



Étude ethnobotanique des plantes utilisées dans la pharmacopée traditionnelle à La Réunion

Roger Lavergne, Robert Véra

► To cite this version:

Roger Lavergne, Robert Véra. Étude ethnobotanique des plantes utilisées dans la pharmacopée traditionnelle à La Réunion. Agence de coopération culturelle et technique, pp.236, 1989, Médecine traditionnelle et pharmacopée. <hal-00980083>

HAL Id: hal-00980083

<https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-00980083>

Submitted on 17 Apr 2014

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

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

médecine traditionnelle et pharmacopée

étude ethnobotanique des plantes utilisées dans la pharmacopée traditionnelle à la Réunion

R. Lavergne
R. Véra

SCD UNIVERSITE DE LA REUNION



329188 0350



AGENCE DE COOPERATION CULTURELLE ET TECHNIQUE

L'Agence de Coopération Culturelle et Technique, organisation intergouvernementale, créée par le Traité de Niamey en mars 1970, rassemble des pays liés par l'usage commun de la langue française, à des fins de coopération dans les domaines de l'éducation, de la culture, de la communication, des sciences et des techniques, et plus généralement, dans tout ce qui concourt au développement des ses pays membres et au rapprochement des peuples.

Les activités de l'Agence dans les domaines de la coopération scientifique et technique pour le développement se groupent en quatre programmes prioritaires:

- agriculture
- énergies
- développement des réseaux scientifiques et techniques
- accès à l'information scientifique et technique.

Toutes les actions menées dans le cadre de ces programmes sont complémentaires et ont pour finalité principale le développement du monde rural.

Les problèmes liés à l'agriculture et à l'alimentation ont été désignés à l'Agence comme prioritaires. Les énergies (nouvelles et renouvelables en particulier) sont considérées dans leurs applications pour répondre aux besoins des populations isolées.

La vocation de l'Agence de favoriser les échanges, la circulation des hommes et des idées et la coopération au sein de la francophonie, fait que la constitution de réseaux et la diffusion de l'information ont toujours été des actions privilégiées. Celles-ci se concrétisent par des aides au développement des ressources humaines et des structures physiques de la recherche, l'organisation de réseaux, de colloques, de séminaires, l'édition et l'aide à l'édition des résultats de la recherche et de manuels, de dictionnaires spécialisés, de revues; le tout toujours prioritairement dans les domaines liés à l'agriculture et au développement rural.

ETATS MEMBRES

Belgique, Bénin, Burkina Faso, Burundi, Canada, République Centrafricaine, Comores, Congo, Côte d'Ivoire, Djibouti, Dominique, France, Gabon, Guinée, Haïti, Liban, Luxembourg, Mali, Ile Maurice, Monaco, Niger, Rwanda, Sénégal, Seychelles, Tchad, Togo, Tunisie, Vanuatu, Vietnam, Zaïre.

ETATS ASSOCIES

Cameroun, Egypte, Guinée-Bissau, Laos, Maroc, Mauritanie, Sainte-Lucie.

GOUVERNEMENTS PARTICIPANTS

Nouveau-Brunswick, Québec.

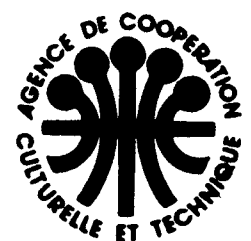
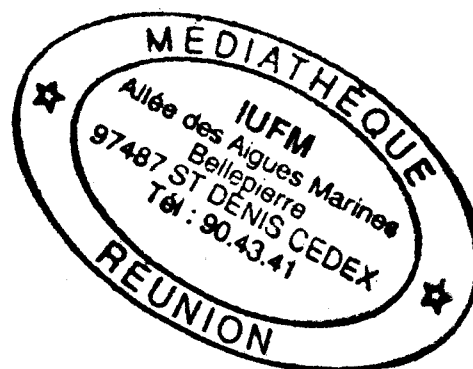
médecine traditionnelle et pharmacopée

LAV

étude ethnobotanique des plantes utilisées dans la pharmacopée traditionnelle à la Réunion



R. Lavergne
R. Véra



Autres titres parus dans la collection
"Médecine traditionnelle et pharmacopée"

- . Contribution aux Etudes Ethnobotaniques et Floristiques aux Comores.
- . Contribution aux Etudes Ethnobotaniques et Floristiques à la Dominique.
- . Contribution aux Etudes Ethnobotaniques et Floristiques au Gabon.
- . Contribution aux Etudes Ethnobotaniques et Floristiques au Mali.
- . Contribution aux Etudes Ethnobotaniques et Floristiques à Maurice.
- . Contribution aux Etudes Ethnobotaniques et Floristiques au Niger.
- . Contribution aux Etudes Ethnobotaniques et Floristiques en République Centrafricaine.
- . Contribution aux Etudes Ethnobotaniques et Floristiques au Rwanda.
- . Contribution aux Etudes Ethnobotaniques et Floristiques aux Seychelles.
- . Les Plantes dans la Médecine Traditionnelle Tunisienne.
- . Précis de Matière Médicale Malgache.
- . Contribution aux Etudes Ethnobotaniques et Floristiques au Togo.
- . Contribution aux Etudes Ethnobotaniques et Floristiques au Congo.
- . Notice pour la Récolte et l'Entrée des Données (PHARMEL).

Les opinions exprimées ainsi que les orthographes des noms propres et les limites territoriales figurant dans le présent document n'engagent que les auteurs et nullement la position officielle et la responsabilité de l'Agence de Coopération Culturelle et Technique.

L'auteur et l'éditeur déclinent toute responsabilité pour les conséquences qui pourraient résulter de l'emploi, sans avis médical officiel, des plantes citées dans cet ouvrage.

© 1989 Agence de Coopération Culturelle et Technique

ISBN 92-9028 150.2

Maquette de couverture : Jacques VANNESTE

AVANT - PROPOS

Depuis plus de vingt années, l'Agence de Coopération Culturelle et Technique mène un projet d'inventaire et de revalorisation des pharmacopées traditionnelles. Depuis 1977, date de la première expédition de prospection ethnobotanique qu'elle a organisée, 12 pays ont été visités, en Afrique (Bénin, Congo, Gabon, Mali, Niger, RCA, Rwanda, Tunisie), dans l'Océan Indien (Comores, Ile Maurice, Seychelles) et dans les Caraïbes (Dominique). Une équipe internationale et interdisciplinaire, en collaboration avec les scientifiques nationaux et avec le soutien actif des autorités locales, a, chaque fois, parcouru villes et campagnes, visité marchés et officines traditionnelles pour recenser les plantes médicinales et leurs usages.

A partir de là une collection de monographies nationales "Médecine traditionnelle et pharmacopée" s'est peu à peu constituée, pendant que dans les pays visités étaient créés ou complétés des herbiers et droguiers et qu'une aide était apportée aux recherches dans ce domaine.

En organisant ces prospections, l'Agence participe au recensement, à la conservation et à la valorisation des ressources naturelles des pays francophones, comme autant de domaines d'activités prioritaires.

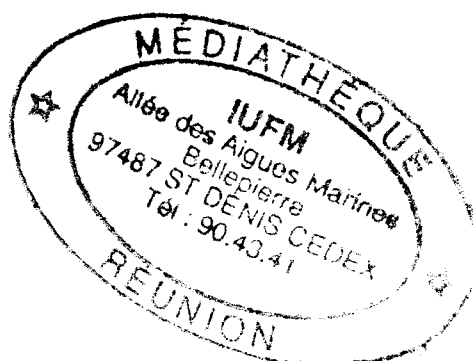
Par son intervention, l'ACCT ne veut pas se substituer aux efforts nationaux, mais leur donner une nouvelle impulsion et les intégrer dans l'ensemble francophone. Ce faisant, elle a notamment contribué à la constitution d'un réseau d'experts en pharmacopée traditionnelle, cadre d'échanges à même de promouvoir et dynamiser les recherches au profit du bien être sanitaire des populations africaines. Celui-ci a été doté à partir de 1986 d'un bulletin de liaison "Médecine traditionnelle et pharmacopée", revue scientifique et d'information semestrielle.

L'Agence est heureuse d'accueillir aujourd'hui dans sa collection "Médecine traditionnelle et pharmacopée" cette étude sur la pharmacopée traditionnelle de la Réunion, fruit du travail des spécialistes locaux les plus expérimentés.

Elle vient élargir une somme déjà riche de données relatives à la flore médicinale et à la pharmacopée traditionnelle des pays membres de l'Agence, actuellement en cours de rassemblement et de traitement dans une banque de données informatisée qui sera bientôt ouverte au public (PHARMEL).

SOMMAIRE

1 - INTRODUCTION	9
2 - LE MILIEU	13
2.1 - Milieu physique	15
2.1.1 - Situation géographique	15
2.1.2 - Géologie	15
2.1.3 - Géomorphologie	17
2.1.4 - Hydrographie	17
2.1.5 - Pédologie	18
2.1.6 - Le climat	18
2.1.7 - La société réunionnaise	20
2.2 - Flore et végétation	23
2.2.1 - Naturalisation de l'île	23
2.2.2 - La flore	25
2.2.3 - La végétation	26
3 - PLANTES MEDICINALES UTILISEES DANS LA PHARMACOPÉE ACTUELLE	33
3.1 - Fréquence d'utilisation de chaque espèce	35
3.2 - Remarques sur la présentation de notre travail	39
3.3 - Inventaire des plantes médicinales et leurs utilisations	41
3.4 - Glossaire des termes botaniques et techniques	185
4 - PRINCIPALES MALADIES ET PLANTES UTILISEES POUR LEUR TRAITEMENT	193
4.1 - Maladies des grands appareils	195
4.1.1 - Cardio-vasculaire	195
4.1.2 - Digestif	196
4.1.3 - Génital et urinaire	198
4.1.4 - Locomoteur	199
4.1.5 - Nez, bouche, gorge, oreilles	200
4.1.6 - Ophtalmologie	201
4.1.7 - Peau	201
4.1.8 - Respiratoire	203



4.1.9 - Système nerveux	204
4.2 - Grands syndromes	204
4.2.1 - Anémie	204
4.2.2 - Croissance	204
4.2.3 - Fatigue	205
4.2.4 - Fièvre	205
4.2.5 - Intoxication	205
4.3 - Maladies et indications particulières	205
4.3.1 - Maladies	205
4.3.2 - Indications particulières	206
4.4 - Notions médicales populaires à La Réunion	206
4.4.1 - Dengue	206
4.4.2 - Lok ou purge enfantine	206
4.4.3 - Medico-magique	206
4.4.4 - Rafraîchissant	207
4.4.5 - Refroidissement	207
4.4.6 - Saisissement	207
4.4.7 - Tambave	207
4.4.8 - Tisanes	207
4.5 - Lexique médical	209
5 - CONCLUSION GENERALE	215
6 - BIBLIOGRAPHIE	219
7 - TABLE DES MATIERES	223

1 - INTRODUCTION

Cet ouvrage vient compléter une série de rapports établis d'une part sur l'Ile Maurice et Rodrigues, d'autre part sur Les Seychelles, à la suite d'une expédition de scientifiques dirigée par le Professeur E. ADJANOHOON. Notre approche ethnobotanique et floristique de l'île de La Réunion sera différente des missions alors accomplies dans les îles voisines. Nous avons l'avantage d'être sur place, de côtoyer régulièrement les tisaniers, et en particulier ceux qui, sur les marchés de l'île, vendent toute une gamme de plantes médicinales. Notre métier d'enseignant nous a permis aussi, par le biais de nos élèves, d'effectuer diverses enquêtes. De nombreuses personnes, généralement âgées, se soignant à l'aide de plantes, nous ont spontanément donné la composition de leurs tisanes et autres remèdes.

Nous avons contacté, pour des domaines bien spécifiques et pour lesquels nous n'étions pas compétents, des professeurs de l'Université de La Réunion. C'est ainsi que les paragraphes relatifs à la Géologie, la Géomorphologie, l'Hydrographie et la Pédologie ont été rédigés par le Professeur J. COUDRAY. Nous nous sommes inspirés des rapports établis par le Professeur J. LEVEAU pour les notions d'ensoleillement, et nous avons puisé dans la thèse de Th. CADET sur "la végétation de l'île de La Réunion" les espèces caractéristiques de chaque formation végétale naturelle. Nous avons utilisé toutes les sources d'informations officielles disponibles sur l'île pour donner au contenu de cet ouvrage le maximum de précisions. Des organismes tels que l'I.N.S.E.E. (Institut National de la Statistique et des Etudes Economiques), la Météorologie Nationale, les Archives Départementales ont été sollicités.

Il existe à La Réunion un paradoxe. On trouve partout, même dans les endroits les plus reculés, une ou plusieurs pharmacies. Pourtant une grande partie de la population se soigne à l'aide de plantes, et les tisaniers sont de ce fait encore nombreux.

Pour mieux faire connaître l'importance de la pharmacopée traditionnelle et ses racines il fallait exposer tous les éléments qui ont participé à cette médecine populaire originale.

Dans un premier chapitre, nous avons présenté le milieu physique et humain original de cette île perdue dans l'Océan Indien. Le milieu physique est marqué par un climat fortement influencé par les cyclones et une géomorphologie mouvementée d'origine volcanique récente. Le milieu humain s'est enrichi au cours des siècles par des immigrations successives venues d'Europe, d'Afrique et d'Asie.

Le chapitre suivant a été consacré à l'usage des plantes médicinales par la population locale. Nous avons volontairement écarté les ouvrages ou publications du siècle dernier traitant de notre sujet pour avoir une idée exacte des espèces médicinales usitées réellement aujourd'hui. Nous avons tenu à faire le point sur la pharmacopée traditionnelle en 1988. Les plantes ont été classées dans l'ordre alphabétique des familles botaniques. Chaque plante est désignée par son nom scientifique puis ses noms vernaculaires. Elle fait ensuite l'objet d'une description botanique succincte. Nous avons cependant attaché une grande importance au dessin car il nous semble qu'un dessin fait avec soin peut remplacer une bonne partie de la description.

Nous évoquons ensuite les modes de préparation et les maladies traitées par chaque espèce.

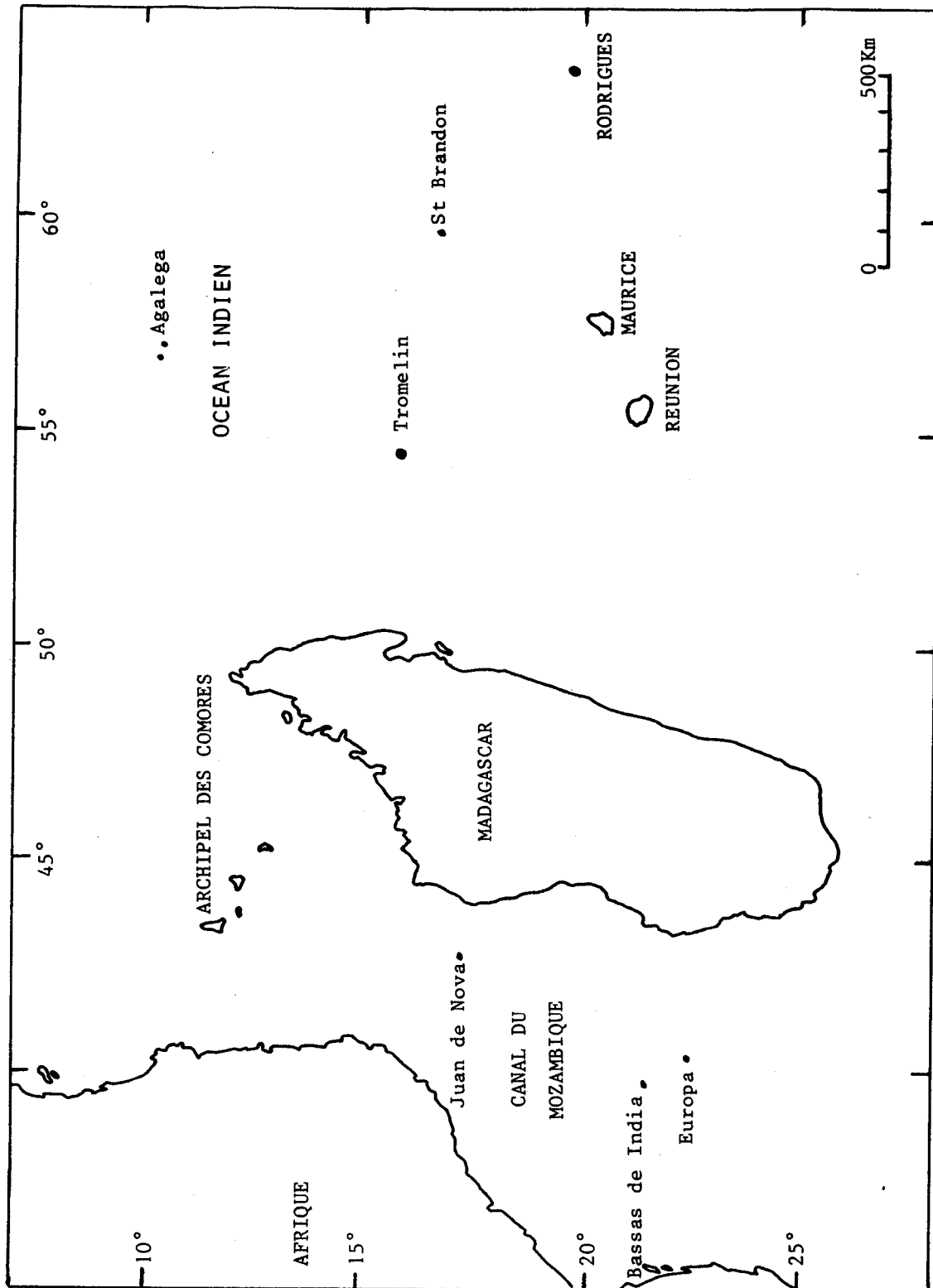
Le dernier chapitre est spécifique au traitement des principales maladies à l'aide des plantes répertoriées précédemment. Cette partie a été rédigée de manière à donner au lecteur une liste de plantes en fonction de la maladie à soigner. Pour clarifier la compréhension du texte, un lexique comprenant des expressions locales, des termes scientifiques et médicaux a été placé à la suite. A la fin de ce recueil, le lecteur trouvera une bibliographie et une table des matières, comprenant les noms scientifiques, les noms de famille, les noms vernaculaires et les maladies.

Les plantes médicinales, indigènes ou exotiques, ont été répertoriées dans l'Herbier de La Réunion et confiées au Laboratoire de Biologie et Physiologie Végétale de la Faculté des Sciences.

Les auteurs : R. LAVERGNE et R. VERA

2 - LE MILIEU

Figure 1 : SITUATION DE LA REUNION DANS L'OCEAN INDIEN



2.1 - MILIEU PHYSIQUE

2.1.1 - Situation géographique

L'île de La Réunion est située à l'Est de Madagascar par 21° 7' de latitude Sud et 55° 32' de longitude Est. Elle forme avec les îles Maurice et Rodrigues l'Archipel des Mascareignes (Fig. 1).

L'Archipel des Mascareignes est d'origine strictement océanique et volcanique et ne repose pas sur un socle continental qui aurait pu être considéré comme une partie effondrée de l'ancien continent du GONDWANA. Cette hypothèse d'un socle effondré a dû être abandonnée à la suite des travaux de R.L. FISCHER et coll. 1967. Les îles Maurice et Rodrigues apparaissent comme des sommets émergés d'une chaîne de montagnes sous-marines appartenant à la grande dorsale de CARLSBERG.

L'île de La Réunion est constituée par la partie émergée d'un volcan isolé reposant directement sur une plaine abyssale.

La forme de l'île est sensiblement elliptique (Fig. 2). Dans sa plus grande dimension, de la Pointe des Galets à la Pointe de la Table elle atteint environ 70 kilomètres et dans sa plus grande largeur, de la Pointe de l'Etang Salé à la Pointe du Champ-Borne environ 50 kilomètres. Sa superficie est de 2512 kilomètres carrés et son périmètre avoisine 210 kilomètres. Son point culminant est le Piton des Neiges avec 3069 mètres d'altitude. Les fonds marins tombent très rapidement à plus de 4000 mètres. Le maximum de profondeur est atteint entre La Réunion et Madagascar avec 5347 mètres.

Elle est éloignée de 730 kilomètres de la côte Est malgache et de 180 kilomètres des côtes mauriciennes.

2.1.2 - Géologie

Île entièrement formée de roches volcaniques et des produits qui en dérivent, La Réunion résulte de l'accolement de deux massifs volcaniques : le Massif du Piton des Neiges au Nord-Ouest, émergé de l'Océan il y a plus de 2 millions d'années et éteint il y a environ 20 000 ans, et le Massif du Piton de la Fournaise au Sud-Est né beaucoup plus tardivement (500 000 ans environ) et aujourd'hui encore en activité.

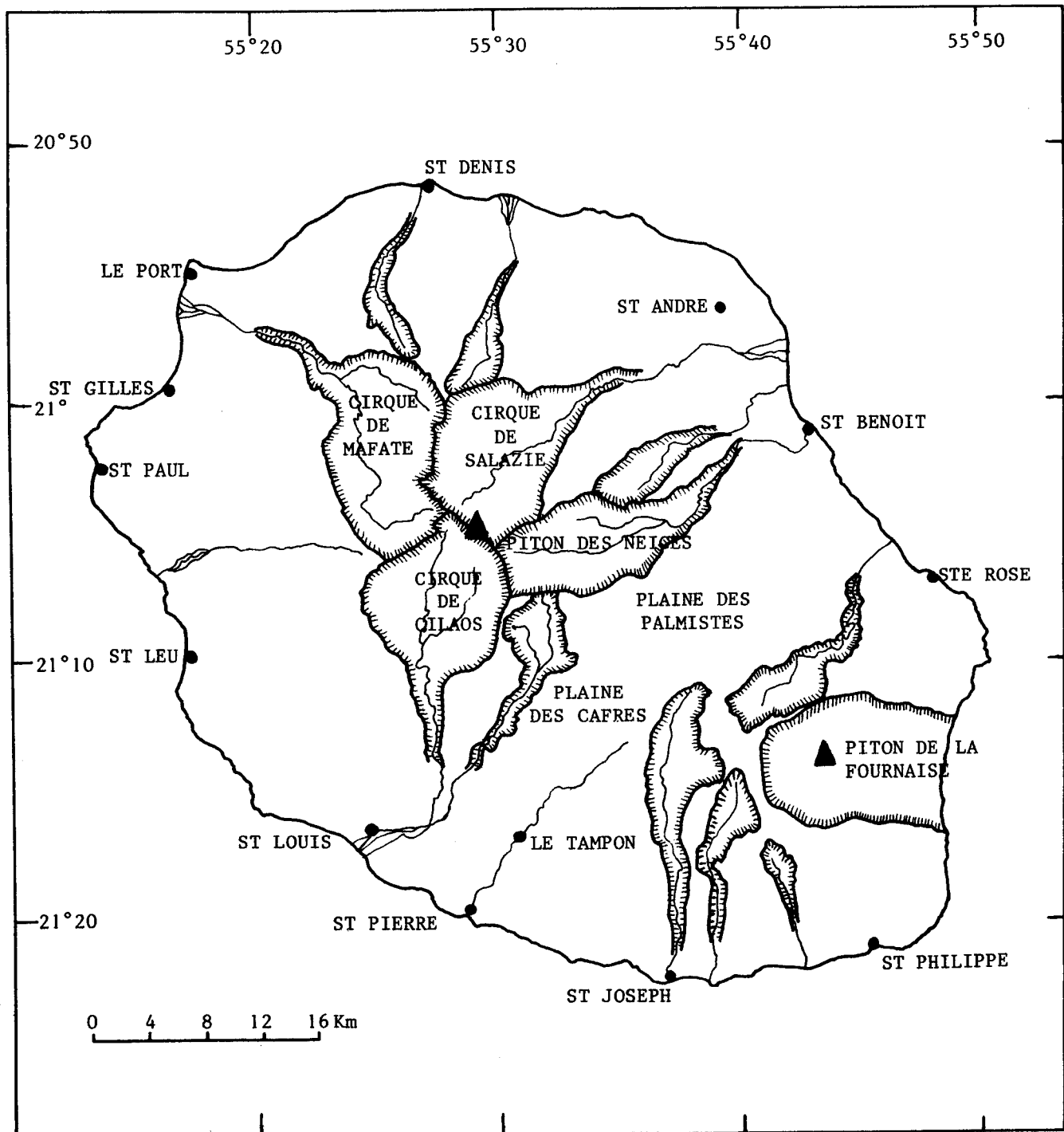
L'histoire de l'édification du Massif du Piton des Neiges, dont la structure majeure est une large zone d'intrusion de direction N 120° correspondant à l'allongement de l'île, se résume en quatre grandes phases d'activité séparées par des périodes de calme durant lesquelles l'altération pédologique et l'érosion mécanique ont été plus ou moins intenses. Deux grandes unités géologiques en résultent :

- le bouclier primitif, constitué par la "*série des océanites*" : "*Océanites anciennes*", affleurant dans le fond des cirques, complètement zéolitisées et "*océanites récentes*", formées d'un empilement de coulées de basalte à olivine et océanite,
- la "*série différenciée*" recouvrant les émissions précédentes et se composant de basaltes alcalins et de ses produits de différenciation : hawaïtes, mugéarites, benmoréites, trachytes.

Le dynamisme, essentiellement effusif durant toute l'histoire de ce volcan, devient de plus en plus explosif avec notamment mise en place d'ignimbrites et de pyroclastites lors des phases ultimes d'activité.

Le Piton de la Fournaise, édifié sur le flanc SE du Piton des Neiges dans le prolongement du rift N 120°, a connu également quatre grandes phases d'édification séparées par la mise en place de trois systèmes caldériques. C'est un volcan bouclier de type hawaïen caractérisé par l'émission de laves très fluides : océanites, basaltes à olivine, basaltes cotectiques (olivine + plagioclase +

Figure 2 : CARTE DE LA REUNION



clinopyroxène). Cependant la présence de niveaux scoriacés et cendreaux très étendus atteste de dégazages occasionnels importants et de phases éruptives phréatiques et phréatomagmatiques.

2.1.3 - Géomorphologie

Le Massif du Piton des Neiges occupe près des 2/3 de la superficie de l'île. Culminant à 3069 m, il a la forme d'un cône régulier dont les flancs (planèzes) plongent vers la mer selon un angle d'une dizaine de degrés pour se terminer soit sur des plaines alluviales ou des plages, soit par des falaises littorales, actuelles ou fossiles, atteignant jusqu'à 200 m de hauteur.

Trois grandes excavations résultant de la double action de la tectonique et de l'érosion, subcirculaires, coalescentes, profondes de plus de 1000 m et limitées par des parois abruptes (remparts) enserrent le sommet. Ce sont les cirques de Mafate, Salazie et Cilaos séparés entre eux par des crêtes étroites et déchiquetées, tapissés d'une épaisse série détritique et compartimentés en replats faiblement inclinés : les "îlets".

Trois grandes rivières pérennes, parmi les plus importantes de l'île, drainent l'eau de ces cirques et, débouchant à la mer après avoir emprunté les gorges étroites qu'elles ont creusées dans les flancs du massif, y déposent d'énormes quantités d'alluvions donnant naissance aux deltas de la rivière des Galets (Mafate), de la rivière du Mât (Salazie) et de la rivière St-Etienne (Cilaos).

Le Massif du Piton de la Fournaise qui occupe un peu plus du 1/3 de la superficie de l'île a également la forme générale d'un vaste cône surbaissé, culminant à 2632 m, couronné par deux cratères coalescents : le Bory et le Dolomieu, et découpé par trois plaines d'effondrement concentriques (calderas) limitées par des parois verticales (remparts) de une à plusieurs centaines de mètres de hauteur. Le plancher de la caldera la plus interne et la plus récente (Enclos Fouqué) s'ouvre à l'Est vers la mer par les "Grandes pentes", témoins d'importants phénomènes de glissement de ce flanc de l'édifice.

La jonction entre les deux massifs se fait par les hautes "plaines" des Cafres et des Palmistes résultant d'un remplissage récent de laves et de scories, la première s'abaissant progressivement vers le Sud de 1600 m à la mer, la seconde s'abaissant par escarpements successifs vers le Nord de 1200 m à la mer.

2.1.4 - Hydrographie

Les pentes externes du Massif du Piton de la Fournaise sont dotées d'un réseau hydrographique radial très dense composé d'une infinité de ravines qui naissent autour des sommets pour se concentrer plus ou moins à mi-pente en générant des rivières pérennes ou non.

Une certaine dissymétrie existe entre le versant sous le vent découpé, entre la rivière des Galets et la rivière St-Etienne, par des ravines parallèles et rapprochées à écoulement intermittent dont les bassins versants, linéaires, sont de faible superficie (10 à 30 km²) et le versant au vent où le réseau hydrographique est plus ramifié et les bassins versants mieux développés (50 à plus de 100 km²). L'écoulement y est généralement permanent à travers des gorges impressionnantes à parois subverticales où se succèdent cascades et bassins.

Le réseau des cirques, nettement ramifié, converge vers leur sortie pour alimenter les trois rivières déjà citées alors que celui du Massif du Piton de la Fournaise est de loin le moins dense. Ses eaux sont drainées en effet, outre par de petites ravines très courtes, rayonnantes, à écoulement sporadique, par trois grandes rivières pérennes qui ont emprunté les limites des calderas les plus anciennes : Rivière des Remparts, Rivière Langevin et Rivière de l'Est, nourries en grande partie par les eaux infiltrées dans le Massif.

La répartition très contrastée des pluies dans l'espace et dans le temps confère à tous les cours d'eau de l'île un débit très irrégulier. Si la plupart d'entre eux sont le plus souvent secs, ils ont tous durant la saison des pluies un régime torrentiel. Ceux qui sont pérennes peuvent voir leur débit passer de moins de 1 m³/s en étiage à plusieurs milliers de m³/s durant les dépressions cycloniques.

2.1.5 - Pédologie

La répartition spatiale des différents types de sols à La Réunion dépend en premier lieu du régime pluviométrique, donc de l'exposition aux alizés et de l'altitude, et en second lieu de l'âge et de la nature des matériaux.

Sur les quatre grandes classes de sols qui peuvent être différenciées, les andosols, caractérisés par une faible densité apparente et l'abondance de produits amorphes appelés allophanes dans leur fraction minérale, sont de loin les plus répandus puisqu'on les rencontre sur la majeure partie des formations de la Fournaise et au-dessus de 800-900 m sur les pentes externes du Piton des Neiges.

Les trois autres classes significatives sont :

- les lithosols (sols pas ou peu évolués) caractéristiques du volcanisme subactuel de la Fournaise, mais aussi des "remparts", du lit majeur des principales rivières, des talus d'éboulis et des épandages caillouteux,

- les sols bruns présents en îlots épars tout autour de l'île sur les pentes inférieures à 800-900 m qui ne se distinguent des andosols que par une densité apparente plus élevée,

- les sols ferralitiques, de teinte rougeâtre, à pierrosité nulle, spécifiques des replats et basses pentes (au-dessous de 800-900 m) du volcanisme ancien autour du Massif du Piton des Neiges.

2.1.6 - Le climat (Fig. 3, 4 et 5)

Des climats très divers se rencontrent sur l'île. Mais sa position géographique voisine du Tropique du Capricorne la soumet à un climat de type tropical humide avec des variantes fonction du relief, de l'altitude et de la direction des alizés. On peut distinguer deux saisons bien marquées :

- Une saison fraîche avec une température moyenne du mois le plus frais (Août) variant de 20 °C à 22 °C au niveau des côtes et une pluviométrie fonction des alizés.

- Une saison chaude avec une température moyenne du mois le plus chaud (Février) oscillant entre 26 °C et 28 °C et une pluviométrie dépendant essentiellement des dépressions ou cyclones tropicaux.

Pluviométrie

Les pluies sont très abondantes sur les régions Est de l'île (côte au vent) alors que les versants sous le vent (Ouest de l'île) sont relativement peu arrosés. La Réunion possède plusieurs records mondiaux pour des précipitations ayant eu lieu en altitude :

- Plaine des Palmistes (altitude 1000 mètres) : 2507 mm sur 3 jours en Février 1987 (dépression Clotilda),

- Bébourg E.D.F. (altitude 1335 mètres) : 2 735 mm sur 3 jours en Février 1987 (dépression Clotilda).

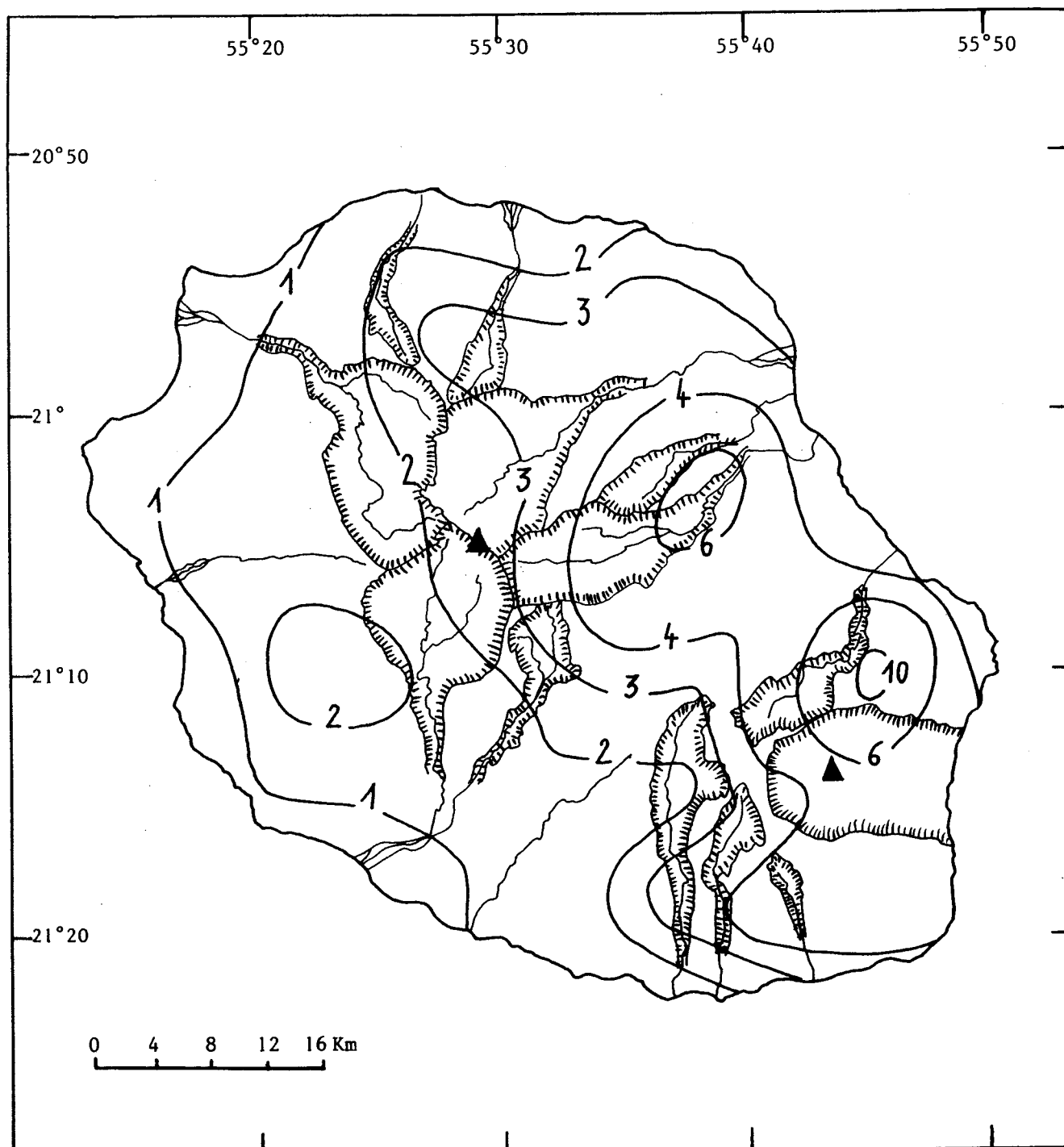
Sur une période de 72 heures, le record de La Réunion et du monde est toujours détenu par Grand Ilet (altitude 1310 mètres, avec 3240 mm en Janvier 1980 (dépression Hyacinthe).

A l'inverse, la bande côtière sous le vent, comprise entre Saint-Louis et Le Port, connaît en moyenne de faibles précipitations et une relative sécheresse.

Mais les moyennes annuelles des précipitations peuvent fluctuer considérablement d'une année sur l'autre en raison du passage d'une dépression atmosphérique.

A la grande irrégularité des précipitations s'ajoute une très mauvaise répartition annuelle. En tous points de l'île la presque totalité des pluies tombe pendant la saison chaude de décembre à avril.

Figure 3 : PLUVIOMETRIE MOYENNE ANNUELLE EN METRES
(Période 1951-1980)



Régime des vents

On peut distinguer dans le régime des vents la contribution des alizés et celle des dépressions atmosphériques.

Les alizés ont une direction Est - Sud - Est et sont des vents réguliers et permanents provenant de l'Anticyclone de l'Océan Indien localisé dans le Sud Est de La Réunion. C'est en saison fraîche que l'alizé est le plus fort. En se heurtant au Massif de la Fournaise il se divise en deux composantes. L'une suit la côte orientale en se ramifiant vers les cirques et les hautes plaines et l'autre suit la côte ouest.

En saison chaude, ces alizés s'atténuent en fonction de l'éloignement de l'Anticyclone et des périodes de calme sont interrompues par les vents d'origine cyclonique.

C'est le cyclone Jenny en février 1962 qui détient le record absolu des vents à La Réunion avec une vitesse de 248 kilomètres par heure. En trente années d'observations, les vitesses des vents cycloniques ont toujours été comprises entre 100 et 140 kilomètres par heure.

Nous ne pouvons pas négliger l'importance des dégâts dus aux vents cycloniques sur la végétation et en particulier sur le Tamarin des hauts ou *Acacia heterophylla* (Mimosaceae) ayant un système racinaire très superficiel. Ces arbres se déracinent facilement au moment des cyclones.

Température et hygrométrie

Les températures varient très peu d'une journée à l'autre et relativement peu d'une saison à l'autre. Pour un même centre d'observation climatologique situé sur le littoral, l'amplitude thermique moyenne entre la saison fraîche et la saison chaude est de l'ordre de 5 °C à 6 °C. Pour les stations d'altitude ou les cirques l'amplitude thermique moyenne peut varier de 8 °C à 12 °C. Cette différence de température est suffisante pour différencier la saison chaude de la saison fraîche. Au fur et à mesure que l'on monte en altitude, les conditions se rapprochent d'un climat tropical d'altitude. Il n'est pas rare de voir de la gelée blanche nocturne à partir de 1500 mètres entre juin et septembre.

L'hygrométrie est forte toute l'année sur la côte. Le poids d'eau dans l'air est élevé (16 à 18 grammes d'eau par kilogramme d'air sec) soit une humidité relative de 70 % à 80 %. En période chaude et sur la côte au vent les moyennes hygrométriques mensuelles peuvent être comprises entre 85 % et 95 % d'humidité relative. L'hygrométrie pour les régions d'altitude et les cirques est en relation étroite avec le relief, le vent et l'altitude. D'une manière générale et en tout point de l'île, l'hygrométrie moyenne présente un maximum en saison chaude (Février, Mars, Avril). Pour toutes les stations où des mesures ont été effectuées, l'hygrométrie moyenne journalière n'est jamais descendue en-dessous de 50 % d'humidité relative (13 grammes d'eau par kilogramme d'air sec).

Ensoleillement

J. LEVEAU et Coll. ont mesuré le rayonnement global quotidien dans diverses stations de l'île. Pour des centres situés en zones littorales, l'ensoleillement varie de 3,5 kwh / m² / jour en Juin à 6,5 kwh / m² / jour en Février. Cet ensoleillement est à peu près équivalent pour les villes situées sur la côte au vent et sous le vent. Pour la Plaine des Cafres de haute altitude, ce rayonnement global varie de 4,0 kwh/m²/jour en Juin à 6,1 kwh/m²/jour en Février. Il n'y a pas globalement de grosses différences entre cette dernière station où le ciel est plus souvent couvert et les centres côtiers.

