé dans le but de nous libérer de l'emprise étrangère et d'utiliser méthodiquement les produits

LES PLANTES MÉDICINALES DE BRETAGNE

naturels de notre sol que nous laissions perdre par une coupable indifférence.

Un des premiers soins de cet Office fut de fonder des Comités régionaux dans les grands centres universitaires. Parmi ces Comités, dont l'action s'étend sur plusieurs départements, figure le Comité de Bretagne des Plantes médicinales qui comprend dans son rayon d'action le Morbihan, le Finistère, les Côtes-du-Nord, l'Ille-et-Vilaine, la Mayenne, et l'arrondissement d'Avranches, dans la Manche.

A la tête de l'Office fut placé un organisateur de tout premier ordre, M. le Professeur Perrot, de la Faculté de Pharmacie de Paris, qui sut grouper, dans un même élan patriotique, la Science, le Commerce et l'Industrie. Il envisagea de suite deux objectifs se complétant mutuellement : la cueillette des espèces indigènes, et la culture des plantes médicinales.

Dans notre région bretonne, un certain nombre d'Instituteurs et d'Institutrices, dont le patriotisme fut égal au dévouement, répondirent à l'appel de notre Comité. C'est ainsi que furent récoltés plus de 5.000 kilos de plantes médicinales d'une valeur de plusieurs milliers de francs. Malheureusement, le Commerce subit une crise qui nous obligea à suspendre momentanément notre effort. Aujourd'hui les circonstances nous paraissent favorables à la reprise de notre action et nous appelons à nouveau l'attention de nos collaborateurs sur le grand intérêt qu'ils ont à recommencer leurs cueillettes.

Pendant la guerre on dut importer des plantes médicinales

Le croirait-on ? En 1922, le Commerce français de la droguerie a dû importer encore pour des millions de francs de plantes, la plupart communes dans nos campagnes bretonnes : 17.000 kilos de fleurs de Bourrache ; 80.000 kilos de fleurs de petite Centaurée ; 175.000 kilos de Chiendent ; 22.000 kilos de feuilles de Frêne ; 76.000 kilos de feuilles de Laurier ; 36.000 kilos de feuilles de Pariétaire ; 261.000 kilos de racines d'Iris ; 22.000 kilos de fleurs de Violette ; 32.500 kilos de fleurs de Tussilage ; 686.700 kilos de fleurs de Tilleul, etc. Qu'on ne croie pas que j'exagère : ce sont les chiffres fournis par les services de statistique de la Direction générale des Douanes en 1922 ! Plus de 160 espèces ont été ainsi importées, et, parmi elles, 60 au moins sont communes en Bretagne et faciles à récolter ; telles sont les queues de cerise, par exemple, dont on a dû acheter 76.500 kilos.

LES PLANTES MÉDICINALES DE BRETAGNE

Tout cela représente des millions perdus. N'est-il pas temps que cela cesse, surtout quand on pense qu'il a fallu pour le transport des produits importés 30 trains de chemin de fer chargés à plein et qu'il a fallu effectuer les paiements en or français ?

L'aide précieuse des instituteurs

Alors que le problème économique se pose actuellement comme une question vitale pour notre pays, nous avons tous le devoir d'essayer de le résoudre dans la mesure de nos moyens. C'est un devoir impérieux d'éviter de faire sortir de l'argent de France. Récoltons donc ces plantes médicinales au lieu de les demander à l'étranger.

Pour faire aboutir nos efforts, l'aide des Instituteurs et des Institutrices nous est indispensable. Eux seuls peuvent, tant par des causeries appropriées et des promenades agréables, intéresser leurs élèves à l'œuvre commune. D'ailleurs, la récolte des simples est lucrative et peut constituer pour ceux qui s'y livrent d'une façon intelligente un supplément de ressources qui n'est pas à dédaigner.

Conseils aux récolteurs

Les plantes médicinales qu'on trouve en Bretagne sont très nombreuses, mais il ne faut pas les cueillir à l'aveuglette et croire qu'on trouvera, bien que les stocks doivent être renouvelés chaque année, un prix avantageux et un écoulement assuré de ses récoltes.

Si l'on veut être certain de se débarrasser de celles-ci dans de bonnes conditions, il faut cueillir de préférence les espèces qui, tout en poussant en abondance dans la région où l'on se trouve, sont d'une consommation courante élevée et sont par là même plus recherchées par le commerce de la droguerie. Si l'on a le choix entre plusieurs plantes qui réalisent ces conditions, on prendra naturellement celles qui sont les plus faciles à récolter et à sécher. Nécessitant moins de main-d'œuvre et étant d'une préparation plus facile, elles rapportent davantage.

Il faut, en outre, savoir que non seulement chaque espèce de plantes a des propriétés qui lui sont particulières, mais que, très souvent, certaines de ses parties seulement sont actives. Si donc il y a des espèces qui se récoltent entières – et elles sont en petit nombre – dans la grande majorité

des autres, on doit prendre uniquement ce qui est médicinal, c'est-à-dire la racine, la tige, l'écorce, les feuilles ou les fleurs, suivant les cas, et alors ces parties doivent être débarrassées de tout ce qui est inutile. Quand on néglige cette séparation ou quand on le fait mal, il en résulte une dépréciation des récoltes qui peuvent même rester pour compte au récolteur.

Les Anciens (Hippocrate et Dioscoride), avaient remarqué déjà que les plantes et les parties de plantes utilisées en médecine ne peuvent se récolter en toute saison, que leurs vertus dépendaient du sol et qu'il y a un « temps pour cueillir chaque partie de ces végétaux ». Au Moyen-Age, Mathiole a fulminé contre les « Apoticaire mal serrans les herbes sèches ».

Ne tombons pas dans ce travers.

Il faut choisir les plantes ou parties de plantes médicinales au moment où elles sont à point; rejeter toutes celles qui, venues en terrains gras et humides, sont gorgées d'eau, sèchent difficilement, ont une tendance naturelle à noircir et même à pourrir. S'il s'agit des feuilles, on doit les détacher un peu avant la floraison parce que c'est à ce moment qu'elles renferment le maximum de produits utiles; il ne faut pas attendre la fructification, car alors ceux-ci disparaissent plus ou moins vite. A cet état, elles sont refusées par l'herboristerie.

Il faut opérer par une belle journée et commencer seulement la cueillette après que la rosée a disparu. On ne doit pas mettre en tas ses récoltes, sinon elles s'échauffent, noircissent et perdent leur valeur marchande; on les laisse étalées jusqu'au moment où elles seront mises à sécher dans l'ombre.

Signification des Termes utilisés en herboristerie

Connaître la signification des principaux termes utilisés dans le commerce de l'herboristerie est d'une importance fondamentale. On appelle plantes entières celles qui peuvent se prendre en entier comme la Bourse à Pasteur. Quand on doit enlever la racine, la plante est en vrac (Ortie blanche, Sénéçon, etc.). Quelquefois la racine est au contraire seule utilisée, comme pour la Bardane ou la Carotte; dans d'autres cas, ce sont les tiges souterraines, qu'on désigne improprement sous le nom de racines en droguerie, qu'on recherche exclusivement, et c'est le cas du Chiendent, par exemple.

Les tiges aériennes sont peu employées (Douce-Amère), mais on utilise

les écorces de la Bourdaine, du Sureau, etc. Les bourgeons se coupent court et sans bois (Peuplier, Pin).

On laisse quelquefois les feuilles sur la tige (Romarin) ; le plus souvent elles doivent être séparées une à une et débarrassées de tout corps étranger : ce sont alors des feuilles mondées (Lierre terrestre, Plantain, etc.).

Quand on récolte les parties supérieures de la tige au moment de la floraison, et cela sur une longueur de 20 à 25 centimètres, on a la plante en bouquets, comme la Bourrache. Si l'on coupe la tige au voisinage des fleurs sans laisser de feuilles, on a les sommités fleuries : exemple le Bouillon blanc. Quand on sépare les fleurs une à une, on a les fleurs mondées. Enfin, il peut se faire que la cueillette des fleurs se fasse en bouton, avant floraison, comme pour les boutons de Ronce.

Les fruits sont tantôt récoltés entiers, tantôt on prend seulement les pépins (Cognassier) ; tantôt enfin, on les dépouille de leur enveloppe : ce sont des fruits mondés ou décortiqués. Rarement on utilise le pédoncule du fruit : c'est cependant le cas des queues de cerises.

Il va de soi que ces préparations diverses demandent plus de temps que la cueillette des plantes entières, en vrac ou en bouquets, mais le prix de vente étant plus élevé on peut avoir intérêt à monder les plantes médicinales quand la petite main-d'œuvre est à la portée des récolteurs. C'est à ceux-ci d'apprécier ce qui est le plus avantageux dans les conditions où ils se trouvent.

Dessiccation et conditionnement des plantes médicinales

Il ne suffit pas de connaître les plantes médicinales et les parties de celles-ci que l'on doit seulement récolter pour retirer de son travail un produit justement rémunérateur. Il faut encore savoir les dessécher et ensuite les conditionner, c'est-à-dire les présenter convenablement.

Le séchage est une opération parfois assez délicate et toujours très importante. Bien séchée, la récolte acquiert le maximum de valeur ; mal séchée, il en est tout autrement ; les lots de plantes noircies ou moisies, ayant pris mauvaise odeur, sont impitoyablement refusés par les droguistes, et cela se comprend, car elles ont perdu tout ou partie de leurs vertus médicinales et ne se conservent pas. Il ne faut pas être surpris que, dans ces conditions, les lots mal séchés restent pour compte au récolteur.

Cependant, le séchage n'offre aucune difficulté sérieuse si l'on veut bien se conformer à certaines prescriptions que je vais indiquer ici.

Pour avoir toute leur valeur marchande, les plantes médicinales séchées doivent avoir conservé leur couleur et gardé une bonne odeur. Les fleurs doivent avoir leur teinte naturelle; les feuilles et les tiges, leur couleur verte; elles ne doivent, en aucun cas, avoir l'odeur de moisi.