2.1.7 - La société réunionnaise

Histoire de l'occupation humaine

Certainement découverte par les navigateurs arabes avant l'arrivée des européens, l'île de La Réunion fut reconnue par le pilote portugais Fernandez PEREIRA en février 1507. Mais c'est un amiral portugais Pedro de MASCARENHAS qui laissa son nom à l'Archipel des MASCAREIGNES. Il faudra attendre 1654 pour qu'un navire débarque à SAINT-PAUL un nommé Antoine THOREAU avec sept autres français et six malgaches. Cette première tentative de colonisation de l'île échoue avec l'embarquement des colons sur le navire Thomas GUILLAUME

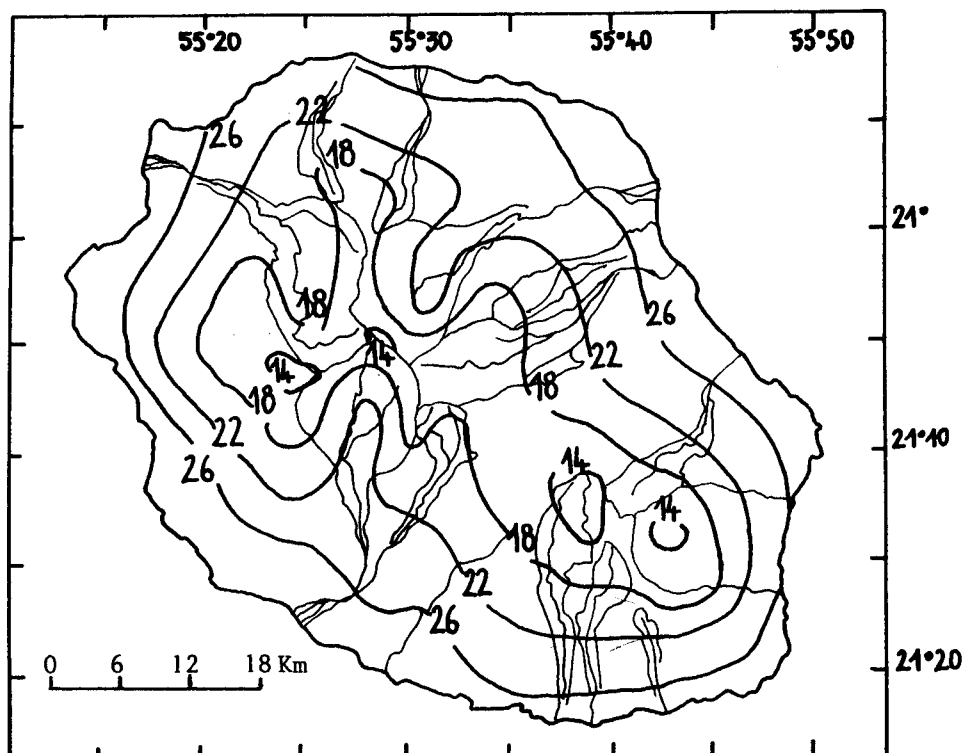


Figure 4 : TEMPERATURES MAXIMALES ANNUELLES MOYENNES

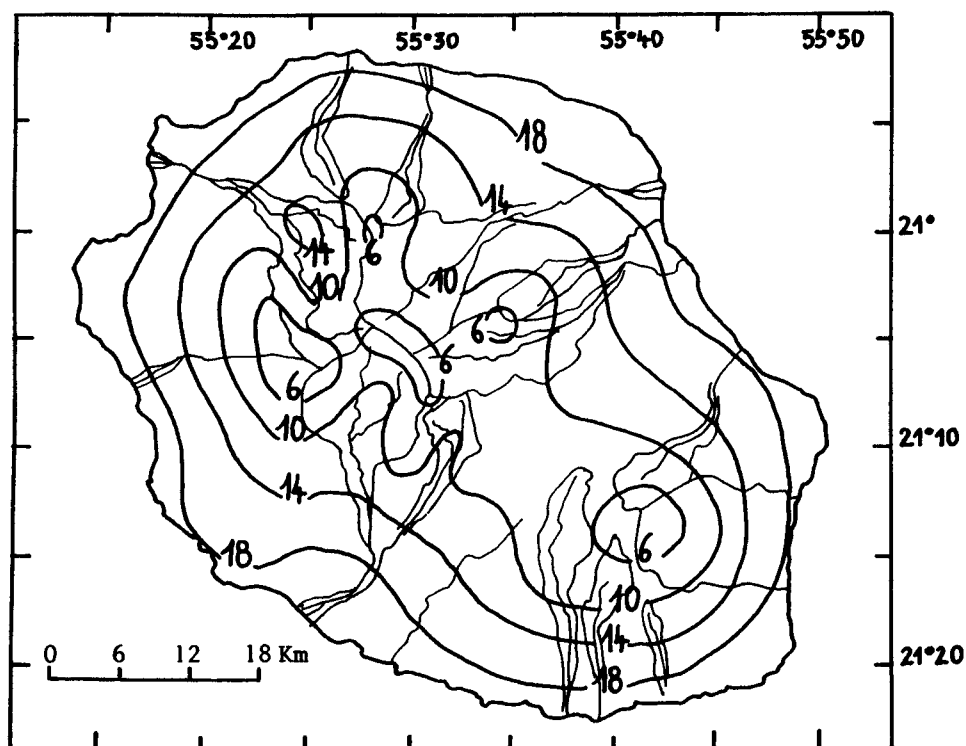


Figure 5 : TEMPERATURES MINIMALES ANNUELLES MOYENNES
(Période 1951-1980 pour les deux figures)

en route pour l'INDE. Une deuxième tentative avec Louis PAYEN, un autre français et huit malgaches dont trois femmes faillit mal tourner à la suite d'une rébellion. En 1665 Estienne REGNAULT arrive avec vingt colons engagés par la Compagnie des Indes. La mise en valeur de l'île va commencer.

Au 18^{ème} siècle la culture du café et la mise en valeur des terres nécessite la traite d'un grand nombre d'esclaves venus d'Inde, d'Afrique et surtout de Madagascar.

Au début du 19^{ème} siècle débute la monoculture sucrière sous l'impulsion de Charles DESBASSYNS (1816). La reconversion de l'agriculture en monoculture sucrière devait correspondre à un accroissement de la natalité et de la traite clandestine. Il fallut attendre le 20 décembre 1848 pour que SARDA GARRIGA proclame l'abolition de l'esclavage. Cette libération des esclaves donne naissance à une autre forme d'immigration. Le recrutement en Inde de travailleurs engagés est codifié par une convention franco-anglaise en 1861. Un peu plus tard des Indiens d'origine musulmane arrivant du Goudjerat et du Pakistan et des Chinois pour la majorité originaires de Canton s'installent dans le commerce.

Composantes de la société réunionnaise

"La seule certitude que donnent les chiffres concernant l'évolution démographique à La Réunion, c'est qu'ils sont faux. Mais si les statistiques sont sujettes à caution, ce sont encore elles qui fournissent les données les plus vraisemblables. En dehors d'elles, on se heurte partout à l'imprécision totale, bien mieux : à l'horreur du précis". J. DEFOS DU RAU. Aussi pour donner un aperçu des différentes composantes de la société réunionnaise, nous nous sommes basés sur des estimations réalisées en 1968 et 1986 (Source INSEE).

Année	Nombre d'habitants	Composition de la population
1968	428 000	37,4 % Métis - 30,4 % Blancs - 23,4 % Malabars - 4,7 % Arabes - 4,2 % Chinois
1986	562 134	35,8 % Métis - 29,9 % Blancs - 19,9 % Malabars - 5 % Arabes - 5,4 % divers - 4 % Chinois

Utilisation des plantes médicinales par la population

Contrairement à une idée reçue, les tiseurs ne sont pas essentiellement issus de la population créole de couleur de l'île, ni même du groupe Malabar. Il est cependant vraisemblable que la tisanerie réunionnaise commença avec les premiers immigrants malgaches. Aujourd'hui la grande majorité des tiseurs en exercice sont de souche blanche. Ils sont, de ce fait, descendants d'immigrants français. La tisanerie de l'île de La Réunion puise vraisemblablement ses racines dans la tradition médicale métropolitaine et le vocabulaire utilisé contient encore beaucoup de mots issus du vieux français. Les tiseurs préparent des mélanges de plantes cueillies dans les forêts environnantes, dans les montagnes, sur le bord des routes ou dans leur jardin. Ils ont reçu un don et ont recueilli l'enseignement oral d'un aïeul ou d'un vieux tiseur. Ce "savoir" se transmet oralement de générations en générations, tout ceci étant entaché de superstition et de sorcellerie. Le don s'accompagne souvent d'une formule magique secrète. Grâce à ce pouvoir, les tiseurs se différencient du commun des mortels et sont ainsi très respectés. Ils ont le pouvoir de communiquer avec le surnaturel qui leur donne la force nécessaire pour vaincre le mal. Les prescriptions sont souvent accompagnées d'un rituel précis : le chiffre 7 et le chiffre 3 sont considérés comme magiques, tisane composée à base de 7 plantes, 3 feuilles, pendant 7 jours. Le chiffre 7 représente les 7 phases de la création ; le chiffre 3 le triangle parfait de la constitution du monde, la trinité divine (L. LEBRUN 1984). On associe en plus à cette magie, à cette sorcellerie, la prière catholique. Pour faire venir la guérison, exorciser le mal, on demande le plus souvent la protection d'un Saint. Les plus nommés sont : "Saint-Benoît" et "Saint-Expédit", ce dernier n'existant qu'à La Réunion. On leur adresse vœux, offrandes, cierges pour éloigner toutes interventions maléfiques.

On retrouve toutes ces offrandes, ex-voto et cierges dans le jardin même du tisanier où un emplacement précis leur est réservé. Ce climat religieux et magique dont s'entoure souvent le tisanier joue aussi un rôle dans le résultat thérapeutique. Dans certaines prescriptions, il aura un pouvoir égal à celui de la plante. Il agira comme une psychothérapie sur le malade. Les malades viennent la plupart du temps en consultation, comme on consulte un médecin, l'acte est souvent gratuit. Le tisanier dialogue avec le malade, s'installe alors dans ce dialogue un contexte psycho-affectif qui guidera le choix et la délivrance des plantes. A côté de ces tisaniers un peu sorciers, on rencontre des hommes et des femmes qui ressemblent plus à de simples herboristes qui cueillent et vendent leurs plantes sur les marchés environnants. Les prêtres guérisseurs Malabars, mais aussi des sorciers Malgaches moins nombreux, jouent un rôle important (LEBRUN 1984).

2.2 - FLORE ET VEGETATION

2.2.1 - Naturalisation de l'île

Nous nous sommes intéressés à l'origine de la flore réunionnaise. Comment une île sortie de l'océan a-t-elle pu être colonisée par des plantes ? La réponse nous est donnée par P. RIVALS (1952) dans une analyse des divers agents vecteurs susceptibles d'avoir apportés des semences dans l'île.

Les courants marins

Nous savons aujourd'hui que des courants marins originaires des côtes australiennes et de l'archipel de la Sonde parcourent l'Océan Indien à peu près parallèlement au 20ème degré de latitude sud pour venir baigner les Mascareignes puis les côtes malgaches et est africaines.

Il est aussi bien établi que certaines espèces végétales implantées sur le littoral produisent des graines capables de flotter et de conserver leur pouvoir germinatif après un séjour plus ou moins long dans l'eau de mer.

C'est certainement par voie maritime que se sont répandues sur les rivages de l'Océan Indien les plantes suivantes : *Canavalia maritima* (Papilionaceae), *Ipomoea pes-caprae* (Convolvulaceae), *Scaevola plumieri* (Goodeniaceae), *Cassytha filiformis* (Lauraceae), etc.

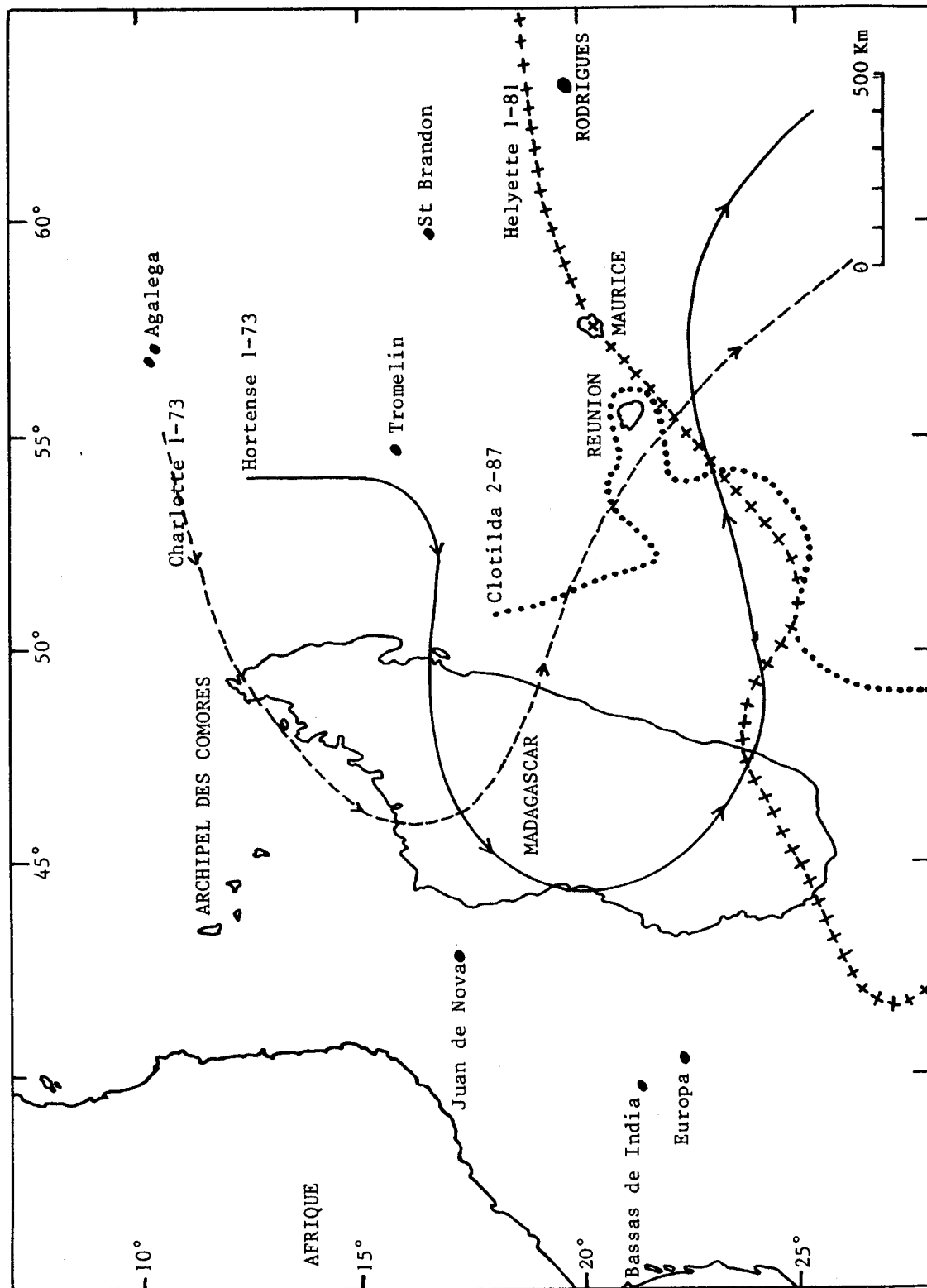
Il est fort probable aussi que des semences arrivées sur le littoral aient migré vers l'intérieur des terres sans modification notable : *Dodonea viscosa* (Sapindaceae), *Hernandia mascarenensis* (Hernandiaceae). D'autres, au contraire, ont évolué en nouvelles espèces : *Calophyllum*, *Ochrosia*, *Sophora*, *Terminalia*, etc.

Les espèces végétales introduites par voie maritime appartiennent toutes au groupe oriental ou au groupe indo-pacifique.

Les cyclones ou dépressions tropicales (fig. 6)

Les cyclones ou dépressions tropicales qui intéressent les Mascareignes naissent généralement entre 5° et 15° de latitude sud et 55° et 75° de longitude est. Ces perturbations ont une trajectoire orientée généralement ouest à sud-ouest. Elles sont certainement responsables du transport d'espèces végétales dans le sens Rodrigues - Maurice - Réunion : Helyette (février 1981), Galy (février 1984). Mais en fonction des variations des zones de pressions, ces perturbations peuvent passer sur la Grande Ile pour revenir au voisinage de Maurice et de La Réunion : Inés (mars 1975). Ces dernières années les deux dépressions tropicales Clotilda (février 1987) et Hyacinthe (janvier 1980) sont passées au voisinage immédiat des côtes malgaches pour venir nous inonder. Il ne faut pas oublier que la zone d'action des vents liés à une perturbation cyclonique peut atteindre un rayon de quelques centaines de kilomètres. Même si la dépression ne passe pas directement sur les Mascareignes, notre île peut être concernée par les vents les plus externes. La puissance d'arrachement des vents cycloniques associés à des courants aériens de haute atmosphère (jet-streams) a probablement permis le transport d'espèces végétales malgaches vers La Réunion. Th. CADET a évalué que plus de 30 % de l'ensemble des genres et 75 % des genres à espèces anémochores des Mascareignes existent aussi à Madagascar et en Afrique.

Figure 6 : TRAJECTOIRES DE QUELQUES PERTURBATIONS CYCLONIQUES AYANT INTERESSE MADAGASCAR ET/OU LES MASCAREIGNES (1973-1987)



Les oiseaux

En dehors des espèces végétales venues par mer ou à l'aide de cyclones, on peut envisager les apports de semences par les oiseaux.

a) Les oiseaux marins migrants

On sait que certains oiseaux marins parcourent de très longues distances à partir du lieu de nidification : Sternes, Macoas, Pétrel géant (J. VINSON 1964). Il n'est pas exclu que ces voyageurs aient transporté avec eux des graines collantes accrochées à leur plumage ou au niveau des pattes : *Rhipsalis cassytha* (Cactaceae).

b) Les oiseaux terrestres migrants

Des observations faites localement par des ornithologes tels J. BERLIOZ, Ph. MILON, ont montré que certaines espèces venaient d'Europe du Nord et du sud de l'Asie. Comme ces oiseaux fréquentent les rivages, le bord des lacs, étangs ou cours d'eau, c'est probablement par ce moyen que la majorité de nos espèces palustres pantropicales et nos cosmopolites tempérés sont arrivés à La Réunion.

La Glaréole des Maldives niche de la Mongolie à Ceylan et hiverne du nord de l'Australie jusqu'aux Seychelles. Elle pourrait être à l'origine de l'introduction de *Lysimachia mauritiana* (Primulaceae).

c) Les oiseaux terrestres

L'île de La Réunion ayant émergé des profondeurs océaniques, la faune avienne provient obligatoirement d'éléments venus de l'extérieur. On sait maintenant que les oiseaux terrestres peuvent franchir des étendues marines sur plus de 3000 km (T.H. HUBBELL 1968). Les cyclones de passage sur Madagascar et revenant sur les Mascareignes ont probablement contraint certains oiseaux à faire le voyage. Ainsi, des familles à fruits charnus ont été transportées dans un tube digestif ou fixées à la surface de leur corps : Clusiaceae, Myrtaceae, Oleaceae, etc.

2.2.2 - La flore

Histoire de la flore des Mascareignes

L'île de La Réunion est la dernière née parmi les trois îles principales de l'archipel des Mascareignes.

Des semences venues de l'Est à l'aide de courants marins se déposaient sur son rivage. En même temps d'autres graines arrivaient en plus grande quantité d'Afrique et de Madagascar en empruntant la voie des airs (vents, oiseaux).

Située en avant de Maurice et Rodrigues sur le chemin suivi par les semences transportées par le vent, La Réunion a plus de chance d'être colonisée par du matériel végétal anémochore. D'autre part, avec un relief plus accusé (Piton des Neiges, altitude 3069 m), La Réunion offre une plus grande diversité de climats. Son relief permet donc le développement de plantes altimontaines : *Stoebe passerinoides* (Asteraceae), *Psiadia callocephala* (Asteraceae), *Helichrysum arnicoides* (Asteraceae), *Philippia galioides* (Ericaceae), etc. Au contraire parmi le matériel végétal introduit par les oiseaux une plus grande diversité se manifeste à Maurice, en relation avec son plus grand âge géologique : *Eugenia*, *Sideroxylon*, *Diospyros*, *Gaertnera*, *Trochetia*, *Tambourissa*, *Memecylon*, etc.

La dispersion et la colonisation des semences par voie de mer semble poser moins de problèmes. Une plante initialement fixée sur les rivages de Rodrigues pouvait à son tour produire des graines voyageant par mer pour atteindre Maurice ou La Réunion. Des échanges inter-îles pouvaient aussi intervenir par l'intermédiaire d'oiseaux.

La flore de La Réunion, comme celle de Maurice ou de Rodrigues est caractérisée par un endémisme important des espèces. "Sur les quelques 486 espèces spéciales à l'ensemble de l'archipel, 150 sont propres à l'île Maurice, 160 à La Réunion et 40 à l'île Rodrigues. Assez curieusement ces endémiques strictes représentent une portion à peu près uniforme de 30 % de la flore indigène de chacune des îles" Th. CADET. Il est vrai que l'action de l'homme depuis la colonisation de l'île au 16^{ème} siècle n'a pas été bénéfique. On ne peut que regretter la disparition progressive d'espèces végétales au cours des trois derniers siècles. Deux facteurs essentiels ont contribué à la disparition de la végétation primitive.

Le déboisement

Le déboisement incontrôlé de certaines zones vulnérables pour gagner des terres a fait reculer la végétation primitive. L'introduction de cultures industrielles : Canne à sucre ou *Saccharum officinarum* (Poaceae), Tabac ou *Nicotiana tabacum* (Solanaceae), Maïs ou *Zea mays* (Poaceae), Vétiver ou *Vetiveria zizanioides* (Poaceae), Géranium rosat ou *Pelargonium x asperum* (Geraniaceae), s'est toujours fait au détriment de la flore naturelle. Les plantations dans les hauts de l'île du *Cryptomeria japonica* (Taxodiaceae) par l'O.N.F. se sont soldées par la disparition quasi complète du sous-bois. Aujourd'hui encore la mise en valeur des hauts pour gagner des terrains destinés à l'élevage se fait au détriment de la végétation primitive.

L'introduction de pestes végétales

La flore de La Réunion supporte mal l'invasion de ces étrangères agressives et envahissantes. Certaines espèces endémiques résistent mal à ce choc. Elles se raréfient puis finissent par s'éteindre. Parmi les plus répandues, on peut citer : l'Ajonc ou *Ulex europaeus* (Papilionaceae), le Filao ou *Casuarina equisetifolia* (Casuarinaceae), la Vigne marronne ou *Rubus alceaefolius* (Rosaceae). Heureusement, La Réunion, plus tourmentée dans son relief que Maurice et Rodrigues, a pu conserver des vestiges relativement importants de sa végétation primitive.

Sur le plan botanique, La Réunion a été explorée dès la fin du 18^{ème} siècle par P. COMMERSON, P. SONNERAT, A. DU PETIT THOUARS, J.B.G.M. BORY DE SAINT VINCENT. Il fallut attendre ensuite 1895 pour qu'une étude globale sur la flore de La Réunion soit entreprise par E. JACOB DE CORDEMOY. Pendant 80 ans, les Mascareignes restent à nouveau à l'écart des travaux floristiques entrepris en Afrique et à Madagascar. En 1976, sort enfin le premier fascicule d'une Flore des Mascareignes (F. BADRE - J.L. GUILLAUMET). Sous l'impulsion de Th. CADET, un herbier a pu démarrer dans les locaux de l'Université de La Réunion. Ce travail est actuellement poursuivi par J. FIGIER, tant au niveau de la collecte que du classement de nouveaux échantillons.

2.2.3 - La végétation

La végétation de l'île de La Réunion est fortement influencée par des données climatiques. On peut différencier les zones au vent et sous le vent, mais cette distinction doit être modulée en fonction du relief de l'île. On doit faire intervenir deux paramètres supplémentaires étroitement liés : l'altitude et l'hygrométrie. Deux botanistes P. RIVALS (1952) puis Th. CADET (1980) ont essayé de découper le tapis végétal de l'île en unités écologiquement et floristiquement définies et hiérarchisées. Ainsi nous avons pu reconnaître le découpage suivant qui sera ultérieurement développé :

- la zone littorale,
- les zones marécageuses,
- la savane,
- secteur semi-aride, ex. forêt semi-sèche,
- la forêt tropicale humide des Bas,
- la forêt tropicale humide des Hauts,
- la végétation de haute altitude.

a) Zone littorale

Les espèces végétales du littoral ont été profondément dégradées par l'activité humaine et par l'introduction d'espèces exotiques souvent pantropicales. La distribution de cette végétation dépend de l'intensité des embruns liée à la force et à la direction du vent, de la nature du substrat et

de la pluviométrie. Dans la zone littorale du Sud et Sud Est une prairie herbacée à *Zoizia tenuifolia* (Poaceae) et *Lysimachia mauritiana* (Primulaceae) occupe le trottoir rocheux bordant les falaises avec quelques rares stations à *Pemphis acidula* (Lythraceae). C'est aussi le domaine d'arbustes caractéristiques comme *Scaevola taccada* (Goodeniaceae) et *Psiadia retusa* (Asteraceae). Ailleurs un groupement à *Ipomoea pes-caprae* (Convolvulaceae), *Cassytha filiformis* (Lauraceae), *Cynodon dactylon* (Poaceae) occupe sables et alluvions. Plus à l'intérieur des terres un fourré littoral est constitué de *Schinus terebenthifolius* (Anacardiaceae), *Pandanus utilis* (Pandanaceae) et *Casuarina equisetifolia* (Casuarinaceae).

b) Zones marécageuses

Elles sont limitées aux trois étangs : de Saint-Paul, du Gol et de Bois Rouge. Parmi la végétation aquatique, on trouve *Najas madagascariensis* (Najadaceae), avec les espèces flottantes *Pistia stratiotes* (Araceae) et *Eichhornia crassipes* (Pontederiaceae). Les berges, quelquefois inondées, sont occupées par *Cyperus papyrus* (Cyperaceae), *Thespesia populnea* (Malvaceae), *Typha angustifolia* (Typhaceae).

c) La savane

Elle s'étend sur les basses pentes de toute la zone Sous le Vent jusqu'à une altitude variant de 150 à 300 mètres. Elle est constituée par une végétation sèche parsemée d'arbres et de fourrés appartenant essentiellement à des espèces exotiques. Les savanes prennent la teinte jaune en mai-juin si les espèces dominantes sont *Heteropogon contortus* (Poaceae) et *Bothriochloa pertusa* (Poaceae) ou rousse, s'il s'agit de *Themeda quadrivalvis* (Poaceae). Les arbustes qui parsèment cette savane, sont représentés par *Acacia farnesiana* (Mimosaceae), *Flacourtia indica* (Flacourtiaceae), *Albizia lebbek* (Mimosaceae), *Leucaena glauca* (Mimosaceae).

d) Le secteur semi-aride

Cette zone est caractérisée par une température moyenne élevée, une pluviométrie inférieure à 1500 mm et une saison sèche bien marquée. Ce secteur limité aux basses pentes de la région Sous le Vent était occupé à l'époque par une forêt. La végétation d'alors a presque complètement disparue pour laisser la place à la culture de la Canne à sucre. Il est à peu près certain que les restes de la végétation de l'époque située dans des vallées encaissées ne reflètent pas la physionomie et la structure de la forêt originelle. Les arbres les plus représentatifs sont : le Bois puant ou *Foetidia mauritiana* (Lecythidaceae), le Benjoin ou *Terminalia bentzoe* (Combretaceae), le Bois dur ou *Securinea durissima* (Euphorbiaceae), le Bois de Judas ou *Cossignia pinnata* (Sapindaceae), le Bois rouge ou *Elaeodendron orientale* (Celastraceae), etc. Il s'y mêle un certain nombre de lianes dont les plus communes sont *Secamone volubilis* (Asclepiadaceae), *Danais fragrans* (Rubiaceae), *Scutia myrtina* (Rhamnaceae), *Cnestis glabra* (Connaraceae) : le tapis herbacé de cette zone n'est jamais dense. On y rencontre *Cymbopogon excavatus* (Poaceae) caractéristique du secteur tropical semi-aride. On a pu noter la présence fréquente de *Rhipsalis cassytha* (Cactaceae) et surtout *Phymatodes scolopendria* (Polypodiaceae) et *Arthropteris orientalis* (Davalliaceae) deux Fougères très tolérantes vis à vis de la lumière.

Malheureusement, de nos jours, les espèces indigènes pionnières sont en concurrence avec des espèces exotiques particulièrement rustiques et à grand pouvoir de dissémination : *Leucaena glauca* (Mimosaceae), *Lantana camara* (Verbenaceae), *Furcraea foetida* (Agavaceae), *Tecoma stans* (Bignoniaceae), etc.

e) La forêt tropicale humide des Bas

Cette forêt de bois de couleurs se situe dans la zone mégatherme hygrophile selon Th. CADET. L'aire anciennement occupée par cette forêt couvre toutes les pentes de l'île recevant plus de 1500 mm d'eau par an et sans saison sèche. La limite en altitude de cette végétation correspond approximativement à une ligne isotherme de 17,5 °C. On distingue les groupes suivants :

* Groupe des espèces arborescentes : (7 à 15 mètres de hauteur)

Labourdonnaisia callophyloides (Sapotaceae), *Nuxia verticillata* (Loganiaceae), *Weinmannia tinctoria* (Cunoniaceae), *Psiloxylon mauritianum* (Myrtaceae), *Aphloia theaeformis*

(Flacourtiaceae), *Sideroxylon majus* (Sapotaceae), *Mimusops maxima* (Sapotaceae), *Eugenia cymosa* (Myrtaceae), *Homalium paniculatum* (Flacourtiaceae), *Agauria salicifolia* (Ericaceae), *Molinea alternifolia* (Sapindaceae), *Antirhea borbonica* (Rubiaceae).

* Groupe des espèces arbustives : (2 à 7 mètres de hauteur)

Coffea mauritiana (Rubiaceae), *Pittosporum senacia* (Pittosporaceae), *Tabernaemontana mauritiana* (Apocynaceae), *Memecylon confusum* (Melastomaceae), *Ficus rubra* (Moraceae), *Vernonia fimbrillifera* (Asteraceae), *Euodia borbonica* (Rutaceae), *Acanthophoenix crinita* (Arecaceae), *Geniostoma borbonicum* (Loganiaceae), *Gaertnera vaginata* (Loganiaceae), *Psychotria boryana* (Rubiaceae), *Phyllanthus phillyreifolius* (Euphorbiaceae), *Casearia coriacea* (Flacourtiaceae), *Bertiera borbonica* (Rubiaceae).

* Groupe des Epiphytes

Elaphoglossum macropodium (Lomariopsidaceae), *Bulbophyllum* sp. (Orchidaceae), *Angraecum squamatum* (Orchidaceae), *Blechnum attenuatum* (Blechnaceae), *Belvisia spicata* (Polypodiaceae), *Hymenophyllum inaequale* (Hymenophyllaceae), *Grammitis obtusa* (Grammitidaceae), *Antrophyum boryanum* (Vittariaceae), *Trichomanes cuspidatum* (Hymenophyllaceae).

* Groupe des lianes

Danais fragrans (Rubiaceae), *Cnestis glabra* (Connaraceae), *Hugonia serrata* (Linaceae), *Smilax anceps* (Liliaceae), *Mussaenda arcuata* (Rubiaceae), *Clematis mauritiana* (Ranunculaceae).

* Groupe des herbaceae

Machaerina iridifolia (Cyperaceae), *Pteris scabra* (Pteridaceae), *Calanthe sylvatica* (Orchidaceae), *Asplenium lineatum* (Aspleniaceae), *Begonia aptera* (Begoniaceae), *Pteris woodwardioides* (Pteridaceae).

La forêt tropicale humide de basse altitude à La Réunion est caractérisée par une grande variété d'espèces arborescentes et d'épiphytes et une relative pauvreté d'espèces herbacées de sous bois et de lianes.

f) La forêt tropicale humide des Hauts

C'est le domaine du tapis végétal situé en zone "mésotherme hygrophile" caractérisée par une pluviométrie supérieure à 2 mètres sauf dans l'Ouest et une température moyenne annuelle comprise entre 11° et 17 °C. Cette forêt s'étend entre 800 et 1700 mètres dans le Sud-Est et de 1000 à 2000 mètres dans la région sous le vent.

On peut diviser cette végétation hygrophile en quatre sous-ensembles écologiques.

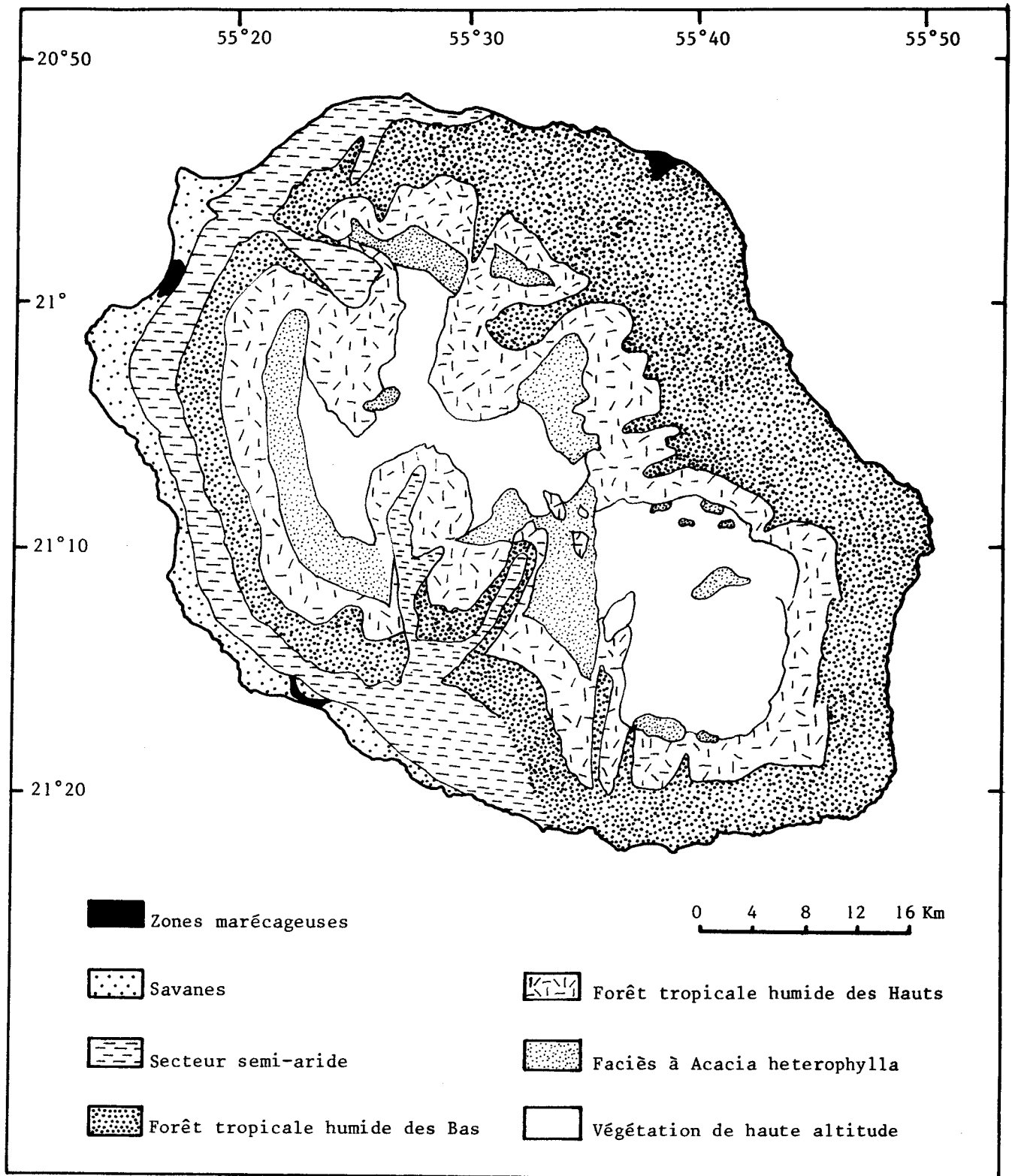
* La forêt à *Dombeya* et à *Cyathea*.

Les arbres ont une taille modeste (6 à 10 mètres) atteignant rarement une quinzaine de mètres. A côté des *Dombeya pilosa* et *Dombeya punctata* (Sterculiaceae) on trouve des espèces caractéristiques de cette zone comme *Monimia rotundifolia* (Monimiaceae) et *Sideroxylon borbonicum* var. *borbonicum* (Sapotaceae). La strate herbacée se différencie assez mal de la strate arbustive. Dans un fouillis végétal indescrutable s'enchevêtre une fougère comme *Athyrium arborescens* (Athyriaceae) avec des arbustes comme *Gaertnera vaginata* (Loganiaceae), *Vernonia fimbrillifera* (Asteraceae), *Psiadia laurifolia* (Asteraceae). Les épiphytes montrent une grande exubérance.

* Fourrés très hygrophiles à *Pandanus montanus* (Pandanaceae)

Il semble que ces fourrés se soient constitués et se maintiennent sur un secteur très humide puisque la pluviométrie moyenne annuelle est de l'ordre de 5 à 8 mètres. On trouve cette végétation sur les pentes moyennes du Massif de la Fournaise. Le couvert végétal se divise en deux strates :

Figure 7 : CARTE PHYTOGEOGRAPHIQUE DE LA REUNION



- une strate haute de 4 à 7 mètres avec *Cyathea glauca* (Cyatheaceae) et *Acanthophoenix crinita* (Arecaceae) parsemée de quelques individus comme *Nuxia verticillata* (Loganiaceae).
- une strate basse ne dépassant pas 3 mètres dominée par *Pandanus montanus* (Pandanaeae)

*** Formation de type Avoune**

L'Avoune se présente comme un entrelacs de troncs et de branches qui circulent dans une couche organique plus ou moins décomposée. On la trouve sur des terrains à pente faible ou nulle mais on peut l'observer sur des crêtes entre vallées ou sur les fortes pentes des remparts. On a pu constater que le développement de l'Avoune était lié à la nature du sol caractérisé par une épaisse couche d'humus acide. L'espèce dominante est *Philippia montana* (Ericaceae) avec quelques *Pandanus montanus* (Pandanaeae).

*** La forêt à *Acacia heterophylla* (Mimosaceae) ou Tamarin des hauts**

La forêt de Tamarins des hauts a son maximum d'extension dans la région sous le vent entre 1500 et 1900 mètres d'altitude. Sans former une véritable ceinture continue il existe tout autour de l'île. On le trouve associé au Calumet ou *Nastus borbonicus* (Poaceae), aux bois de couleurs et à l'Avoune.

g) Végétation de haute altitude

La végétation altimontaine est la seule qui ait gardé son identité. Son étendue, sa physionomie, ses caractères floristiques ont peu été modifiés par l'homme. L'Ajonc *Ulex europaeus* (Papilionaceae) a cependant profondément modifié cette formation dans la région du Maïdo.

La végétation altimontaine couvre 20 % de la superficie de l'île et s'étage entre 1600 et 1900 mètres d'altitude suivant l'orientation des versants jusqu'aux plus hauts sommets de l'île (3069 mètres au Piton des Neiges).

Si l'on considère l'ensemble des espèces qui caractérise cette végétation, on s'aperçoit que dans les parties bien drainées, elle présente une assez grande homogénéité. Deux espèces essentielles nous amènent par leur prédominance à des altitudes différentes à distinguer :

• Une végétation située entre la limite supérieure des forêts et 2500 mètres d'altitude. Elle comprend :

- Sur les sols bien drainés, une prédominance du *Phillippia montana* (Ericaceae). A leur ombre se développe un tapis de Mousses comme *Polytrichum commune* (Polytrichaceae) et *Sphagnum patens* (Sphagnaceae). En fonction du substrat et de la nature du terrain, peuvent se développer *Hypericum angustifolium* (Clusiaceae), *Sophora nitida* (Papilionaceae). Dans les lieux abrités, poussent *Agauria buxifolia* (Ericaceae) et une fougère cosmopolite *Cystopteris fragilis* (Athyriaceae).
- Dans les zones plates et mal drainées des pelouses altimontaines à Poaceae (*Pennisetum caffrum*, *Ischaemum koleostachys*) et Cyperaceae (*Carex typhoides*) ont envahies les endroits les plus humides.

• Une végétation éricoïde dans les régions supérieures à 2500 mètres où prédominent des touffes basses de *Stoebe passerinoides* (Asteraceae).

h) Plantations et cultures

Pour compléter le tableau des espèces végétales de l'île de La Réunion, nous ne pouvons pas passer sous silence les cultures à vocation industrielle ou vivrière, les essences de reboisement introduites ou indigènes sélectionnées par l'O.N.F. (Office National des Forêts).