Ces résultats peuvent s'obtenir de deux façons, soit par le séchage à l'air libre, soit par le séchage dans des fours ou dans des séchoirs construits exprès pour cela. Évidemment, pour la grande majorité de récolteurs qui sont isolés et qui opèrent sur de petites quantités, c'est le séchage à l'air libre qui doit être employé. Mais s'il y avait possibilité pour eux de se grouper en nombre suffisant, il serait avantageux que certaines personnes se chargent, les unes de la récolte, les autres du séchage, soit à l'air libre, soit dans des séchoirs, car, non seulement la division du travail serait avantageuse, comme à l'ordinaire, mais encore la préparation serait plus uniforme et par suite les lots auraient plus de valeur.

Rappelons-nous bien que la dessiccation doit être complète, quelles que soient les plantes ou parties de plantes cueillies; qu'elle doit être rapide et ne jamais dépasser en durée cinq ou six jours au plus, à l'air libre, sans quoi les principes médicamenteux risquent d'être détruits dans des proportions plus ou moins considérables.

Pour conserver leur couleur, feuilles et fleurs, bouquets et sommités fleuries doivent être séchés rapidement à l'ombre, car, au soleil, la couleur est assez vite détruite. Il faut donc laisser ses récoltes au plus une demi-heure au soleil pour leur enlever l'eau de végétation, puis les porter le plus tôt possible dans des greniers, des hangars, des granges ou des préaux d'école. Tous ces lieux conviennent, à la condition qu'ils soient suffisamment aérés et bien secs. S'il n'y a pas de courants d'air naturels, il faut en établir pour enlever l'air vite saturé par l'humidité qui se dégage des plantes vertes.

On ne doit jamais laisser les plantes en tas, sinon elles s'échaufferaient au bout d'un certain temps et perdraient, par cela même, toute valeur. On doit les étaler sur des journaux, des serpillières ou des toiles, quand il s'agit de sommités fleuries, de fleurs ou de feuilles mondées. De cette façon, elles ne sont pas salies ou souillées sur le sol nu, et cela facilite les manipulations qu'elles nécessitent pendant le séchage. En couches minces, les fleurs n'ont pas besoin d'être souvent remuées, et c'est important, car leur brassage les brise et elles ont alors moins de valeur.

On peut, au contraire, sans inconvénient aucun, remuer les feuilles du-

res, les tiges, les racines, les écorces, les queues de cerises, et en général toutes les parties résistantes des plantes. Il y a même – et j'en donnerai des exemples quand j'indiquerai les plantes à récolter chaque mois, – des racines qui peuvent se dessécher en plein soleil.

Quand on peut installer des toiles superposées, on gagne ainsi beaucoup d'espace. Il existe de petits séchoirs établis dans ce but et qui sont d'un prix peu élevé.

S'il s'agit de plantes récoltées en vrac ou en bouquets, on procède différemment. On les réunit en petits paquets que l'on suspend à cheval sur des cordes tendues, et la dessiccation s'effectue sans soins particuliers.

Il pourrait se faire, dans nos régions à climat plutôt humide et dans les années pluvieuses, qu'on éprouve des difficultés à faire sécher des récoltes trop aqueuses ou des fleurs qui noircissent vite, comme celles du genêt, par exemple. On pourra, avec avantage, utiliser les fours de boulanger. On attendra que la température soit tombée au degré voulu pour ne pas brûler les produits que l'on placera dans des paniers ou claies pour éviter le contact avec les cendres.

En somme, si dans les débuts, l'on éprouve quelques difficultés, il faut bien se dire que l'expérience vient vite et qu'un récolteur soigneux et intelligent saura dans peu de temps se tirer d'affaire et se débrouiller, s'il veut bien se donner la peine d'observer et de réfléchir.

On reconnaîtra que la plante est bien séchée quand elle a non seulement conservé sa couleur et son odeur, mais aussi lorsque, en en prenant une poignée et en la serrant, elle se brise avec un bruit sec. S'il en est autrement, la dessiccation est incomplète et doit être prolongée jusqu'à ce que ces résultats soient obtenus.

Une fois desséchées, les plantes sont mises en sacs et peuvent être vendues directement aux pharmaciens ou aux herboristes du pays où se trouvent les récolteurs, si ceux-ci veulent bien les acheter. Dans le cas contraire, il faut envoyer un échantillon moyen de chaque récolte à des droguistes, qui pourront acheter celle-ci à des conditions déterminées. Ensuite, on procédera au conditionnement, à l'emballage et à l'expédition.

L'emballage se fait en sacs propres. Pour éviter que les plantes se brisent, on peut les laisser un jour ou deux dans une cave légèrement humide. Elles se ramollissent un petit peu ; dans cet état, elles se manipulent facilement sans se réduire en miettes et leur conservation n'est pas compromise.

Récolteurs, n'oubliez pas qu'il faut expédier des plantes bien préparées

LES PLANTES MÉDICINALES DE BRETAGNE

et conformes à l'échantillon, sinon l'acheteur refuserait de prendre livraison de votre envoi et ce serait très ennuyeux pour vous. Dans le cas où l'on a qu'une faible récolte, il sera bon de se grouper avec des voisins pour faire un seul envoi. Tout cela, me dira-t-on, ce sont de petits détails ; c'est vrai, mais ils ont leur importance et il n'est pas inutile d'y insister.

PLANTES MÉDICINALES

à récolter en Bretagne, suivant la saison

Chaque mois, en Bretagne, il y a des plantes médicinales très abondantes qu'on peut cueillir et préparer dans de bonnes conditions et dont voici la liste, avec les indications concernant leur récolte et leur préparation particulière.

I. — PLANTES À RÉCOLTER L'HIVER

Un certain nombre de plantes utilisées pour leurs bourgeons, leurs feuilles ou leurs fleurs peuvent se récolter pendant l'hiver, c'est-à-dire pendant les mois de décembre, janvier, février, et mars. Tels sont :

1. Bourgeons de Peuplier (*Populus nigra*).
2. Bourgeons de Pin sylvestre (*Pinus sylvestris*).
3. Gui (*Viscum album*).
4. Pissenlit (*Taraxacum dens leonis*).
5. Tussilage (*Tussilago farfara*).
6. Pervenche (*Vinca major* et *Vinca minor*).
7. Primevère officinale (*Primula officinalis*).
8. Violette odorante (*Viola odorata*).
9. Lierre terrestre (*Glechoma hederacea*).
10. Épine noire ou prunellier (*Prunus spinosa*).



Fig. 1. Bourgeons de Peuplier (*Populus nigra*). – Salicacées.

Les deux essences dont on utilise les bourgeons sont le Peuplier et le Pin.

Le Peuplier est bien connu, on le trouve planté partout dans les endroits humides. Ses bourgeons doivent être pris sur les pousses de l'année, avant qu'ils n'éclosent. Il est plus commode de les prendre sur les branches coupées, sur lesquelles ils restent frais pendant assez longtemps. Il faut les sécher rapidement. On doit prendre de préférence les bourgeons du Peuplier suisse, mais on peut aussi récolter ceux du Peuplier d'Italie.

Propriétés et Usages. – L'usage du bourgeon de peuplier noir est limité à la préparation de l'onguent *populeum*. L'écorce du Peuplier a été préconisée comme tonique, fébrifuge et les jeunes branches fournissent un charbon léger absorbant, utilisé aussi pour certaines préparations pharmaceutiques spécialisées.



Fig. 2. Bourgeons de Pin sylvestre (*Pinus sylvestris*). – Conifères.

On appelle improprement «bourgeons de sapin» les bourgeons du Pin sylvestre, arbre très fréquemment cultivé dans nos régions. On choisit les bourgeons de l'extrémité des branches inférieures, ainsi que les bourgeons latéraux, avant qu'ils aient poussé, car les bourgeons trop ouverts, allongés et couverts d'écailles fauves, n'ont aucune valeur marchande. Sur les arbres en place, seuls les bourgeons des basses branches peuvent être atteints. Il est plus facile de les récolter sur les émondages faits de février à mai.

La dessiccation doit se faire sur des claies, en un lieu bien aéré, il est utile de les remuer souvent pour les empêcher de noircir. Il ne faut pas oublier que la récolte des bourgeons de Pin ne peut se faire qu'avec une autorisation de l'administration, dans les forêts de l'État, ou du propriétaire, dans les bois de particuliers.

Propriétés et Usages. – Le bourgeon de Pin sylvestre, de grosse consommation, sert à la préparation des tisanes, des sirops, des pastilles, contre les affections des voies respiratoires.



Fig. 3. Gui (*Viscum album*). – Loranthacées.

Parmi les espèces du pays utilisées à l'état de feuilles mondées, et dont la récolte peut se faire à l'automne et pendant tout l'hiver, il faut signaler le Gui. Le Gui est un singulier parasite qui forme des touffes sphériques, toujours vertes, sur plus de cinquante espèces différentes, très éloignées en classification, et dont il pompe la sève à l'aide de racines-suçoirs.

Les Guis venus sur des arbres différents sont de forme assez variable et ne se ressemblent pas comme vigueur. Ils ont sensiblement les mêmes propriétés médicinales. On préfère cependant celui du Pommier, mais on peut tout aussi bien prendre celui qui pousse si abondamment chez nous sur le Peuplier suisse.

Les feuilles, bien mondées, c'est-à-dire séparées de la tige, sont séchées en couches minces dans un hangar bien aéré; on les remue chaque jour pour en activer la dessiccation, et pour qu'elles restent bien vertes. Noircies au séchage, elles perdent leur valeur marchande.

Le Gui du chêne, beaucoup plus rare que celui des autres arbres, était l'objet de la vénération des Gaulois et les Druides le coupaient, dit-on, avec une faucille d'or.

Propriétés et Usages. – Le Gui est entré maintenant dans la thérapeutique moderne qui l'utilise en grand, dans certaines affections du système circulatoire, pour diminuer la pression sanguine. Les baies de ce parasite ainsi que son écorce sont employés pour la fabrication de la glu.



Fig. 4. Pissenlit (*Taraxacum dens leonis*). – Composées.

Le Pissenlit est une plante aussi connue que commune dans nos prairies et nos champs humides. On utilise ses racines et ses feuilles mondées et on récolte cette plante toute l'année. La dessiccation peut se faire au soleil pour la racine ou mieux dans des fours. Son nom lui vient de ses propriétés diurétiques. Sa racine, torréfiée, est un succédané de la chicorée et est souvent mélangée au café; pour cette raison, elle est très demandée.