* Exploitations industrielles

Canne à sucre ou *Saccharum officinarum* (Poaceae), Tabac ou *Nicotiana tabacum* (Solanaceae), Géranium ou *Pelargonium x asperum* (Geraniaceae), Vanille ou *Vanilla fragrans* (Orchidaceae), Vétiver ou *Vetiveria zizanioides* (Poaceae).

* Essences de reboisement

La mise en valeur du domaine forestier de l'île a été confiée à l'O.N.F. . Cet office a eu le mérite de développer :

Les espèces indigènes comme : le Tamarin des hauts ou *Acacia heterophylla* (Mimosaceae), le Grand Natte ou *Mimusops maxima* (Sapotaceae), le Petit Natte ou *Labourdonnaisia calophylloides* (Sapotaceae), le Bois de Cannelle ou *Ocotea obtusata* (Lauraceae), le Bois Noir des Hauts ou *Diospyros borbonica* (Ebenaceae), le Coeur bleu ou *Chionanthus broomeana* (Oleaceae), le Takamaka ou *Calophyllum tacamahaca* (Clusiaceae), le Bois jaune ou *Ochrosia borbonica* (Apocynaceae), les Bois d'Oliviers comme *Olea lancea* et *Olea europea subsp africana* (Oleaceae). Parmi les espèces indigènes non multipliées mais faisant l'objet d'études on peut citer le Tan rouge ou *Weinmannia tinctoria* (Cunoniaceae), le Petit Tamarin des hauts ou *Sophora denudata* (Papilionaceae).

Des espèces exotiques communes comme : le Camphrier ou *Cinnamomum camphora* (Lauraceae), le Cassia du Siam ou *Cassia siamea* (Caesalpinaceae), le Champac ou *Michelia champaca* (Magnoliaceae). Des essais de cultures d'Acajous ont été faits. Parmi eux *Swietenia mahagoni* aurait mérité plus d'attention.

Le reboisement avec le *Cryptomeria japonica* (Taxodiaceae) a posé quelques problèmes d'ordre écologique. D'après les travaux de Pascal MAYER l'introduction de ce résineux à la Plaine des Chicots a menacé le biotope d'un oiseau endémique, le "Tuit-tuit" ou Merle blanc (*Coracina newtoni*). Le *Cryptomeria* provoque la disparition quasi complète du sous-bois originel existant dans les sites où il est introduit.

i) *Fruits et légumes*

Les fruits et cultures vivrières se répartissent généralement sur des parcelles appartenant à des petits planteurs. Depuis quelques années une agriculture semi industrielle du melon, de la fraise et du champignon (Pleurote) s'est développée dans la région de Saint-Gilles. Depuis peu, une agriculture hors sol, sous serres, informatisée s'est développée pour palier aux aléas climatiques de la saison cyclonique. Dans le Sud de l'île un centre expérimental situé à Bassin Martin permet à l'I.R.F.A (Institut de Recherche sur les Fruits et Agrumes) de sélectionner et de promouvoir de nouvelles espèces.

j) *Les espèces exotiques envahissantes*

On peut définir ces pestes végétales selon trois critères :

- appartenance à une flore étrangère,
- grand pouvoir de dissémination par graines ou par formes végétatives,
- croissance rapide.

Les plantes insulaires de faible vitalité (fruits et graines peu nombreux et mal dispersés, croissance lente) supportent mal la concurrence de ces étrangères agressives et envahissantes. Certaines résistent mal à ce choc et finissent par s'éteindre. A titre indicatif, on peut citer parmi les plus agressives : l'Ajonc d'Europe ou *Ulex europaeus* (Papilionaceae), l'Algaroba ou *Prosopis juliflora* (Mimosaceae), l'Avocat marron ou *Litsea glutinosa* (Lauraceae), La Griffes du diable ou *Tibouchina semidecandra* (Melastomaceae), le Filao ou *Casuarina equisetifolia* (Casuarinaceae), le Galabert ou *Lantana camara* (Verbenaceae), le Goyavier ou *Psidium cattleianum* (Myrtaceae), le Jamrosat ou *Syzygium jambos* (Myrtaceae), le Choka ou *Furcraea foetida* (Agavaceae), la Liane papillon ou *Hiptage benghalensis* (Malpighiaceae), le Longose ou *Hedychium flavescens*

(Zingiberaceae), la Pensée d'eau ou *Eichhornia crassipes* (Pontederiaceae), le faux Poivrier (du Brésil) ou *Schinus terebenthifolius* (Anacardiaceae), le Bringellier marron ou *Solanum mauritianum* (Solanaceae), le Cassi ou *Leucaena glauca* (Mimosaceae), la Vigne Marronne ou *Rubus alceaefolius* (Rosaceae).

**3 - PLANTES MEDICINALES
UTILISEES DANS LA
PHARMACOPEE ACTUELLE**

3.1 - FREQUENCE D'UTILISATION DE CHAQUE ESPECE

Notre enquête repose sur 135 herbiers de plantes médicinales ; ces plantes ont été cueillies en divers points de l'île.

Nous nous sommes volontairement écartés des publications du siècle dernier pour avoir une idée précise des plantes utilisées de nos jours.

Dans l'étude qui suivra, nous ne parlerons que des plantes présentes au moins dans cinq herbiers.

Voici la fréquence d'utilisation de chaque espèce. Un astérisque désigne leur indigénat.

119	Ayapana	<u>Eupatorium triplinerve Vahl</u>
110	Romarin	<u>Rosmarinus officinalis L.</u>
98	Bétel marron	<u>Piper sp.</u>
96	Fleur jaune	<u>*Hypericum lanceolatum (Lam.) DC</u>
94	Citronnelle	<u>Cymbopogon citratus DC</u>
91	Anis	<u>Foeniculum vulgare Mill.</u>
88	Jean Robert	<u>Euphorbia hirta L.</u>
88	Sensitive	<u>Mimosa pudica L.</u>
85	Marjolaine	<u>Origanum majorana L.</u>
84	Guérivite	<u>Siegesbeckia orientalis L.</u>
81	Herbe à bouc	<u>Ageratum conyzoides L.</u>
81	Cannelle	<u>Cinnamomum cassia Blume</u>
79	Plantain	<u>Plantago major L.</u>
78	Thym	<u>Thymus vulgaris L.</u>
76	Rose amère	<u>Catharanthus roseus (L.) G. Don</u>
75	Camomille	<u>Parthenium hysterophorus L.</u>
72	Cerise pays	<u>Eugenia uniflora L.</u>
66	Verveine citronnelle	<u>Aloysia triphylla (L'Her.) Britton</u>
66	Ti Trèfle	<u>Oxalis acetosella L.</u>
61	Piquant (jaune)	<u>Bidens pilosa L.</u>
61	Poc poc liane	<u>Cardiospermum halicacabum L.</u>
60	Abbé souris	<u>Eupatorium riparium Regel</u>
57	Gros Chiendent	<u>Eleusine indica Gaertn.</u>
57	Corbeille d'or	<u>Lantana camara L.</u>
54	Fumeterre	<u>Fumaria muralis Sond. Koch</u>
53	Jamblon	<u>Syzygium cumini (L.) Skeels</u>
53	Embrévate	<u>Cajanus cajan (L.) Millsp.</u>
52	Menthe	<u>Mentha sp.</u>
50	Faham	<u>*Jumellea fragrans (Thou.) Schltr.</u>
50	Eucalyptus	<u>Eucalyptus spp.</u>

48	Bois cassant	<u>*Psathura borbonica J.F. Gmelin</u>
48	Geranium essence	<u>Pelargonium x asperum Ehrhat.</u>
47	Fraise	<u>Fragaria vesca L.</u>
46	Sapoti	<u>Annona muricata L.</u>
45	Mouroungue	<u>Moringa oleifera Lam.</u>
45	Gouyave marron	<u>*Aphloia theiformis (Vahl) Benn</u>
44	Café	<u>Coffea arabica L.</u>
43	Losto	<u>*Antirhea borbonica J.F. Gmelin</u>
43	Papayer	<u>Carica papaya L.</u>
42	Bois d'Arnette	<u>*Dodonea viscosa L.</u>
39	Maïs	<u>Zea mays L.</u>
39	Ayapana marron	<u>Iusticia gandarussa Burm.</u>
39	Pêcher	<u>Prunus persica (L.) Sieb.</u>
37	Rougette	<u>Euphorbia prostrata Aiton</u>
35	Cyprès	<u>Thuja orientalis L.</u>
35	Manguier	<u>Mangifera indica L.</u>
35	Matricaire	<u>Tanacetum parthenium Schultz-Bip.</u>
34	Belle de nuit	<u>Mirabilis jalapa L.</u>
34	Thombé	<u>Leucas lavandulifolia Smith</u>
33	Persil	<u>Petroselinum hortense Hoffm.</u>
33	Oreilles le Chat	<u>Acalypha indica L.</u>
33	Ambaville	<u>*Senecio ambavilla (Bory) Pers.</u>
29	Sourichau	<u>*Viscum triflorum DC</u>
29	Branle blanc	<u>*Stœbe passerinoides (Lam.) Willd.</u>
29	Grenadine	<u>Passiflora edulis Sims</u>
29	Quatre épingles	<u>Cassia alata L.</u>
28	Piment	<u>Capsicum frutescens L.</u>
28	Tamarin	<u>Tamarindus indica L.</u>
27	Artichaut	<u>Cynara scolymus L.</u>
27	Indigo	<u>Cassia occidentalis L.</u>
27	Raisin	<u>Vitis labrusca L.</u>
27	Herbe de l'eau	<u>Commelina spp.</u>
27	Pariétaire	<u>Amaranthus spp.</u>
26	Herbe à vers	<u>Chenopodium anthelminthicum Ry non L.</u>
25	Ti Carambole	<u>*Bulbophyllum nutans Thou</u>
24	Benjoin	<u>*Terminalia bentzoe (L.) L.f.</u>
23	Grenade	<u>Punica granatum L.</u>
23	Raquette	<u>Hylocereus undatus (Haw.) Britt. et Rose</u>
23	Ti Tamarin	<u>Phyllanthus spp.</u>
22	Hibiscus	<u>Hibiscus rosa-sinensis L.</u>
21	Brède morelle	<u>Solanum nigrum L.</u>

21	Café marron	<u>*Coffea mauritiana Lam.</u>
21	Café blanc	<u>Graptophyllum pictum (L.) Griff.</u>
21	Cochlearia	<u>*Centella asiatica Urban.</u>
21	Ti Ouette	<u>Gomphocarpus physocarpus E. Ney.</u>
20	Rouroute	<u>Maranta arundinacea L.</u>
19	Camomille de l'Inde	<u>Leonurus sibiricus L.</u>
19	Armoise	<u>Artemisia vulgaris L.</u>
19	Camphrier	<u>Cinnamomum camphora (L.) Presl</u>
18	Absinthe	<u>Tanacetum vulgare L.</u>
18	Persicaire	<u>*Polygonum poiretii Neisn.</u>
17	Goyave	<u>Psidium guajava L.</u>
17	Quivis	<u>*Turraea spp.</u>
17	Avocat	<u>Persea americana P. Miller</u>
16	Citron	<u>Citrus limon (L.) Burm. f.</u>
16	Tolsi	<u>Ocimum canum Sims</u>
16	Mûrier	<u>Morus alba L. var. indica (L.) Bureau in DC</u>
15	Cresson	<u>Rorippa nasturtium-aquaticum (L.) Hayek</u>
14	Patte de lézard	<u>*Phymatodes scolopendria (Burm.) Ching.</u>
14	Baume (thym)	<u>Plectranthus amboinicus (Lour.) Launert</u>
14	Prêle	<u>*Equisetum ramosissimum Desf.</u>
14	Immortelle	<u>Gomphrena globosa L.</u>
14	Liane d'olive	<u>*Secamone volubilis (Lam.) Marais</u>
13	Baume (patchouli)	<u>Iboza riparia</u>
13	Bois de chandelle	<u>*Dracaena reflexa Lamarck.</u>
13	Chardon	<u>Argemone mexicana L.</u>
13	Millefeuille	<u>Conyza albida Willd.</u>
12	Bois Maurice	<u>*Pouzolzia laevigata (Poiret) Gaudich.</u>
12	Filao	<u>Casuarina equisetifolia J.R. et G. Forst.</u>
11	Ricin	<u>Ricinus communis L.</u>
11	Patate à Durand	<u>*Ipomoea pes-caprae Sw.</u>
11	Pignon d'Inde	<u>Jatropha curcas L.</u>
11	Bois de rempart	<u>*Agauria salicifolia (Lam.) Hook. f.</u>
11	Lingue café	<u>*Mussaenda arcuata Lam. ex Poir.</u>
11	Lingue poivre	<u>*Piper pyrifolium Vahl.</u>
10	Caloupilé	<u>Murraya koenigii (L.) Spreng</u>
10	Safran	<u>Curcuma longa L.</u>
10	Tabac marron	<u>Elephantopus scaber L.</u>
10	Chou de faffe	<u>Kalanchoe pinnata Pers.</u>
10	Kinkeliba	<u>Combretum micranthum G. Don.</u>
10	Bananier	<u>Musa sapientum L.</u>
9	Absinthe	<u>Artemisia absinthium L.</u>

9	Badamier	<u>Terminalia catappa L.</u>
9	Basilic	<u>Ocimum basilicum L.</u>
9	Bétel	<u>Piper betle L.</u>
9	Bleuette	<u>Stachytarpheta jamaicensis (L.) Vahl</u>
9	Bois de rongue	<u>*Erythroxylon laurifolium Lam.</u>
9	Vavangue	<u>Vangueria edulis Commerson.</u>
8	Ti Badamier	<u>Combretum constrictum (Benth) Lawson</u>
8	Bibasse	<u>Eriobothrya japonica (Thunb.) Lindl.</u>
8	Bois d'andrèze	<u>Trema orientalis (L.) Blume</u>
8	Coco	<u>Cocos nucifera L.</u>
8	Combava	<u>Citrus hystrix DC</u>
8	Franciséa	<u>Brunfelsia hopeana Benth.</u>
8	(Bois de) Joli coeur	<u>*Pittosporum senacia Putterl.</u>
8	Melilot	<u>Melilotus alba Desr.</u>
8	Patte poule arbuste	<u>*Vepris lanceolata (Lam.) G. Don</u>
8	Pourpier	<u>Portulaca oleracea L.</u>
7	Bois maigre	<u>*Nuxia verticillata Lam.</u>
7	Lierre pays	<u>Ficus repens Horst.</u>
7	Petit Ravenale	<u>Heliconia bihai L.</u>
7	Bringelier marron	<u>Solanum mauritianum Scop.</u>
7	Gingembre	<u>Zingiber officinale (L.) Roscoe</u>
6	Bois de maman	<u>*Maillardia borbonica Duchartre</u>
6	Liane jaune	<u>*Danaïd fragrans Comm. ex Lam.</u>
6	Rose	<u>Rosa sp.</u>
6	Chou	<u>Brassica oleracea L.</u>
6	Giroflier	<u>Syzygium aromaticum (L.) Merr. et L.M. Perry</u>
6	Bois de savon	<u>*Badula barthesia A.DC.</u>
6	Letchi	<u>Nephelium litchi Cambes.</u>
5	Herbe d'Eugène	<u>Achyranthes aspera L.</u>
5	Liane patte poule	<u>*Toddalia asiatica (L.) Lam.</u>
5	Ail	<u>Allium sativum L.</u>
5	Bois jaune	<u>*Ochrosia borbonica Gmel.</u>
5	Sauge (officinale)	<u>Salvia officinalis L.</u>
5	Lastron	<u>Sonchus oleraceus L. ou S. asper Vill.</u>
5	Aubépine	<u>Spiraea trilobata L.</u>

Nous citerons pour mémoire les espèces *indigènes suivantes qui n'ont été l'objet de récoltes qu'une à quatre fois.

1	Bois de demoiselle	* <u>Phyllanthus casticum Willemet f.</u>
3	Faux Bois de demoiselle	* <u>Phyllanthus phillyreifolius Poir.</u>
2	Bois de fer	* <u>Sideroxylon borbonicum DC</u>
2	Bois de gaulette	* <u>Doratoxylon apetalum (Poir.) Radlk</u>
1	Bois d'effort	* <u>Olex psittacorum (Lam.) Vahl</u>
2	Bois de Merle	* <u>Allophylus cobbe (L.) Raensch.</u>
1	Bois de perroquet	* <u>Cordemoya integrifolia (Wills.) Pax</u>
2	Bois d'olive blanc	* <u>Olea lancea Lam.</u>
1	Bois rouge	* <u>Elaeodendron orientale Jacq.</u>
4	Branle vert	* <u>Philippia montana (Willd.) Klotzsch</u>
2	Branle	* <u>Phyllica nitida Lam.</u>
3	Croc de chien	* <u>Smilax anceps Willd</u>
2	Liane sans feuille	* <u>Cassytha filiformis L.</u>
3	Bois de sureau	* <u>Leea guinensis G. Don</u>
1	Takamaka	* <u>Calophyllum tacamahaca Willd.</u>

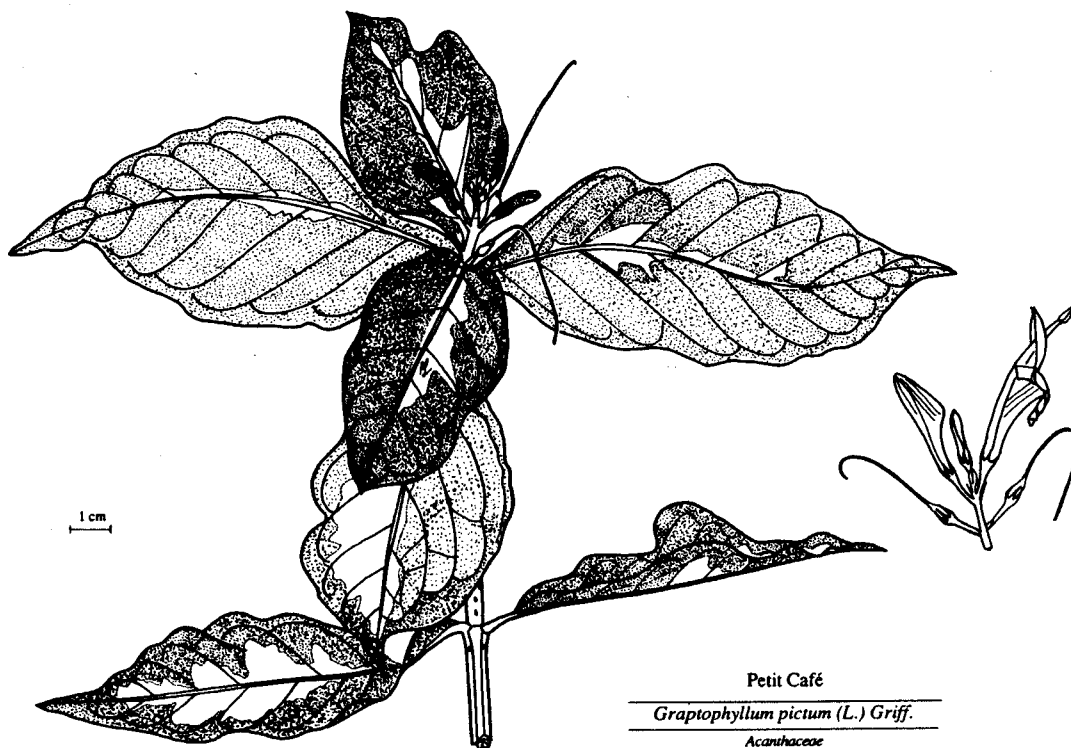
3.2 - REMARQUES SUR LA PRESENTATION DE NOTRE TRAVAIL

Il nous semble qu'un dessin fait avec soin peut remplacer une bonne partie de la description vouée à chaque espèce. Nos descriptions botaniques sont de ce fait assez succinctes.

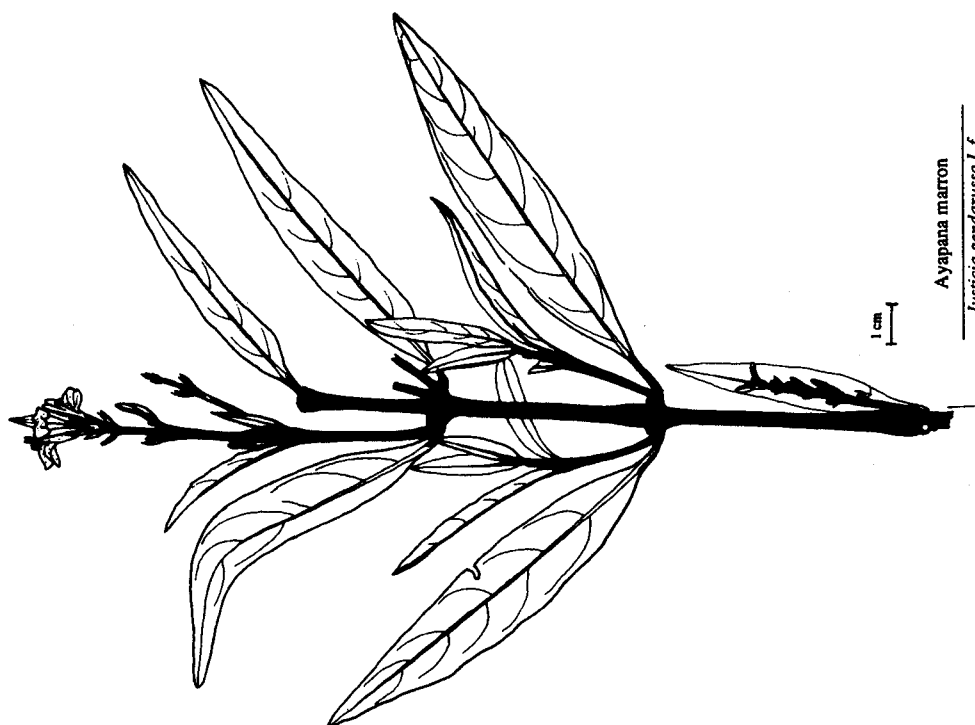
L'essentiel de nos efforts s'est porté sur les propriétés attribuées à chaque végétal.

On sera surpris par la grande diversité orthographique des noms vernaculaires de chaque espèce. Cette variabilité explique la non fixation du vocabulaire, même s'il existe désormais au moins deux dictionnaires créoles. Mais il est vrai qu'ils sont loins de citer toutes les plantes médicinales et que leur graphie n'est pas celle du français standard.

Nous avouons une certaine incertitude pour la détermination de l'Aubépine désignée par *Spiraea trilobata L.*



Petit Café
Graptophyllum pictum (L.) Griff.
 Acanthaceae



Ayapana marron
Justicia gendarussa L.f.
 Acanthaceae

3.3 - INVENTAIRE DES PLANTES MEDICINALES ET LEUR UTILISATION

ACANTHACEAE

Graptophyllum pictum Griff

Noms vernaculaires : Petit Café, Café diabétique, Café blanc, Suro, Ayapana blanc, Lait de la Vierge, Huile de la Vierge, Nez de la Vierge, Larmes de la Vierge, Plante deux couleurs.

Description :

Arbrisseau cultivé, originaire de Nouvelle-Guinée. Il est surtout reconnaissable à ses feuilles bicolores, vertes et jaunâtres. La plage sans chlorophylle du limbe a une forme variable et irrégulière. Ses fleurs sont rougeâtres et nettement bilabiées.

Usage médical :

Le surnom "Café diabétique" désigne parfaitement l'usage de cette plante ; c'est effectivement un remède contre le diabète. On fera bouillir 3 ou 4 feuilles dans un litre d'eau. Boire un verre, plusieurs fois dans la journée, ne rien boire d'autre.

Feuilles et fleurs bouillies, en bain contre la maladie qui fait "grossir les jambes". On rapporte encore l'usage de la tisane contre les diarrhées et l'hypertension.

Justicia gendarussa L.

Noms vernaculaires : Ayapana marron, Laliapana marron, Ayanapana marron, Yapana malgache, Ayapana malbar, Gros Ayapana, Ayapana tension, Plante du pouvoir, Yapana arbuste, Nitchouly, Natchouli.

Description :

Cet arbrisseau, originaire d'Asie tropicale, se reconnaît à ses tiges sombres et à ses fleurs. L'écorce est noir violet. Les feuilles vert sombre sont lancéolées. Les fleurs labiées sont rosâtres, piquetées de grenat. Existe en culture ou à l'état sauvage dans les ravines humides.

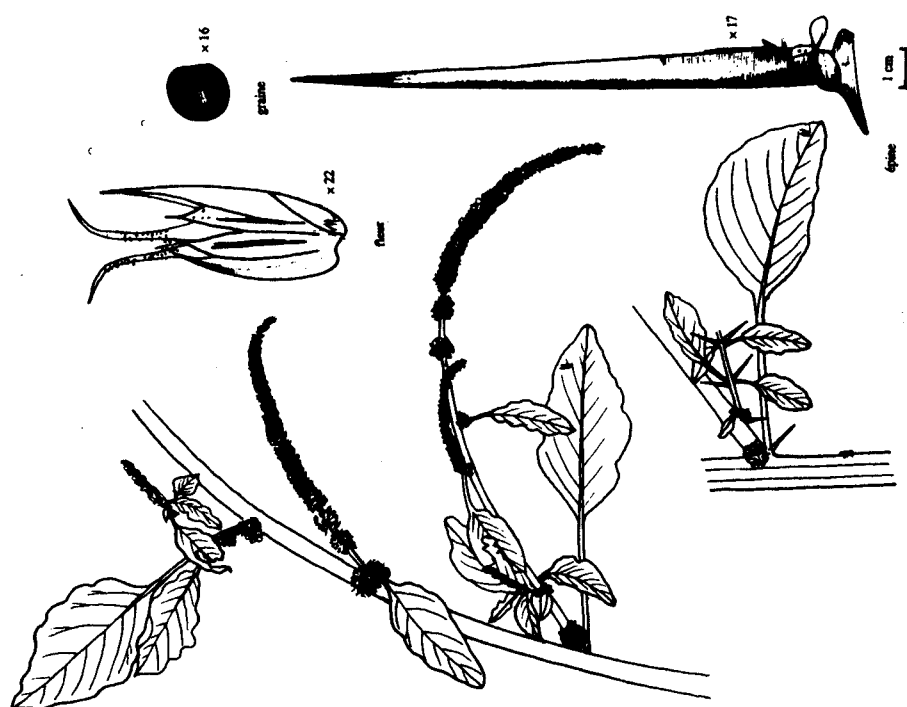
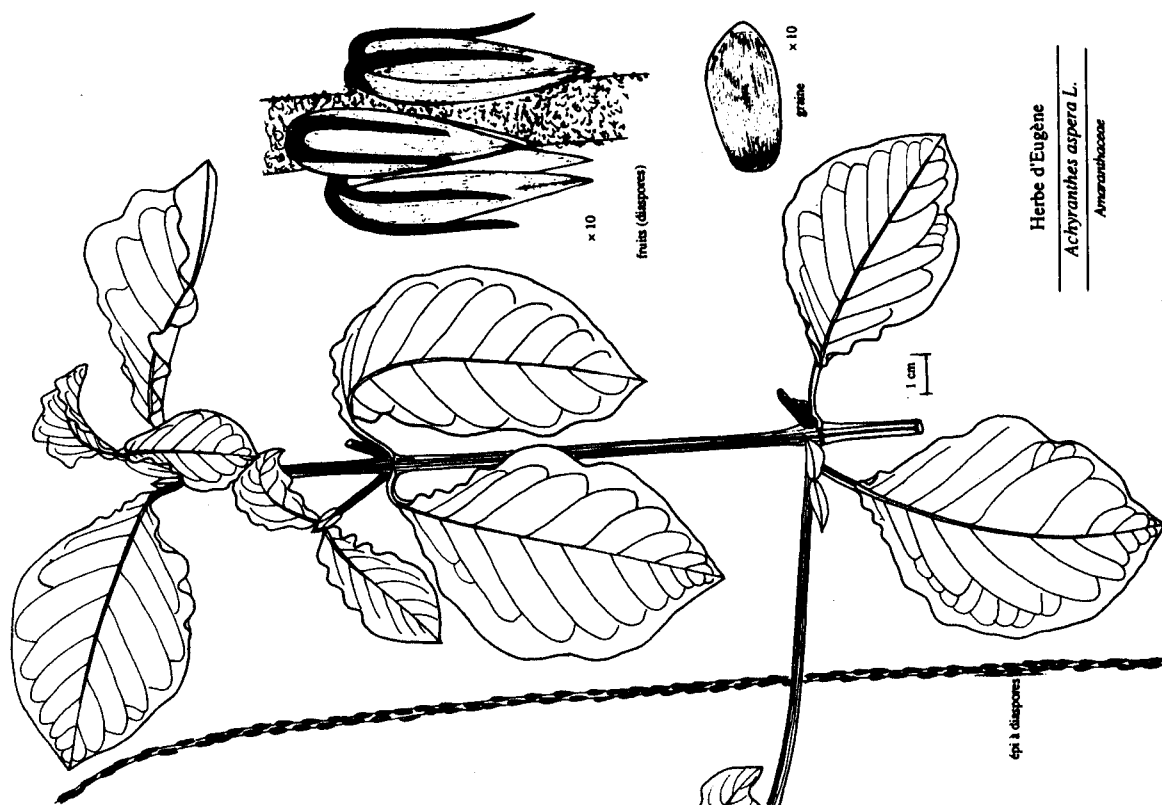
Usage médical :

C'est un remède contre l'hypertension utilisé différemment selon les locuteurs. On fera bouillir 3 ou 4 feuilles et l'on boira une petite tasse matin et soir. Ou bien, on laissera infuser 2 feuilles dans 1 litre d'eau, et l'on boira ce remède le lundi, le mercredi, le vendredi. Cette cure fera passer la tension de 18/22 à 14. Pour maintenir une tension de 14, on boira l'infusion une fois par semaine.

Contre les douleurs, frotter les feuilles écrasées sur les régions endolories.

Contre les rhumatismes, rajouter la décoction de feuilles au bain.

Plante du pouvoir et de la chance, elle éloigne les maléfices, les mauvais esprits. La faire bouillir avec de l'eau de mer et du citron. On arrosera la cour, la maison, la voiture avec cette préparation.



AMARANTHACEAE

Achyranthes aspera L.

Noms vernaculaires : Herbe d'Eugène, Herbe de zen, Zerbe des jeunes, Herbe de zinc, Herbe d'Inde.

Description :

Herbe rudérale à longs épis à nombreuses diaspores s'accrochant facilement aux jambes des promeneurs. Les diaspores sont ici des utricules flanqués de deux bractées épineuses.

Usage médical :

Ce sont les racines surtout qui sont usitées. Faire bouillir 3 à 5 racines dans 1,5 litres d'eau. Boire un verre quatre fois par jour. Cette tisane purifie le sang, augmente le débit urinaire, soigne la toux. Associée à la racine coco (Cocos nucifera L.) et au Chouchou (Sechium edule (Jacq.) Sur.) coupé en quatre, la racine Zerbe d'Eugène constitue une tisane rafraîchissante. Elle "enlève les coliques" quand on a trop mangé de piment (ça brûle alors même quand on va à la selle). La racine Zerbe des jeunes soigne encore les rhumatismes et la vésicule biliaire.

Amaranthus spinosus L.

D'autres espèces peuvent être concernées : A. dubius Mart. ex Thell., A. viridis L., A. lividus L.

Noms vernaculaires : Brède pariétaire, Parieter, Payater, Paille à Terre, Pariaterre, Pariataire, Paryétaire, Payeterre, Pouyater, Pouillatère, Brède malabar.

Description :

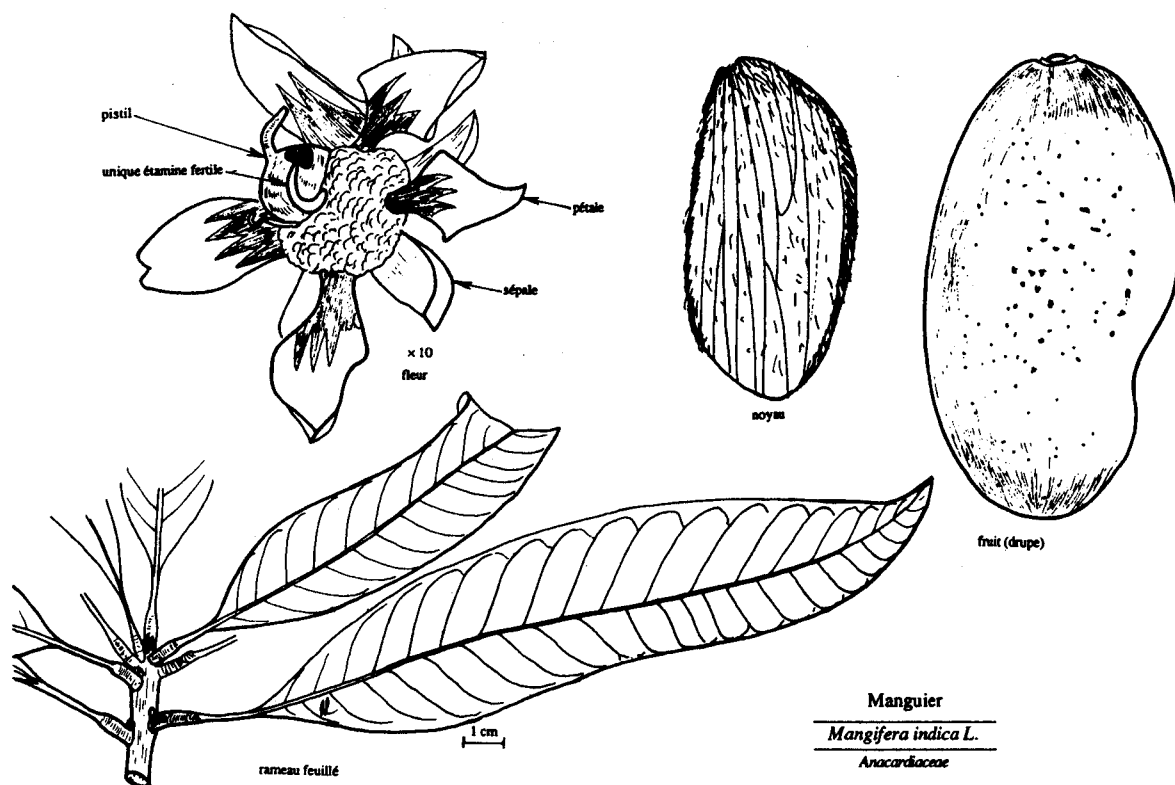
Des quatre Amaranthes citées plus haut, Amaranthus spinosus est la seule à posséder des épines axillaires. Cette espèce érigée, à grosse tige, mesure 30 à 120 cm de haut. Ses fleurs sont verdâtres. Ses utricules sont déhiscentes. On la rencontre dans les champs, les terrains vagues.

Usage médical :

Contre la constipation, absorber d'abord de l'huile de Ricin et le jus d'un Citron vert. Boire ensuite un bouillon de Pariétaire préparé avec 3 gousses d'Ail et de l'huile de cuisine. Ne pas manger les brèdes. Ce traitement pris pendant trois jours a pour but de nettoyer les intestins. Le bouillon de Pariétaire lutte contre la rétention d'urine. Il augmente d'ailleurs la sécrétion urinaire et traite la néphrite, l'albuminurie, les calculs urinaires. Cette plante est dite "rafraîchissante" et lutte contre les "échauffements". On utilise alors la racine dont la décoction est bue à la soif.



Immortelle
Gomphrena globosa L.
 Amaranthaceae



Manguier
Mangifera indica L.
 Anacardiaceae

Gromphrena globosa L.

Nom vernaculaire : Immortelle

Description :

Herbe annuelle aisément reconnaissable à ses inflorescences globuleuses d'un pourpre lumineux plus proche de l'améthyste que du rouge. Cette espèce n'existe qu'à l'état cultivé. L'avoir appelée Immortelle se justifie par le fait que sa couleur vive persiste même à l'état sec.

Usage médical :

Contre l'hernie on laissera macérer une graine de Cadoque (Caesalpinia bonduc (L.) Roseb.), une feuille de Patte de lézard (Phymatodes scolopendria (Burm. f.) Ching, de l'écorce Mouroum (Moringa oleifera Lam.) coupée au soleil levant et de la corne de Cerf râpée ; puis on boira. Contre les crises d'épilepsie, on laissera macérer une fleur d'Héliotrope (Heliotropium arborescens L.), du Basilic, de la Marjolaine et une feuille de Sapoti (Annona muricata L.). L'Immortelle est encore utilisée comme contre-poison et contre les crampes d'estomac.

ANACARDIACEAE

Mangifera indica L.

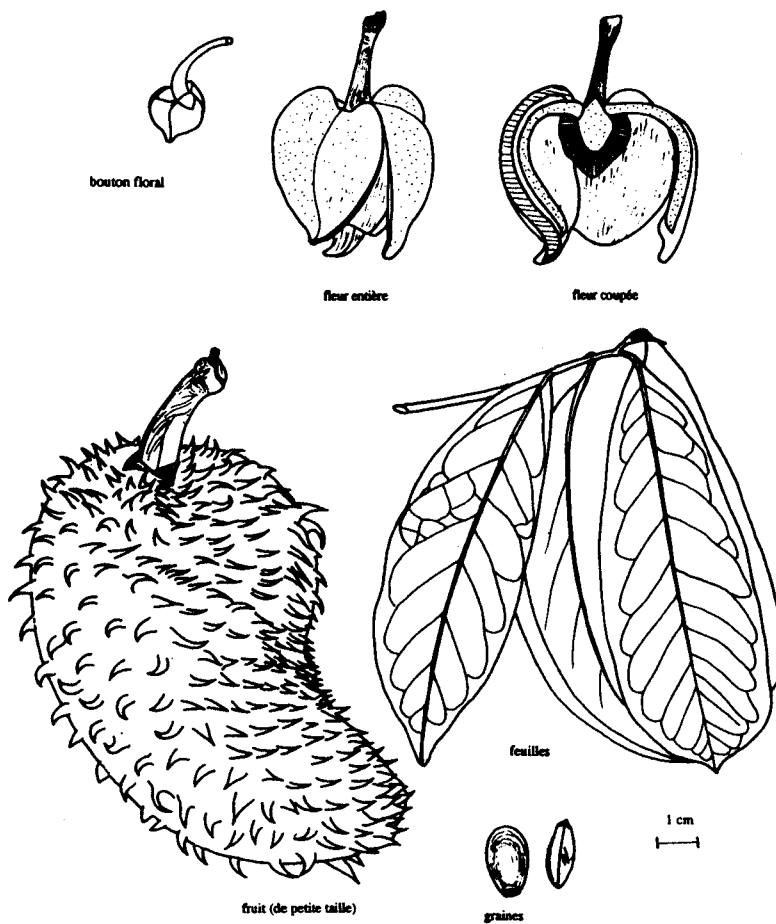
Noms vernaculaires : Mangue, Manguier. Il en existe plusieurs variétés appelées Mangue Auguste, Mangue Carotte, Mangue José, etc.

Description :

Arbre à houppier plus ou moins en boule. Les feuilles sont simples, entières, coriaces. Les fleurs sont petites et nombreuses. Les fruits sont des drupes à chair orangée et à noyau fibreux.

Usage médical :

Contre l'hypertension, faire infuser 3 feuilles de Mangue carotte dans 1 litre d'eau. Boire un verre, 3 fois par jour.
Contre la bronchite, la diarrhée, la dysenterie, faire bouillir un morceau d'écorce et des feuilles jaunies.
Contre les coliques, faire bouillir un cœur de feuilles et boire avec du miel.
Contre les hémorroïdes, préparer un bain de siège avec 3 morceaux d'écorce de Manguier sauvage ; écrasée, l'écorce est mise à tremper, toute la nuit, dans 5 litres d'eau.
Contre les coliques pendant les règles, faire bouillir 2 cœurs de Mangue dans un demi-litre d'eau. Boire la décoction 2 ou 3 fois par jour.
Contre l'asthme, mettre tremper des feuilles dans un récipient et boire le matin.
Le fruit assainit et purifie le sang.
Prendre un bain de ses feuilles (avec d'autres plantes) contre les maléfices.



Sapoty

Annona muricata L.

Annonaceae

ANNONACEAE

Annona muricata L.

Noms vernaculaires : Sapoty, Sapoti, Sapotiy, Sapatie, Sapotille, Corossol, Corossole, Corasol.