Propriétés et Usages. – Les feuilles et les racines de Pissenlit sont employées en décoction ou en infusion comme stomachiques, dépuratives et diurétiques dans les affections chroniques de la peau, du foie, de la rate et contre la goutte.

Au printemps, on en fait une salade très saine et très appréciée.



Fig. 5. Tussilage (*Tussilago farfara*). – Composées.

Le Tussilage ou Pas d'âne est une plante venant dans les terrains argilo-calcaires dont les fleurs semblables à celles du Pissenlit, naissent de très bonne heure au printemps, avant les feuilles qui rappellent un pas d'âne comme forme et dimensions et sont blanches en dessous. On utilise les fleurs qu'on coupe près du pédoncule avant leur ouverture complète, celle-ci s'achevant pendant le séchage. Celui-ci doit se faire rapidement à l'ombre, sans trop remuer, sinon le tout noircit et est sans valeur.

Les feuilles qui se développent pendant l'été sont de vente facile et peuvent se récolter en toute quantité.

Propriétés et Usages. – Le Tussilage est réputé pour chasser la toux, d'où son nom. On n'emploie plus aujourd'hui que ses fleurs généralement associées aux autres fleurs pectorales. Cependant, leur infusion à 5 p. 100 est quelquefois conseillée pour calmer la toux et faciliter l'expectoration.



Fig. 6. Pervenche (*Vinca major* et *Vinca minor*). – Apocynées.

On rencontre fréquemment, au début du printemps, dans les haies et les bois, les Pervenches, plantes vivaces à tiges couchées, à feuilles d'un beau vert et à fleurs bleues. On utilise les feuilles que l'on peut cueillir en toute saison et qui se sèchent avec la plus grande facilité. La consommation n'en est pas très importante et il est prudent, avant de les cueillir en grande quantité, de s'assurer un débouché.

Propriétés et Usages. – Les feuilles de Pervenche sont amères, astringentes et fébrifuges ; on les dit également antilaiteuses.



Fig. 7. Primevère officinale (*Primula officinalis*). – Primulacées.

La Primevère officinale est une des premières fleurs du printemps ; elle est très commune dans les régions argilo-calcaires, mais manque ailleurs. Elle est répandue dans les arrondissements de Laval et Château-Gontier, dans les bassins calcaires de la Bretagne et, quelquefois, au bord de la mer. Ce sont les fleurs seulement qu'on utilise. On les cueille munies de leur calice et on les fait sécher à l'ombre. Il ne faut pas la confondre avec la Primevère à grandes fleurs qui est plus commune et n'a aucune fleur au sommet du pédoncule floral, quand la Primevère officinale, vulgairement Coucou, en possède plusieurs groupées.

Propriétés et Usages. – Les fleurs de la Primevère officinale sont utilisées comme pectorales. Ses feuilles peuvent se manger en salade et même cuites.



Fig. 8. Violette odorante (*Viola odorata*). – Violariées.

A la même époque, pousse dans nos haies et au voisinage la Violette odorante, que tout le monde connaît pour en avoir fait des bouquets. Toutes les parties de la plante sont utilisées en herboristerie, mais ce sont les fleurs débarrassées de leur pédoncule, qui sont recherchées. On doit sécher au grenier, en couches minces, sur du papier, ou sur des toiles et ne pas remuer les fleurs. Le séchage doit être rapide. On peut sécher au soleil, en recouvrant les fleurs d'un papier pour éviter d'altérer la couleur et le parfum. Une fois bien séchées, on les met en sac en un lieu sec et à l'abri de la lumière qui les décolore et leur enlève toute valeur marchande.

Propriétés et Usages. – Les fleurs de Violette sont sudorifiques, béchiques et expectorantes ; elles font partie des Fleurs pectorales du Codex ; les feuilles sont émollientes et diurétiques ; les racines, purgatives et vomitives.



Fig. 9. Lierre terrestre (*Glechoma hederacea*). Labiées.

Le Lierre terrestre est une plante printanière très commune dans nos haies et dont on se sert pour récurer les pots à lait en certaines contrées. Ses tiges carrées, rampantes, à feuilles opposées, portent de petites fleurs qui apparaissent en février et continuent à se montrer jusqu'en mai. On utilise la plante entière, en bouquets, ou bien les feuilles mondées. On peut les faire sécher à l'ombre et même au soleil, mais il faut les conserver très sèches, sinon elles noircissent rapidement par l'humidité.

Propriétés et Usages. – On utilise cette plante comme tonique et pectorale, en infusion ou en décoction. Elle est très employée en médecine populaire.



Fig. 10. Épine noire ou prunellier (*Prunus spinosa*). – Rosacées.

Enfin, on peut récolter en abondance les fleurs du Prunellier dès les premiers jours du printemps. On les prend quand elles sont encore en bouton ; les pétales des fleurs ouvertes tombent facilement et l'on ne peut vendre que des fleurs intactes. Leur séchage est donc délicat ; on ne doit pas les remuer et il faut les emballer avec précaution pour ne pas les briser.

Propriétés et Usages. – On utilise les fleurs contre l'asthme et l'hydropisie. On doit les employer avec prudence, car elles contiennent de l'acide cyanhydrique.

II – FLEURS À RÉCOLTER EN AVRIL-MAI

En avril-mai, on peut récolter

l'Aubépine,
la Bourse à pasteur,
le Lamier blanc,
le Muguet,
la Myrtille,
la Pensée sauvage,
la Pulmonaire, le Séneçon.



Fig. 11. Aubépine ou Épine blanche (*Crataegus oxyacantha*). – Rosacées.

Il n'est pas besoin de décrire l'Aubépine que tout le monde connaît. Cet arbuste, qui sert à faire des haies défensives, se trouve partout et fleurit en mars, en général de bonne heure. Ses corymbes de fleurs blanches odorantes, sont très abondants et faciles à récolter.

Les fleurs d'Aubépine doivent se récolter avant l'épanouissement complet, car elles continuent à s'ouvrir pendant qu'on les sèche. On peut cueillir les inflorescences entières ou monder les fleurs. Dans aucun cas, on ne doit cueillir les feuilles qui accompagnent les corymbes à la base.

La dessiccation demande à être faite rapidement, à l'ombre, dans un local bien aéré et sec. On étend les fleurs sur des toiles, en couches minces, et l'on évite de les remuer pour ne pas les briser. L'emballage doit être fait avec soin, en évitant de trop tasser.

Les fleurs d'Aubépine sont recherchées en herboristerie.

Propriétés et Usages. – Les fleurs d'aubépine sont employées comme tonique du cœur. Il est préférable de ne s'en servir que sur les conseils du médecin.



Fig. 12. Bourse à Pasteur (*Capsella bursa-pastoris*). – Crucifères.

La Bourse à pasteur est cette herbe qu'on trouve partout, dans les champs, les jardins, les rues, les endroits incultes, dans toutes les régions de la France où elle abonde. C'est, avec le Séneçon, une des plantes les plus répandues à la surface du globe. Elle fleurit toute l'année et peut ainsi être récoltée presque en toute saison.

Elle porte une rosette de feuilles radicales d'où sort une tige plus ou moins haute et ramifiée, portant des grappes de petites fleurs blanches avec des fruits triangulaires, comprimés, ayant la forme d'une bourse allongée, d'où son nom.

Toute la plante étant utilisée, on la prend en bouquets ou avec ses racines. Dans ce dernier cas, il faut avoir soin d'enlever la terre qui peut rester adhérente et nuirait à la vente.

Propriétés et Usages. – Les diverses préparations pharmaceutiques de cette plante sont de puissants hémostatiques et peuvent remplacer l'Hydrastis et l'Ergot de Seigle dans les affections qui nécessitent l'emploi de ces drogues. La Bourse de pasteur a le gros avantage de coûter infiniment moins cher.



Fig. 13. Lamier blanc ou Ortie blanche (*Lamium album*). – Labiées.

L'Ortie blanche est très rare en Bretagne, mais comme elle est abondante dans certaines régions de la Mayenne (Laval et Château-Gontier), il est utile de la décrire ici.

Cette plante qui, par ses feuilles, rappelle l'Ortie, n'a aucun rapport avec celle-ci, sinon quelquefois des rapports de voisinage. Elle ne pique pas.

Comme les Labiées en général, elle possède une tige carrée, des feuilles opposées, des fleurs irrégulières à corolle labiée, quatre étamines, dont deux grandes et deux plus courtes, et 4 graines au fond du calice chez les fleurs passées.

On récolte, soit la plante entière, soit les sommités fleuries, soit les fleurs avec leur calice, soit les corolles seules mondées. Pour conserver la couleur blanche de celles-ci, il faut les sécher rapidement dans un local sec et bien aéré. Le prix de ces fleurs est élevé et rémunérateur; le récolteur n'a pas à craindre qu'elles lui restent pour compte, car le commerce de la droguerie en réclame de grosses quantités.

Propriétés et Usages. – Doué de propriétés toniques et astringentes, le Lamier blanc est couramment utilisé en médecine populaire, en infusions.



Fig. 14. Muguet (*Convallaria majalis*). – Liliacées.

Le Muguet est une petite plante qu'on cueille généralement au début de mai et dont les fleurs odorantes sont très recherchées par les citadins. Elle est vivace et sa tige souterraine donne chaque année deux feuilles entre lesquelles s'élève la hampe florale. Les fleurs sont en grappe unilatérale, blanches, à pièces recourbées en dehors et formant une sorte de grelot. Elles ont une odeur fine et suave qui disparaît par la dessiccation.

On utilise toutes les parties de la plante, soit celle-ci entière, y compris les rhizomes, soit la fleur ou les feuilles séparées. On fait sécher en paquets, dans tous les cas, sur des fils ou encore sur des claies en des hangars ou des greniers bien aérés. La dessiccation des fleurs est délicate et demande une surveillance constante.

Le Muguet se trouve dans beaucoup de nos forêts et de nos bois de l'Ouest, mais il n'est pas toujours très abondant dans ses stations ni très florifère. Le commerce de la droguerie le recherche et en achète de grosses quantités.

Le Muguet se cultive très facilement dans les jardins, mais il demande une exposition très ombragée et un sol frais.