Description :

Petit arbre à feuilles vert foncé, luisantes, à limbe légèrement acuminé au sommet. Ses fleurs à pétales épais et triangulaires, mais surtout ses fruits permettent de le reconnaître.

Le fruit, ovoïde ou globuleux, a une peau verte, hérissée de pointes molles, non piquantes. Sa pulpe est blanche, légèrement filandreuse. Les graines sont noires.

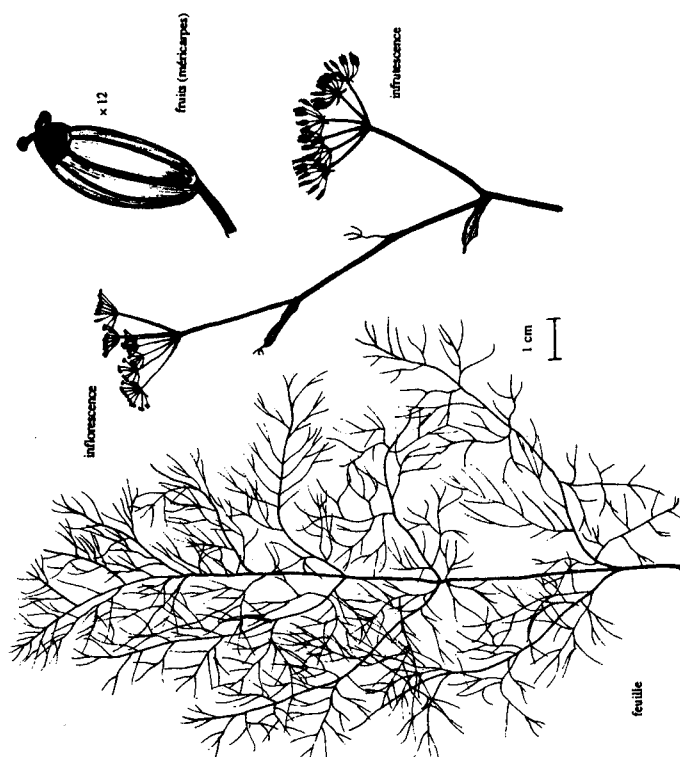
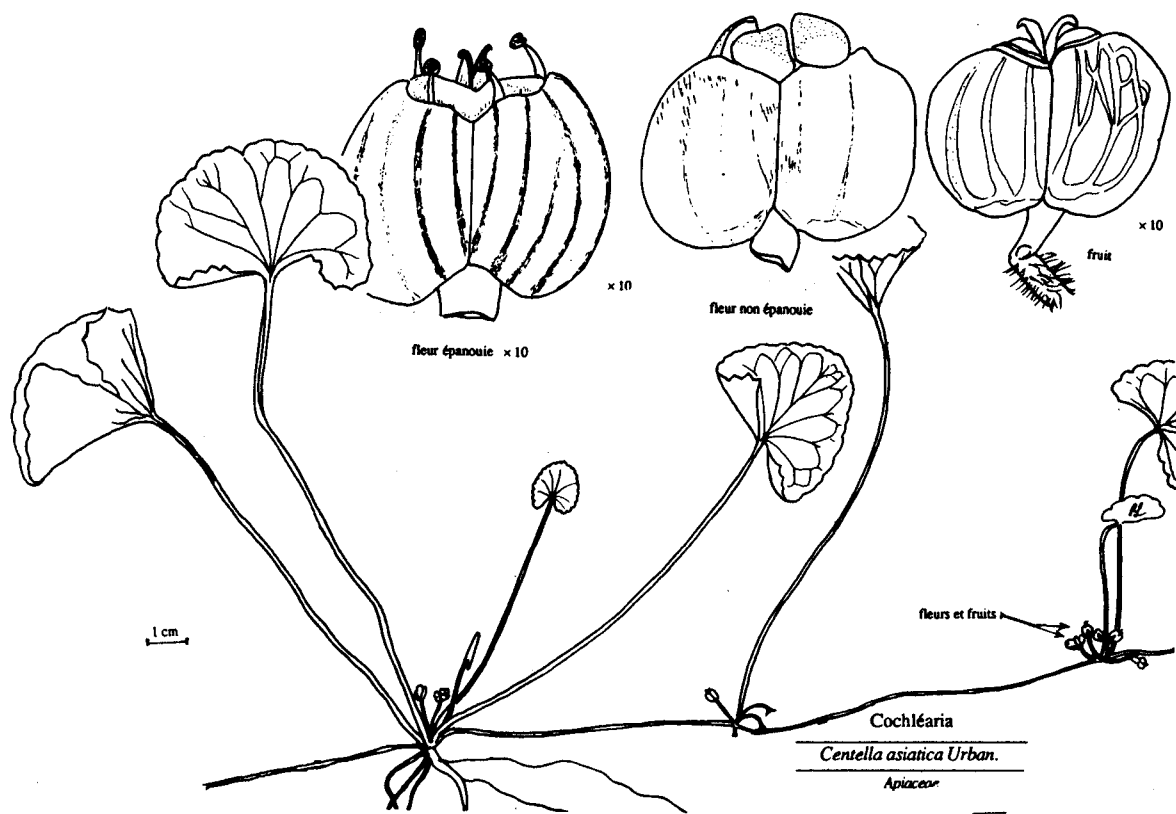
Usage médical :

Les feuilles de Sapoty sont surtout utilisées pour combattre l'insomnie, calmer les nerfs, l'agitation. On fait bouillir 2 ou 3 feuilles de Sapoty avec du Romarin et de la Sensitive ; on boit cela le soir au coucher.

Pour les calculs rénaux, on fait tremper 13 graines écrasées dans un litre et demi d'eau. On boit dans la journée.

On laissera macérer de l'écorce interne dans de l'eau froide. La macération est bue "au moment des crises néphrétiques".

Les feuilles macérées dans de l'eau tiède peuvent être utilisées en cataplasme sur les coups de soleil. Le Sapoty traiterait encore l'hypertension, les crampes, les brûlures d'estomac, l'aérophagie, la fièvre, les vers, les vomissements, etc.



Anis
Foeniculum vulgare Miller
Apiaceae

APIACEAE (= Ombellifères)

Centella asiatica (L.) Urb.

Noms vernaculaires : Cochléaria du pays, Coquelariat, Coq claria, Coq laria, Clocaria, Cocléria, Cocaria, Violette marron.

Description :

Herbe à tiges rampantes, stolonifères, formant une rosette de feuilles à chaque nœud. Les feuilles réniformes et crénelées évoquent plus ou moins celles des Violettes. Inflorescences modestes ; deux à quatre fleurs, en ombelle simple, sont portées par de courts pédoncules.

Usage médical :

Faire bouillir quelques feuilles. Se rincer la bouche avec ce décocté, sans avaler, pour traiter l'inflammation des gencives, les aphtes ou d'une manière plus générale les maux de bouche.

En cas d'angine ou de mal de gorge, le décocté servira à se gargariser.

On appliquera les feuilles écrasées sur les eczémas, les dartres, les abcès. La plante mise à bouillir sera utilisée en boisson et en bain contre les irritations de la peau ou d'autres dermatoses.

La décoction prise en boisson et en bain sert encore à traiter les hémorroïdes, les varices, les ulcères variqueux.

Foeniculum vulgare (Miller) Gaertner

Noms vernaculaires : Lanis, Lani, Lanille, Anis douce, Anis verte, Fenouil.

Description :

N'est pas à confondre avec le véritable Anis vert ou *Pimpinella anisum* L., non cultivé dans les Mascareignes. Il s'agit bel et bien du Fenouil, à feuilles filiformes, à pétales jaunâtres, enroulés vers l'intérieur, à tiges et à fruits glabres. La saveur anisée du Fenouil lui aura certainement valu d'être appelé localement Anis.

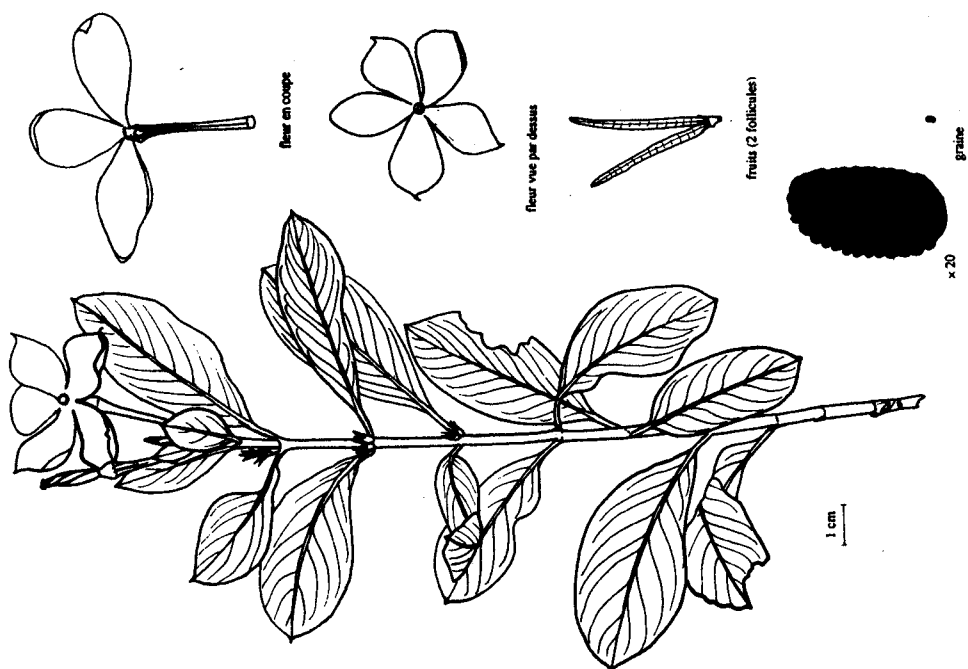
Usage médical :

La principale sphère d'action du Fenouil est le tube digestif. Il facilite la digestion et s'oppose aux fermentations génératrices de gaz, aussi est-il utilisé contre les ballonnements, l'aérophagie, les vents, les digestions difficiles, les indigestions, les coliques.

Contre la mauvaise haleine on mâchonnera les feuilles. On pourra essayer sa tisane contre l'asthme. Il serait aussi utile contre le mal au cœur, la crise de foie, l'insomnie.

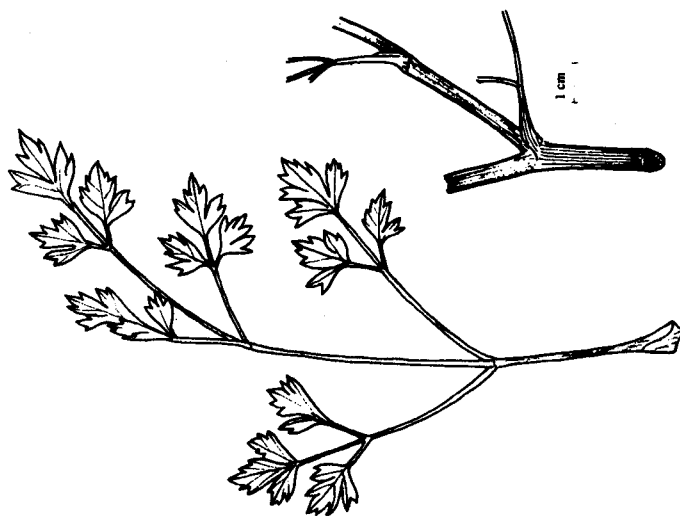
Associé au Romarin, le Fenouil sera à essayer contre la constipation.

Une tisane préparée avec Fenouil, Camomille (*Parthenium hysterophorus* L.) et Ayapana (*Eupatorium triplinerve* Vahl.) joue le rôle d'un "lok" ou purge enfantine. La tisane est prise avec une cuillerée à café d'huile d'Olive. Elle soigne l'aérophagie, les indigestions, les coliques de l'enfant.



Rose amère

Catharanthus roseus (L.) G. Don
Apocynaceae



Persil

Petroselinum hortense Hoffm.
Apiaceae

Petroselinum hortense Hoffm.**Nom vernaculaire :** Persil**Description :**

Plante herbacée à feuilles inférieures deux à trois fois complètement divisées. Les tiges sont cylindriques. Les fleurs regroupées en ombelles ont un périanthe vert jaunâtre.

Usage médical :

La tisane de racines est utile contre l'infection urinaire, les maux de reins et la rétention d'urine. On la dit capable d'arrêter la lactation et être toxique et abortive quand on l'utilise en grande quantité. L'infusion de feuilles facilite la digestion, calme les crises de foie, lutte contre la conjonctivite (en bains d'yeux tièdes).

Contre l'arthrose, on mangera du Persil frais à "pleine gueule".

Du persil écrasé est utilisé en cataplasme sur les seins engorgés, sur les brûlures, sur les douleurs du rhumatisme.

Contre les piqûres d'insectes, on ajoutera quelques gouttes de vinaigre au Persil écrasé.

APOCYNACEAE**Cataranthus roseus (L.) G. Don.****Noms vernaculaires :** Rose amère, Pervenche**Description :**

Herbe ou sous-arbrisseau à feuilles opposées et à corolles roses ou blanches. Les étamines sont insérées juste sous la gorge de la corolle, ici en tube très étroit. A ce tube corollin font suite cinq lobes étalés.

Aux fleurs axillaires, font suite des follicules allongés, plus ou moins geminés. Les graines sont noires.

Plante cultivée, très rarement rencontrée à l'état spontané.

Usage médical :

Cette plante compte une foison d'usages médicaux qui vont du diabète à l'angine, en passant par l'asthme, la dengue et le cancer.

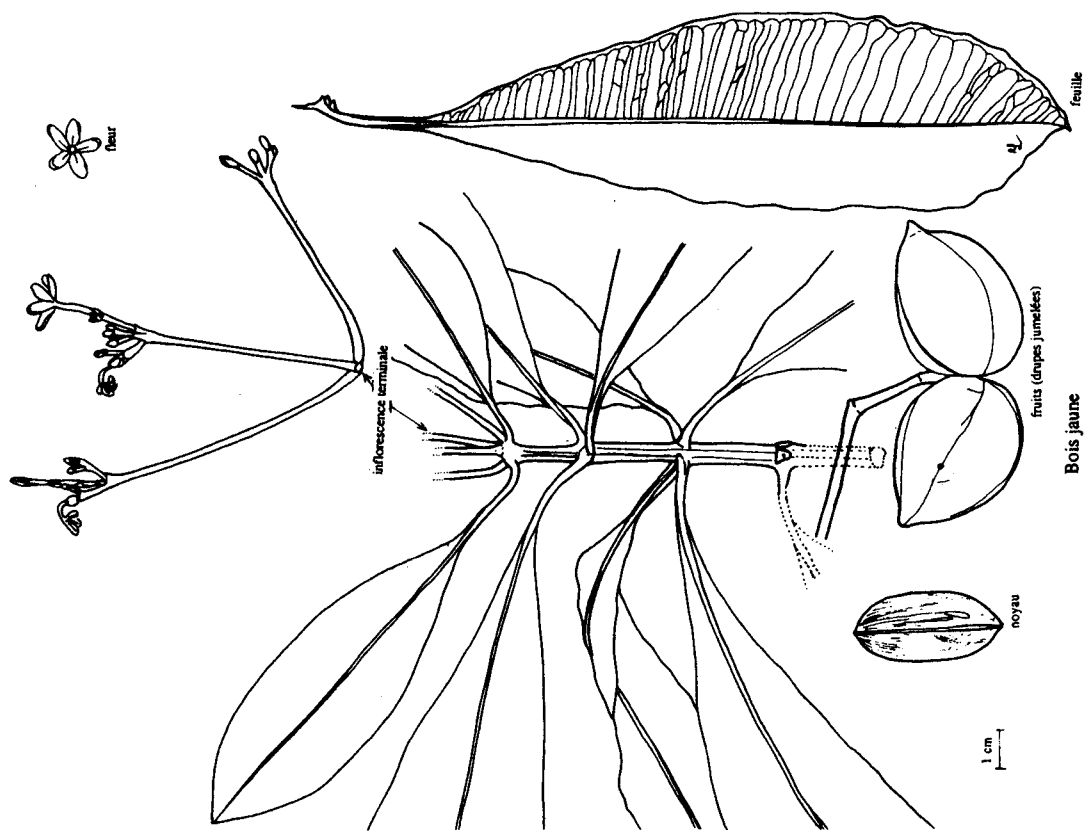
Pour le diabète, boire plusieurs fois par jour de la décoction de racines.

Les racines sont encore mises à bouillir quand on a mal au ventre, contre les vers intestinaux, la diarrhée.

Leur macération dans l'eau froide sert à "rafraîchir", c'est-à-dire à lutter contre les brûlures d'estomac.

L'angine est traitée en se gargarisant. La rougeole, le paludisme, la grippe, la dengue ou tout simplement la fièvre utilisent la tisane de feuilles, bue chaude.

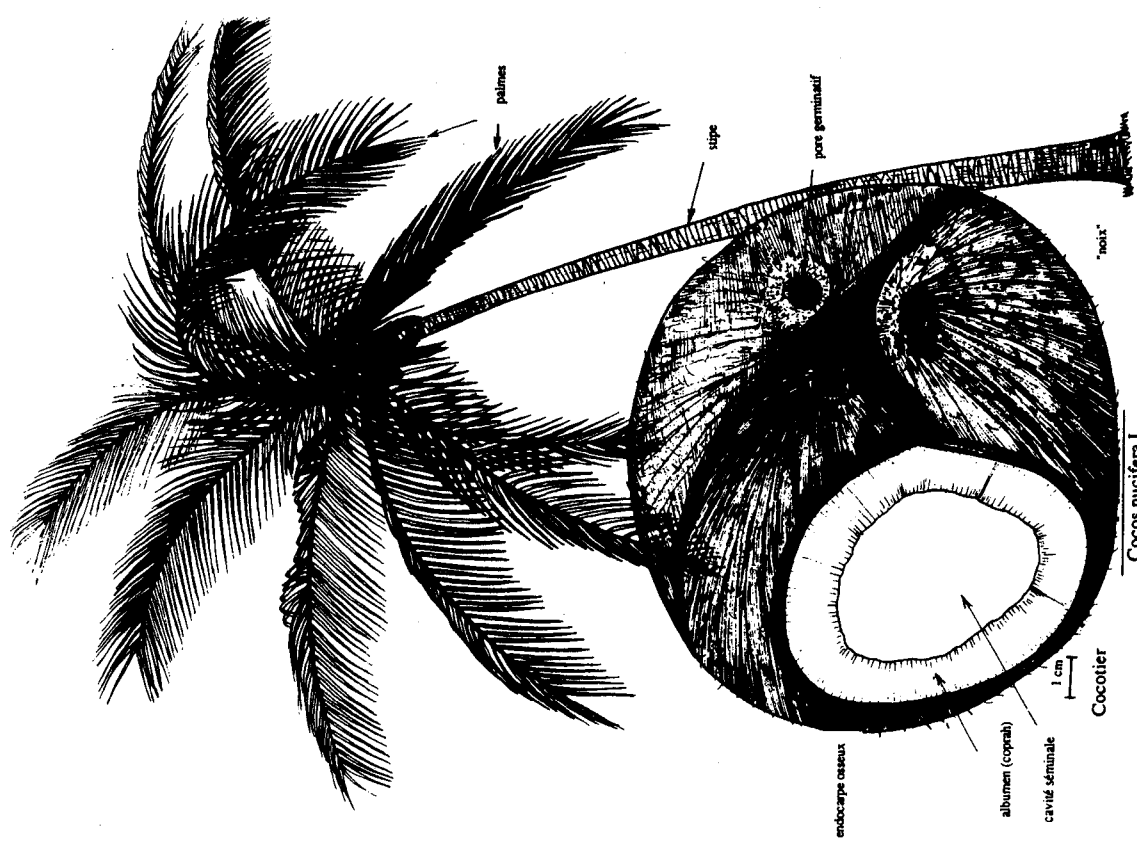
La tisane à fleurs blanches est donnée aux filles, celle à fleurs roses est réservée aux garçons, au moment de la puberté ; pour les filles, surtout si leurs règles sont difficiles.



Bois jaune

Ochrosia borbonica Gmelin

Apocynaceae



Cocotier

Cocos nucifera L.

Arecaceae

Ochrosia borbonica Gmelin

Nom vernaculaire : Bois jaune

Description :

Arbre pouvant atteindre 10 à 12 m, mais souvent rencontré à l'état d'arbuste dans les restes de végétation semi-aride. Dans les forêts hygrophiles de basse altitude, son tronc peut comporter des cicatrices résultant d'écorçages non contrôlés.

Ses feuilles allongées, verticillées par trois ou par quatre et leurs nombreuses nervures secondaires permettent de le reconnaître.

Ses fleurs blanchâtres ont une gorge rougeâtre. Ses fruits charnus, verts, à noyau fibreux, sont souvent par deux.

Usage médical :

Un petit morceau d'écorce, mis à bouillir, sera bu tiède avec du sucre ou du miel par ceux qui n'ont pas d'appétit et sont dans un état fébrile.

Mise à macérer dans du vin, dont on boira un verre par jour, l'écorce servira à "nettoyer le sang sale".

Un morceau d'écorce de 5 cm est mis à tremper pendant plusieurs jours dans un litre de rhum. On boira un petit verre de cette macération avant les repas contre les crampes d'estomac. Un morceau d'écorce de Bois jaune est mis à bouillir avec les jeunes feuilles d'Ambaville pour soigner le tambave, en boisson et en bain.

ARECACEAE (= Palmiers)

Cocos nucifera L.

Noms vernaculaires : Coco, Cocotier

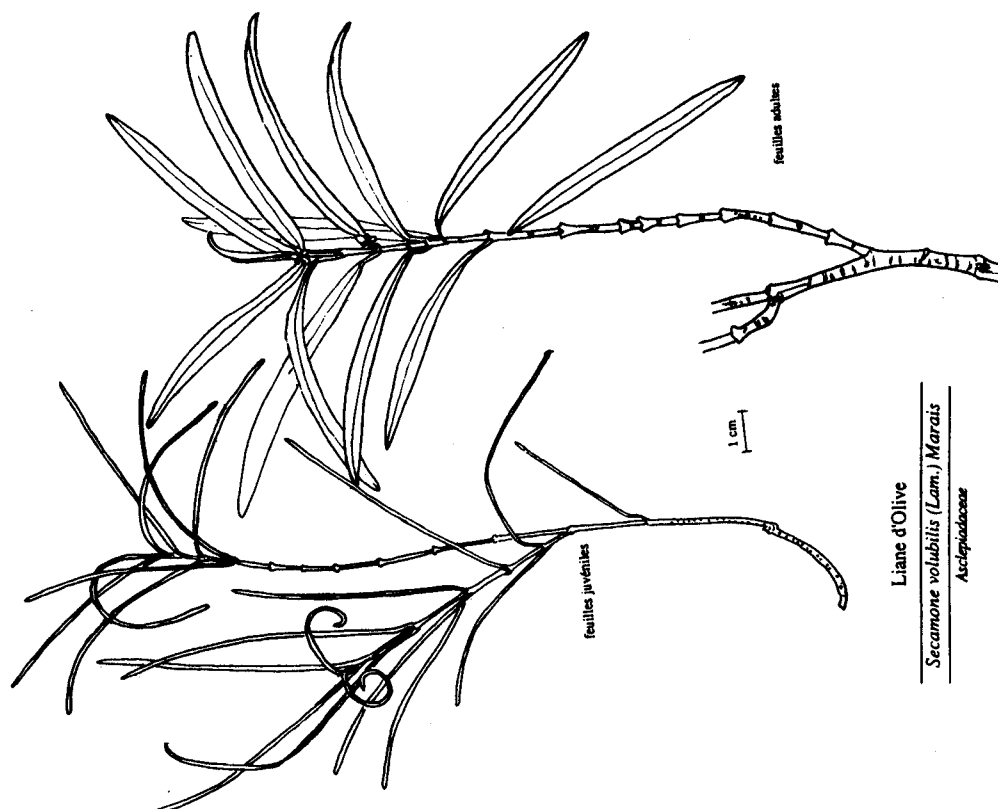
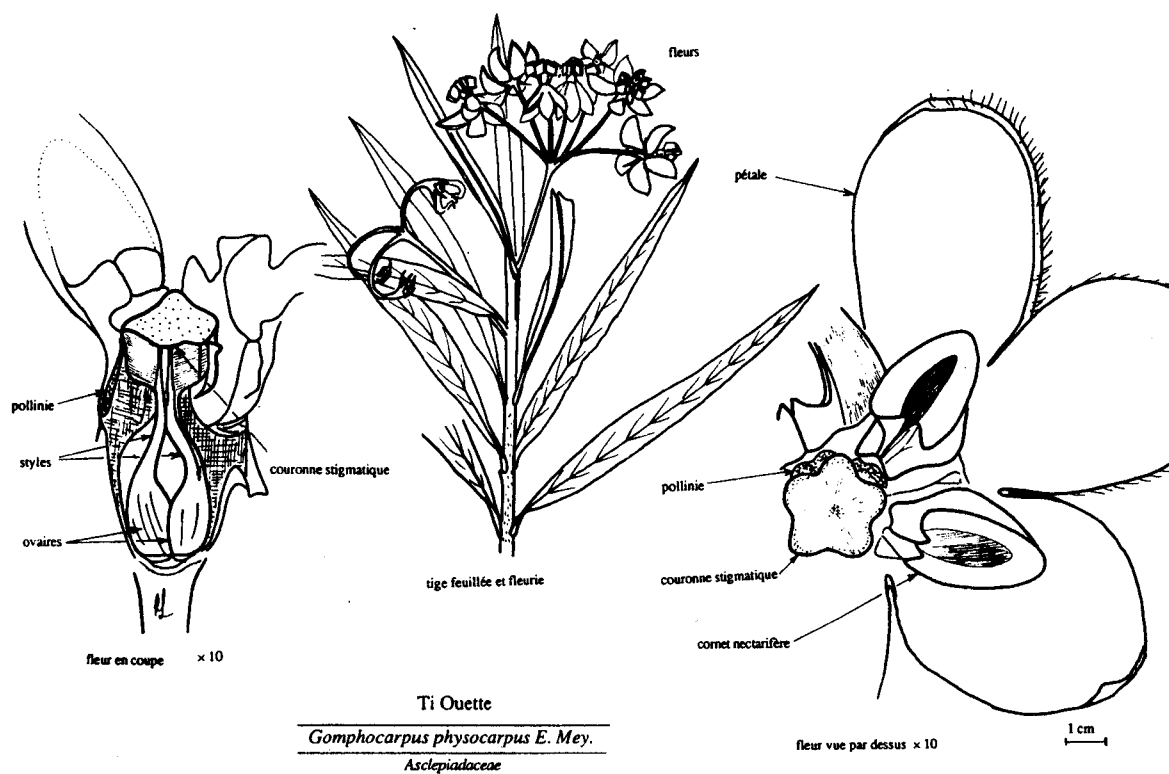
Description :

De ce Palmier au stipe élancé et aux grandes feuilles pinnatifides, nous dirons la bonté de ses fruits capables de nous désaltérer et de nous rassasier.

Originaire de l'Asie du Sud-Est, ce Palmier nourricier n'est pas cultivé à la Réunion comme il l'est aux Seychelles ; les cocoteraies sont peu nombreuses !.

Usage médical :

Les feuilles, en tisane, guérissent les douleurs musculaires. Mais ce sont surtout les racines qui sont prisées comme rafraîchissant et diurétique, pour faciliter le travail rénal, lutter contre les inflammations et maux de reins.



ASCLEPIADACEAE

Gomphocarpus physocarpus E. Mey a des fruits subsphériques, déprimés au sommet.
Gomphocarpus fruticosus (L.) Aiton f., aussi cultivé à la Réunion, a des fruits ovoïdes, atténués en bec.

Noms vernaculaires : Ti Ouette, Ti Waite, Tihouette.

Description :

Grandes herbes érigées, parfois sous-ligneuses. Les feuilles sont lancéolées, aiguës aux deux bouts. Les fleurs sont blanchâtres.

Usage médical :

On l'utilise contre le tambave, les coliques, les ballonnements.
 On met à bouillir 4 à 5 feuilles dans 250 ml d'eau contre la fièvre.
 Contre la nervosité et pour dormir, feuilles, tiges et fleurs sont mises à bouillir.
 Contre le diabète, faire bouillir dans 1 l d'eau quelques rameaux.
 Probablement toxique, le Ti Ouette serait un contre-poison.

Secamone volubilis (Lam.) Marais = **S. saligna** Decne

Noms vernaculaires : Ti bram, Yan d'olive, Liane olive, Liane d'olive.

Description :

Liane à feuilles juvéniles linéaires, à feuilles adultes plus larges mais évocant le Saule ou l'Argousier de Métropole. Desséchées, elles s'enroulent sur elles-mêmes et peuvent donner l'illusion du Romarin.

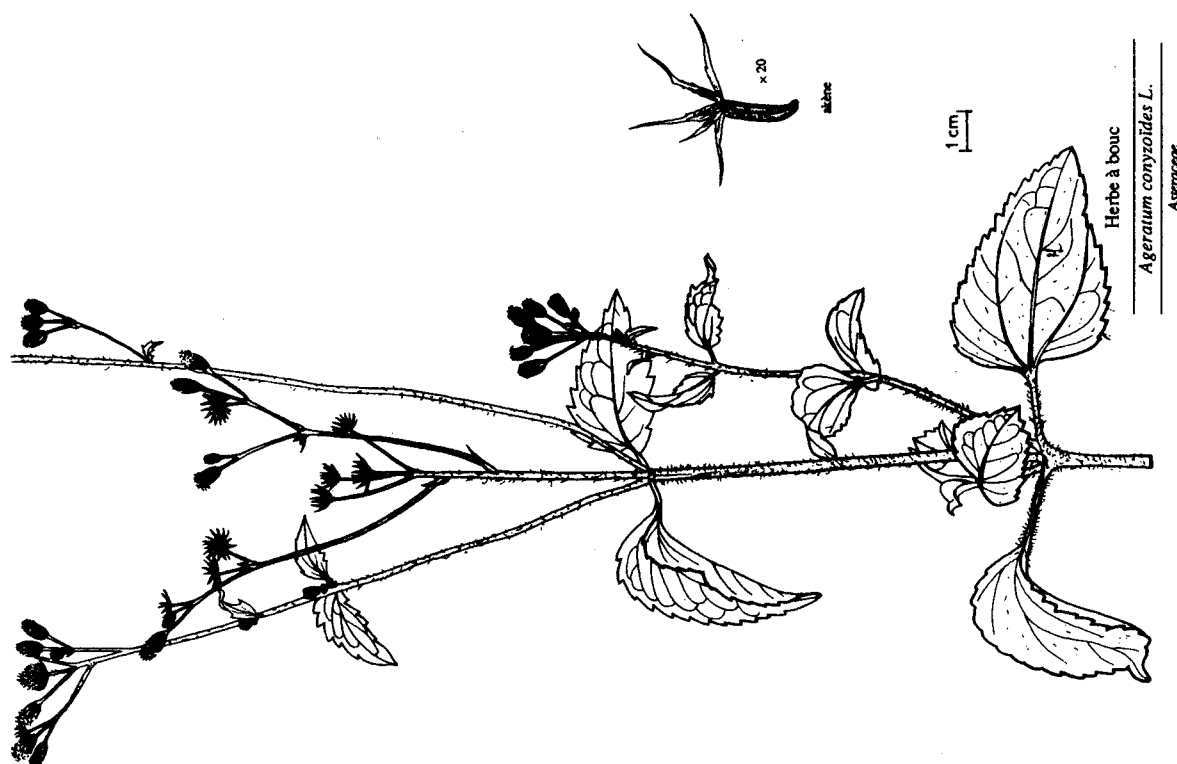
Les fleurs jaunâtres-verdâtres sont peu attractives. Les follicules assez rares ont des graines à ouate blanche.

Cette liane est cantonnée dans la végétation semi-aride relictuelle.

Usage médical :

Cette liane rentre souvent dans la composition des "tisanes tambaves". Elle est mise à bouillir. Elle est absorbée avec de l'huile d'Olive et utilisée en bain.

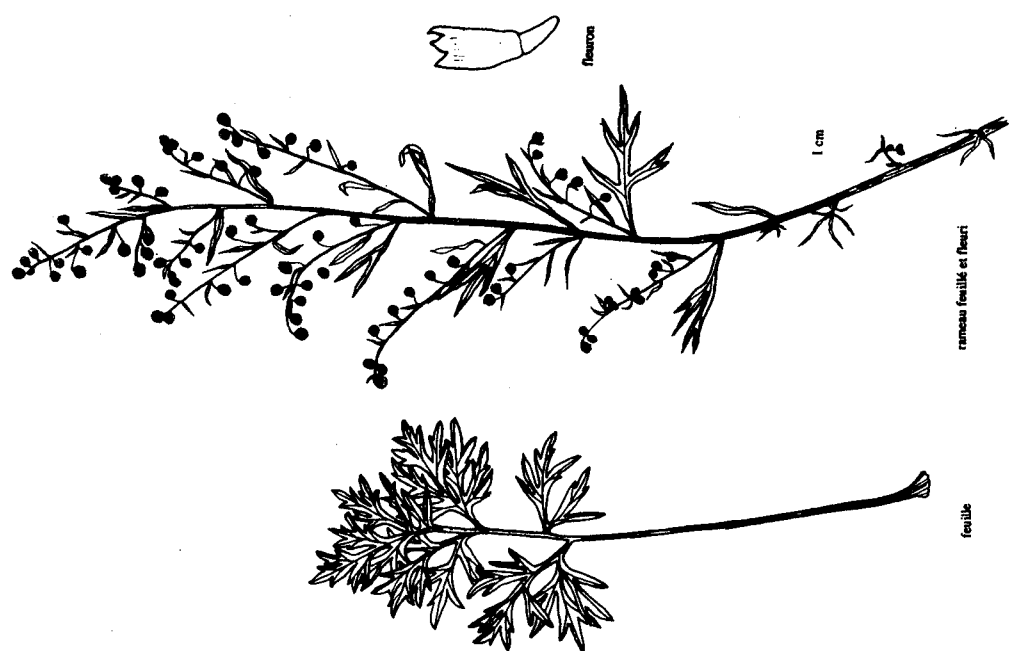
On la considère comme un "rafraîchissant pour les bébés". Elle guérit leurs boutons, leur nettoie le sang, facilite leur croissance.



Herbe à bouc

Ageratum conyzoides L.

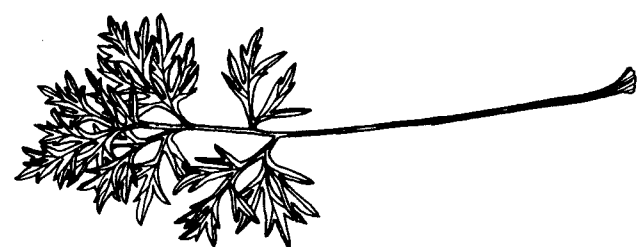
Asteraceae



Absinthe

Artemisia absinthium L.

Asteraceae



feuille

ASTERACEAE (= Composées)

Ageratum conyzoides L.

Noms vernaculaires : Herbe à bouc, Herbe babouc.

Description :

Herbe spontanée dans les champs, autour des habitations. Froissée elle sent très fort le Bouc ou bien l'étable. Ses capitules n'ont que des fleurons de teinte mauve.

Usage médical :

Comme vermifuge, on fera bouillir soit les feuilles, soit les racines et on absorbera le remède avec de l'huile de Ricin.

L'Herbe à bouc est efficace contre l'ulcère d'estomac. Comme "rafraîchissant", elle lutterait contre les inflammations d'estomac et d'intestin.

En cataplasme, les feuilles font mûrir les furoncles, les anthrax. En bain, elles facilitent le dessèchement des plaies, des furoncles ou d'autres éruptions cutanées.

Toute la plante mise à bouillir donne une tisane utile pour diminuer les graisses dans le sang, lutter contre le cholestérol. La même tisane est prescrite contre les coliques néphrétiques, le diabète, l'asthme.

Artemisia absinthium L.

Nom vernaculaire : Absinthe.

Description :

Herbe aromatique vivace, de saveur très amère. Ses feuilles sont très découpées et ses capitules à fleurs jaunâtres n'ont que 3 à 4 mn.

Usage médicinal :

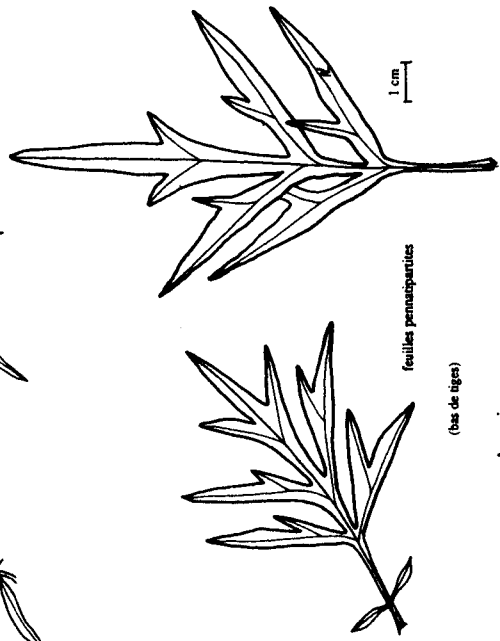
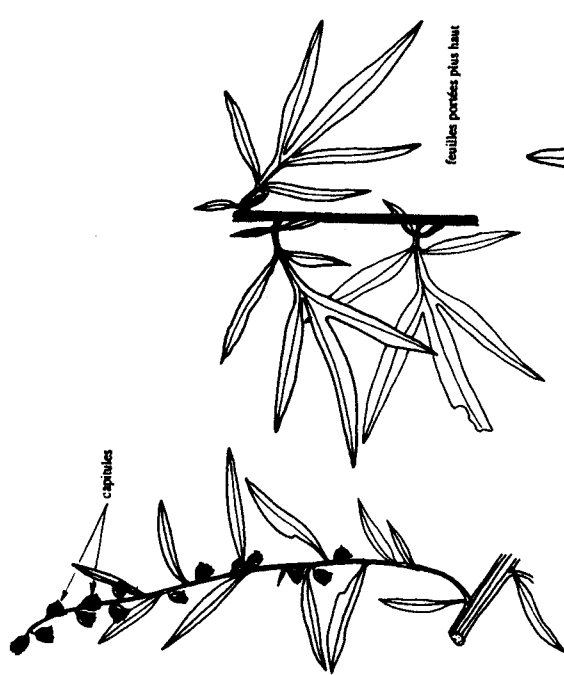
Contre l'anémie, on prendra 3 tasses d'infusion sucrée par jour.

Contre les vers, on associera un peu d'Absinthe et des "cœurs" de Pêche (Prunus persica (L.) Sieb. et Z.). On y ajoutera une cuillerée d'huile d'Olive. On prendra ce remède à jeun le matin, 3 jours de suite.

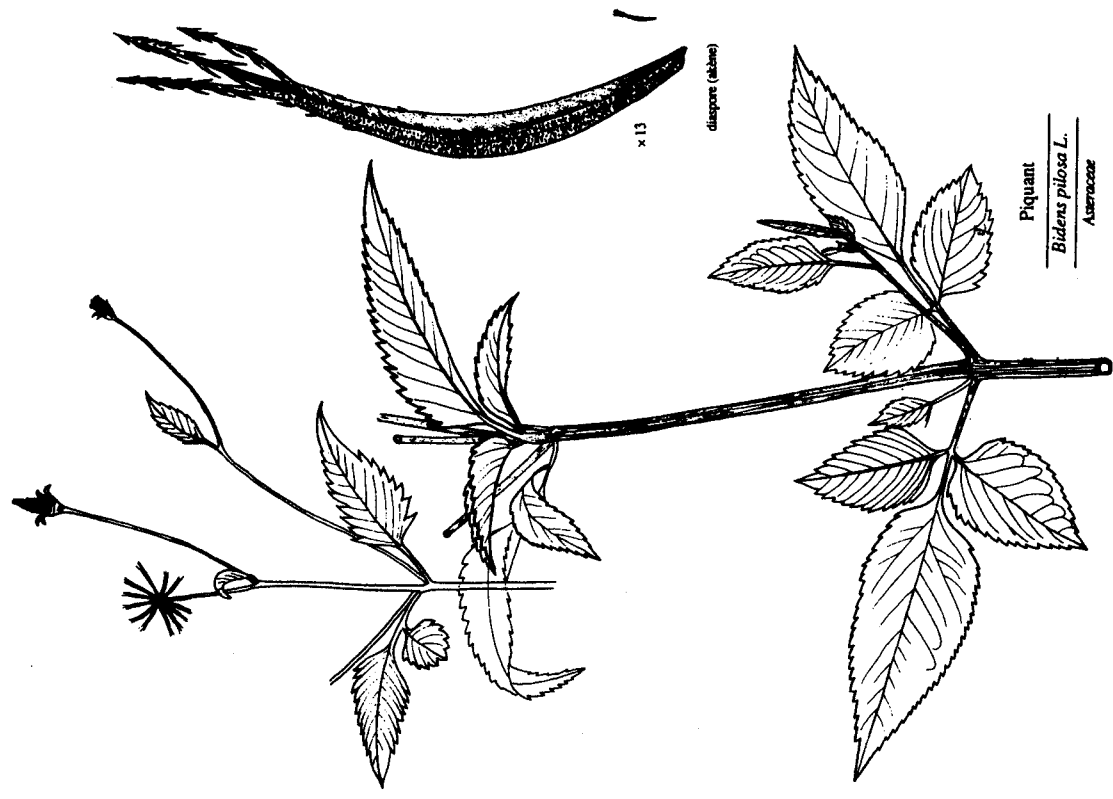
L'Absinthe est aussi utilisée contre l'hépatite virale, la jaunisse, les accès biliaires. On laisse alors infuser "une petite main" par litre d'eau.

L'Absinthe soigne le cœur douloureux, les angoisses, les contrariétés, le diabète.

Contre les Poux, on se lavera avec sa tisane ou mieux avec la plante macérée dans l'alcool.



Armoise
Artemisia vulgaris L.
Asteraceae



Piquant
Bidens pilosa L.
Asteraceae

Artemisia vulgaris L.

Noms vernaculaires : Armoise, Herbe chinois, Marie-Thérèse.

Description :

Herbe aromatique vivace par son rhizome. Plus ou moins ligneuse à la base, cette herbe peut s'élever de 0,60 à 1,20 m du sol. Ses feuilles sont largement incisées, blanchâtres sur le dessous. Ses capitules sont petits, brunâtres. Une fois installée dans un sol, l'Armoise est difficile à éliminer.

Usage médical :

A la vue de ses prescriptions, on peut dire que l'Armoise est une herbe de la féminité et de l'énergie.

Son infusion combat la stérilité (de la femme), facilite les règles. Elle agit sur le sang qu'elle fluidifie. Elle augmente une tension trop faible, donne des forces en cas de fatigue et de faiblesse.

Infusée dans du vin, elle joue le rôle de fortifiant, ouvre l'appétit, prévient la fièvre.

Prise en bain, elle soigne les rhumatismes, l'arthrose, la goutte, et joue le rôle de "défatigant".

Bidens pilosa L.

Noms vernaculaires : Piquant, Piquant jaune, Zerb lapin, Sornette, Sournet, Sornet, Sorne, Sourne, Choinette.

Description :

Herbe annuelle à feuilles souvent pennées, à trois folioles, la terminale plus grande. Les feuilles supérieures sont plus petites, souvent imparfaitement divisées, voire entières.

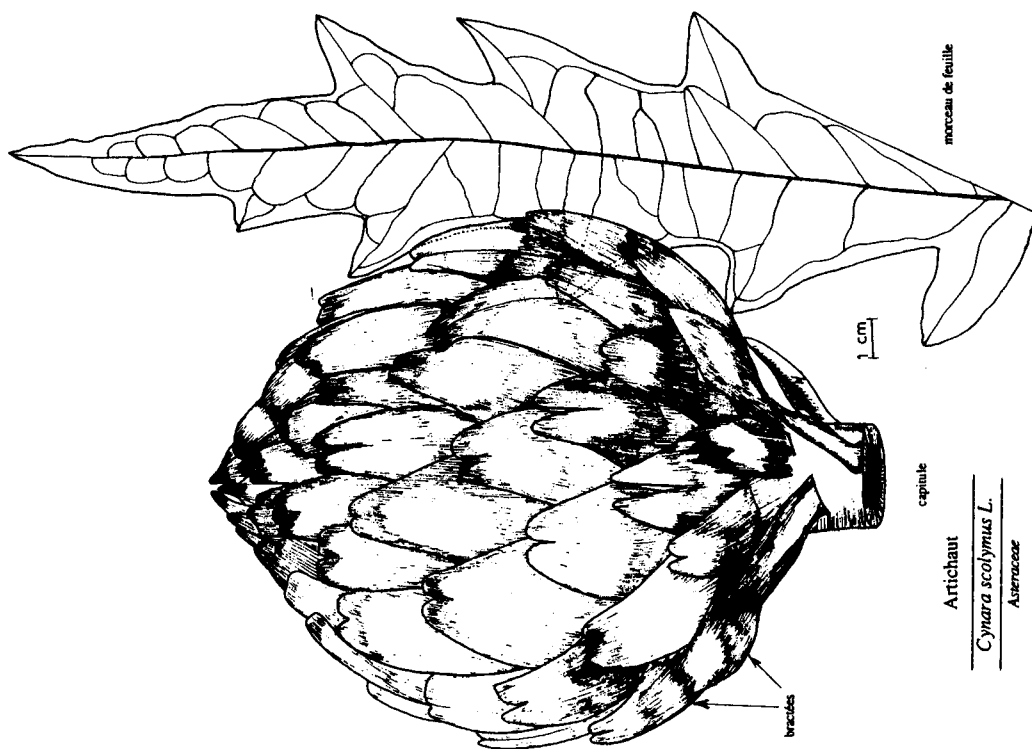
Les capitules jaunâtres fournissent de nombreux akènes à 3 arêtes, à barbes rétrorses. De fait, ces diaspores sont facilement disséminées par zoochorie.

Usage médical :

Le Piquant est surtout un remède du diabète. Pour ce faire, la plante est utilisée seule, en boisson, ou associée au Jamblon (Syzygium cumini (L.) Skeels), à la Prêle (Equisetum ramosissimum Desf.), au Gros Chiendent (Eleusine indica Gaertn.).

Faire bouillir un pied de Piquant et trois grains de Jamblon dans 1 l d'eau. Boire dans la journée.

Faire bouillir un jeune pied de Piquant dans 1 l d'eau avec trois morceaux de Jamblon et une racine de Gros Chiendent. Boire la tisane pendant cinq jours. Continuer pendant 3 ou 4 semaines, selon la gravité.

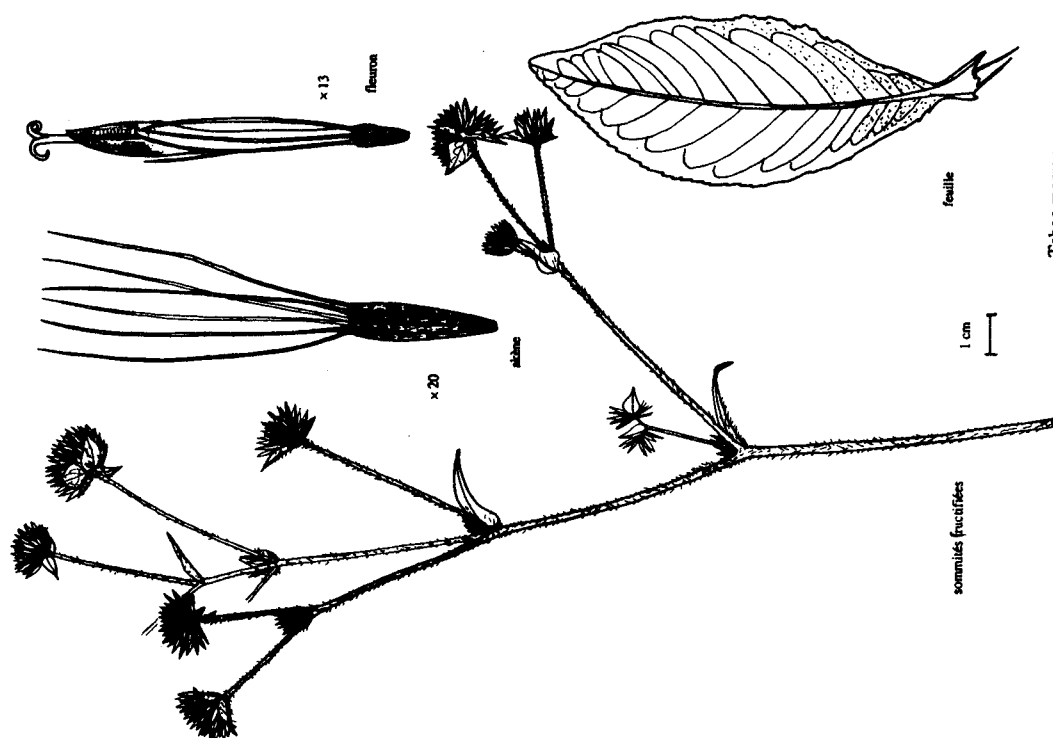


capitule

Artichaut

Cynara scolymus L.

Asteraceae



feuille

Tabac maron

Elephantopus scaber L.

Asteraceae

sommités fructifères

x 13

fleur

x 20

akène

Cynara scolymus L.

Nom vernaculaire : Artichaut.

Description :

Plante cultivée pouvant atteindre 1,5 m de haut. Ses feuilles découpées, blanchâtres sur le dessous, constituent la drogue utilisée en tisanerie.

Ses capitules volumineux, à bractées imbriquées montrent à maturité de nombreuses fleurs élémentaires violettes.

Usage médical :

Le foie est l'organe cible de l'Artichaut, que l'on ait une hépatite ou simplement mal au foie. Les indications thérapeutiques sont souvent laconiques : "bon pour le foie", "pour la bile". S'y associent des troubles digestifs, la constipation, la nausée, des maux de tête.

Elephantopus scaber L.

Nom vernaculaire : Tabac marron.

Herbe ramifiée vers le haut, de 30 à 60 cm.

Des feuilles à base atténuée et embrassante, portant des poils sur leurs deux faces.

De petites fleurs blanches à mauves. Le glomérule est souvent brun et peu attractif.

Usage médical :

Pour les douleurs dentaires, mettre de l'huile sur une feuille, faire chauffer doucement à la flamme et mettre sur l'endroit douloureux.

Pour les vers, faire bouillir deux ou trois feuilles et boire froid. On pourra aussi utiliser la décoction de racines contre les Oxyures ou "Vers de Chiasse".

Contre la fièvre, on fera bouillir une racine dans un demi-litre d'eau. On boira froid et sucré, trois fois par jour.

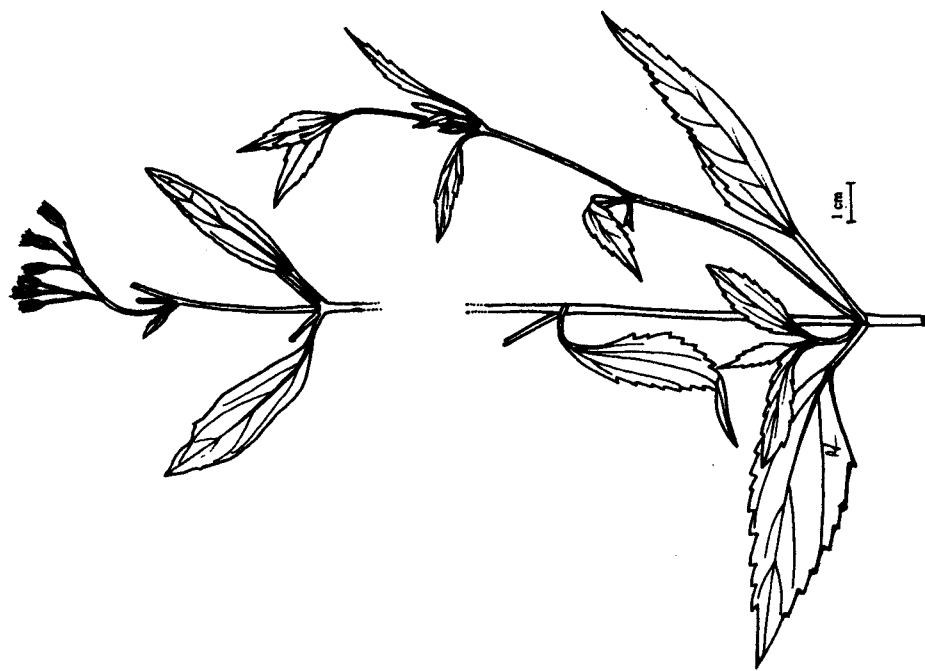
La tisane de racine fait transpirer, s'oppose à la diarrhée ou à la dysenterie, resserre les tissus, aide à la cicatrisation des blessures.



Ayapana

Eupatorium triplinerve Vahl.

Asteraceae



Herbe la tension

Eupatorium riparium Regel

Asteraceae

Eupatorium riparium Regel

Noms vernaculaires : Herbe Maurice, Herbe la tension, Herbe de jouvence, Herbe de l'Abbé Souris, Orthosiphon, Thé Siphon, Té-chiffon, Herbe cifon, Toxifon, Autochiffon, etc.

Description :

Herbe plus ou moins ligneuse, prostrée à ascendante, de l'état végétatif à l'état sexué. Ses feuilles profondément dentées, plus tard ses capitules blancs permettront de la reconnaître. Echappée de jardins, cette plante originaire du Mexique est spontanée dans certaines ravines ou sur le lit alluvionnaire de certaines rivières.

Usage médical :

C'est essentiellement un remède contre l'hypertension. Prendre une branche de 10 feuilles à laisser infuser dans 2 l d'eau. Boire ensuite. Il s'agit là d'un "traitement lourd". Pour un "traitement léger", on se contente de 3 petites feuilles dans 2 l d'eau. On lui prête aussi des vertus contre le cholestérol, le diabète, l'urémie, la ménopause. Il participe aux "tisanes circulation".

Eupatorium triplinerve Vahl.

Noms vernaculaires : Ayapana, Ayapana digestif, Petit Liapana, Ayapana ordinaire, Ayapannah, Hierpana, Iapana, Apana, Lipana, Yapana, etc.

Description :

Herbe vivace poussant en touffes. Ses tiges sont rougeâtres, violacées, de même que la nervure principale des feuilles et la bordure des limbes foliaires. La floraison est formée par des capitules à fleurons rose pâle.

Usage médical :

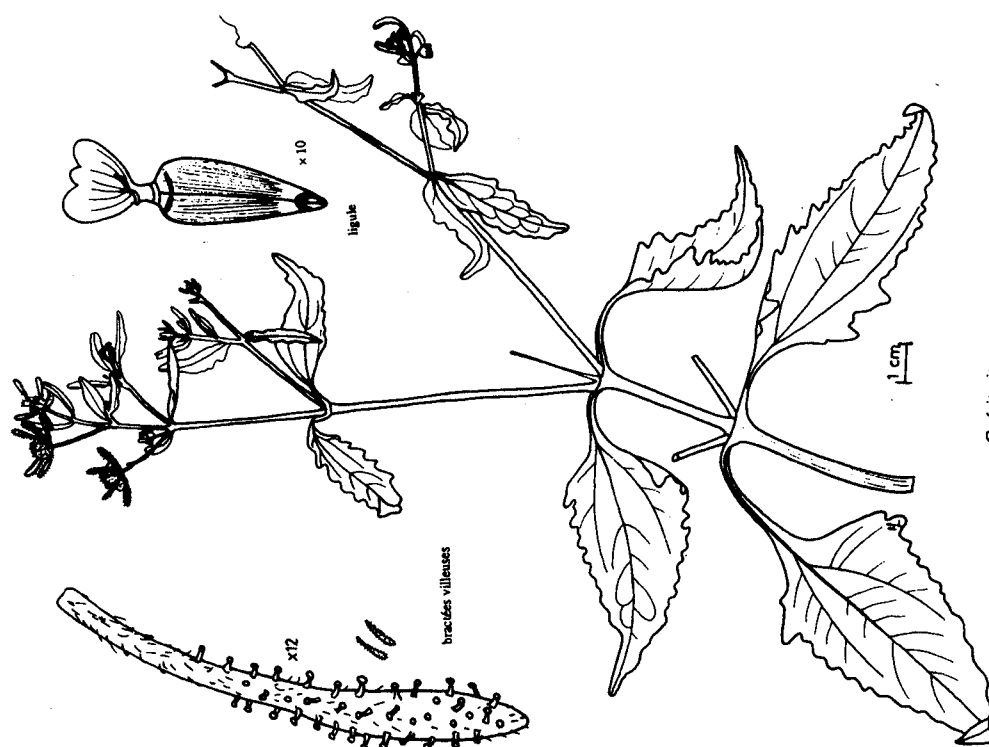
Elle est verte la tisane de Yapana frais. Elle va surtout soigner des ennuis digestifs : nausées, vomissements, indigestions, brûlures ou lourdeurs d'estomac, douleurs intestinales, coliques, diarrhées.

On fera bouillir 3 ou 4 feuilles dans un quart de litre d'eau. Cette boisson stimule l'estomac et facilite la digestion.

L'infusion tiède et sucrée est aussi donnée contre les gaz, la grippe et la fièvre.



Camomille balais
Parthenium hysterophorus L.
Asteraceae



Quéril-vite
Siegesbeckia orientalis L.
Asteraceae

Parthenium hysterophorus L.

Noms vernaculaires : Camomille balais, Camomille zoiseau, Ti Camomille, Faux Camomille, Camomille des Indes, Kamomi, Camomie.

Description :

Herbe annuelle ramifiée de 0,25 à 1 m de haut. Ses feuilles sont variables de la base au sommet des tiges. Les capitules sont blanchâtres, parfois plus ou moins pentagonaux.

Usage médical :

La Camomille est un calmant qui apaise les enfants pris de convulsions, qui facilite leur sommeil surtout s'ils sont nerveux et agités.

On dit encore qu'elle remédie aux vertiges, aux migraines et même aux dépressions nerveuses. Chez la femme elle atténue les douleurs menstruelles.

Au niveau digestif, la Camomie apaise les coliques, facilite l'évacuation des gaz, combat la diarrhée, la dysenterie.

Une tisane tambave pourra se préparer avec Camomille, cœur de Pêche (Prunus persica (L.) Sieb.), Pocpoc (Cardiospermum halicacabum L.), Anis (Foeniculum vulgare Mill.).

Il est probable qu'il y ait confusion avec la Camomille d'Europe quand il s'agit d'éclaircir les cheveux et de leur donner des reflets dorés.

Siegesbeckia orientalis L.

Noms vernaculaires : Col-col, Collant, Guérivite, Herbe St-Paul, Flacq.

Description :

Herbe annuelle de 30 à 90 cm de haut. Les feuilles opposées ont une saveur très amère. Les capitules ont de petites fleurs jaunes et sont pourvus de bractées externes recouvertes de poils collants.

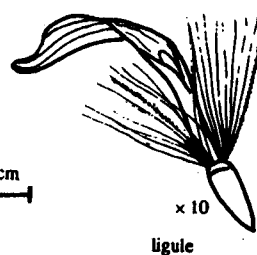
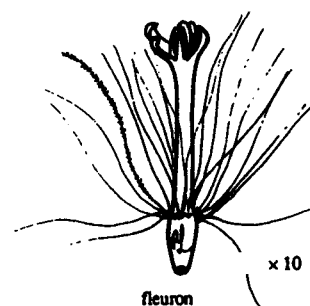
Usage médical :

Les feuilles bouillies ou infusées servent à laver les plaies, les furoncles ... pour hâter leur dessèchement et leur cicatrisation. La plante entière, bouillie et utilisée en bain, sert à traiter les maladies éruptives des enfants.

Le ou la Guérivite est donc essentiellement un remède des maladies de la peau : eczéma, acné, gale, borbouille, ulcères, brûlures, gratelle.

On pourra faire un cataplasme de feuilles de Guérivite avec une feuille de Chou pour soigner les plaies.

Pour purger les enfants qui ont le tambave, on fera bouillir les racines. Le décocté sera absorbé avec de l'huile d'Olive.

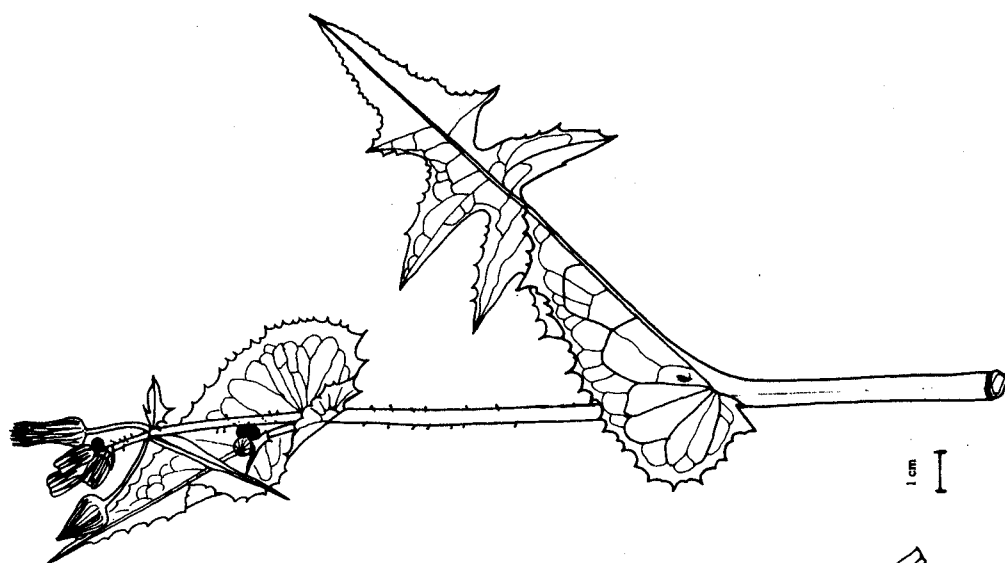


1 cm

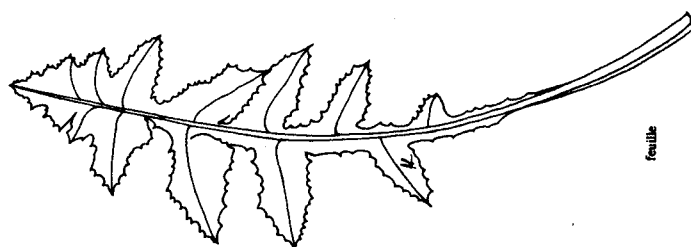
Ambaville

Senecio ambavilla (Bory) Persoon

Asteraceae



1 cm



Brède lastron

Sonchus asper (L.) Hill.

Asteraceae

Senecio ambavilla (Bory) Persoon

Noms vernaculaires : Ambaville, Zambaville, Jambaville.

Description :

Arbrisseau (voire même arbuste parfois) à petites feuilles pouvant évoquer celles de la Germandrée Petit-Chêne de Métropole.

Les capitules sont d'un jaune très pâle, avec souvent 5 fleurs ligulées.

Cette espèce endémique de la Réunion se comporte comme un pionnier.

Usage médical :

Si l'Ambaville peut être utilisée en cataplasme sur les furoncles, sa décoction est plus souvent usitée en bain pour laver les plaies dont elle favorise la cicatrisation, pour traiter la gale, l'eczéma, la bourbouille, les démangeaisons, les égratignures, les irritations de la peau des bébés. C'est en cela un remède du tambave. Elle est alors associée au Bois jaune (Ochrosia borbonica Gmel.), à l'Herbe à bouc (Ageratum conyzoides L.), au "cœur" de Pêcher (Prunus persica (L.) Sieb. et Z.), à la Guérivite (Siegesbeckia orientalis L.), etc.

En bain et en boisson, c'est un remède contre la goutte, les douleurs articulaires, les rhumatismes. Elle s'est montrée excellente contre les maux d'estomac et en particulier l'ulcère gastrique.

Sonchus asper (L.) Hill.

Nom vernaculaire : Brède Lastron. Le même nom vernaculaire s'adresse aussi à Sonchus oleraceus L. . Toutes deux sont utilisées en "brèdes", c'est-à-dire en légumes verts.

Description :

Les deux espèces de Sonchus ont des capitules jaunes et une sève laiteuse. Sonchus asper a des feuilles à "dents assez piquantes", alors que celles de Sonchus oleraceus sont "peu piquantes".

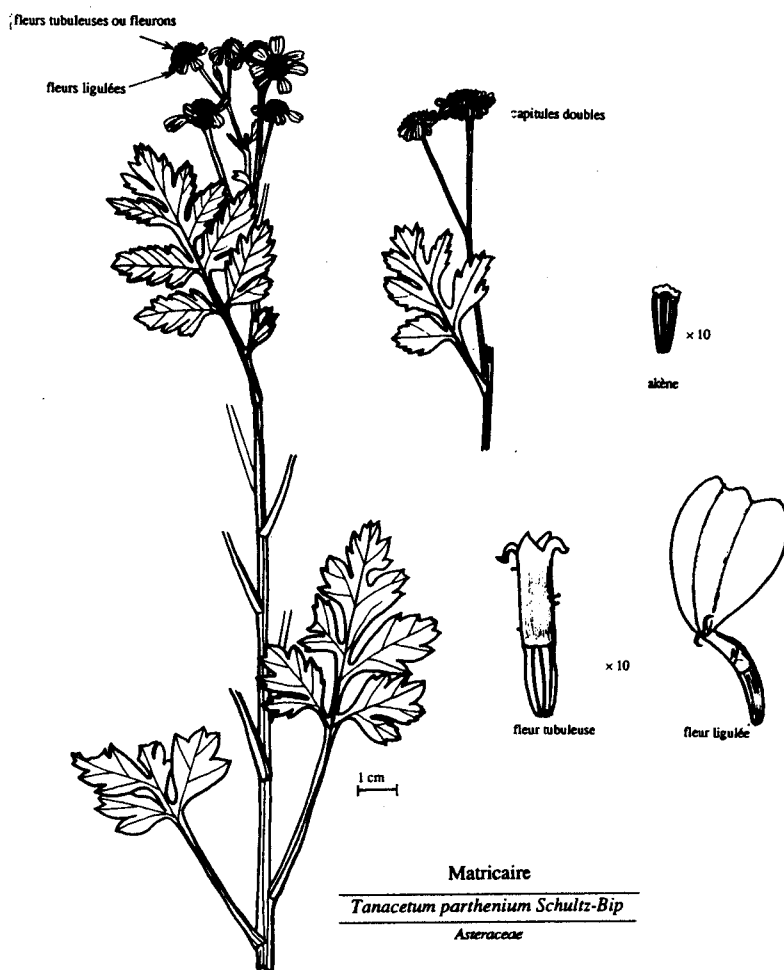
Sur le dessin, on remarque que les feuilles de Sonchus asper ont à la base des oreillettes arrondies et "contournées en arrière de la tige".

Usage médical :

Boire une ou deux tasses d'infusion pour calmer les douleurs de l'ulcère d'estomac.

Contre l'"échauffement" de l'intestin, manger les feuilles cuites en brèdes avec du Riz.

Le bouillon des brèdes est digestif et dépuratif. L'infusion favorise la montée du lait chez la femme qui allaite.



Tanacetum parthenium Schultz - Bip = Leucanthemum Parthenium G.G.

Noms vernaculaires : Matricaire, Matréœur, Matricœur, Gros Camomille.

Description :

Notre Matricaire n'a pas les réceptacles bombés et creux de Matricaria recucita L. = M. chamomilla L. Elle se rapproche davantage de Tanacetum parthenium Schultz - Bip = Leucanthemum parthenium G.G. . Ses capitules sont radiés, bicolores. Au cœur, les fleurs tubuleuses sont jaunes, à la périphérie, les fleurs ligulées sont blanches.

Usage médical :

La Matricaire est utilisée contre les palpitations cardiaques ou plus simplement est dite bonne pour le cœur qu'elle tonifie.

Elle fait partie de la "tisane saisissement" absorbée suite à une frayeur, une angoisse, un choc émotionnel. De fait, la Matricaire est recommandée contre l'insomnie, les crises nerveuses, les migraines, les dépressions nerveuses. Elle est aussi réputée pour calmer les douleurs des menstruations difficiles.

Tanacetum vulgare L.

Noms vernaculaires : Absinthe, Tanaisie.

Description :

Cette herbe aromatique est surtout remarquable au moment de sa floraison jaune d'or. Ses capitules sont disposés en corymbes.

Elle est aussi reconnaissable à ses feuilles à subdivisions peu profondes et assez larges.

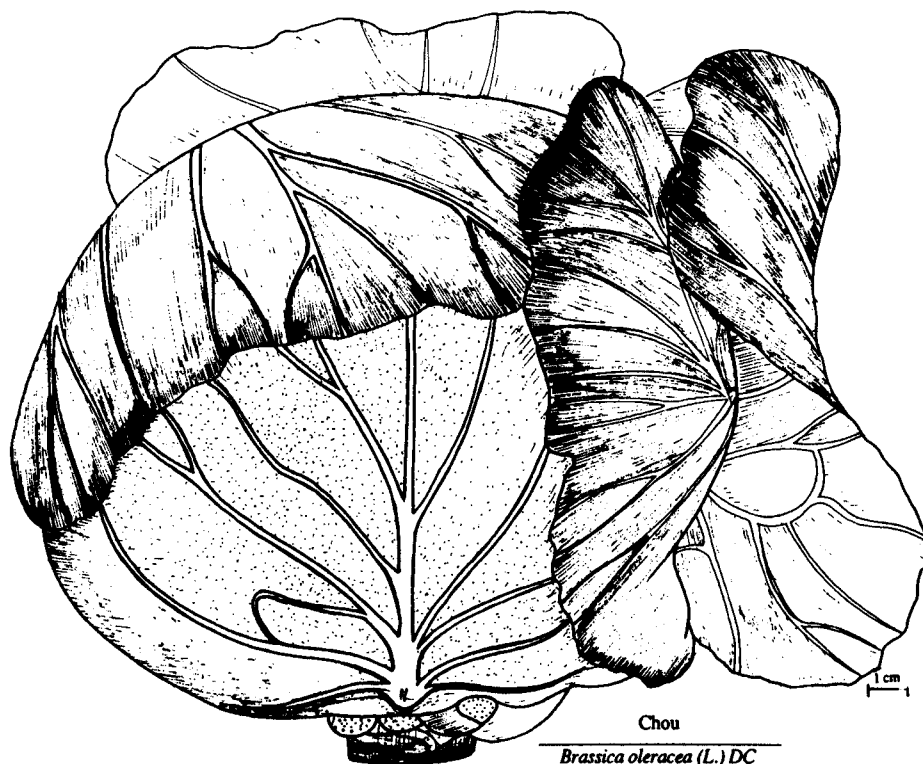
Usage médical :

Comme l'Absinthe vraie (Artemisia absinthium L.), la Tanaisie est un remède anti-poux et un vermifuge.

Pour le cœur, on mettra bouillir de l'eau. On y fera tremper 3 petites branches et l'on boira une tasse avant chaque repas.

En bain, la Tanaisie soigne les plaies qui ne guérissent pas.

Pour le retour d'âge, on fera bouillir quelques feuilles dans l'eau puis on boira cette décoction dans la journée.



Chou

Brassica oleracea (L.) DC

Brassicaceae



Cresson

Rorippa nasturtium - aquaticum (L.) Hayek

Brassicaceae

graines sur 2 rangs



silique (fruit)



graine x 10

BRASSICACEAE (Crucifères)

Brassica oleracea (L.) DC

Nom vernaculaire : Chou.

Description :

Plante légumière à tige épaisse, portant des feuilles se recouvrant et formant une "pomme" à l'état végétatif. A l'état sexué apparaissent des fleurs jaune vif.

Usage médical :

On écrase un peu de grosses feuilles de Chou qu'on fait chauffer et qu'on met en cataplasme sur le ventre des femmes quand elles ont des douleurs.

Les cataplasmes de feuilles servent encore à soigner les enflures, les contusions, les furoncles.

Le bouillon est bon pour la croissance.

Rorippa nasturtium-aquaticum (L.) Hayek = Nasturtium officinale R. Brown

Nom vernaculaire : Cresson.

Description :

Herbe vivace, semi-aquatique, sans racine pivotante. Feuilles imparipennées. Inflorescence terminale en grappe. Fleurs blanches. Fruits subcylindriques. Plante originaire d'Europe, cultivée ou subspontanée.

Usage médical :

Sur les taches de rousseur, appliquer un mélange de jus de Cresson, de jus de Citron et de miel.

Sur les furoncles, appliquer tiges et feuilles écrasées avec un peu d'huile de Ricin.

Contre le mal aux dents, mastiquer des feuilles.

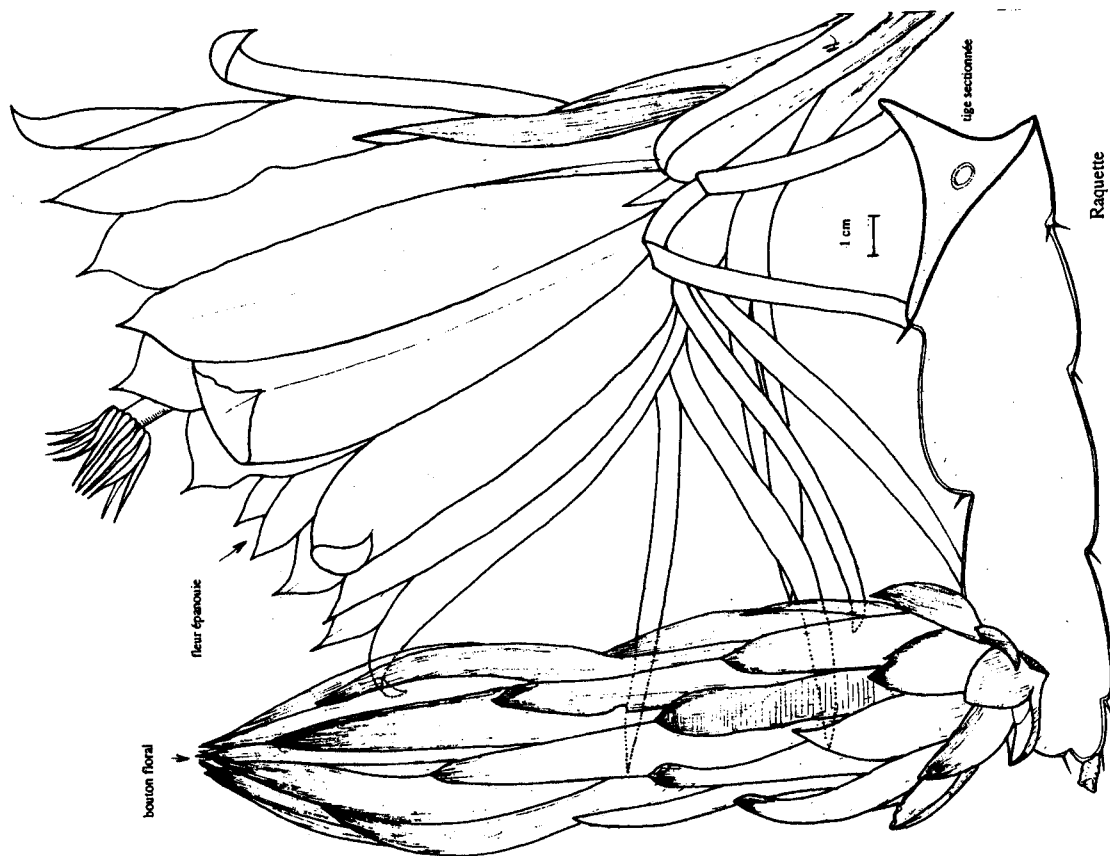
Contre la chute des cheveux, frictionner le cuir chevelu avec du jus mélangé à du rhum.

Contre le hoquet persistant, faire une décoction de graines et de la base de la plante.

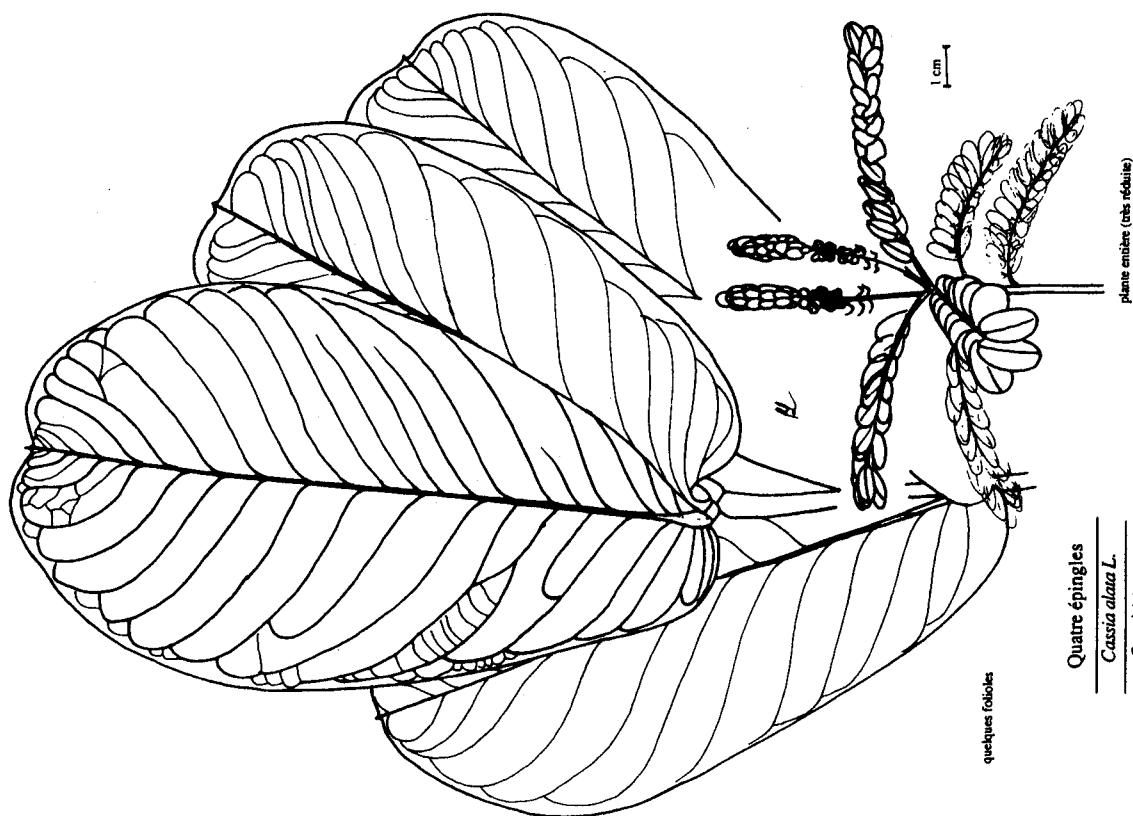
Contre l'asthme, prendre du jus de Cresson seul, ou en mélange avec du jus de Citron et du miel.

Pour la bronchite, le diabète, les calculs rénaux, on prendra chaque jour du suc de Cresson dans du bouillon.

Le Cresson est bon contre la grippe, contre la fatigue ; c'est aussi un dépuratif.



Raquette
Hylocereus undatus (Haw.) Britt.
 Cactaceae



Quatre épingle
Cassia alata L.
 Caesalpinaceae

CACTACEAE

Hylocereus undatus (Haw.) Britt. et Rose

Noms vernaculaires : Raquette, Raquette trois côtes, Raquette tortue, Manger tortue.

Description :

Plante à la fois rampante et grimpante. Peut grimper sur un arbre. Les tiges sont grosses, charnues, glabres, mais surtout trigones. Elles portent de grosses fleurs blanches, épanouies la nuit pendant la période cyclonique.

Usage médical :

Ce sont essentiellement les racines adventives qui sont utilisées comme remède. Elles sont mises à bouillir et le décocté est bu contre l'albuminurie ou présence d'albumine dans les urines, surtout chez les femmes enceintes. C'est encore un remède contre les enflures, l'urémie, les rhumatismes. Faire griller une feuille. Envelopper la "chair" de la Raquette dans un linge fin et l'appliquer sur un furoncle pour le faire mûrir.

Contre les hémorroïdes, écrasez la chair d'une tige épluchée. La mettre dans de l'eau tiède qu'on utilisera en bain de siège.

CAESALPINIACEAE

Cassia alata L.

Noms vernaculaires : Quatre épingles, Quatr'épingle, Catréping, Dartrier.