Propriétés et Usages. – Le Muguet jouit de propriétés cardiotoniques et diurétiques qui en font un excellent médicament des maladies de cœur. Mais comme cette plante demande à être utilisée avec précaution, on devra suivre, pour son emploi, les instructions du médecin.



Fig. 15. Myrtille, Mourets ou Lucets (*Vaccinium Myrtillus*). – Ericacées.

La Myrtille, vulgairement désigné sous le nom de Mourets, Lucets, Sentines, est commune en général dans les bois et les forêts de la Bretagne.

C'est un arbrisseau minuscule, rameux, à tiges anguleuses, à feuilles caduques, dentées et à nervures saillantes sur les deux faces. Les fleurs sont portées par un pédoncule; la corolle, en forme de grelot, est de couleur rose; aux fleurs succèdent des baies portant un œil large à leur sommet, de couleur noir-bleuâtre, et à saveur sucrée et acidulée.

Ces fruits sont comestibles et ils teignent en bleu les lèvres, les dents et la langue.

En droguerie, on se sert des feuilles et des fruits. Pour récolter les feuilles, on coupe les rameaux et on les fait sécher. A ce moment, il suffit de battre les tiges pour faire tomber les feuilles. Quant aux baies, on les récolte à la fin de l'été et on les dessèche en couches minces, en ayant soin de les remuer avec précaution.

Propriétés et Usages. – Les baies de Myrtille ont des vertus astringentes et toniques. Elles réussissent dans des cas de diarrhées rebelles. On conseille la décoction de baies de Myrtille dans les entérites aiguës. Les baies servent également à la préparation de confitures, liqueurs, etc.



Fig. 16. Pensée sauvage (*Viola tricolor*). – Violarées.

La Pensée sauvage abonde, à partir de mai jusqu'à l'automne, dans les terres cultivées. On la récolte en bouquets ou bien on cueille seulement les fleurs. On dessèche à l'ombre aussi rapidement que possible.

C'est la souche des Pensées cultivées. Elle est facile à reconnaître à ses fleurs jaunes ou violettes, souvent striées ou panachées; à quatre pétales dirigés en haut quand les Violettes proprement dites ont deux pétales dressés seulement, les trois autres étant dirigés vers le bas.

Propriétés et Usages. – Les fleurs de la Pensée sauvage, de même que toutes les parties de la plante, sont considérées comme laxatives et dépuratives et employées à cet effet, surtout dans la médecine infantile, sous forme d'infusions ou de sirops.



Fig. 17. Pulmonaire (*Pulmonaria officinalis*). – Borraginées.

La véritable Pulmonaire officinale, qui croît dans les lieux boisés et frais de l'Est de la France, n'existe pas en Bretagne. Elle y est remplacée par la Pulmonaire à feuilles étroites (*Pulmonaria angustifolia*) qui a les mêmes vertus.

C'est une plante à feuilles velues et rudes, marquées de taches blanc jaunâtre, comme celles des poumons dans certaines maladies ; la tige, haute de 20 à 30 centimètres, hérissée de poils, se termine par des fleurs en queue de scorpion, d'abord rouges, puis violettes et enfin bleu de ciel.

Les feuilles seules sont utilisées ; il faut les sécher rapidement dans un courant d'air pour les empêcher de noircir. Sèches, elles deviennent très fragiles et leur emballage doit être fait avec précaution.

Propriétés et Usages. – La Pulmonaire est un sudorifique léger, analogue à la Bourrache.



Fig. 18. Séneçon (*Senecio vulgaris*). – Composées.

Le Séneçon est une mauvaise herbe très connue, nuisible aux cultures, qui, pendant toute l'année envahit nos jardins et y fleurit à tout moment en extrême abondance. Les capitules, plus longs que larges, portent à leur base 8 à 10 petites bractées très courtes, souvent tachées de noir.

L'on utilise la plante entière ; il faut avoir soin de les cueillir avant que les capitules soient ouverts, car ils continuent à mûrir après la récolte et leur contenu s'échappe, ce qui leur enlève toute valeur.

Propriétés et Usages. – Le Séneçon possède des vertus emménagogues. S'il se montre réellement efficace pour rétablir le flux sanguin, il est également capable de calmer les phénomènes douloureux.

III. – PLANTES À RÉCOLTER EN JUIN

Nombreuses sont les espèces que l'on peut cueillir en juin. Parmi elles, on peut citer

l'Armoise,
la Bétoine,
le Bouillon blanc,
la Bourrache,
le Caille-lait jaune,
la Camomille,
la Fumeterre,
le Genêt,
le Géranium Robert,
la Mauve,
le Plantain,
les queues de Cerise,
le Sureau,
la Ronce
et le Tilleul.



Fig. 19. Armoise (*Artemisia vulgaris*). – Composées.

L'Armoise vulgaire est une plante assez commune dans les haies. Elle est caractérisée par ses feuilles très découpées, d'un vert foncé et dépourvues de poils à la face inférieure.

Elle a l'aspect et le port de sa sœur l'Absinthe. Les tiges nombreuses, hautes de plus d'un mètre, portent de petits capitules formant une longue grappe et fleurissant depuis juin jusqu'à l'automne.

Les feuilles doivent être mondées et récoltées avant la floraison.

Propriétés et Usages. – Cette plante a toujours joui d'une grande vogue en médecine, en raison surtout de ses propriétés emménagogues. L'infusion se fait à la dose de 15 à 20 grammes par litre; aujourd'hui, on a également recours à l'extrait aqueux qu'on administre sous forme de pilules à la dose de 0 gr. 60 à 2 gr. par jour.



Fig. 20. Bétoine (*Betonica officinalis*). – Labiées.

Cette Labiée est commune dans les haies et les bois clairs. Elle se reconnaît à ses tiges grêles, simples, à ses feuilles velues plus pâles à la face inférieure et longuement pétiolées, au moins celles de la base, à ses feuilles purpurines, rarement blanches.

Elle tire son nom de ses propriétés sternutatoires qui l'ont fait employer à la place du Tabac (petun ou betun), d'où son nom.

On utilise encore ses feuilles mondées, mais il ne faut la cueillir qu'après entente avec l'acheteur.

Propriétés et Usages. – La Bétoine est un cicatrisant, presque complètement abandonné de nos jours, mais cependant non dépourvu de toute efficacité.



Fig. 21. Bouillon blanc ou Molène (*Verbascum Thapsus*). – Scrolufariées.

Cette espèce, fréquente dans les terrains vagues, est très facile à reconnaître.

La tige et les feuilles du Bouillon blanc ou Molène sont cotonneuses; ses inflorescences allongées portent de belles fleurs jaunes qui apparaissent successivement pendant longtemps. On récolte les feuilles qu'on sèche à l'ombre et les fleurs mondées qu'on sèche au soleil. Celles-ci sont mises ensuite en vase clos, car, laissées à l'air, elles prennent l'humidité et noircissent, perdant alors toute valeur.

Propriétés et Usages. – Les Bouillons blancs sont des plantes à mucilages, qui leur donnent leurs propriétés émollientes, adoucissantes, calmantes pectorales, sudorifiques et diurétiques. Leurs fleurs entrent dans la composition des espèces pectorales des pharmacies.



Fig. 22. Bourrache (*Borrago officinalis*) – Borraginées.

La Bourrache est une plante assez commune dans les terrains incultes, au bord des chemins, dans les décombres et même dans les terres cultivées. Elle est facile à reconnaître à ses tiges et ses feuilles hérissées de poils rudes, et surtout à ses belles fleurs bleues en forme de roue, à ses anthères noires.

Toutes les parties de la plante sont utilisées et sont l'objet d'une vente considérable, qu'il s'agisse des feuilles mondées, des bouquets, des sommités, des fleurs mondées et même des racines. Les racines et les feuilles se récoltent au début de la floraison. La dessiccation ne présente aucune difficulté spéciale.

Propriétés et Usages. – La Bourrache contient en abondance un suc épais et mucilagineux. De tout temps elle a été employée comme sudorifique et diurétique. Elle stimule les fonctions cutanées et rénales et provoque une dérivation légère.



Fig. 23. Caille-lait vrai (*Galium verum*). – Rubiacées.

Le Caille-lait vrai ou Caille-lait jaune est ainsi appelé parce qu'il a, comme la présure, la propriété de faire cailler le lait. On le trouve fréquemment sur les talus, dans les haies et les vieilles prairies. Il se distingue par ses inflorescences d'un beau jaune d'or, à fleurs petites disposées en croix et odorantes.

La récolte se fait pendant toute la durée de la floraison. On prend les sommités fleuries (fleurs mondées) ou toute la plante sans la racine. Il faut sécher très vite pour l'empêcher autant que possible de noircir de façon exagérée.

Propriétés et Usages. – Le Caille-lait est conseillé pour ses vertus astringentes et vulnéraires. Dans certaines régions on utilise aussi ses sommités fleuries pour la préparation du lait caillé, d'où son nom de caille-lait.



Fig. 24. Camomille (*Anthemis nobilis*). – Composées.

Sous le nom de Camomille, on vend en droguerie plusieurs espèces de Composées qui ont des propriétés voisines, mais qui cependant ne doivent pas être confondues par les récolteurs, car les prix en sont très différents. La plus estimée est la Camomille romaine, qui est commune dans l'Ouest, sur les pelouses, les berges des routes, des étangs ou des cours d'eau, les chemins, etc.

Elle est facile à reconnaître à ses capitules à languettes blanches, à son odeur spéciale très pénétrante, à ses feuilles divisées en lobes étroits, à ses tiges couchées redressées au sommet et couvertes de poils et d'aspect vert blanchâtre. On cultive une variété à fleurs doubles qui se vend à un prix élevé. Les capitules sont les seules parties utilisées. On les cueille en plein soleil et on sèche vite pour que la couleur blanche se conserve.

Propriétés et Usages. – La Camomille est amère, aromatique, stimulante et tonique. On l'utilise surtout contre les maladies d'estomac, les digestions difficiles et les coliques. Elle est emménagogue, sudorifique et vermifuge.



Fig. 25. Digitale (*Digitalis purpurea*). — Scrolufariées.

Cette plante est extrêmement commune dans nos terrains argilosili-
ceux. On choisit les feuilles qui poussent sur la tige depuis la base jusqu'à
la fleur.