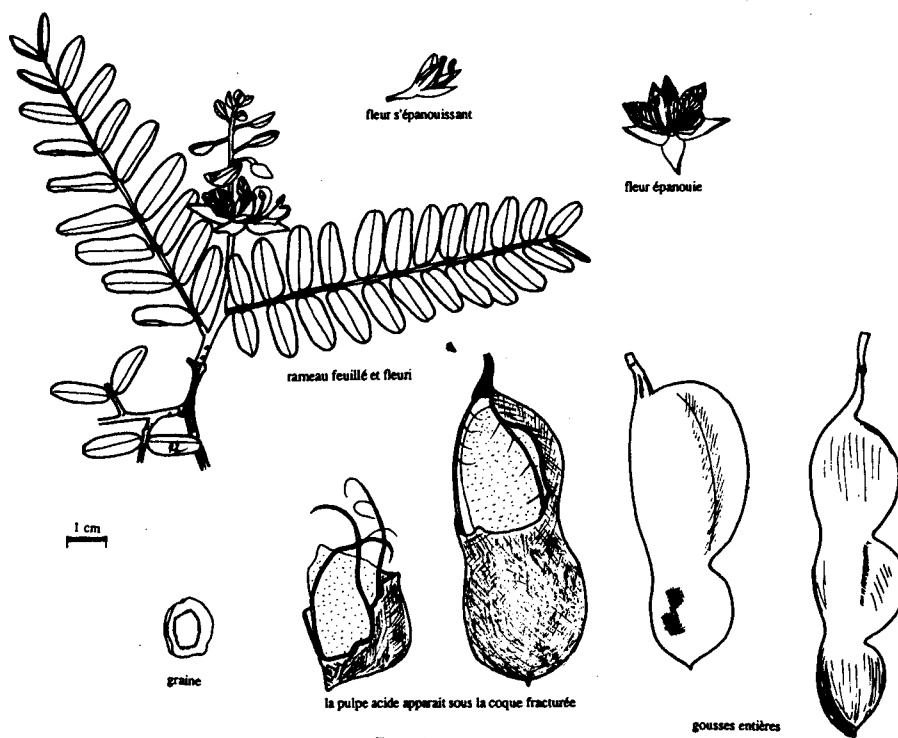
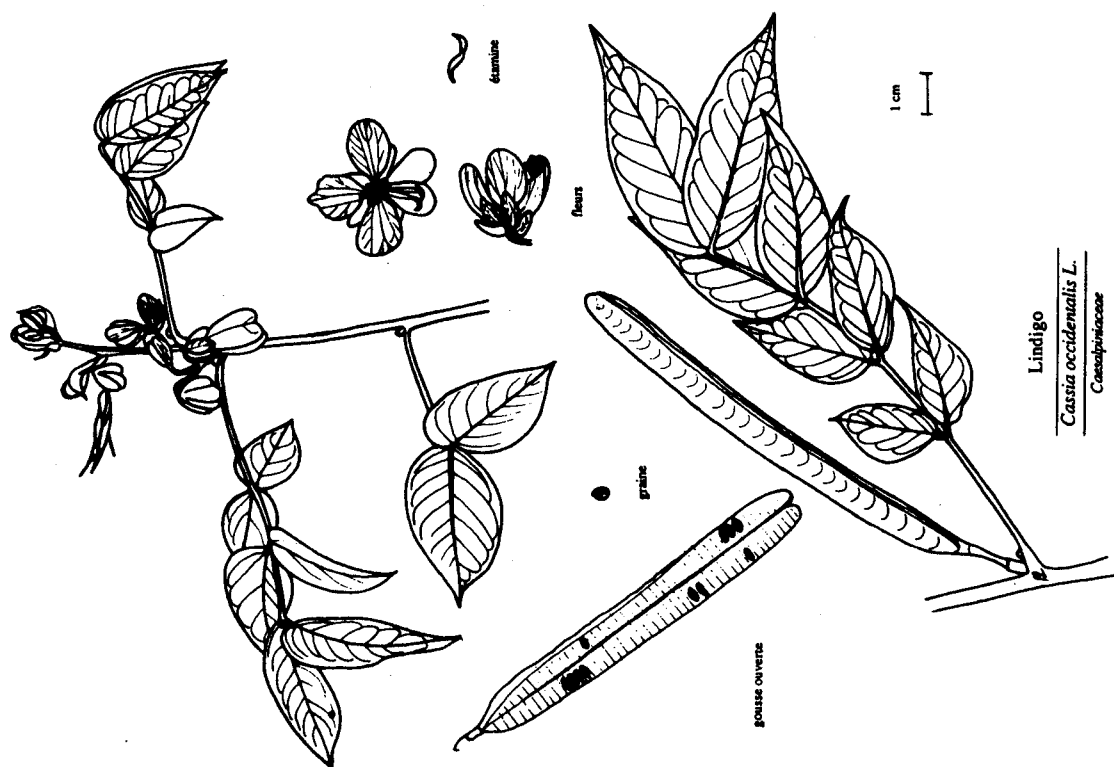
Description :

Arbuste, de 2,5 à 3 m de haut, remarquable par ses grandes feuilles paripennées d'au moins 1 m de long. Chaque foliole mesure au moins 15 cm de long. Les inflorescences terminales sont jaune d'or et très décoratives. Ce sont les gousses qui sont "aillées".

Usage médical :

Le Quatre épingles est d'abord un remède contre l'hypertension. Une tension trop forte (18-22) sera traitée avec 3 folioles mises à bouillir. En boire une tasse pendant 3 jours.

Le suc ou la pulpe des feuilles fraîches, en application ou en badigeonnages locaux, produisent un soulagement immédiat des dartres et autres infections de la peau : impétigo, eczéma, herpès, teigne, gale.



Cassia occidentalis L.

Noms vernaculaires : Lindigo, Indigo, Souveraine.

Description :

Herbe sous-ligneuse pouvant atteindre 1 m de haut. Ses feuilles sont paripennées. Ses fleurs jaunes donnent issue à des gousses aplaties et étroites, contenant 10 à 20 graines.

Usage médical :

Sur les plaies, appliquer des feuilles écrasées. Pour l'acné, utiliser une décoction de feuilles. Les brûlures sont à laver avec une décoction de feuilles d'Indigo, de feuilles de Vavangue (Vangueria edulis) et de Pion d'Inde (Jatropha curcas).

"Pour la bile", contre l'ictère, laisser macérer 24 heures une poignée de racines dans 1 l d'eau. A boire dans la journée.

On fait bouillir les feuilles ou les racines pour traiter les douleurs d'estomac, l'inflammation des intestins. Les feuilles seraient efficaces contre la coqueluche, la bronchite, la goutte, l'anémie et le paludisme.

Contre la goutte et les rhumatismes, on fera macérer des graines d'Indigo, des Clous de Girofle et une racine de Franciséa (Brunfelsia hopeana) dans de l'alcool. Cette macération servira à se frictionner.

Tamarindus indica L.

Noms vernaculaires : Tamarin, Tamarinier, Tamarin pays, Tamarin des Bas.

Description :

Arbre de 12 à 15 m de haut. Feuilles paripennées. Fleurs jaunâtres à brun pâle, nervées de rouge (au niveau des pétales). Gousses légèrement aplaties, bosselées au niveau des graines.

En cuisine est surtout utilisée la pulpe "mondée", c'est-à-dire débarrassée de la coque, des cordons vasculaires et des graines.

Usage médical :

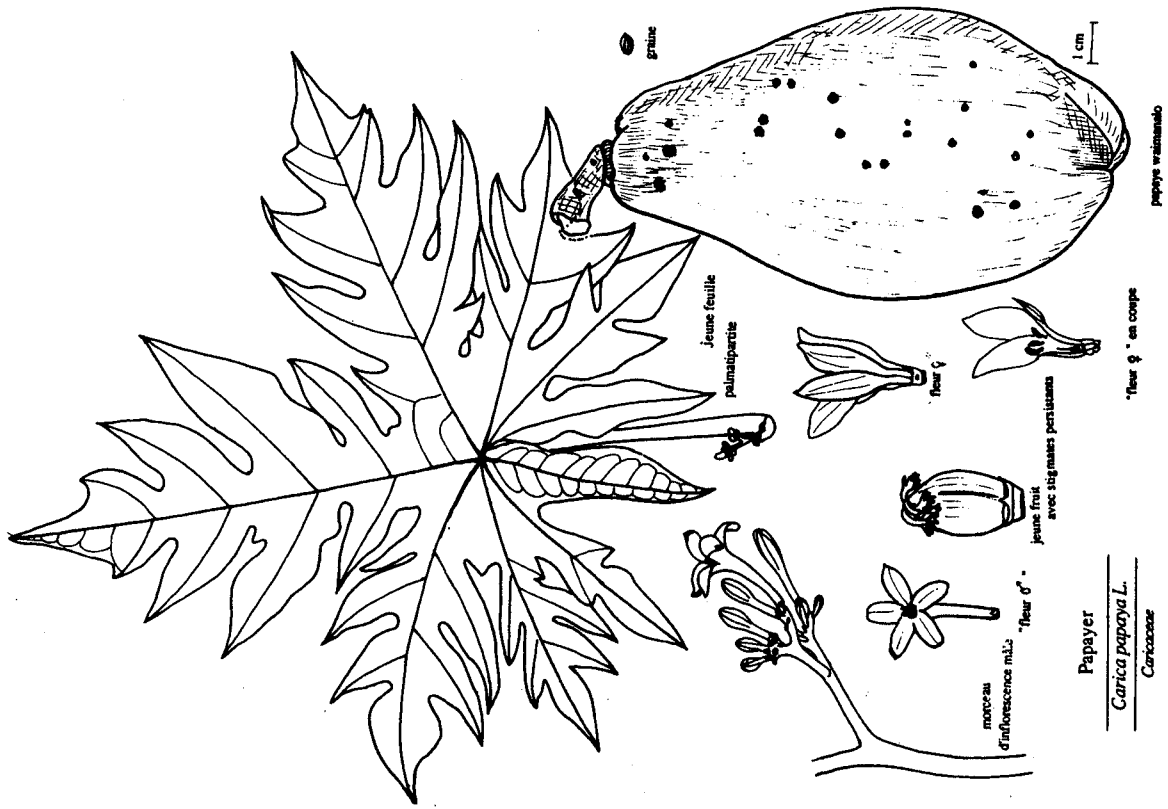
Contre l'angine ou les maux de gorge, on fera bouillir des feuilles ou l'écorce. Le décocté sera utilisé en gargarisme.

Des fruits macérés dans de l'eau légèrement salée donneront une boisson absorbée contre les troubles de la vue. La pulpe des fruits sert ordinairement de laxatif (pour lutter contre la constipation).

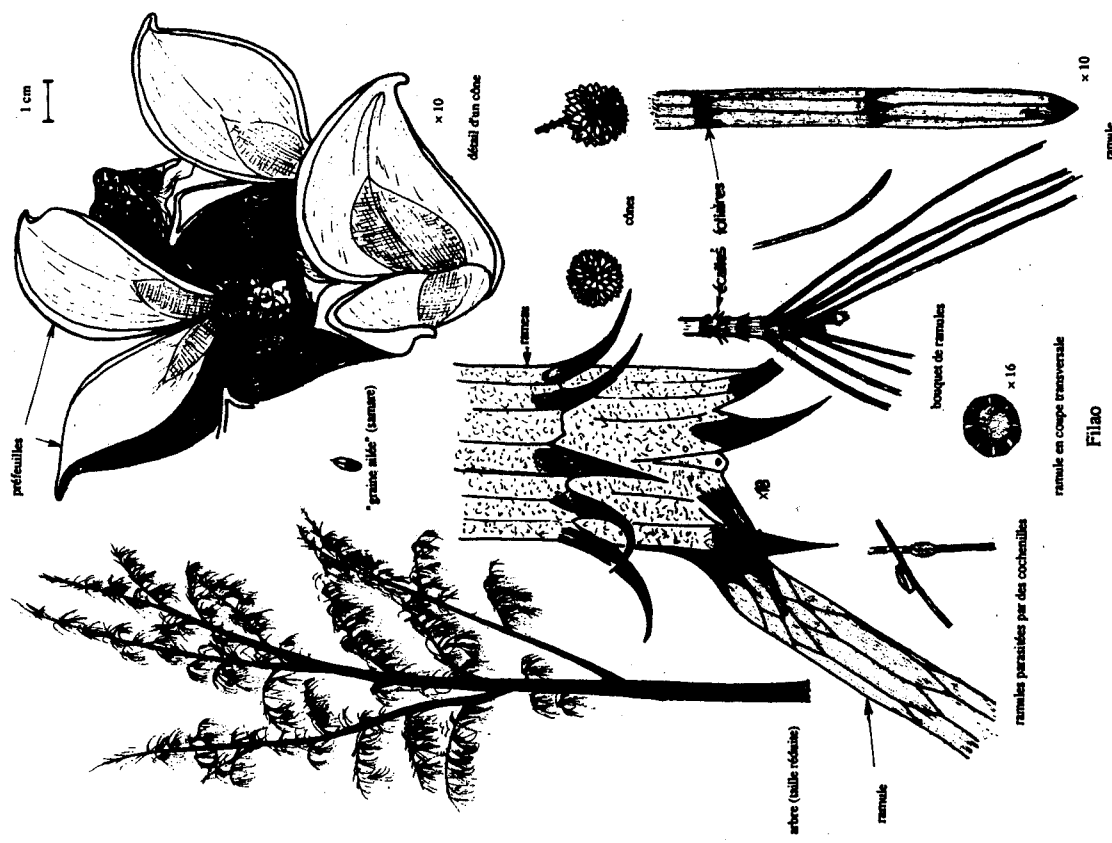
Contre l'asthme, on fait bouillir ou on laisse macérer un gros bout d'écorce dont on boira un verre 3 fois par jour.

Une décoction préparée avec des fruits verts soigne les coliques néphrétiques.

Serait aphrodisiaque une décoction de racine dont on boirait une tasse, deux ou trois fois par jour.



Papayer
Carica papaya L.
 Caricaceae



Filao
Casuarina equisetifolia J.R. & Forst.
 Casuarinaceae

CARICACEAE

Carica papaya L.

Noms vernaculaires : Papayer, Papaye.

Description :

Herbes géantes à grandes feuilles palmatiséquées portées au sommet de la tige. Apparition des fleurs à l'aisselle des feuilles.

Les dites "fleurs mâles" permettent parfois la formation de petites papayes, elles sont donc hermaphrodites. Elles sont surtout portées par un axe ramifié alors que les fleurs femelles sont subsessiles.

Usage médical :

Les graines, les fleurs mâles, la sève laiteuse, la feuille, peuvent être utilisées comme vermifuge. On écrase une vingtaine de graines de Papaye qu'on administre dans de l'eau ou du lait, le matin. On fait infuser 3 fleurs mâles dans un quart de litre d'eau, une fois par jour, pendant 3 jours. On verse 3 gouttes de latex, d'un Papayer mâle, dans de l'eau sucrée, à boire le soir avant de se coucher. On fait bouillir la feuille ; le décocté est à boire à jeun.

Les fleurs du Papayer mâle peuvent être associées, contre les vers, à l'Herbe à bouc (*Ageratum conyzoides*), au Pourpier (*Portulaca oleracea*), au Tolsy (*Ocimum canum*), à l'Héliotrope (*Heliotropium arborescens*), au Géranium (*Pelargonium x asperum*).

Les feuilles en cataplasmes seront appliquées sur les abcès, les contusions.

La sève laiteuse soigne l'acné, l'eczéma, les dartres ou estompe les taches de rousseur.

Feuilles et racines bouillies serviront à augmenter le débit urinaire.

CASUARINACEAE

Casuarina equisetifolia J.R. et G. Forst.

Nom vernaculaire : Filao.

Description :

Arbre dressé, à croissance rapide. Ses ramules ou ramilles sont pendantes. L'écorce des arbres adultes est rude et grise. Les cônes globuleux libèrent des samares de 6-6,5 sur 3-3,5 mm. Cet arbre a surtout été utilisé pour fixer les sables et les dunes du littoral Sous le Vent.

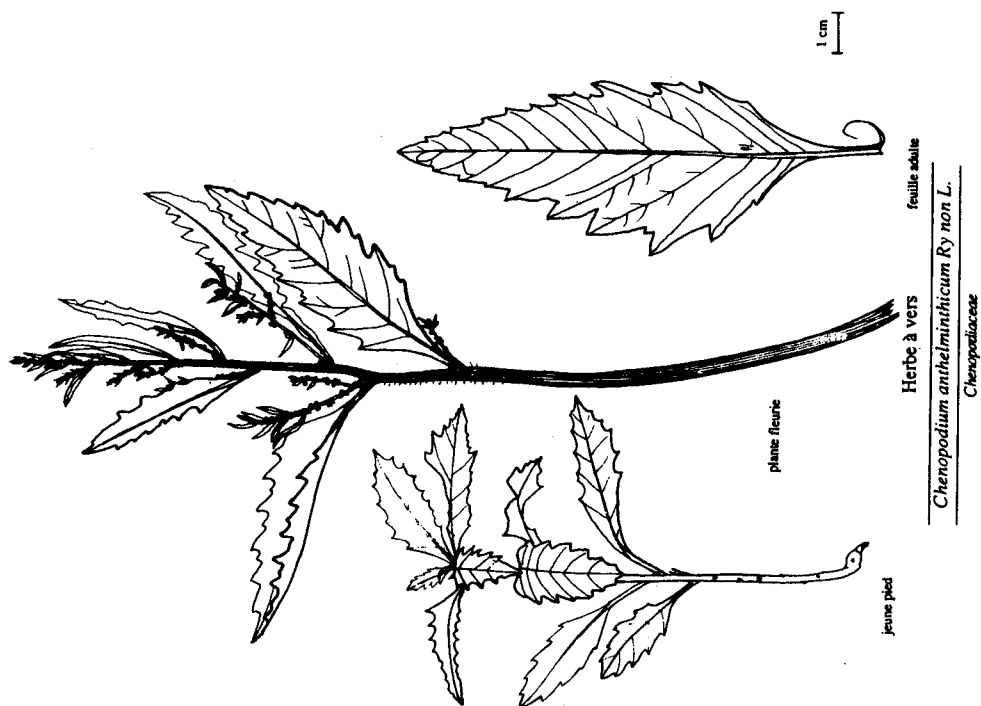
Usage médical :

On fait bouillir l'écorce jusqu'à réduction de moitié du liquide que l'on absorbe contre la diarrhée, la dysenterie.

Une poignée de "feuilles" (ramilles) est mise à bouillir avec une branche de Romarin pour soigner le "saisissement" (choc émotionnel).

Des ramilles mises à bouillir sont utilisées en compresses ou en injections, contre les inflammations des organes génitaux de la femme : pertes blanches, vulvite, vaginite. On pourra ajouter au Filao de l'Herbe à bouc (*Ageratum conyzoides*) et au décocté une cuillerée à soupe de Mercryl.

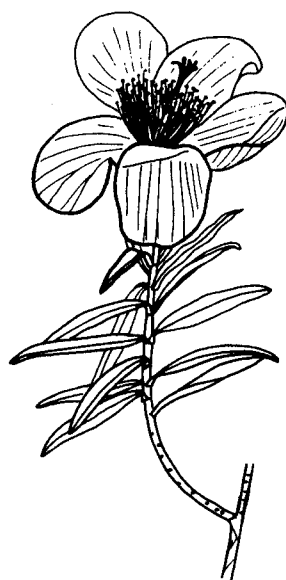
On prendra sept cônes encore verts pour 1 l d'eau. L'ébullition est portée jusqu'à réduction de moitié du liquide. On boira froid, par demi-verres, jusqu'à amélioration de la tension artérielle trop élevée.



bouton floral



fleur s'ouvrant



Fleur jaune

Hypericum lanceolatum Lamarck

Clusiaceae



1 des 5 faisceaux d'étamines



pistil



fleur fanée —
formation du fruit

1 cm

CHENOPODIACEAE

Chenopodium anthelminticum Ry non L.

Noms vernaculaires : Herbe à vers, Z'herbe à vers, Zerbaver, Somanchine, Vermifuge.

Description :

Herbe odorante, à feuilles sinuées-dentées. La plante peut atteindre 1 m de haut dans un sol frais et fumé. Ses fleurs sont petites et vertes.

Cette herbe rudérale, surtout présente sur des sols plus ou moins alluvionnaires à la Réunion, est originaire de l'Amérique tropicale.

Usage médical :

Comme son nom le suggère, l'Herbe à vers est surtout prise comme vermifuge. On écrase la plante pour en extraire du jus. Ce jus est mélangé à du sucre, le tout est absorbé "une seule fois", le matin à jeun. On peut aussi le "battre" avec de l'huile. Il "élimine les petits vers fins" (oxyures) qui démangent, la nuit. Il peut être associé au Papayer, à l'Ail. L'huile de Ricin ou l'huile d'Olive jouent le rôle de laxatifs dans ce traitement.

Contre les "plaies qui ne guérissent pas", on utilisera le jus ou bien les feuilles en cataplasmes ou en bains.

Contre la gale, on prépare une décoction concentrée à prendre en bain.

Contre la jaunisse, on fera une infusion à boire trois fois par jour avant les repas.

CLUSIACEAE

Hypericum lanceolatum Lam.

Noms vernaculaires : Fleur jaune, Bois de fleur jaune.

Description :

Arbrisseau ou arbuste surtout présent dans les fourrés et forêts de moyenne altitude.

A l'époque de sa floraison, il est largement visité par l'Oiseau Vert (*Zosterops olivacea*) qui vient s'abreuver du nectar des belles fleurs jaunes ou peut-être y collecter aussi quelques menus insectes floricoles.

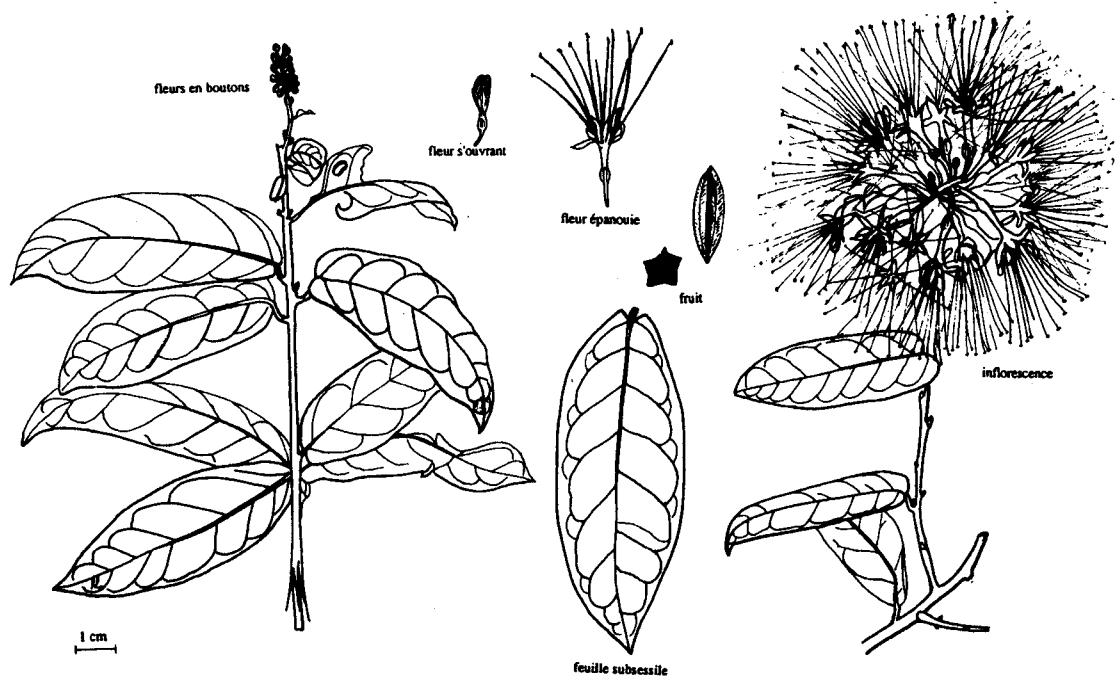
La plante est riche en huile essentielle et sa tige blessée laisse exsuder une gomme résineuse.

Usage médical :

La tisane de Fleur jaune est "rafraîchissante", c'est-à-dire capable de lutter contre les brûlures d'estomac données par le Piment, de lutter contre la fièvre. C'est aussi un bon remède contre les "échauffements", c'est-à-dire les inflammations urinaires accompagnées de brûlure quand on urine (cystite).

Dite bonne pour nettoyer le sang, faciliter la circulation, la Fleur jaune est avant tout un dépuratif. Régularisant les règles, elle est utilisée pendant la ménopause.

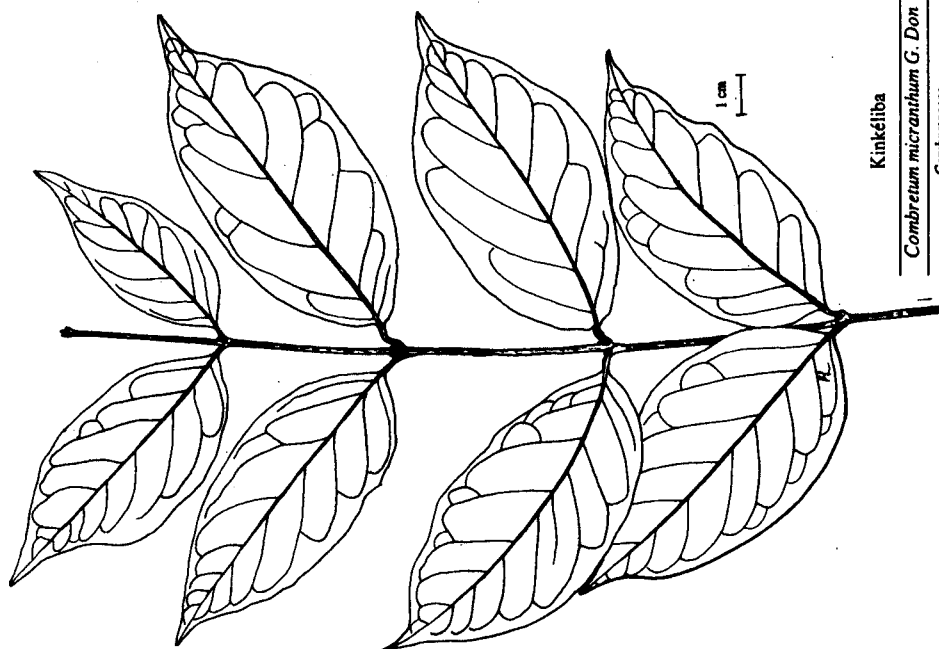
On constate cependant que le Bois fleur jaune, le Romarin, l'Herbe à bouc (*Ageratum conyzoides*) font saigner les femmes aux ovaires sensibles. Ces plantes sont donc à éviter si elles créent de tels troubles !.



Petit Badamier

Combretum constrictum Laws.

Combretaceae



Kinkéliba

Combretum micranthum G. Don

Combretaceae

COMBRETACEAE

Combretum constrictum Laws.

Noms vernaculaires : Ti Badamier, Ti Badamier les vers.

Description :

Arbrisseau-arbuste de 2 m de haut, à feuilles alternes et à floraison terminale. Les fleurs sont surtout remarquables par leurs étamines allongées, d'un bel écarlate. Elles donnent parfois issue à des fruits pentagonaux dont l'amande est comestible.

Usage médical :

On prête au Ti Badamier des propriétés vermifuges. On mangera, de ce fait, 4 à 5 amandes chaque matin, pendant une semaine.

Une autre recette nous dit de manger quelques amandes le soir, au coucher, "un grain par année d'âge". Le lendemain, à jeun, prendre une cuillerée d'huile de Ricin additionnée de Café clair. Dans la matinée boire du bouillon de brèdes (Morelle ou Pariétaire ou Chouchou). Recommencer 3 jours de suite.

Combretum micranthum G. Don

Noms vernaculaires : Kinkéliba, Quinquéliba, Quinquiliba.

Description :

Arbuste buissonnant ou sarmenteux pouvant atteindre une grande dimension. L'écorce des tiges est rousse. Ses feuilles sont verdâtres, subsessiles et acuminées.

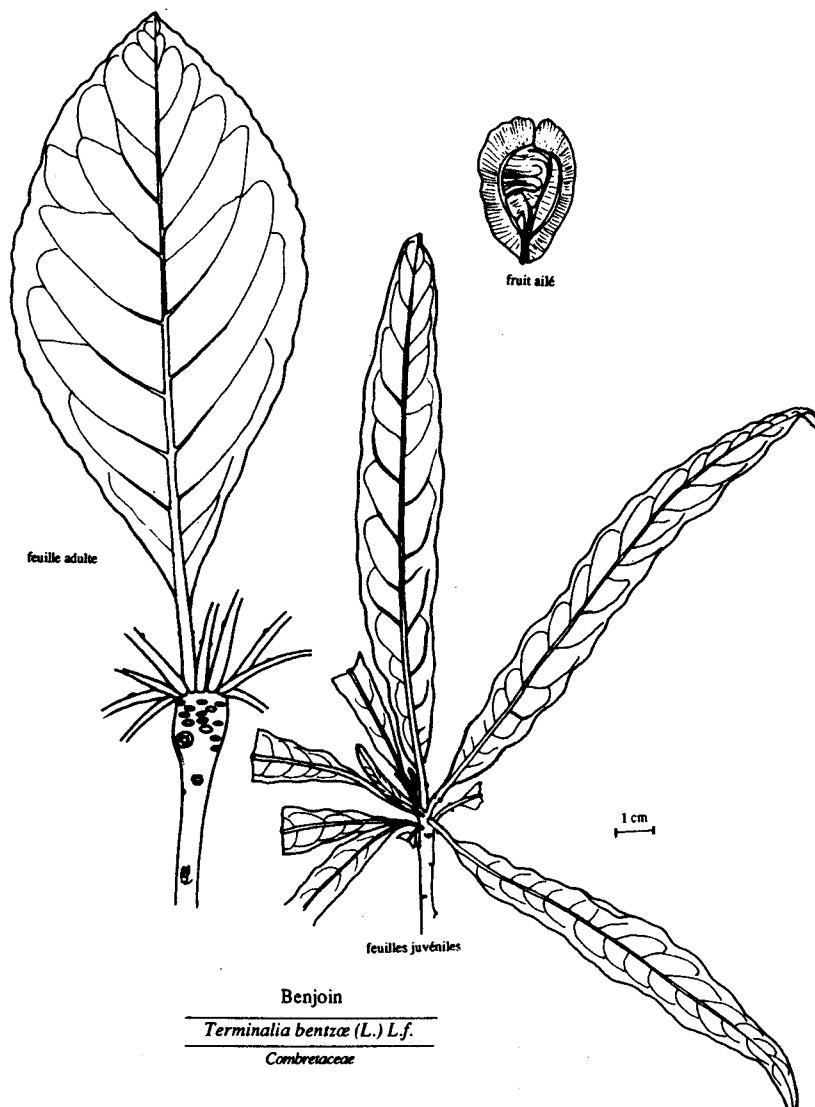
Cette plante fut introduite à la Réunion pour lutter contre le paludisme qui y sévissait. Depuis elle n'est connue que par un petit nombre de personnes qui l'utilisent parfois à la place de la Nivaquine quand elles vont dans un pays impaludé.

Usage médical :

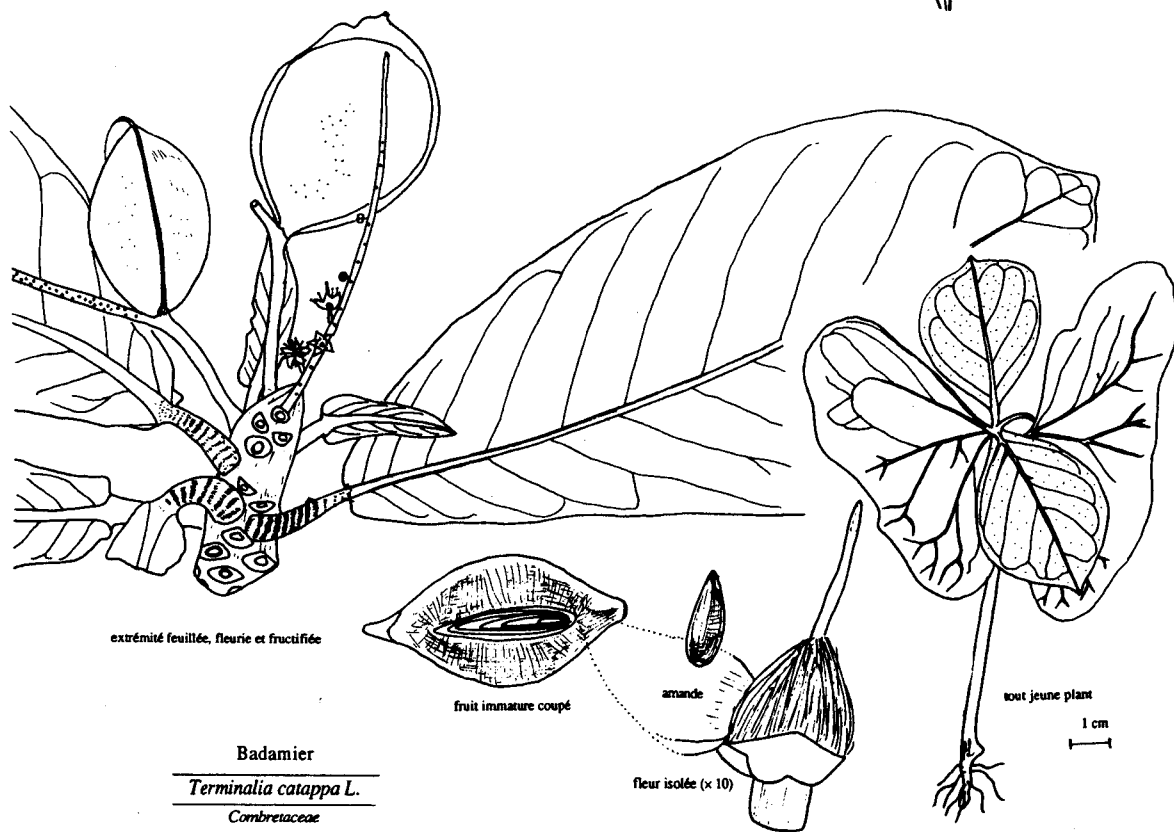
Quatre à cinq feuilles pour une grande tasse d'eau sont mises à bouillir, trois fois par jour, pour lutter contre le paludisme et les états fiévreux.

On peut faire bouillir 3 feuilles dans 1 l d'eau. Boire dans la journée, pendant trois jours, contre la fièvre, le paludisme, les "accès bilieux" (hépatite, ictère).

Le Kinkéliba est regardé comme un rafraîchissant, utilisé contre les échauffements et les troubles urinaires. On lui prête la faculté de guérir l'hépatite virale.



Benjoin
Terminalia bentzæ (L.) L.f.
 Combretaceae



Badamier
Terminalia catappa L.
 Combretaceae

Terminalia bentzæ (L.) L.f.

Noms vernaculaires : Benjoin, Benjoin, Binjoin, Benzouin, Bainjoin.

Description :

Arbre utilisé pour faire des reboisements. Son fût est très droit, ses branches subhorizontales. Il peut atteindre 20 à 30 m de haut dans certaines ravines escarpées de la région Sous le Vent.

Les rameaux sont dilatés à leur extrémité ; les feuilles s'y regroupent.

A l'état juvénile, les feuilles sont étroites et rougeâtres ; au stade adulte les feuilles sont nettement plus larges et vertes.

Sont hétérophylles plusieurs espèces de notre étude dont Secamone volubilis, Turraea casimiriana, Aphloia theiformis ... et bien sûr Terminalia bentzæ.

Usage médical :

L'écorce de Benjoin, avec de la Cannelle, du Vétiver, de la Verveine-citronnelle ... peut servir à préparer une "tisane refroidissement".

Le Benjoin est avant tout un remède contre la grippe, la toux, la bronchite ; on utilise dès lors les feuilles ou l'écorce.

Contre la grippe, on peut préparer la "complication" suivante : un petit morceau de Benjoin, un petit morceau de Cannelle, une peau d'Orange, un peu de Romarin, trois feuilles d'Ayapana (Eupatorium triplinerve). Cette tisane est à boire chaude et sucrée, trois fois par jour.

Terminalia catappa L.

Noms vernaculaires : Gros Badamier, Badamier.

Description :

Arbre cultivé à faible altitude, le plus souvent spontané sur le littoral. Il peut facilement atteindre 5 à 15 m. Ses branches sont subhorizontales. Ses feuilles sont obovales et cuspidées au sommet. Elles rougissent avant de tomber.

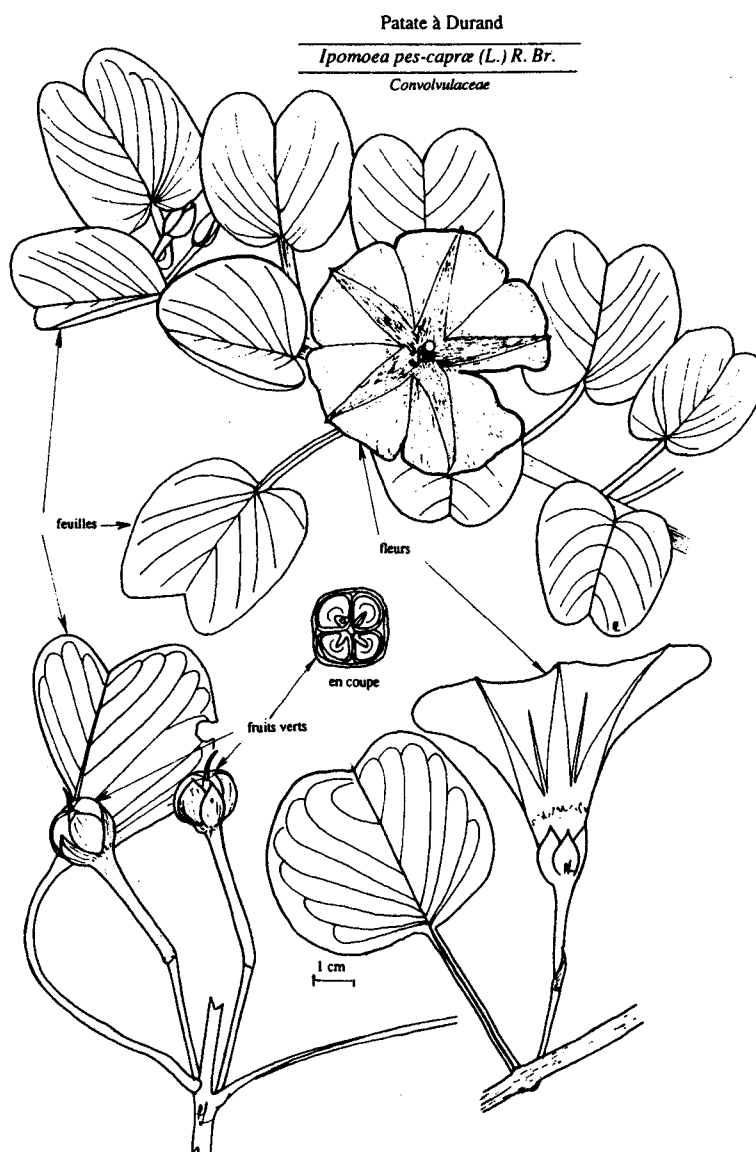
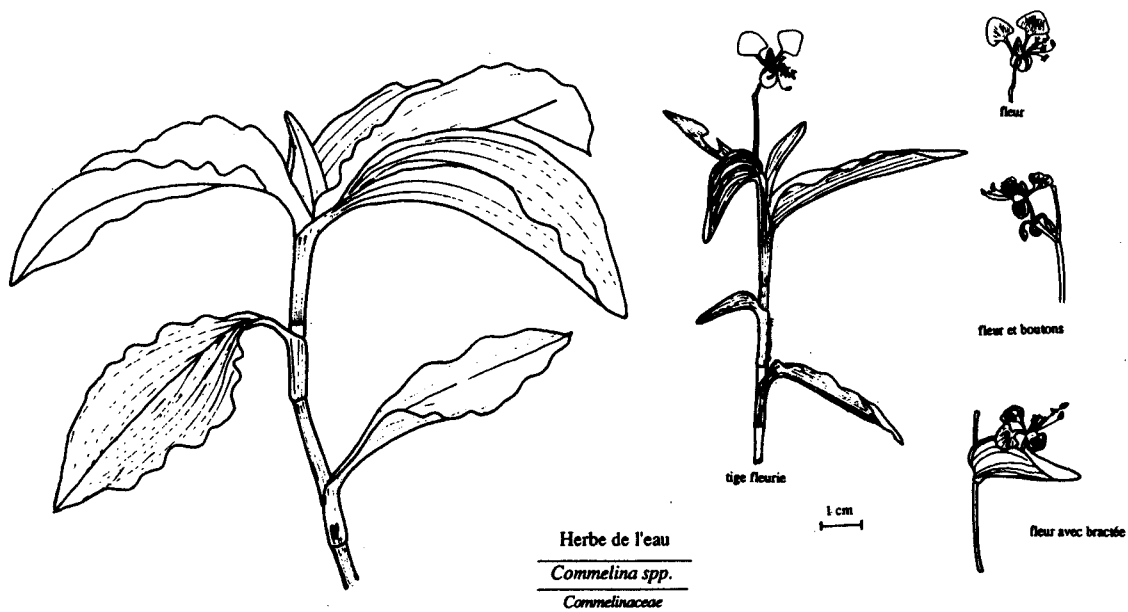
Ses petites fleurs blanchâtres peuvent se transformer en des fruits drupacés, à chair et à amande mangées par les enfants, à noyau dispersé par les courants marins.

Usage médical :

Contre la dysenterie et l'hypertension, laisser infuser des feuilles "mûres". Boire une tasse deux fois par jour.

Contre l'asthme, on fera bouillir 3 ou 4 feuilles. On laissera refroidir avant de boire.

Contre les vers, on absorbera des graines de Badamier broyées avec de la paraffine. Deux ou trois heures après, on prendra un purgatif.



COMMELINACEAE

Commelina diffusa Burm. f.

Noms vernaculaires : Herbe de l'eau, Zerbe de l'eau, Trainasse. En fait ces noms se rapportent à deux espèces : *Commelina diffusa* Burm. f. et *Commelina benghalensis* L., qui peuvent cohabiter dans un même secteur.

Description :

On distingue l'espèce *diffusa* de l'espèce *benghalensis*, essentiellement par leur spathe ou large bractée qui protège les fleurs. Dans le premier cas la spathe est à bords libres jusqu'à la base, dans le deuxième cas, elle est soudée au-dessus de l'insertion du pédoncule.

Ces deux espèces ont des fleurs bleues, portées par des tiges redressées. Les tiges étant le plus souvent couchées, ces plantes méritent le surnom de Trainasses.

Usage médical :

Les Herbes de l'eau sont surtout utilisées contre la constipation des bébés. Parfois on épluche une tige, laquelle est mise dans de l'huile d'Olive, avant d'être introduite dans l'anus où des va-et-vient aident à libérer les matières. Autrement, on procède à un lavement avec une décoction tiède additionnée d'huile d'Olive.

Prises en tisane, les Herbes de l'eau sont dites "rafraîchir" l'estomac, les intestins, par là s'opposer à leurs inflammations. En bain, elles sont utilisées contre les irritations, les brûlures, des maladies de la peau.

CONVOLVULACEAE

Ipomœa pes-caprae (L.) Swett.

Nom vernaculaire : Patate à Durand.

Description :

Plante herbacée à tiges courant sur le sol. Elle porte à chaque nœud une feuille épaisse bilobée, évoquant la patte d'un Caprin. De ces nœuds partent encore des fleurs, à corolle rose-pourpre, en entonnoir. Ses graines tomenteuses assurent la dispersion de cette espèce côtière par les courants marins.

Usage médical :

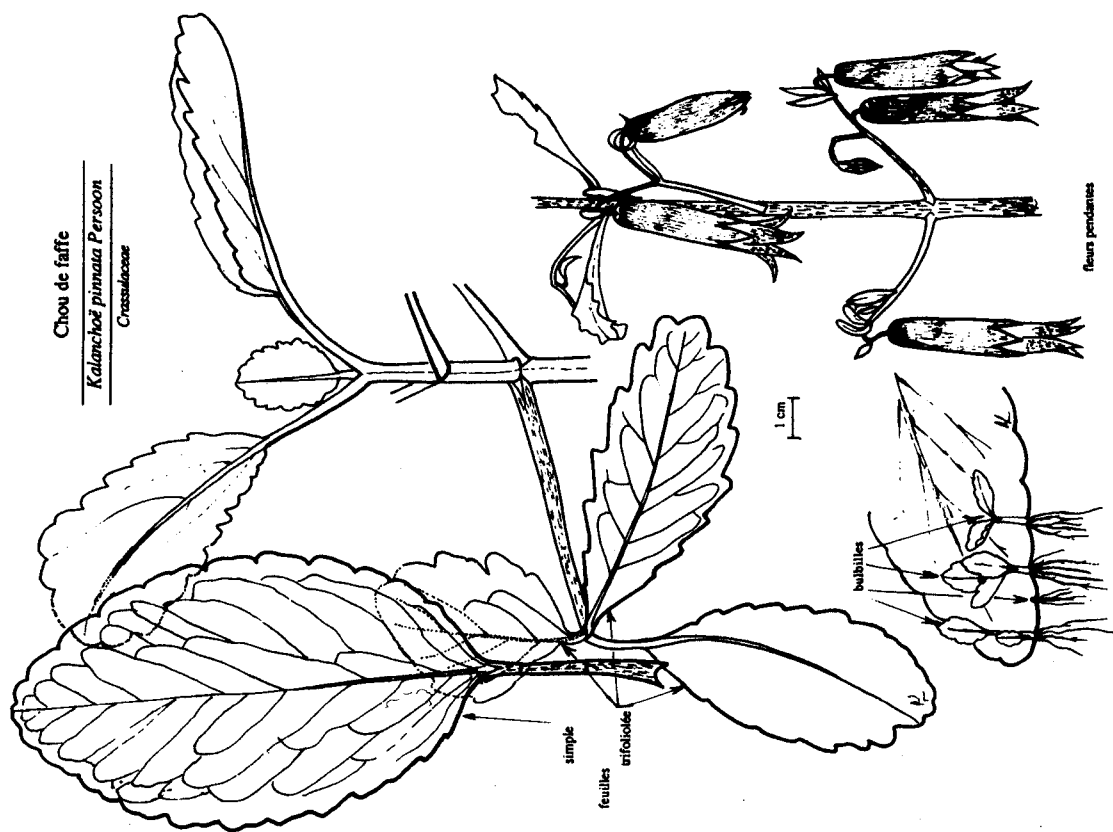
La décoction sera utilisée en bain de pieds contre les enflures, les rhumatismes, les crampes.

Un bain pourra être préparé pour chasser les mauvais esprits ; il sera ensuite jeté à la mer.

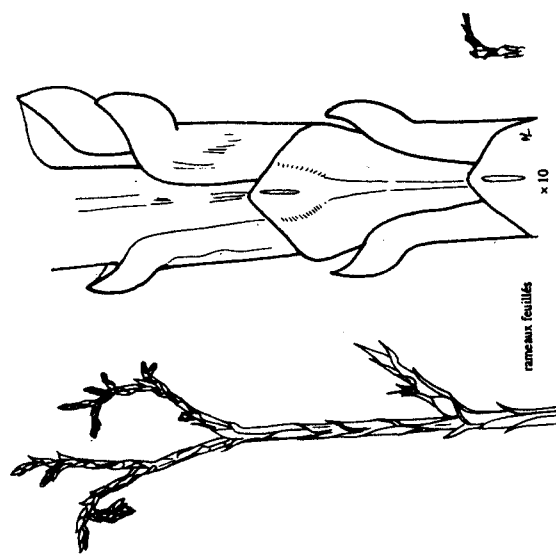
La décoction de racine servirait à combattre les fièvres et la colique.

Ecrasez les feuilles, faites les chauffer et enduisez-les d'huile de Ricin avant de les appliquer sur des abcès, des furoncles, des bleus, des enflures, des régions douloureuses.

De jeunes feuilles écrasées et appliquées sur le pied pourront faciliter l'extraction d'épines d'Oursin.



Chou de faffe
Kalanchoë pinnata Persoon
 Crassulaceae



Cyprés
Thuja orientalis L.
 Cupressaceae

CRASSULACEAE

Kalanchoe pinnata (Lam.) Pers. = *Bryophyllum pinnatum* (Lam.) Kurz

Noms vernaculaires : Patte poule, Manger tortue, Herbe à tortue, Herbe tortue, Palpok, Choudefafe.

Description :

Herbe vivace, à feuilles souvent trifoliolées. Les folioles détachées de la plante-mère produisent à l'aisselle de chaque crénelure une plante miniature capable de régénérer la plante adulte.

Les fleurs sont pendantes. Les pétales rougeâtres dépassent un peu le calice.

Plante d'origine asiatique commune à l'état sauvage où elle peut faire figure de peste.

Usage médical :

On choisit une feuille jaune, bien "mûre" que l'on fait bouillir au moins 5 mn dans 1 l d'eau. Cette décoction serait efficace contre les essoufflements et l'oppression (l'asthme). Pour éliminer l'eau et le sel en cas d'œdèmes, il faut ajouter à cette tisane une feuille de Calebasse (*Lagenaria siceraria* (Mol.) Standl.) ou une feuille de Petit Ravenale (*Heliconia bihai* L., sensu W. Hodge).

En bain, la Patte poule soigne la goutte, le rhumatisme et l'arthrose.

Des feuilles pilées, avec un morceau de Mazambon (*Aloe barbadensis* Miller) et un peu de sel, serviront à soigner les entorses, les "efforts" (tours de reins), les hémorragies, les refroidissements.

Contre le tambave, faire bouillir les feuilles et boire froid.

CUPRESSACEAE

Thuja orientalis L.

Noms vernaculaires : Cyprès, Thuya.

Description :

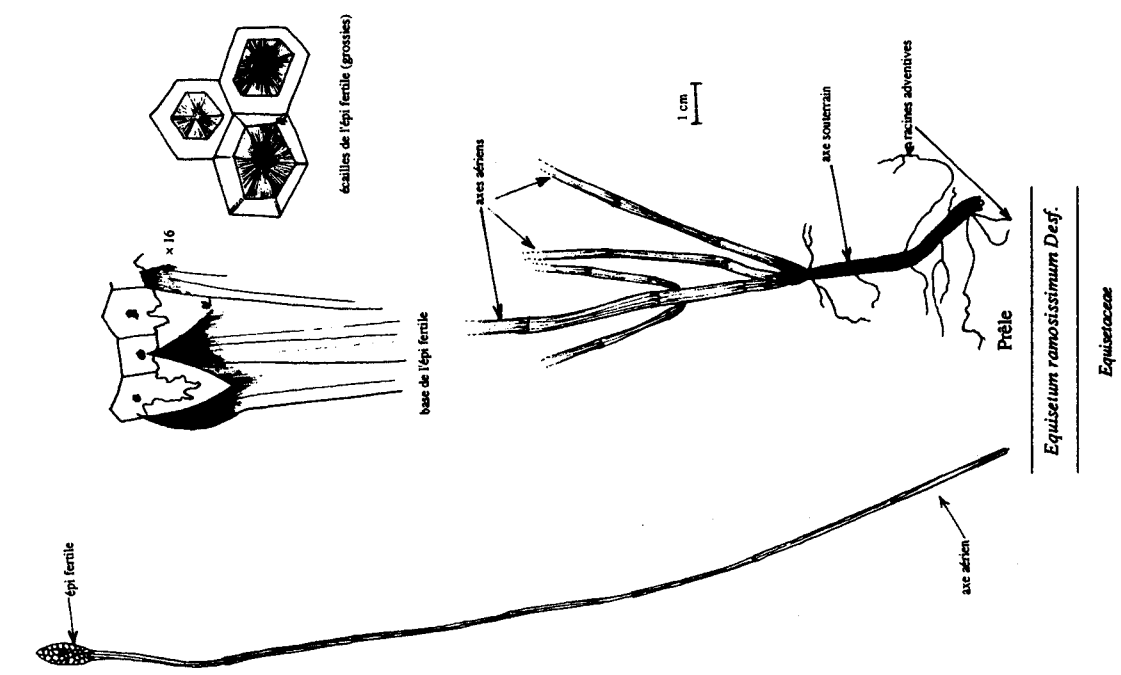
Arbuste ou arbre de petite taille atteignant aisément 3 à 4 m de haut. Les rameaux sont fins, un peu aplatis, d'un même vert sur les deux faces. Les cônes, ovoïdes, glauques avant maturité, ont 6 à 8 écailles épaisses, déhiscentes. Chaque écaille porte une à trois graines.

Usage médical :

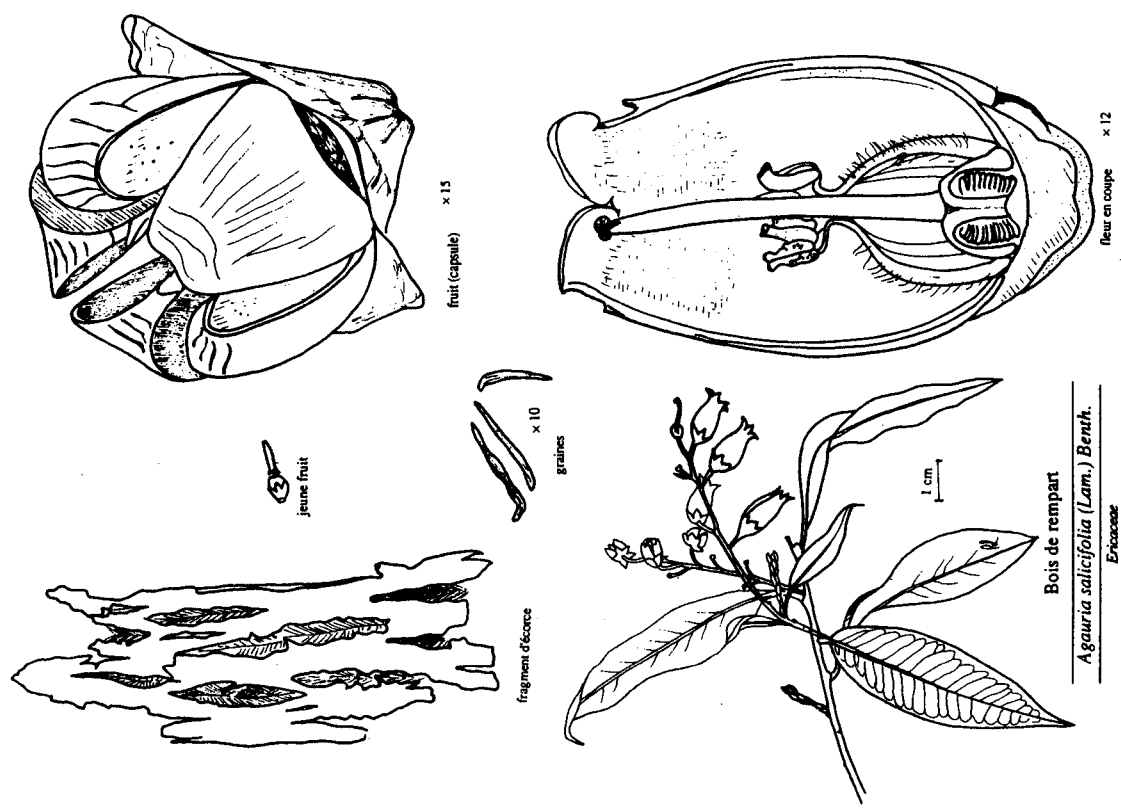
C'est surtout un remède antirhumatismal. On écrase quelques cônes qu'on laisse macérer dans l'alcool 2 à 3 jours puis on y ajoute un peu de Camphre. A utiliser en frictions sur les parties douloureuses.

Le Cyprès serait efficace contre les varices, les hémorroïdes, les troubles de la ménopause. On fait alors bouillir 3 petites branches dans 1,5 l d'eau. On boit une tasse de cette tisane sucrée, quatre fois par jour.

On donne encore du Cyprès pour améliorer la circulation sanguine, pour traiter les ulcères (ou "bobos de l'estomac"), pour faire tomber la fièvre.



Equisetum ramosissimum Desf.
Equisetaceae



Bois de renpart
Agauria salicifolia (Lam.) Benth.
Ericaceae

EQUISETACEAE

Equisetum ramosissimum Desf.

Noms vernaculaires : Prêle, Herbe sans feuille.

Description :

Le rhizome de la plante est de couleur noire. Ses tiges sont grêles et ramifiées. Elles ont été comparées aux ramilles de Filaos.

Cette Prêle - la seule présente à la Réunion - se trouve essentiellement sur des sols alluvionnaires plus ou moins humides, à basse et moyenne altitude.

Usage médical :

Cette Prêle est surtout utilisée pour soigner le diabète. Elle est alors préparée en décoction. Cette même décoction sera employée, en boisson comme diurétique et pour faire baisser le taux de graisse dans le sang ou le cholestérol, en bain contre la chute des cheveux.

ERICACEAE

Agauria salicifolia (Lam.) Hook f. ex Oliver

Noms vernaculaires : Bois de rempart, Bois de gale.

Description :

Arbre pouvant dépasser 10 m de hauteur. Son écorce est grisâtre, fissurée en long. Son bois de cœur est rougeâtre. Ses feuilles peuvent évoquer celles de certains Saules. Ses fleurs sont pendantes, à corolles rouges, en forme de grelot. Ses petites graines sont aisément dispersées par le vent.

Le Bois de rempart est avec le Tan rouge (Weinmannia tinctoria), le Bois maigre (Nuxia verticillata) ... un pionnier des coulées de lave récentes.

Usage médical :

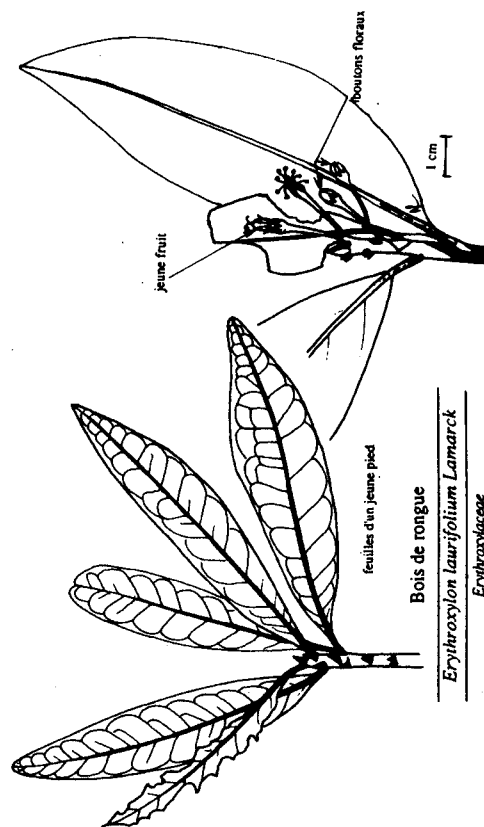
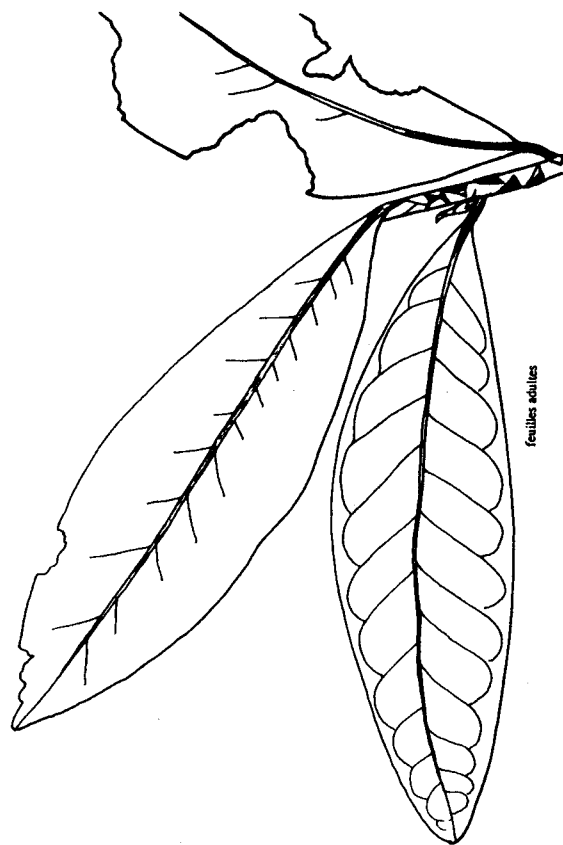
On se méfie de cette espèce toxique par voie interne, aussi est-elle uniquement employée à l'extérieur du corps.

Contre la gale, on l'utilisera en cataplasme, sans écraser les feuilles. On pourra aussi râper l'écorce et la mettre dans l'eau du bain.

Le cataplasme de feuilles peut aussi servir contre les affections pulmonaires. Contre les refroidissements, un sinapisme pourra être préparé avec Bois de rempart et farine de Moutarde.

Contre l'eczéma, on fera bouillir une poignée de feuilles puis on lavera les régions atteintes.

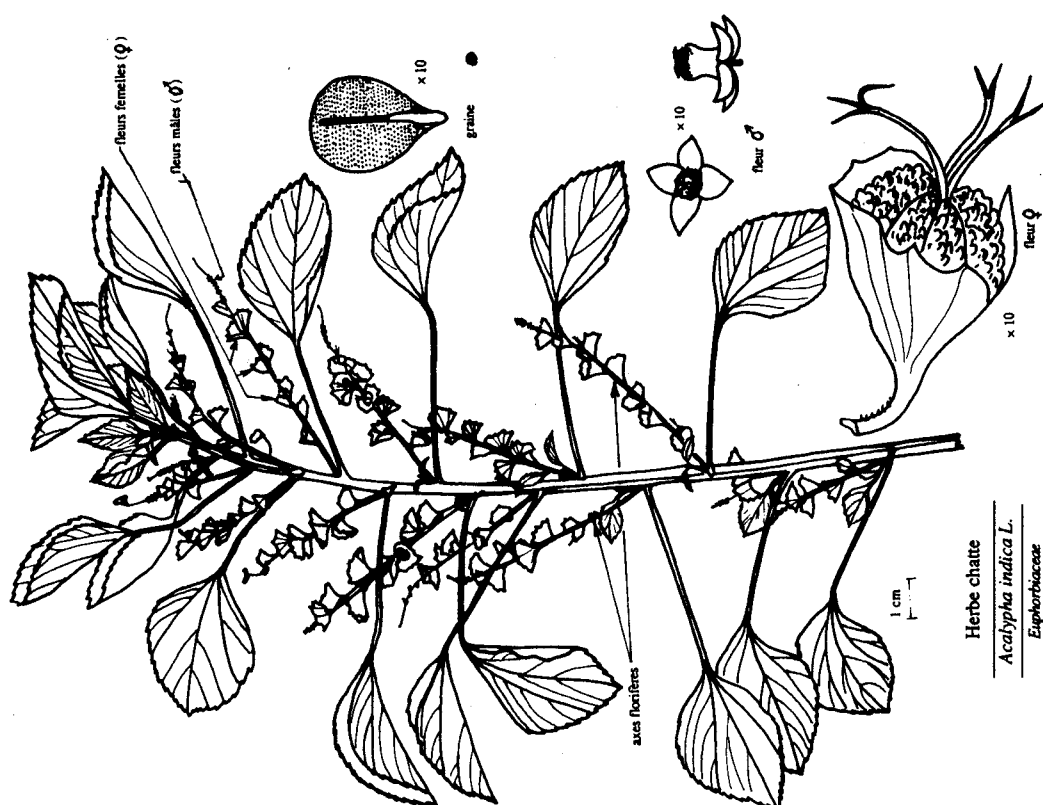
Contre les gonorrhées, Bois de rempart et Benjoin (Terminalia bentzoe) ont été utilisés ensemble !.



Bois de rouge

Erythroxylon laurifolium Lamarck

Erythroxylaceae



Herbe chatte

Acabypha indica L.

Euphorbiaceae

ERYTHROXYLACEAE

Erythroxylon laurifolium Lamarck

Noms vernaculaires : Bois de ronge, Bois de ronde, Bois rond.

Description :

Arbousseau ou arbuste de 3 m de haut. L'extrémité des rameaux est plus ou moins aplatie. L'écorce est beige clair. Les stipules triangulaires sont très nettes sur ces extrémités. Les fleurs sont blanchâtres. Les fruits rouge vif, charnus et à noyau, ont la forme d'un Piment.

Usage médical :

Le Bois de ronge est un spécifique des calculs urinaires et des coliques néphrétiques. On utilisera pour cela les feuilles, l'écorce et le bois.

Employer les feuilles et l'écorce en décoction ou macération contre les coliques néphrétiques et les diarrhées.

Faire bouillir un petit morceau de bois dans 1 l d'eau et boire dans la journée contre les coliques néphrétiques.

Râper l'écorce et la boire avec de l'eau et du sel pour les maux de gorge et les calculs rénaux.

Faire bouillir la plante et l'utiliser en bain contre les affections de la peau.

EUPHORBIACEAE

Acalypha indica L.

Noms vernaculaires : Z'oreille de chat, Z'oreille la chatte, Z'oreille le chat, Oreille de chatte, Z'oreil le chat', Herbe chat, Herbe chatte, Herbe à chat, Herbe le chat, Z'erbe de chat.

Description :

Herbe érigée, de 20 à 50 cm de haut. Les feuilles sont longuement pétiolées. A leur aisselle se forment les axes sexués, à fleurs mâles et femelles distinctes. L'espèce est donc monoïque. Les fleurs femelles sont protégées par une bractée verte, accrescente, foliacée.

Usage médical :

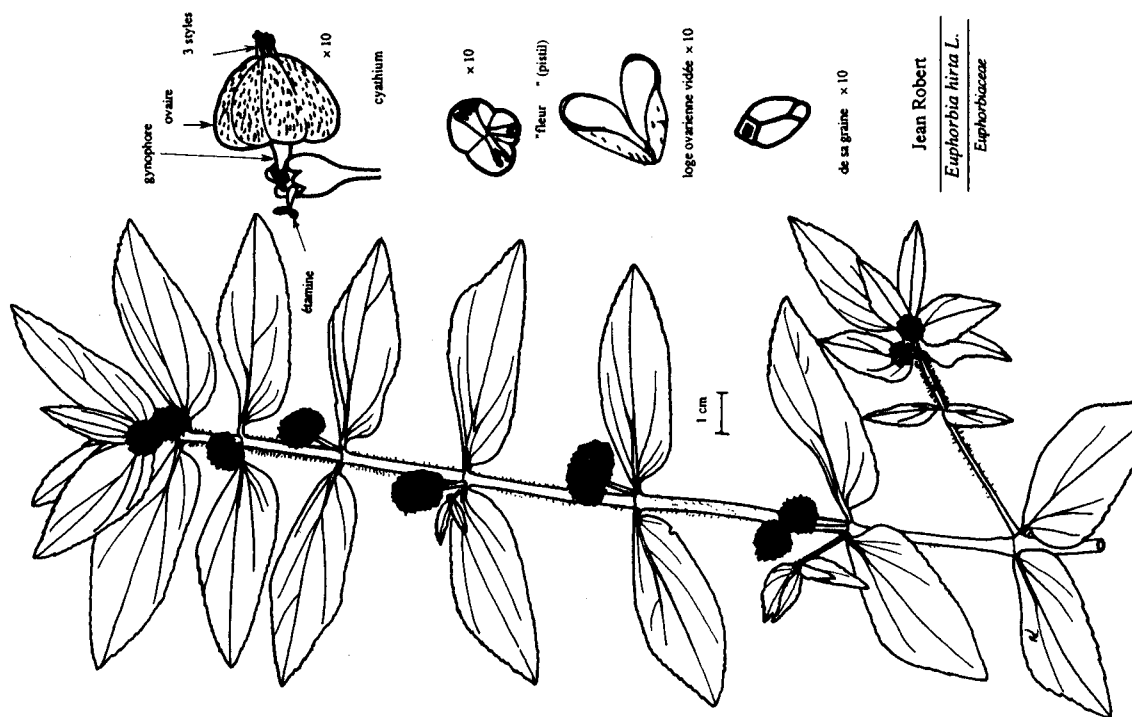
Ce sont les racines préparées en "infusion" ou en décoction qui servent à soigner l'asthme. La même tisane décongestionnerait à la fois les poumons et le foie, et ferait du bien aux reins.

On prendra un paquet de racines pour 5 tasses afin de soigner le mal au ventre et de lutter contre les vers.

Contre la bronchite, on fera une infusion de Z'oreille la chatte avec du Faham (Jumellea fragrans (Thou.) Schltr). On boira sucré avec du miel (et du rhum chez les adultes !).

Les feuilles sont vomitives et utilisées contre les empoisonnements. On prépare dans ce but une infusion avec des racines de Violette et d'Ipeca (Tylophora indica L.) associées aux feuilles d'Herbe chatte.

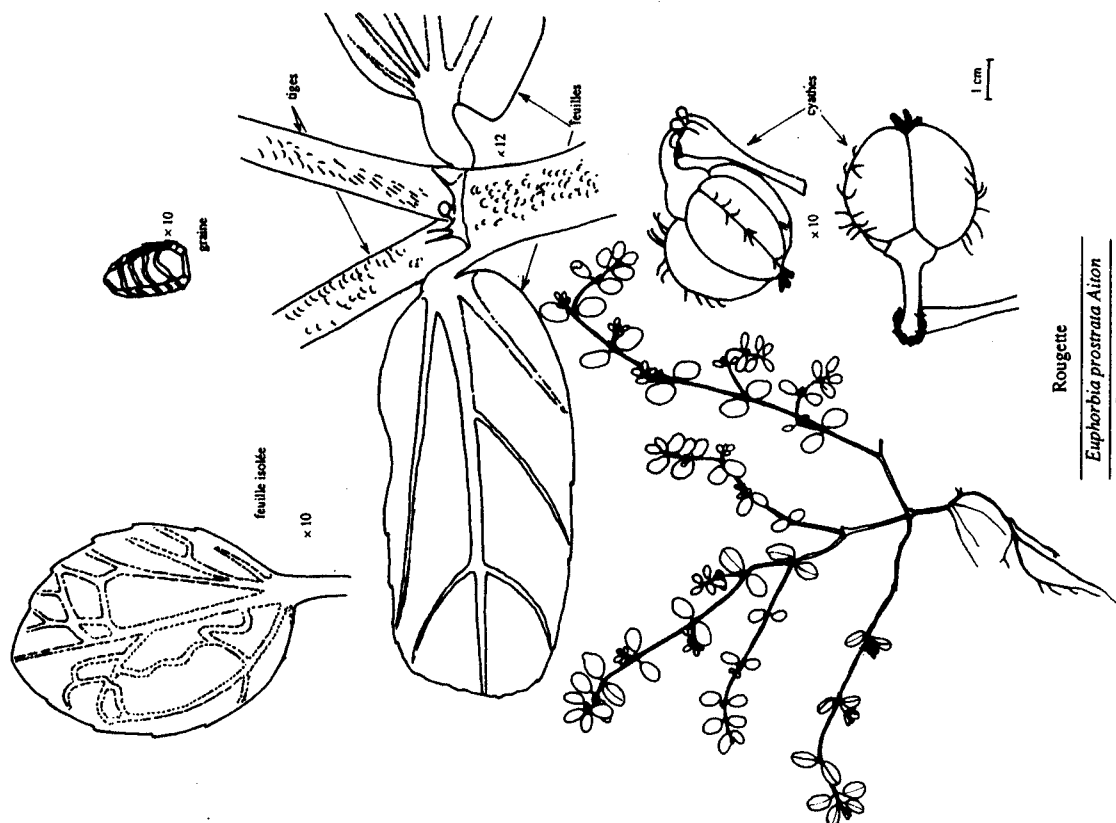
Les feuilles sont purgatives pour le nourrisson atteint du tambave. On fait bouillir "un bouquet" de feuilles dans un quart d'eau. On mélange le liquide obtenu avec une cuillerée à café d'huile de Ricin. A faire boire, tiède.



Jean Robert

Euphorbia hirta L.

Euphorbiaceae



Rougette

Euphorbia prostrata Aiton

Euphorbiaceae

Euphorbia hirta L. = E. pilulifera auct. non Linn.

Nom vernaculaire : Jean Robert.

Description :

Herbe dressée ou couchée, rougeâtre en plein soleil et en un coin aride, verdâtre ailleurs. Les feuilles opposées sont dissymétriques à la base. Les fleurs sont regroupées en glomérules à leurs aisselles. Cassée, la plante laisse sourdre une sève laiteuse.

Usage médical :

Le Jean Robert est un spécifique de l'asthme et des troubles intestinaux (diarrhées, dysenteries). On utilisera la plante fraîche ou sèche en décoction. Outre l'asthme et la diarrhée, elle calme la toux, les étourdissements et fait dormir. On fera bouillir sept à huit pieds, ou une poignée dans 1 l d'eau. Contre un retard de règles, on fera bouillir du Jean Robert et du Pissat de Chien (Cleome viscosa L.) et l'on boira chaud. En cas de règles abondantes, on fera bouillir quelques feuilles et l'on boira froid.

La tisane de Jean Robert bue dans la journée soulage les douleurs ovariennes. En bain, elle désinfecte le corps et aide à faire disparaître les pertes blanches.

La sève laiteuse de la plante aide à traiter l'eczéma, les dartres, les mycoses ... en application directe.

Euphorbia prostrata Ait.

Noms vernaculaires : Rougette, Roujet.

Description :

Herbe appliquée sur le sol. Ses tiges sont rougeâtres (ce qui lui a valu le nom de Rougette). Ses petites feuilles sont d'un vert glauque. Le fruit trigone est en dehors du cyathium.

Cette herbe rudérale serait originaire de l'Amérique tropicale ... comme le Jean Robert (Euphorbia hirta L.).

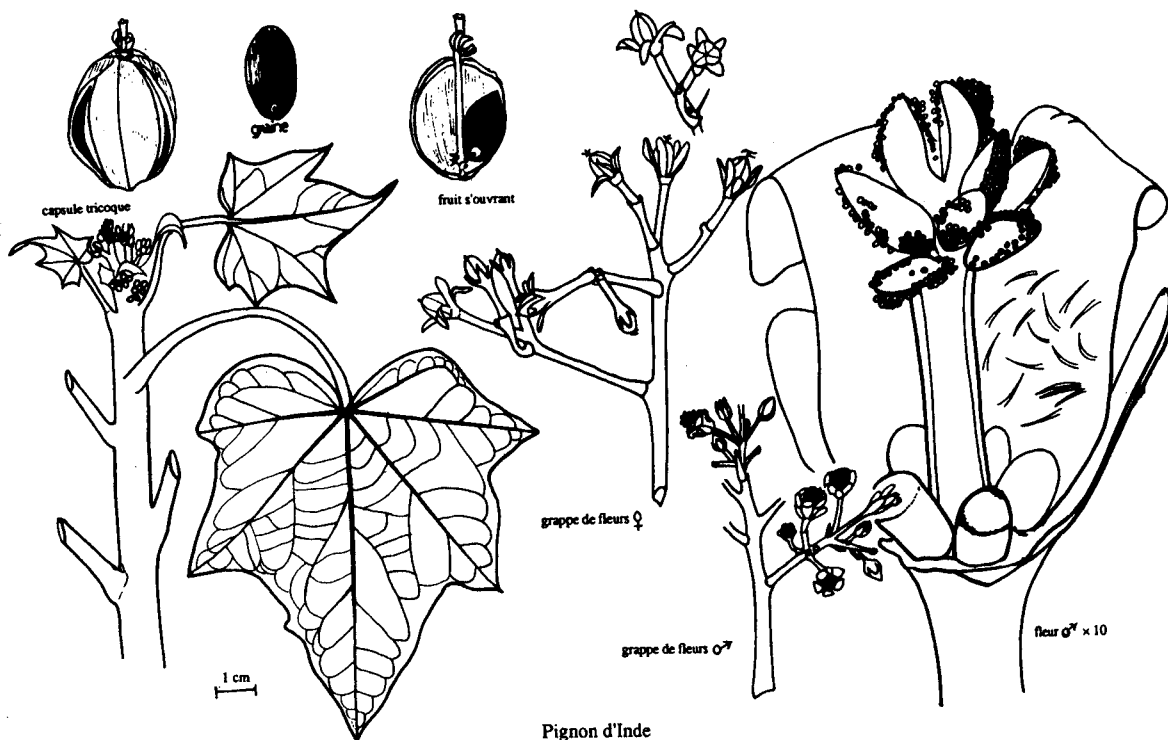
Usage médical :

En bain, la Rougette facilite la guérison des boutons de la rougeole, de la bourbouille et d'autres maladies de la peau. Contre les éruptions, on la met à bouillir avec du Lingue café (Mussaenda arcuata Lam. ex Poir.) ou de l'Epi bleu (Stachytarpheta jamaicensis (L.) Vahl. ou S. cayennensis (L.C. Rich.) Vahl).

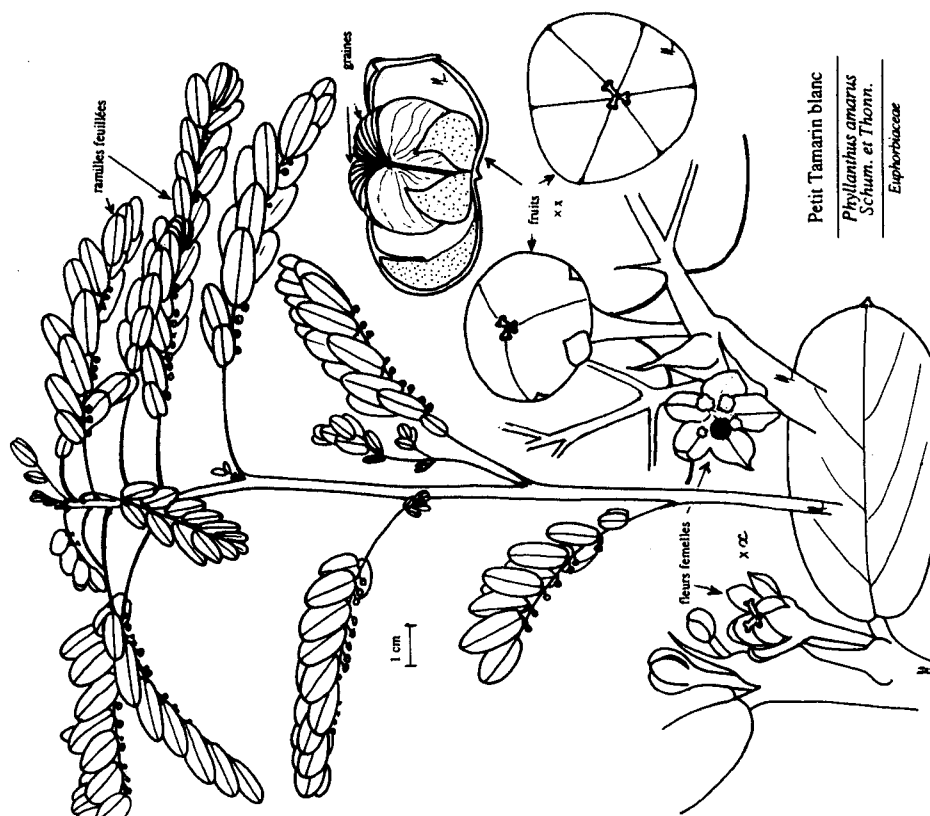
Contre la diarrhée, la dysenterie, la Rougette est mise à bouillir seule ou associée à de la Rouroute (Maranta arundinacea L.), de la goyave (Psidium guajava (L.)), du pain grillé ou brûlé, du Riz grillé.

Contre le mal au ventre, la Rougette est bouillie 10 mn. Le décocté est bu chaud, sans sucre. Ce même décocté serait bon pour le foie et rafraîchissant.

Contre le tambave, on fera bouillir une poignée de Rougette, une poignée de Jean Robert (Euphorbia hirta L.) et une petite goyave verte (Psidium guajava (L.)).



Pignon d'Inde
Jatropha curcas L.
 Euphorbiaceae



Petit Tamarin blanc
Phyllanthus amarus
 Schum. et Thonn.
 Euphorbiaceae

Jatropha curcas L.

Noms vernaculaires : Pignon d'Inde, Pion d'Inde, Pion den.

Description :

Arbuste qui perd parfois ses feuilles à la saison alizéenne, dans la région Sous le Vent marquée par une longue sécheresse. Les feuilles, par leur dessin, évoquent un peu celles du Cotonnier. Les fleurs sont vertes. Le fruit est une capsule qui de verte devient jaune puis brunit en se desséchant. Il contient 3 graines à tégument noir.

Usage médical :

L'usage des graines comme purgatif drastique est à éviter. Des accidents arrivent parfois. Les feuilles jaunies peuvent servir à la préparation de tisanes contre le diabète. Trois ou quatre feuilles vertes, bouillies dans 1 l d'eau, serviront à lutter contre l'hypertension. Les feuilles écrasées sont appliquées sur le front contre les maux de tête. En bain, le Pignon d'Inde convient contre les brûlures, les jambes gonflées, les douleurs. En infusion, le Pignon d'Inde serait un calmant et un rafraîchissant. Il servirait aussi à soigner le tambave. Avec une aiguille on fait 7 fois le tour d'une verrue puis on applique la sève translucide de cette plante sur l'excroissance cutanée.

Phyllanthus amarus Schum. et Thonn.