Il faut rejeter celles qui sont desséchées ou abîmées et choisir exclusive-
ment les pieds venus en plein soleil, parce qu'ils sont plus actifs. Comme
c'est un poison violent, il faut éviter de mélanger même une seule feuille
à d'autres plantes, sinon l'on s'exposerait à des accidents regrettables. On
doit agir de même avec toute autre plante très vénéneuse et cela se con-
çoit.

Propriétés et Usages. — Les effets physiologiques les plus marqués de la
Digitale portent sur le cœur, sur les vaisseaux et sur la sécrétion urina-
ire; c'est un cardiotonique et un diurétique. C'est une plante extrêmement
toxique qui ne peut être employée que sur prescription du médecin.



Fig. 26. Fumeterre officinale (*Fumaria officinalis*). – Fumariacées.

La Fumeterre officinale, plante très commune dans les cultures, se récolte en bouquets. En juin, c'est le moment où elle est bien feuillée et le plus développée. Elle doit être desséchée très rapidement, en couches aussi minces que possible si on l'étale sur des claies ; mais il est préférable de la disposer à cheval sur des ficelles, par petits paquets.

Toutes les parties de cette espèce contiennent un suc amer, qui fait pleurer comme la fumée, d'où son nom de *fumus terrae* (fumée de terre).

Propriétés et Usages. – On reconnaît à la Fumeterre des vertus toniques fondantes et dépuratives, qui la font employer dans la scrofule et les maladies cutanées chroniques. L'infusion se fait à 20 p. 1.000.



Fig. 27. Genêt (*Sarothamnus scoparius*). – Légumineuses.

Certes, on peut dire que ce n'est pas le Genêt qui manque en notre région, dans nos terrains siliceux incultes. Les fleurs sont faciles à cueillir, mais leur dessiccation doit être faite avec beaucoup de soin, à l'ombre, en couches minces, très rapidement, afin qu'elles conservent leur belle couleur jaune. Mal préparées, elles noircissent et sont alors refusées par le commerce.

Propriétés et Usages. – Le Genêt à balai est un tonique du cœur et en même temps un bon diurétique. Comme toutes les plantes tonicardiaques, le Genêt demande à être employé avec précaution et seulement sur les conseils du médecin.



Fig. 28. Géranium Robert (*Geranium Robertianum*). – Géraniacées.

Le Géranium Robert ou Herbe   Robert abonde dans les haies ; il se reconnaît facilement à ses feuilles découpées, à ses fleurs roses et à son odeur particulière. On le prépare en bouquets, comme la Fumeterre.

Propriétés et Usages. – Cette plante s emploie quelque peu en gargarismes dans les angines et certaines affections de la gorge.



Fig. 29. Matricaire camomille (*Matricaria chamomilla*). – Composées.

La Matricaire camomille, vulgairement Camomille allemande, est très commune dans les blés. Son odeur rappelle celle de la Camomille romaine, mais elle est moins fine et beaucoup moins chère. Elle se récolte et se sèche de la même manière.

Propriétés et Usages. – Elle peut remplacer la Camomille romaine dont elle a les propriétés, mais à un moindre degré. Elle sert au lavage des cheveux ; elle est aussi utilisée en médecine vétérinaire.



Fig. 30. Mauve sylvestre (*Malva sylvestris*). – Malvacées.

La Mauve sylvestre, à belles et larges fleurs, commence à fleurir en juin et sa floraison dure tout l'été. On utilise les feuilles et les fleurs mondées. Les feuilles sont séchées à l'ombre, en couches minces pour éviter leur agglomération. Les fleurs doivent être desséchées très rapidement au soleil en les couvrant d'un papier ; sous cet abri, elles prennent une belle couleur bleue, tandis qu'exposées au soleil directement, elles rougissent et se décolorent à la fin.

Propriétés et Usages. – Toutes les Mauves, de même que la Guimauve, renferment dans toutes leurs parties des matières mucilagineuses qui leur communiquent des propriétés médicinales très appréciées. Elles sont émollientes, adoucissantes, pectorales, et particulièrement efficaces dans les maladies inflammatoires des voies respiratoires. On les emploie en tisanes, gargarismes, en lotions, en lavements, en bains.



Fig. 31. Mercuriale (*Mercurialis annua*). – Euphorbiacées.

La Mercuriale annuelle est une plante annuelle, connue vulgairement sous le nom de ramberge et qui est très commune dans les lieux cultivés. C'est une espèce dioïque, c'est-à-dire qu'elle présente des pieds mâles et des pieds femelles. Toute la plante est utilisée en herboristerie. On peut aussi monder les feuilles. On la vend à l'état frais ou séchée. Dans ce dernier cas, il faut sécher vite et avec soin pour éviter la fermentation.

Propriétés et Usages. – La Mercuriale est d'une vente importante, car la médecine populaire la recommande depuis longtemps comme laxatif et purgatif. Elle rentre dans la composition de la plupart des tisanes purgatives et thés. On l'utilise encore en lavements, sous forme de décocté à 20 p. 1.000.



Fig. 32. Plantains (*Plantago major*). – Plantaginées.

Ce genre de plantes médicinales comprend trois espèces communes en Bretagne: le grand Plantain, le petit Plantain et le Plantain corne de cerf. Ces trois espèces sont médicinales et l'on en emploie les feuilles mondées. Pour les dessécher, on les laisse au soleil pendant 40 minutes, puis on achève leur dessiccation à l'ombre en un local très aéré.

Propriétés et Usages. – Les feuilles de Plantain sont amères et astringentes. En médecine populaire on les emploie en décoction contre les maladies des yeux.



Fig. 33. Queues de Cerises (*Cerasus vulgaris*). – Rosacées.

On se sert seulement en médecine des queues de cerises aigres ou cerises de Montmorency. Rien n'est plus facile que d'en faire la récolte, de les sécher à l'ombre et de les vendre plutôt que de les laisser perdre.

Propriétés et Usages. – On emploie aujourd'hui les queues de Cerises comme diurétiques à la dose de 30 gr. p. 1.000. Cette décoction provoque promptement et abondamment la sécrétion urinaire.



Fig. 34. Ronce (*Rubus caesius*). – Rosacées.

On utilise en droguerie, soit les boutons floraux, soit les feuilles de Ronce.

On coupe les boutons à fleurs non ouverts et le plus gros possible, au ras du pédoncule et sans se préoccuper de l'espèce de ronce. On ne prend pas ceux qui sont trop jeunes et trop petits. On fait sécher à l'ombre. Quant aux feuilles de ronce, il faut prendre seulement celles de ronces douces, venant dans les bois et non celles des haies qui sont piquantes et sans valeur. On ne sépare pas les folioles et l'on fait sécher à l'ombre.

Propriétés et Usages. – Vantée contre les affections de la gorge, on utilise souvent la Ronce en gargarismes dans les angines. Pour cela on emploie la décoction de ses feuilles, additionnée du sirop de ses fruits.



Fig. 35. Sureau (*Sambucus nigra*). – Caprifoliacées.

Dans le Sureau, on utilise les inflorescences dont les fleurs du contour sont ouvertes. Il faut prendre beaucoup de précautions pour obtenir un produit marchand, c'est-à-dire bien clair. Pour cela, la dessiccation doit être faite le plus rapidement possible à l'ombre.

Propriétés et Usages. – Les infusions de fleurs de Sureau sont très employées comme sudorifiques et diurétiques. A l'extérieur, la décoction des fleurs est utilisée en cataplasmes et bains, comme émolliente et calmante. La moelle de Sureau est utilisée dans les laboratoires de micrographie.



Fig. 36. Tilleul à fleurs simples (*Tilia sylvestris* et *Tilia platyphyllos*). – Tiliacées.

Chez le Tilleul, on cueille exclusivement les fleurs, soit avec les bractées, soit sans bractées. On ne doit jamais prendre celles qui sont en fruits. On peut les laisser une heure ou deux au soleil avant de les mettre à l'ombre. La dessiccation se fait très facilement. On récolte de préférence les fleurs du Tilleul ordinaire; celles du Tilleul argenté sont moins estimées. Au cas où on les ramasserait, il ne faut jamais les mélanger à celles du Tilleul ordinaire.

Propriétés et Usages. – Les fleurs de Tilleul ont été employées de tout temps pour la préparation d'infusions en raison de leur arôme agréable et de leurs propriétés calmantes et sudorifiques. Les feuilles et l'écorce sont quelquefois utilisées pour la préparation de lotions émollientes.



Fig. 37. Verveine (*Verbena officinalis*). – Verbenacées.

La Verveine est une plante vivace, à tige carrée, à feuilles opposées et à fleurs en longs épis. Elle est commune dans les lieux incultes et se récolte de juin à septembre. On prend la plante entière ou les feuilles mondées. La préparation est facile dans un cas comme dans l'autre.

Propriétés et Usages. – La Verveine est employée en décoction ou en infusion, comme stomachique.

Les Druides lui accordaient la propriété de guérir toutes les maladies, de détruire les maléfices, d'inspirer la gaieté, etc. Elle était en grande vénération chez les Anciens qui se couronnaient de Verveine et en ornaient leurs temples.

IV. — PLANTES À RÉCOLTER EN JUILLET-AOÛT

Quelques-unes des plantes dont j'ai donné la liste au mois de juin peuvent encore se cueillir pendant une partie de l'été; parmi elles, on peut citer

la Fumeterre,
la Pensée sauvage,
les Mauves et
les boutons de Ronce

qui continuent à fleurir pendant un certain temps encore, en abondance suffisante pour rémunérer la cueillette.

Avec l'été, il en vient beaucoup d'autres, parmi lesquelles on peut signaler aux récolteurs,

le Bleuet,
le Cassis,
la petite Centaurée,
le Frêne,
les Menthes,
la Millefeuille,
le Millepertuis,
le Noisetier,
le Noyer,
la Reine des prés,
la Scolopendre,
le Trèfle d'eau.



Fig. 38. Le Bleuet

Le Bleuet, aux fleurs bleu tendre, est fréquent dans les moissons des terrains calcaires et au bord de la mer. Il y voisine avec le coquelicot et le Chrysanthème des blés, dont les promeneurs font de si jolis bouquets. On utilise les capitules cueillis au ras de leur insertion ou les fleurs mondées. Pour conserver leur belle couleur, on doit les sécher rapidement à l'ombre.

Propriétés et Usages. – Le Bleuet est astringent, ce qui le fait employer en médecine populaire, dans certaines affections inflammatoires des yeux.



Fig. 39. Cassis ou Groseillier noir (*Ribes nigrum*). – Grossulariées.

Le Groseillier noir, cultivé dans les jardins pour ses fruits dont on se sert pour la fabrication d'une liqueur, fournir à la droguerie ses feuilles mondées. D'un séchage facile, elles se vendent cher et sont d'un écoulement assuré.

Propriétés et Usages. – Le Cassis a été recommandé comme diurétique, et semble donner de bons résultats dans le traitement des rhumatismes. Les feuilles de cassis se prescrivent sous forme d'infusion à 5 p. 100 (1/2 litre par jour).



Fig. 40. Petite Centaurée (*Erythraea Centaurium*). – Gentianées.

Dans notre région de l'Ouest, cette jolie petite plante, aux fleurs roses, est commune dans les landes et les pâturages humides. On la récolte en bouquets. On la sèche à l'ombre et on en fait des paquets.

Propriétés et Usages. – Certains auteurs prétendaient autrefois qu'après le quinquina il n'est pas de meilleur fébrifuge que la petite Centaurée. C'est en réalité un bon tonique amer qui éveille les fonctions des voies digestives. Elle exerce en outre une action sédative dans certaines dyspepsies douloureuses. On prescrit l'infusion à 30 p. 1.000.



Fig. 41. Frêne (*Fraxinus excelsior*). – Oléacées.

Très commun sur nos haies et dans nos bois, cet arbre porte des feuilles composées ; on sépare les folioles (feuilles mondées) ; on les sèche à l'ombre jusqu'à ce qu'elles soient bien cassantes. Pour empêcher qu'elles ne se brisent en les mettant en sacs, on les place un jour ou deux à la cave ; elles ont alors repris assez d'humidité pour se manier facilement sans nuire à leur conservation.

Propriétés et Usages. – L'action des feuilles de frêne qui est sudorifique, diurétique et laxative, les fait employer en infusion contre les rhumatismes et l'arthritisme en général. L'écorce est utilisée comme fébrifuge, aussi l'appelle-t-on la quinine d'Europe.



Fig. 42. Menthes (*Mentha piperita* et autres espèces). – Labiées.

La plus estimée des Menthes de notre pays est la Menthe poivrée, dont le type le plus parfait est la Menthe de Mitcham. On utilise la plante en vrac, les feuilles mondées et les sommités fleuries. On les sèche à l'ombre, après une exposition d'une heure ou deux au soleil. On peut aussi récolter d'autres espèces sauvages.

Propriétés et Usages. – Les Menthes en général possèdent des propriétés stimulantes, cordiales, antispasmodiques, digestives, qui en font des remèdes précieux dans la plupart des maladies de l'estomac, et pour combattre les palpitations, étourdissements, tremblements nerveux, etc. On en retire, par distillation, l'essence de menthe, dont l'un des principaux constituants est le menthol.



Fig. 43. Millefeuille ou Herbe au charpentier (*Achillea millefolium*). – Composées.

La Millefeuille est une plante très commune dans les lieux incultes au aussi dans certaines cultures. Elle atteint de 50 à 90 centimètres de haut, porte des feuilles très découpées en lanières capillaires et des corymbes de petits capitules blancs ou roses, serrés les uns contre les autres et odorants.

L'on récolte la plante en bouquets faciles à sécher sur des cordes tendues dans un grenier ou un hangar bien aérés.

Propriétés et Usages. – La Millefeuille est aromatique, amère et astringente. On l'utilise comme vulnéraire, d'où son nom d'Herbe au charpentier, sous forme de cataplasmes. Elle possède aussi des propriétés anti-hémorroïdales.



Fig. 44. Millepertuis (*Hypericum perforatum*). – Hypericinées.

Cette plante, très commune chez nous, est ainsi appelée parce que ses feuilles, examinées par transparence, semblent percées de petits trous ou pertuis. On récolte les bouquets ou les sommités fleuries, faciles à dessécher à cheval sur des cordes.

A l'état sec, chaque bouquet doit conserver son aspect naturel et les fleurs garder leur belle couleur jaune doré.

Propriétés et Usages. – Les Millepertuis doivent leurs propriétés vulnéraires, excitantes et astringentes à l'essence qu'ils renferment et qui les font employer en tisanes contre les diarrhées ou en lotions et compresses pour guérir les coupures et les plaies légères.



Fig. 45. Noisetier (*Corylus avellana*). – Cupulifères.

Le Noisetier, arbuste commun, qui produit les noisettes, nous fournit aussi des feuilles, utilisées en droguerie. Mondées préalablement, elles sont séchées à l'ombre.

Propriétés et Usages. – Peu employées en général, sont cependant achetées par certaines maisons de droguerie avec lesquelles il est nécessaire de s'entendre à l'avance. L'écorce du Noisetier est astringente.



Fig. 46. Noyer (*Juglans regia*). – Juglandées.

Les feuilles du Noyer s'utilisent et se récoltent comme celles du Noisetier. On peut les dessécher entières, mais il est préférable de les monder, c'est-à-dire d'en dessécher séparément les folioles. Il faut éviter de les froisser. On les place en couches minces, à l'ombre ; on doit les sécher très vite pour qu'elles restent bien vertes. On évite de trop souvent les remuer pour ne pas les briser, car, une fois sèches, elles deviennent très cassantes.

Propriétés et Usages. – Toutes les parties du Noyer, principalement les feuilles, constituent d'excellents médicaments par suite de leurs propriétés stimulantes, dépuratives et astringentes.



Fig. 47. Reine des prés (*Spiraea Ulmaria*). – Rosacées.

Cette plante, assez fréquente en Bretagne, pousse au bord de nos ruisseaux. On récolte les bouquets, les sommités fleuries, les inflorescences et les fleurs mondées ; la cueillette soit se faire dès que se sont ouvertes les premières fleurs, car leurs pétales tombent facilement à la dessiccation qui doit être rapidement menée. On peut aussi récolter les feuilles mondées.

Propriétés et Usages. – Les sommités fleuries de la Reine des prés contiennent une essence riche en aldéhyde salicylique, à laquelle elles doivent leur efficacité dans le traitement des rhumatismes ; le tanin, qu'elles renferment également, les rend amères et astringentes.



Fig. 48. Scolopendre (*Scolopendrium officinale*). – Fougères.

La Scolopendre est cette belle Fougère, à feuilles entières, qui pousse souvent en abondance dans les puits et le long des haies humides. Les feuilles, détachées près du limbe, sèchent facilement à l'ombre, étendues en couches minces.

Propriétés et Usages. – Aujourd'hui, la Scolopendre est presque inusitée. Elle est diurétique et un peu astringente, et rentre dans la préparation du sirop de rhubarbe composé.



Fig. 49. Trèfle d'eau ou Ményanthe (*Menyanthes trifoliata*). – Gentianées.

Le Trèfle d'eau est cette belle plante venant dans les lieux aquatiques (marais, bords des ruisseaux et étangs), qu'on reconnaît facilement à ses feuilles à trois folioles, longuement pétiolées et à ses fleurs duvetées et frangées très jolies, blanc rosé.

Ses feuilles sont seules utilisées et sont faciles à sécher.

Propriétés et Usages. – Le Ményanthe (Trèfle d'eau) jouit de propriétés dépuratives réputées ; il entre dans la préparation du sirop de Raifort composé.

LES PLANTES MÉDICINALES DE BRETAGNE

V. — PLANTES À RÉCOLTER EN SEPTEMBRE

C'est en septembre qu'on peut commencer à récolter les racines et les tiges souterraines ou rampantes les plus communes dans notre contrée. A ce moment leur floraison est terminée ; elles ont amassé toutes leurs réserves en vue de l'hiver ; elles ont aussi acquis toutes leurs qualités médicinales, tandis que, dans le courant de l'été, les racines, vidées, sont ligneuses et sans valeur. Comme les plantes n'ont pas encore perdu leurs tiges et leurs feuilles complètement, comme cela a lieu en hiver, elles sont encore faciles à trouver à l'automne.

Parmi les espèces dont on utilise les racines, ou les tiges rampantes que les droguistes appellent aussi des racines, il y en a huit qui sont plus particulièrement communes dans l'Ouest et dont la cueillette serait facile et rémunératrice. Ce sont

la Bardane,
la Bryone,
le Chiendent,
la Consoude,
la Patience,
le Polypode du Chêne,
le Sceau de Salomon et la Valériane.



Fig. 50. Bardane (*Lappa major* et *Lappa minor*/ *Acrium majus*). – Composées.

La Bardane est une plante bien connue qui vient autour des habitations, au bord des chemins et dans les décombres. Ses feuilles sont blanches en dessous et très grandes, surtout celles de la base. Ses capitules ont des bractées nombreuses, terminées par un crochet qui les fait adhérer fortement aux habits ou aux poils des animaux. On les désigne vulgairement sous le nom de grippons pour cette raison. On coupe la racine en tronçons, on la fend et on la fait ensuite sécher rapidement.

Il y en a deux espèces, la grande et la petite Bardane ; elles ont les mêmes vertus. Elles peuvent être récoltées indifféremment et leur racine préparée de la même façon.

Propriétés et Usages. – La racine de Bardane est un des remèdes populaires les plus employés ; c'est un dépuratif énergique en même temps qu'un diurétique et un sudorifique sérieux. Elle donne de bons résultats dans le traitement de la furonculose.



Fig. 51. Bryone ou Navet du diable (*Bryonia dioica*). – Cucurbitacées.

La Bryone est une curieuse plante grimpante, à vrilles présentant des enroulements en sens inverse, avec points de rebroussement. Elle est assez commune dans nos haies. Ses feuilles sont à cinq lobes ; ses fruits sont rouges et luisants. Elle donne, dans le sol, une grosse racine ayant l'aspect d'un navet, facile à nettoyer en la grattant légèrement et qu'on découpe ensuite en morceaux assez minces pour qu'ils puissent sécher.

Propriétés et Usages. – La racine de Bryone est un remède dangereux, pouvant, à fortes doses, causer des accidents mortels. C'est un purgatif drastique violent qui peut provoquer des vomissements à dose très peu élevée. Employée avec précaution, elle est diurétique, expectorante, vermifuge.



Fig. 52. Chiendent ou Corde (*Triticum repens*). – Graminées.

Le Chiendent est cette plante nuisible que l'on trouve trop souvent dans les cultures auxquelles elle porte un tort considérable et que l'on désigne communément ici sous le nom caractéristique de corde. Il ne faut pas le confondre avec l'avoine à chapelet que les cultivateurs appellent aussi le chiendent et qui se rencontre aussi fréquemment dans les blés mal soignés : l'avoine à chapelet n'est pas utilisée en médecine.

Rien n'est plus facile que de récolter le Chiendent. Au moment de la préparation du sol pour les ensemencements, ce sont des tombereaux de cette plante qu'on retire de la terre labourée et qu'on laisse perdre. Il suffit de trier les tiges les plus belles, de les laver avec soin pour enlever la terre, de les couper par bouts de 20 à 25 centimètres qu'on fait sécher au soleil et qu'on réunit finalement en paquets.

Propriétés et Usages. – Le Chiendent est très employé pour la préparation de boissons rafraîchissantes et diurétiques.



Fig. 53. Consoude (*Symphytum officinale*). – Borraginées.

Dans les endroits humides, on rencontre communément la Consoude, ainsi qu'au bord des eaux. On utilise sa racine, noirâtre, épaisse et raméuse; on la coupe en fragments de 5 à 6 centimètres; on fend en deux les grosses racines. La partie coupée devient jaune puis rouge brun. La dessiccation en est facile.

Propriétés et Usages. – Très vantée autrefois pour consolider les plaies (d'où son nom) et arrêter les hémorragies, la racine de Consoude est encore quelque peu employée comme adoucissante, béchique, contre les rhumes et catarrhes.



Fig. 54. Patience (*Rumex Patientia*). – Polygonées.

On cultive quelquefois, dans les jardins, la Patience sous le nom d'oseille-épinard, et c'est sa racine qui sert en médecine. On peut recueillir à sa place toutes les Parelles aux larges feuilles qui poussent fréquemment dans les fossés, les champs et les jardins et qui sont des espèces du même genre ayant des propriétés assez analogues.

Il faut choisir les pieds les plus gros et utiliser exclusivement ceux dont la racine atteint au moins la grosseur du doigt. On coupe les racines en tronçons que l'on fend longitudinalement pour les faire sécher plus vite, au soleil. Cette opération doit être rapidement menée, car si elle est mal faite, la racine noircit et n'a plus de valeur.

Propriétés et Usages. – Certaines espèces de Patience sont cultivées pour l'usage culinaire (Oseille). En thérapeutique, les racines de Patience sont considérées comme toniques et dépuratives.



Fig. 55. Polypode du Chêne (*Polypodium vulgare*). – Fougères.

Le Polypode du Chêne est cette Fougère à feuilles allongées, à lobes dentés en scie, qu'on trouve partout dans les haies, sur les murs et les rochers et aussi à la base des arbres. On utilise sa tige rampante écailleuse, que l'on coupe en tronçons et que l'on sèche facilement.

Propriétés et Usages. – Le Polypode du Chêne dont l'action s'exerce sur le foie et qui n'a sur l'intestin aucune influence directe, est employé dans le traitement de la jaunisse.



Fig. 56. Sceau de Salomon (*Polygonatum vulgare*). – Asparaginées.

Le Sceau de Salomon est une petite plante vivace bien connue, assez commune dans les haies et les bois de l'Ouest pour être récoltée avec bénéfice. Sa tige souterraine s'allonge chaque année et donne une tige aérienne qui meurt l'hiver en laissant sur la première une cicatrice en forme de sceau, d'où son nom.

La partie utile s'arrache sans peine ; on la nettoie ; on la découpe et on la fait sécher.

Propriétés et Usages. – Les fruits de cette plante passent pour faire vomir ; les rhizomes sont astringents et vulnérinaires.



Fig. 57. Valériane (*Valeriana officinalis*). – Valerianées.

On peut récolter la Valériane au bord des eaux et dans les lieux frais. Sa tige, haute de 1 m. à 1 m. 50, se termine par un bouquet de fleurs blanc rosé. Sa racine, fasciculée comme celle du dahlia, est très fétide. Plus elle est odorante, plus elle a de valeur. C'est pour cela qu'on préfère celle des lieux les moins humides parce que son odeur est plus forte.

Il faut laver les racines après les avoir arrachées, puis les dessécher soigneusement dans un courant d'air, de préférence sur des claies. La dessiccation demande quinze jours.

Propriétés et Usages. – Les racines de Valériane sont très employées en thérapeutique. Elles possèdent en effet des propriétés antispasmodiques que l'on met à profit dans les cas de nervosisme exagéré. A petite dose (15 à 30 gr. par litre d'infusion), la Valériane augmente l'action des organes digestifs ; à dose trop élevée elle peut causer des accidents.

LES PLANTES MÉDICINALES DE BRETAGNE

Remarque générale. — Il faut toujours couper les racines fraîches. L'opération est plus facile, la section plus nette et la dessiccation se fait beaucoup mieux. Quand il s'agit de grosses racines, mieux vaut ne pas les laver, mais simplement les gratter. En général, après séchage, on obtient de 25 à 30 pour cent du poids frais.

VI. — PLANTES POUVANT SE RÉCOLTER EN HIVER

A partir du mois d'octobre, les plantes médicinales utilisées pour leurs fleurs n'existent plus ou se font de plus en plus rares. Mais c'est le moment où l'on commence à récolter les fruits, où l'on continue à cueillir les tiges souterraines, appelées racines en droguerie, les tiges aériennes et les écorces.



Fig. 58. Bourdaine (*Rhamnus frangula*). – Rhamnées.

Parmi les écorces qu'on peut utiliser avec profit, il faut citer celle de la Bourdaine. Cet arbrisseau est très commun dans nos bois. On récolte son écorce pendant la belle saison, au moment où elle se sépare facilement du bois ; mais on peut aussi bien la recueillir à la fin de la saison, pendant le repos de la végétation. On enlève de longs fragments de cette écorce que l'on découpe en fragments de quelques centimètres et que l'on dessèche en un endroit bien aéré. Ces fragments s'enroulent en forme de cornets que l'on conserve en un lieu sec.

Il faut avoir soin de prendre seulement l'écorce de 2^e année, au cas où l'on voudrait s'en servir de suite. On pourrait également récolter, chez nous, l'écorce du Bouleau, du Hêtre, du Saule blanc, du Cerisier et du Marronnier. Ces écorces ne sont pas d'un usage courant.

Propriétés et Usages. – L'écorce de Bourdaine est un des meilleurs laxatifs ou purgatifs végétaux. Elle n'irrite jamais l'intestin, et remplace avantageusement la rhubarbe. Il faut éviter d'employer l'écorce fraîche qui irrite l'estomac et fait vomir, c'est pour quoi on prescrit d'utiliser l'écorce vieille de deux ans.



Fig. 59 et 60. Grande Ciguë et Fenouil
(*Conium maculatum* et *Foeniculum officinale*). – Ombellifères.

Rien n'est plus facile que de récolter diverses semences d'Ombellifères communes, comme celles du Persil cultivé, de la Grande Ciguë et du Fenouil. Ces semences, bien sèches, sont recherchées, les premières par la droguerie, la dernière par les fabricants de liqueurs et les confiseurs. Le Fenouil, qu'on cultive en Allemagne avec profit, se trouve en abondance dans les terrains incultes des bords de la mer; on n'a que la peine d'en ramasser les semences d'on l'écoulement est facile.

Propriétés et Usages. – Toute la plante, surtout lorsqu'elle est fraîche, se montre fortement et rapidement diurétique. Les racines d'Asperge, de petit Houx, d'Ache, de Persil et de Fenouil servent à préparer le sirop des cinq racines, excellent remède de la médication diurétique. La Ciguë est une plante très vénéneuse dont on ne doit se servir que sur l'ordonnance du médecin.



Fig. 61 et 62. Prunelles et Cynorrhodons (*Prunus spinosa* et *Rosa canina*). – Rosacées.

Dans toutes nos haies de l'Ouest, on rencontre en abondance le Prunellier ou Épine noire (Fig. 10), aux branches épineuses chargées de petits fruits noirs, acerbes, mais qui deviennent mangeables quand les premières gelées les ont attendris. Quand on les fait fermenter, ils donnent par distillation l'eau-de-vie de prunelle qui est fort appréciée. Les noyaux, macérés dans l'alcool, fournissent également une liqueur estimée. Les fruits se cueillent fin octobre et même plus tard. Pour obtenir les noyaux, on place les fruits en tas et on les laisse pourrir; on les lave ensuite dans un fort courant d'eau pour les débarrasser de leur chair, puis on les fait sécher.

De même, dans nos haies, on trouve partout le Cynorrhodon du Rosier sauvage, plante employée contre la rage, d'où son nom de Rose de chien. Les Cynorrhodons sont connus dans nos campagnes sous le nom de bœuf gras et sont quelquefois mangés par les enfants; mais ils sont rendus désagréables par les poils qu'ils contiennent à l'intérieur et qui sont bien connus sous le nom de poils à gratter, à cause de la démangeaison insupportable qu'ils déterminent sur la peau. On en fait des confitures de goût excellent.

Propriétés et Usages. – On en fait des confitures de goût excellent. En médecine populaire, on les emploie à l'état frais comme purgatif léger et à l'état sec comme astringent intestinal.



Fig. 63. Douce-Amère (*Solanum Dulcamara*). – Solanées.

La Douce-Amère est ainsi appelée parce que, quand on la mâche, sa saveur est d'abord douce, puis amère.

Cette espèce est commune dans nos haies. Elle se reconnaît à ses tiges grimpantes, à ses fleurs violettes en étoile, rappelant celles de la Pomme de terre. Le fruit est une petite baie écarlate, qui se voit de loin. Il ne faut pas la confondre avec d'autres tiges grimpantes qui existent avec elle dans les haies (houblon, chèvrefeuille, etc.) qui ont des feuilles opposées quand celles-ci sont alternes chez la Douce-Amère.

On récolte les tiges en morceaux de quelques centimètres qu'on fend quand elles sont trop grosses. Elles sèchent facilement.

Propriétés et Usages. – La tige de Douce-amère en décoction est un remède populaire, sudorifique, dépuratif amer, réputé contre certaines maladies de la peau et contre les rhumatismes.



Fig. 64. Fougère mâle (*Polystichum filix mas*). – Fougères.

En dehors des racines et rhizomes dont il a été déjà question dans la partie concernant septembre, et qui peuvent, pour la plupart, se cueillir encore à l'automne, on peut, en cette saison, récolter ceux de la Fougère mâle, de la Quintefeuille et de la Tormentille.

La Fougère mâle est une jolie plante aux grandes feuilles d'un beau vert, à folioles dentées, particulièrement commune dans les parties ombragées des bois et au Nord de nos haies suffisamment humides. Son rhizome noueux, écailleux, brun au dehors et blanc à l'intérieur, porte une rosette de feuilles à pétiole court portant des écailles brunes, sur les folioles, à la face inférieure, se trouvent des rangées de petits corps arrondis, qui sont la partie reproductrice de la plante.

Cette espèce, le plus souvent, est employée à l'état frais par les maisons qui l'utilisent. On débarrasse la racine des feuilles qu'on coupe au ras du pétiole; on enlève la terre et les petites racines, puis on les met en sac et on les expédie aussitôt. Mais on peut aussi dessécher le rhizome; on opère rapidement et à une douce température pour ne pas décomposer ses principes actifs.

Il faut bien se garder de confondre la Fougère mâle avec la Fougère femelle et autres espèces voisines qui sont sans valeur médicinale.

Propriétés et Usages. – Cette racine est un remède efficace contre le ver solitaire; on l'utilise sous forme d'extract éthéré. En médecine vétérinaire, on l'emploie en grand pour combattre la douve du foie du bétail qui sévit principalement chez les moutons.



Fig. 65 et 66. Potentille et Tormentille
(*Potentilla reptans* et *Potentilla Tormentilla*). — Rosacées.

La Quintefeuille ou Potentille rampante (fig. 65) est une mauvaise herbe commune dans les jardins et les champs. Elle est caractérisée par des feuilles à cinq folioles, d'où son nom, par ses fleurs jaunes à cinq pétales et par ses tiges qui rampent et se marcottent à la façon de celles du Fraisier. Ses parties souterraines, débarrassées des parties vertes aériennes, sont lavées puis soigneusement séchées.

On utilise de la même façon les parties souterraines de la Tormentille (fig. 66), espèce de Rosacée voisine, qui a des fleurs jaunes à quatre pétales et est extrêmement abondante dans nos landes et les parties claires des bois, parmi les bruyères.

Propriétés et Usages. — Ce sont les deux plantes indigènes les plus astringentes. Elles doivent à leur tanin et à leur huile essentielle une double action tonique et excitante. Elles peuvent rendre de réels services dans les diarrhées chroniques, celles des vieillards en particulier.

Table des matières

Préface	4
Les Plantes médicinales de Bretagne.....	6
Plantes médicinales	14

I. – Plantes à récolter l'hiver

Fig. 1. Bourgeons de Peuplier (<i>Populus nigra</i>). – Salicacées.....	15
Fig. 2. Bourgeons de Pin sylvestre (<i>Pinus sylvestris</i>). – Conifères.....	16
Fig. 3. Gui (<i>Viscum album</i>). – Loranthacées.....	17
Fig. 4. Pissenlit (<i>Taraxacum dens leonis</i>). – Composées.....	18
Fig. 5. Tussilage (<i>Tussilago farfara</i>). – Composées.....	19
Fig. 6. Pervenche (<i>Vinca major</i> et <i>Vinca minor</i>). – Apocynées.....	20
Fig. 7. Primevère officinale (<i>Primula officinalis</i>). – Primulacées.....	21
Fig. 8. Violette odorante (<i>Viola odorata</i>). – Violariées.....	22
Fig. 9. Lierre terrestre (<i>Glechoma hederacea</i>). Labiées.....	23
Fig. 10. Épine noire ou prunellier (<i>Prunus spinosa</i>). – Rosacées.....	24
II – Fleurs à récolter en avril-mai	25
Fig. 11. Aubépine ou Épine blanche (<i>Crataegus oxyacantha</i>). – Rosacées.....	26
Fig. 12. Bourse à Pasteur (<i>Capsella bursa pastoris</i>). – Crucifères.....	27
Fig. 13. Lamier blanc ou Ortie blanche (<i>Lamium album</i>). – Labiées.....	28
Fig. 14. Muguet (<i>Convallaria majalis</i>). – Liliacées.....	29
Fig. 15. Myrtille, Mourets ou Lucets (<i>Vaccinium Myrtillus</i>). – Ericacées.....	30
Fig. 16. Pensée sauvage (<i>Viola tricolor</i>). – Violariées.....	31
Fig. 17. Pulmonaire (<i>Pulmonaria officinalis</i>). – Borraginées.....	32
Fig. 18. Sèneçon (<i>Senecio vulgaris</i>). – Composées.....	33

III. – Plantes à récolter en juin

Fig. 19. Armoise (<i>Artemisia vulgaris</i>). – Composées.....	35
Fig. 20. Bétoine (<i>Betonica officinalis</i>). – Labiées.....	36
Fig. 21. Bouillon blanc ou Molène (<i>Verbascum Thapsus</i>). – Scrolufariées.....	37
Fig. 22. Bourrache (<i>Borrago officinalis</i>) – Borraginées.....	38
Fig. 23. Caille-lait vrai (<i>Galium verum</i>). – Rubiacées.....	39
Fig. 24. Camomille (<i>Anthemis nobilis</i>). – Composées.....	40
Fig. 25. Digitale (<i>Digitalis purpurea</i>). – Scrolufariées.....	41
Fig. 26. Fumeterre officinale (<i>Fumaria officinalis</i>). – Fumariacées.....	42

LES PLANTES MÉDICINALES DE BRETAGNE

Fig. 27. Genêt (<i>Sarothamnus scoparius</i>). – Légumineuses.	43
Fig. 28. Géranium Robert (<i>Geranium Robertianum</i>). – Géraniacées.	44
Fig. 29. Matricaire camomille (<i>Matricaria chamomilla</i>). – Composées.	45
Fig. 30. Mauve sylvestre (<i>Malva sylvestris</i>). – Malvacées.	46
Fig. 31. Mercuriale (<i>Mercurialis annua</i>). – Euphorbiacées.	47
Fig. 32. Plantains (<i>Plantago major</i>). – Plantaginées.	48
Fig. 33. Queues de Cerises (<i>Cerasus vulgaris</i>). – Rosacées.	49
Fig. 34. Ronce (<i>Rubus caesius</i>). – Rosacées.	50
Fig. 35. Sureau (<i>Sambucus nigra</i>). – Caprifoliacées.	51
Fig. 36. Tilleul à fleurs simples (<i>Tilia sylvestris</i> et <i>Tilia platyphyllos</i>). – Tiliacées.	52
Fig. 37. Verveine (<i>Verbena officinalis</i>). – Verbenacées.	53

IV. – Plantes à récolter en juillet-août

Fig. 38. Le Bleuet.	55
Fig. 39. Cassis ou Groseillier noir (<i>Ribes nigrum</i>). – Grossulariées.	56
Fig. 40. Petite Centaurée (<i>Erythraea Centaurium</i>). – Gentianées.	57
Fig. 41. Frêne (<i>Fraxinus excelsior</i>). – Oléacées.	58
Fig. 42. Menthes (<i>Mentha piperita</i> et autres espèces). – Labiées.	59
Fig. 43. Millefeuille ou Herbe au charpentier (<i>Achillea millefolium</i>). – Composées.	60
Fig. 44. Millepertuis (<i>Hypericum perforatum</i>). – Hypericinées.	61
Fig. 45. Noisetier (<i>Corylus avellana</i>). – Cupulifères.	62
Fig. 46. Noyer (<i>Juglans regia</i>). – Juglandées.	63
Fig. 47. Reine des prés (<i>Spiraea Ulmaria</i>). – Rosacées.	64
Fig. 48. Scolopendre (<i>Scolopendrium officinale</i>). – Fougères.	65
Fig. 49. Trèfle d'eau ou Ményanthe (<i>Menyanthes trifoliata</i>). – Gentianées.	66

V. – Plantes à récolter en septembre

Fig. 50. Bardane (<i>Lappa major</i> et <i>Lappa minor</i> / <i>Acrium majus</i>). – Composées.	68
Fig. 51. Bryone ou Navet du diable (<i>Bryonia dioica</i>). – Cucurbitacées.	69
Fig. 52. Chiendent ou Corde (<i>Triticum repens</i>). – Graminées.	70
Fig. 53. Consoude (<i>Symphytum officinale</i>). – Borraginées.	71
Fig. 54. Patience (<i>Rumex Patientia</i>). – Polygonées.	72
Fig. 55. Polypode du Chêne (<i>Polypodium vulgare</i>). – Fougères.	73
Fig. 56. Sceau de Salomon (<i>Polygonatum vulgare</i>). – Asparaginées.	74
Fig. 57. Valériane (<i>Valeriana officinalis</i>). – Valerianées.	75

LES PLANTES MÉDICINALES DE BRETAGNE

VI. – Plantes pouvant se récolter en hiver

Fig. 58. Bourdaine (<i>Rhamnus frangula</i>). – Rhamnées.	77
Fig. 59 et 60. Grande Ciguë et Fenouil (<i>Conium maculatum</i> et <i>Foeniculum officinale</i>). – Ombellifères.	78
Fig. 61 et 62. Prunelles et Cynorrhodons (<i>Prunus spinosa</i> et <i>Rosa canina</i>). – Rosacées.	79
Fig. 63. Douce-Amère (<i>Solanum Dulcamara</i>). – Solanées.	80
Fig. 64. Fougère mâle (<i>Polystichum filix mas</i>). – Fougères.	81
Fig. 65 et 66. Potentille et Tormentille (<i>Potentilla reptans</i> et <i>Potentilla</i> <i>Tormentilla</i>). – Rosacées.	82



© Arbre d'Or, Genève, février 2005

<http://www.arbredor.com>

Photo de couverture : © P.Camby – Illustrations intérieures : D.R.
Composition et mise en page : © ATHENA PRODUCTIONS / ChB