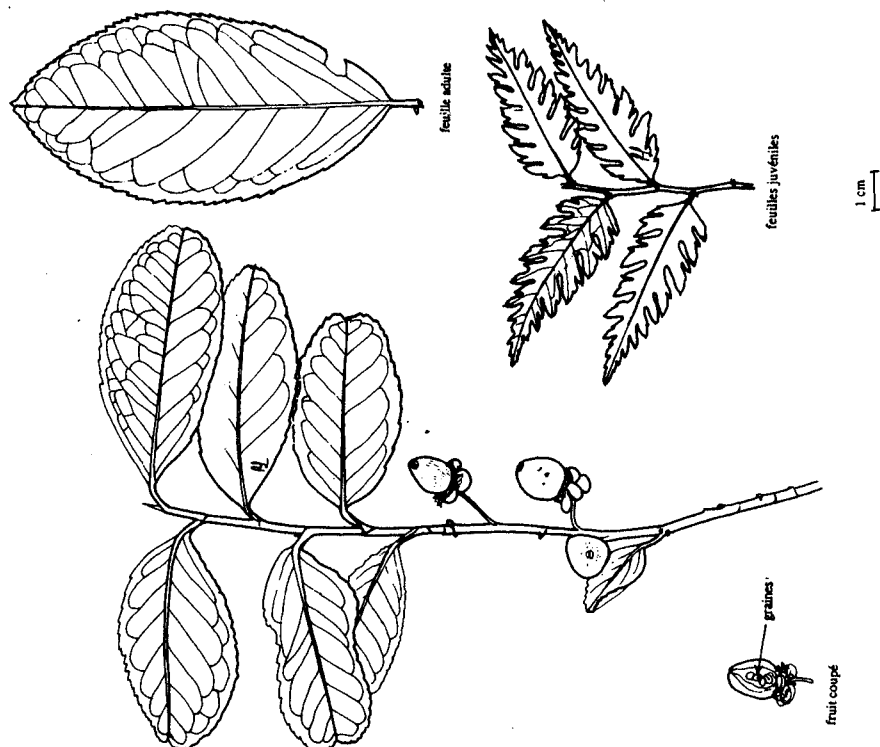
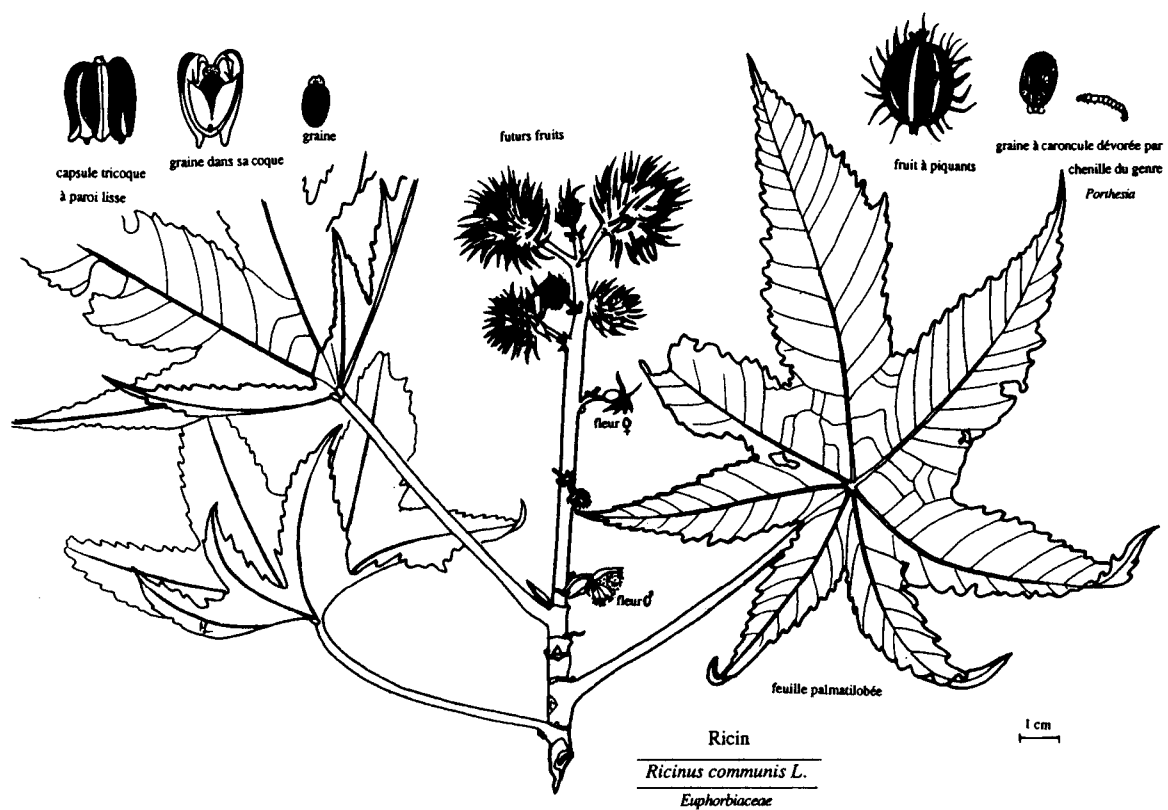
Noms vernaculaires : Ti Tamarin, Petit Tamarin, Cœur de Nelly, Kerneli, Cœur de Noli. L'expression "Petit Tamarin blanc" s'applique à Phyllanthus amarus Schum. et Thonn. ou à Phyllanthus ninuroides Muell. alors que "Petit Tamarin rouge" désigne Phyllanthus urinaria L.

Description :

Phyllanthus amarus est une herbe annuelle, dressée, de 10 à 60 cm de haut. Les tiges principales sont plus ou moins cylindriques. Les branches latérales feuillées ressemblent à des feuilles composées-pennées ; ce sont en fait des ramules phyllomorphes. Sous l'axe de la ramule on remarque les fruits. Cette plante rudérale est d'origine américaine.

Usage médical :

Un pied de Ti Tamarin dans un quart de litre d'eau ou une poignée de plante desséchée dans un demi-litre d'eau, sont mis à bouillir. Cette tisane est bue le matin à jeun soit avec une cuillerée de miel et d'huile d'Olive, soit avec de l'huile de Ricin ... pour purger les bébés, pour soigner leur tambave. Contre la diarrhée et les maux de ventre, on fera bouillir quelques "feuilles desséchées" de Ti Tamarin avec de la Goyave (Psidium guajava L.). Le cataplasme de feuilles soignerait les maladies de la peau. Pour les maux de gorge, une décoction concentrée servira à se gargariser.



Change-écorce
Aphloia theiformis (Vahl) Bennett
 Flacourtiaceae

Ricinus communis L.

Noms vernaculaires : Ricin, Tantan, Tantant, Tan-tan.

Description :

Arbrisseau ou arbuste de 2 à 3 m de haut. Ses feuilles palmatilobées ont des glandes à la base et au sommet du pétiole. Les fleurs mâles à étamines blanchâtres se trouvent à la base de l'inflorescence, les fleurs femelles à stigmates rouges vers le sommet de cette panicule. Les capsules épineuses contiennent des graines marbrées ayant l'apparence de tiques.

Usage médical :

A défaut d'huile de Ricin toute prête, on écrase des graines, on y verse de l'eau bouillante et on recueille l'huile à la cuillère. Cette huile est considérée comme laxative par les uns, comme purgative par les autres.

En cataplasme, les feuilles appliquées sur les seins régulent la sécrétion lactée ; retenues sur le front, elles soulagent les maux de tête. Les feuilles enduites d'huile de Ricin ou d'huile d'Olive servent à faire un cataplasme utile contre les rhumatismes, les douleurs, les meurtrissures.

L'infusion des feuilles est utile contre l'asthme, contre les coliques des enfants. Elle serait aussi employée pour nettoyer le sang, apaiser un mal de tête, lutter contre la constipation.

FLACOURTIACEAE**Aphloia theiformis (Vahl) Benn.**

Noms vernaculaires : Goyave marron, Goyavier marron, Gouyave marron, Change écorce, Cent écorces, Sans écorce, Fandamane, Fondaman, Fondame.

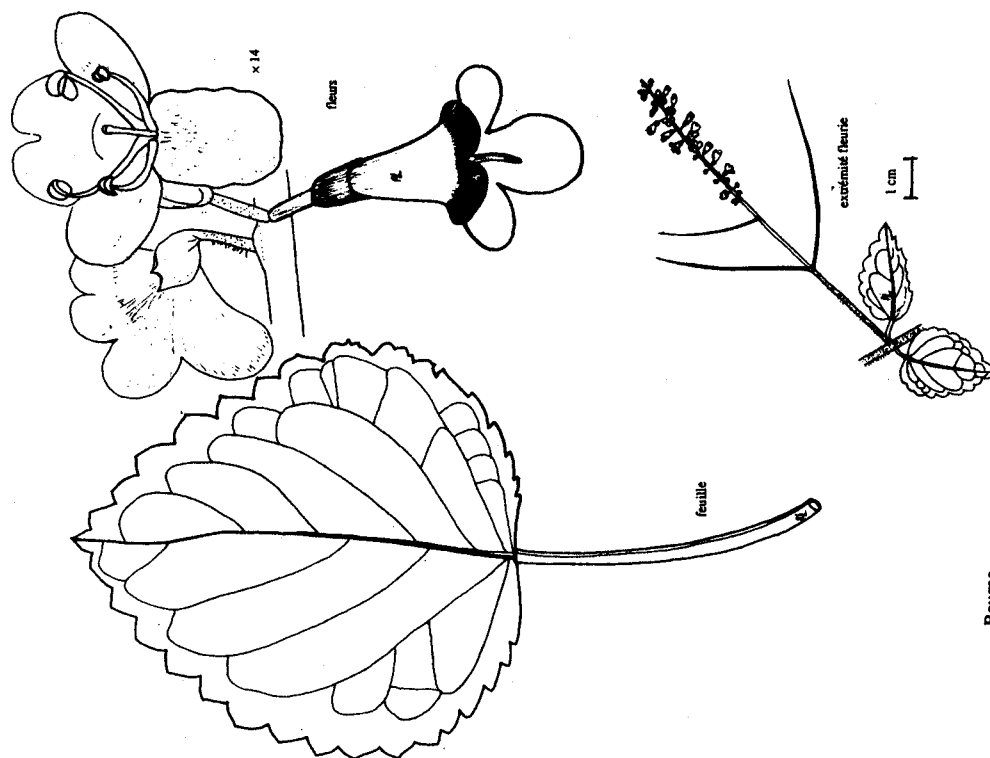
Description :

Arbuste et même arbre pouvant atteindre 7 à 8 m de haut. Son écorce ancienne est brun-noir ; elle devient rousse après s'être détachée en plaques. Elle a alors la couleur des Goyaviers (Psidium cattleianum Sabine). Ses fleurs blanchâtres ont de nombreuses étamines, ce qui leur donne encore l'apparence des Goyaviers. Mais leurs feuilles sont très différentes ; celles du Goyave marron peuvent évoquer celles du Thé. Les fruits blancs du Goyave marron lui ont valu le nom de Voafotsy à Madagascar.

Usage médical :

Les rameaux feuillés de Goyave marron sont avant tout des rafraîchissants, qu'il s'agisse de "rafraîchir" (lutter contre l'inflammation) l'estomac ou les intestins, ou même de "rafraîchir le sang", c'est-à-dire d'utiliser un dépuratif ("désintoxiquer l'organisme"). On fera bouillir 3 feuilles pour un verre d'eau. On boira de cette tisane au moins 3 fois par jour.

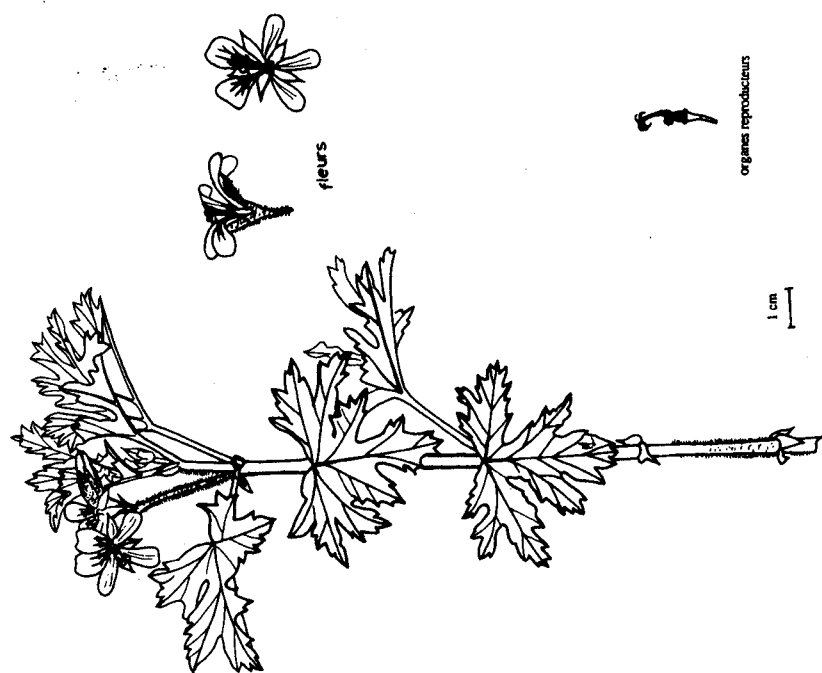
Le décocté de Goyave marron soigne aussi la fièvre, le paludisme, les rhumatismes, les douleurs (maux de tête, maux de ventre).



Baume

Iboza riparia N.E. Br.

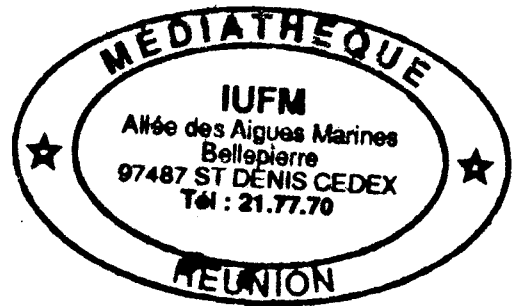
Lamiaceae



Géranium

Pelargonium x asperum Ehrh. ex Willd.

Geraniaceae



GERANIACEAE

Pelargonium x asperum Ehrh. ex Willd

Noms vernaculaires : Géranium, Géranium à essence, Géranium essence, Géranium rosa, Jeraniom.

Description :

Herbe sous-ligneuse de 40 à 50 cm de haut. Toute la plante sent la Rose ; elle est entièrement pileuse. Les feuilles sont palmatipartites. Les fleurs sont rose pâle.

Usage médical :

On utilise soit les feuilles et les fleurs de la plante, soit son huile essentielle.

Les feuilles écrasées et appliquées sur une plaie permettent une guérison rapide de cette dernière. On peut aussi laver les plaies avec une infusion de feuilles à laquelle on aura ajouté quelques gouttes d'essence.

Contre le zona, on utilisera un mélange d'huile de Camomille et d'essence de Géranium.

Le jus extrait de la plante fraîche soigne dartres et eczéma.

L'huile essentielle de Géranium est vermifuge. On ajoutera quelques gouttes de cette essence dans une boisson sucrée chaude. Cette boisson peut être une tisane préparée avec des feuilles de Géranium et des fleurs d'Héliotrope (*Heliotropium arborescens* L.).

Le Géranium est aussi utile contre la fièvre, la toux, la grippe, l'asthme, le diabète.

Contre la grippe, on fera infuser 5 à 7 feuilles dans 1 l d'eau ou l'on mettra 1 ou 2 gouttes d'essence dans une tasse d'eau bouillante. L'abus de cette essence est dangereux.

LAMIACEAE

Iboza riparia N.E.Br.

Noms vernaculaires : Baume, Bombe, Petit Baume, Beaume, la Bome, Bom, Ti Bom, le Baume, Patchouli, Pacholi.

Description :

Herbe sous-ligneuse pouvant atteindre 2 m de haut ou plus. Ses grandes feuilles sont aromatiques. Son abondante floraison a lieu à la saison fraîche. Elle comporte de multiples petites fleurs mauves qui font tout le charme de cette Labiée originaire d'Afrique du Sud.

Usage médical :

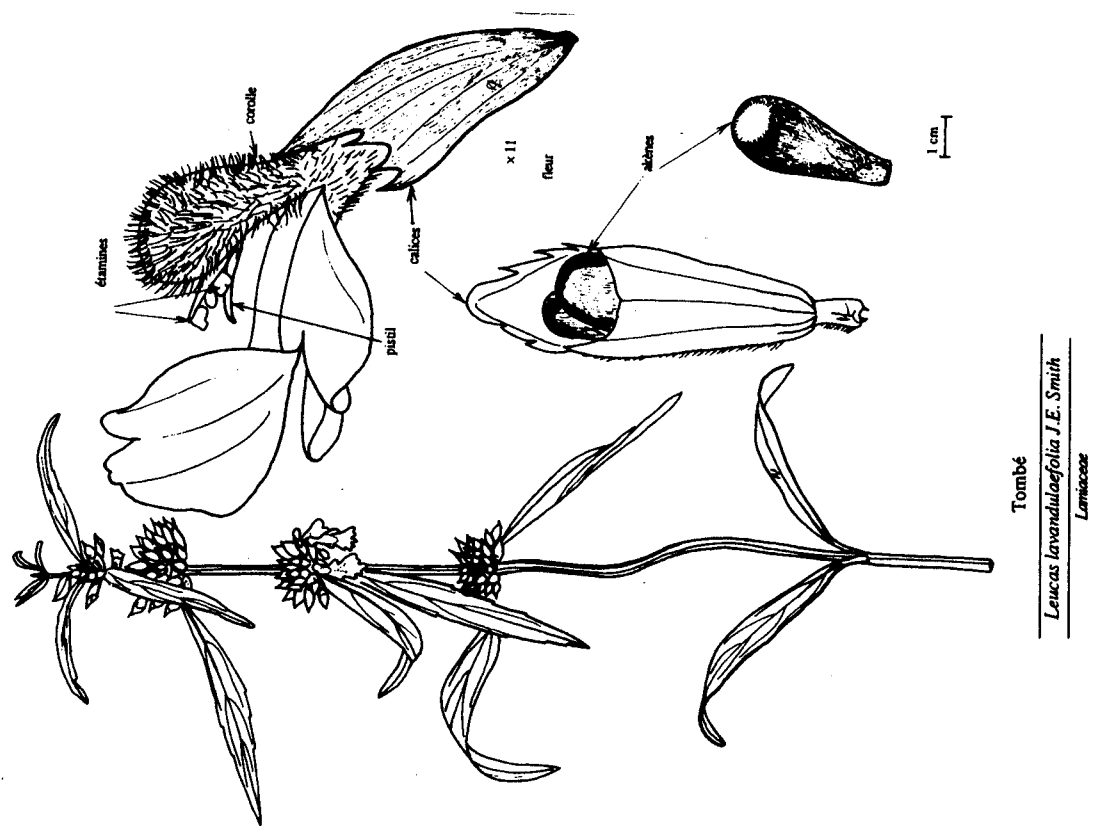
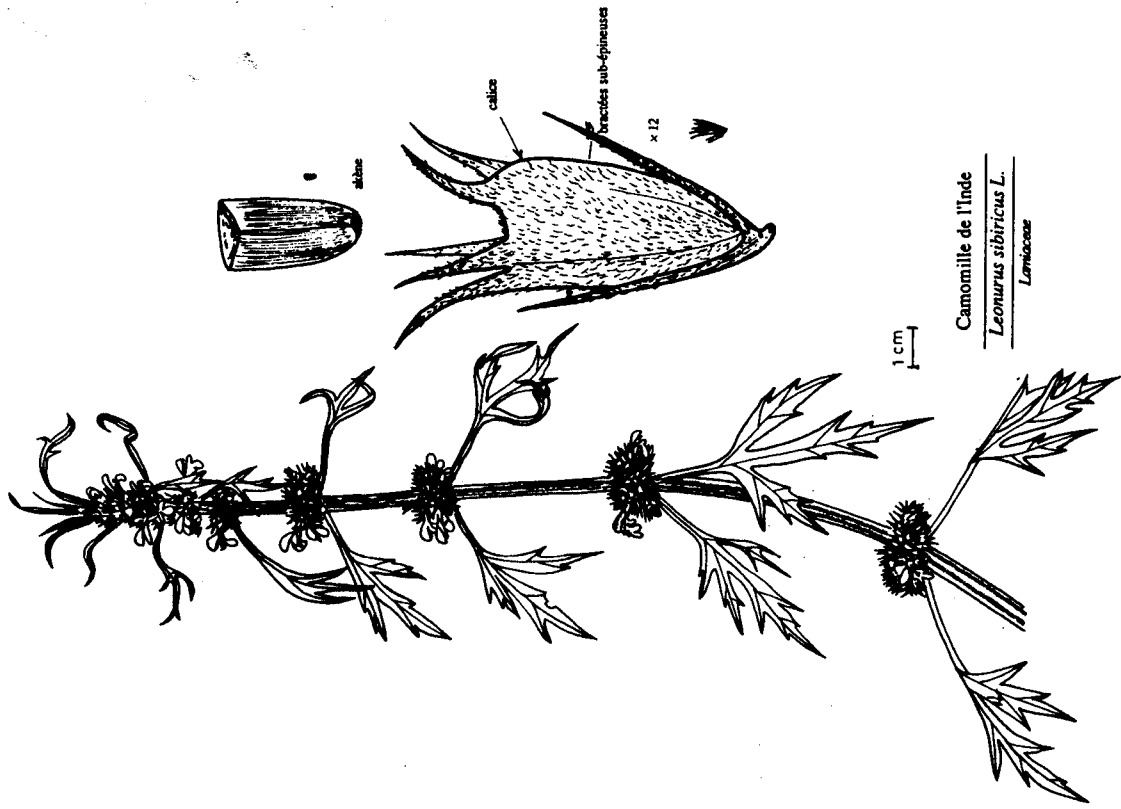
Utilisé en fumigation contre la sinusite.

Contre la grippe, on préparera une infusion à laquelle on ajoutera du jus de Citron et du miel.

Ses feuilles écrasées sont appliquées en cataplasme sur les enflures. Le jus de feuilles mélangé à de l'huile d'Olive servira à badigeonner : brûlures, escarres, eczéma.

Mis à macérer dans l'alcool, le Baume est alors un remède contre les rhumatismes ; on frictionne les régions douloureuses avec cette alcoolature.

Certains Réunionnais prêtent à cette plante des propriétés magiques sachant qu'elle peut guérir "beaucoup de choses" : les yeux, l'insomnie, la fièvre, les maux de tête.



Leonurus sibiricus L.

Noms vernaculaires : Camomille de l'Inde, Camomille de laine, Marie-Thérèse, Herbe Marie-Thérèse.

Description :

Herbe érigée, haute de 40 à 80 cm. Les feuilles qui accompagnent les inflorescences sont profondément découpées, trilobées. Les fleurs sont regroupées en glomérules sessiles et axillaires. Les corolles sont rosâtres.

Usage médical :

Mise à bouillir dans de l'eau, la Camomille de l'Inde sert à préparer des bains de pieds, utiles pour soigner les entorses.

Les racines de la plante prises en "infusion" servent à soulager les coliques et à remédier aux dysenteries.

On utilise encore cette Herbe Marie-Thérèse contre les retards de règles.

Leucas lavandulæfolia Rees.

Noms vernaculaires : Tombé, Tombée, Tombet, Zerb tombée, Herbe tombée, Ti Tombé, Sainte Thérèse. Ces noms peuvent aussi être attribués à Leucas aspera Willd que l'on distingue de l'espèce lavandulæfolia par la longueur du tube calicinal et le nombre de dents du calice, par la taille des bractées axillant les fleurs.

Description :

Herbe à fleurs blanches pouvant atteindre 50 cm de haut. Nous avons été surpris de constater que les racines de cette plante rudérale portaient des nodosités.

Dédiée à Siva et Vichnou, cette herbe est parfois cultivée autour de temples hindous.

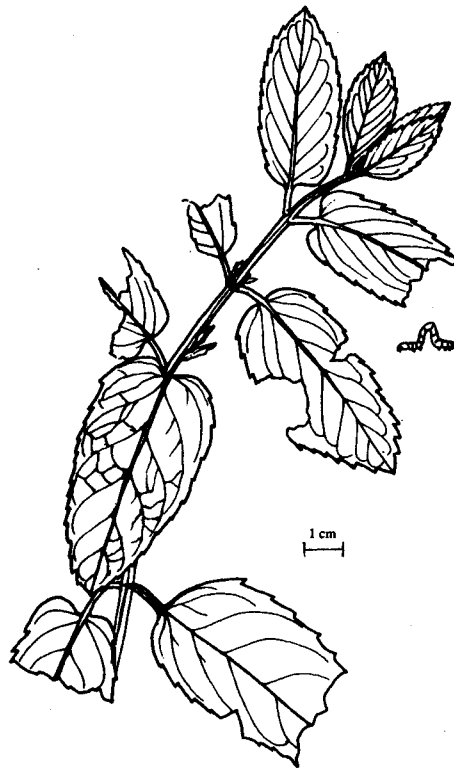
Usage médical :

Les feuilles sèches mises dans l'oreiller permettent un meilleur sommeil. En cataplasme ou en bain, Zerb tombée est utilisée pour les secrets ! Mise autour du cou, elle permet d'oublier son (ou sa) fiancé(e).

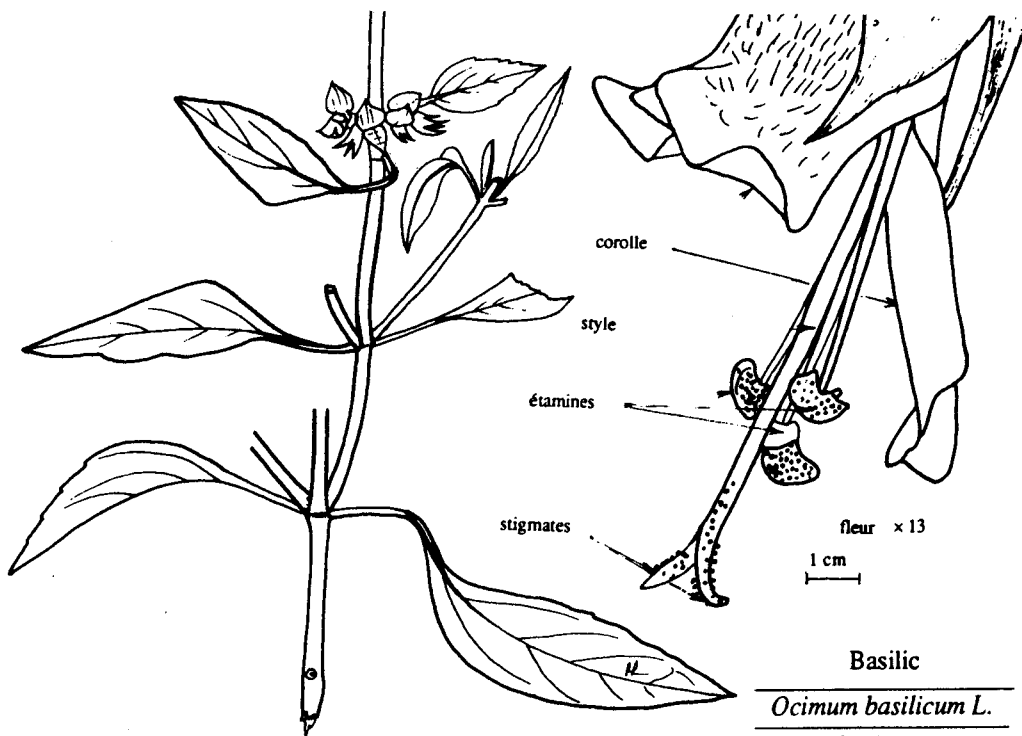
Cinq cœurs de Tombée pour un bol d'eau (à faire bouillir) calment les nerfs et font disparaître la migraine.

Remède de l'asthme, de la bronchite, de la fièvre et de la grippe, l'Herbe tombée sera employée à raison de 7 feuilles et de 2 racines pour un litre d'eau à porter à ébullition. On boira cette tisane en plusieurs fois.

Une forte décoction de feuilles et de racines sera utilisée en bain contre la goutte. En boisson, elle sera employée contre les coliques néphrétiques et les règles douloureuses. Un cataplasme de feuilles sera appliqué sur le psoriasis.



Menthe
Mentha sp.
 Lamiaceae



Basilic
Ocimum basilicum L.
 Lamiaceae

Mentha sp.

Nom vernaculaire : Menthe.

Description :

Herbe vivace par son rhizome. Ses feuilles sont ovales, dentées, aiguës au sommet, subcordées à la base. Elle n'est jamais vendue en fleur sur les marchés.

Usage médical :

La Menthe est utilisée contre les soucis, les migraines, les insomnies, les crampes, les palpitations. Il ne faudrait pas l'utiliser en même temps que la Cannelle.

Prise en infusion, la Menthe facilite la digestion, régularise les fonctions du foie, de l'estomac et des intestins. Elle lutte contre la mauvaise haleine, l'aérophagie, les coliques, les douleurs d'estomac, les vomissements.

Elle peut aussi servir à soigner la fièvre, la grippe, la toux, l'asthme ; dans ce dernier cas elle sera utilisée en inhalation.

Elle sera utile en bain, contre la fatigue. En compresses et en boisson (deux à trois tasses par jour), elle remédiera à l'engorgement des seins.

Ocimum basilicum L.

Nom vernaculaire : Basilic.

Description :

Herbe sous-ligneuse atteignant 50 cm à 1 m de haut. Elle forme des boules vert-clair, facilement reconnaissables, mais le mieux pour l'identifier est de sentir une feuille froissée.

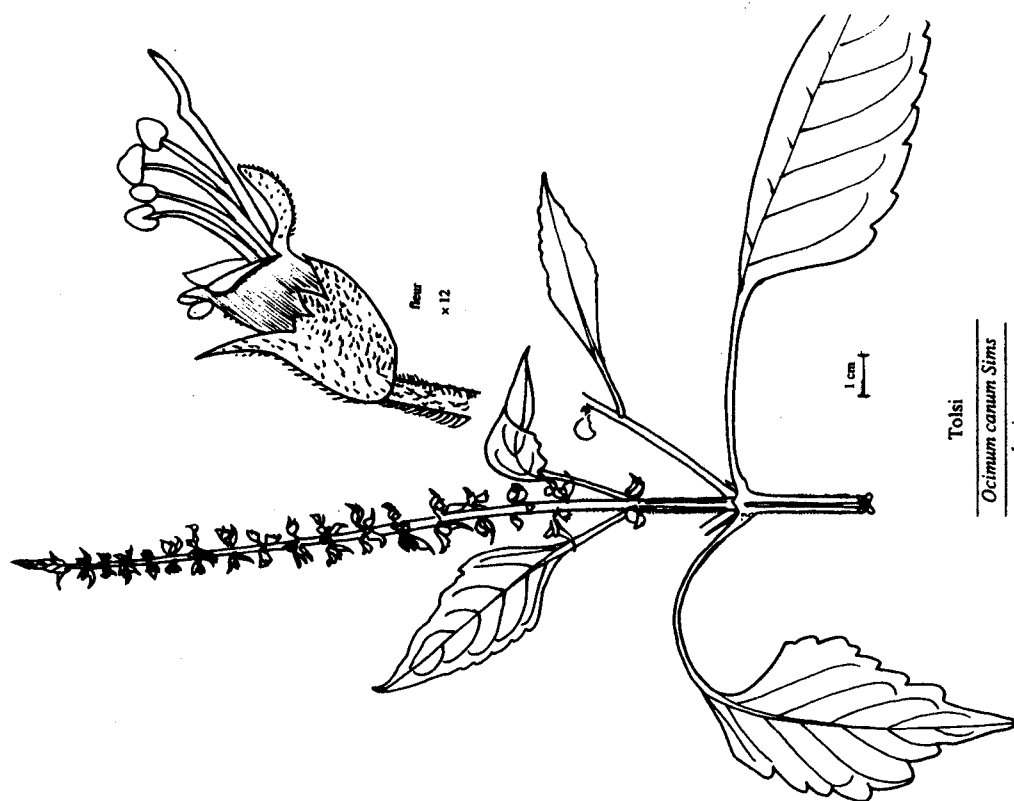
Les inflorescences dressées comptent des verticilles de fleurs blanchâtres au niveau de chaque nœud.

Usage médical :

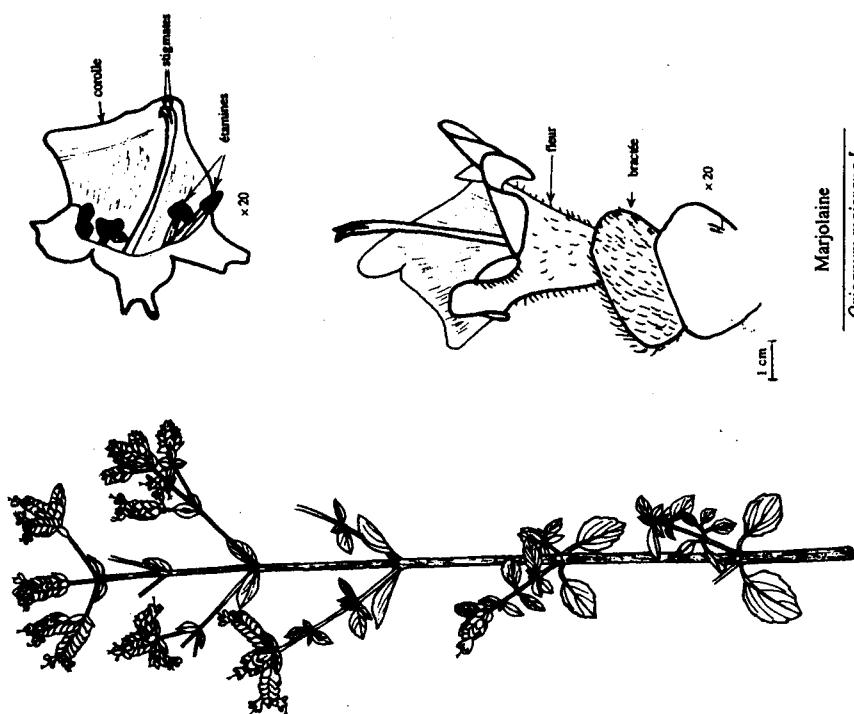
L'infusion sucrée de Basilic est utilisée contre les insomnies, les angoisses, les migraines, les maux de tête. Elle sert aussi à lutter contre les crampes d'estomac, les coliques, les diarrhées.

Contre la grippe et la coqueluche, on fera une infusion de Basilic et de Thym que l'on sucrera au miel. On utilisera aussi du miel pour traiter, avec l'infusé chaud de Basilic, l'angine et les maux de gorge.

Le Basilic pourrait encore lutter contre la fièvre et l'hypertension.



Tolsi
Ocimum canum Sims
Lamiaceae



Marjolaine
Origanum majorana L.
Lamiaceae

Ocimum canum Sims

Noms vernaculaires : Tolsi de l'Inde, Tolssie, Tolsi, Tolsy, Tolcie.

Description :

Plante herbacée ressemblant quelque peu à Ocimum basilicum L. Ses feuilles sont plus nettement dentées et semble-t-il moins odorantes que l'espèce basilicum. Dans les deux cas les fleurs sont blanchâtres.

Usage médical :

Le Tolsi est en premier lieu un remède des voies aériennes puisqu'il soigne la toux sèche et l'asthme. Contre la toux, on lui associe quelques feuilles de Géranium essence (Pelargonium x asperum Ehrh. ex Willd.).

Au niveau digestif, il est dit apaiser l'aérophagie et éliminer les gaz.

On utilise le Tolsi pour diminuer la fièvre et combattre la grippe, en tisane.

En bain, il soigne les rhumatismes et lutte contre une transpiration trop abondante, particulièrement des pieds et des aisselles.

Origanum majorana L.

Noms vernaculaires : Marjolaine, Marijolaine, Marie-zolène, Marizolaine.

Description :

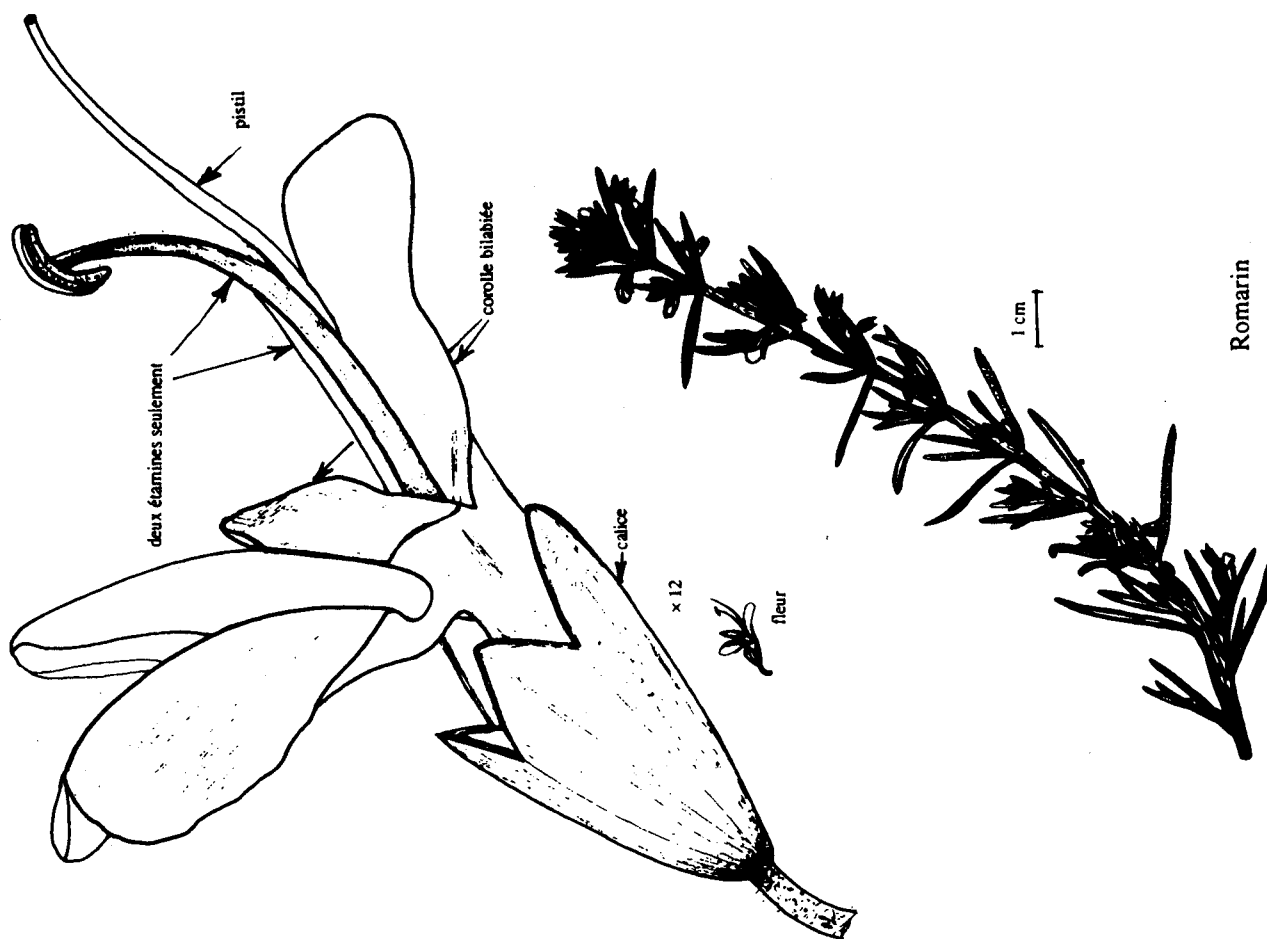
Herbe aromatique, haute de 30 à 60 cm. Feuilles veloutées-grisâtres sur les deux faces. Fleurs très petites (4 mm), blanches ou rosées, cachées par des bractées concaves imbriquées sur quatre rangs.

Usage médical :

La Marjolaine est surtout prise pour les troubles nerveux : insomnies, migraines, anxiétés, angoisses, nervosité, vertige, épilepsie, "saisissement". Elle sera alors utilisée seule ou associée à d'autres plantes. On pourra prendre une petite branche de Marjolaine, une petite branche de Sensitive (Mimosa pudica L.) et une petite branche de Romarin dont on préparera une tisane à boire avant de se coucher.

Un "saisissement" (ou forte émotion) est presque toujours accompagné d'une tachycardie. De fait, la Marjolaine est souvent utilisée pour le cœur, contre les palpitations. L'infusion de Marjolaine aurait la propriété de calmer les "personnes trop amoureuses".

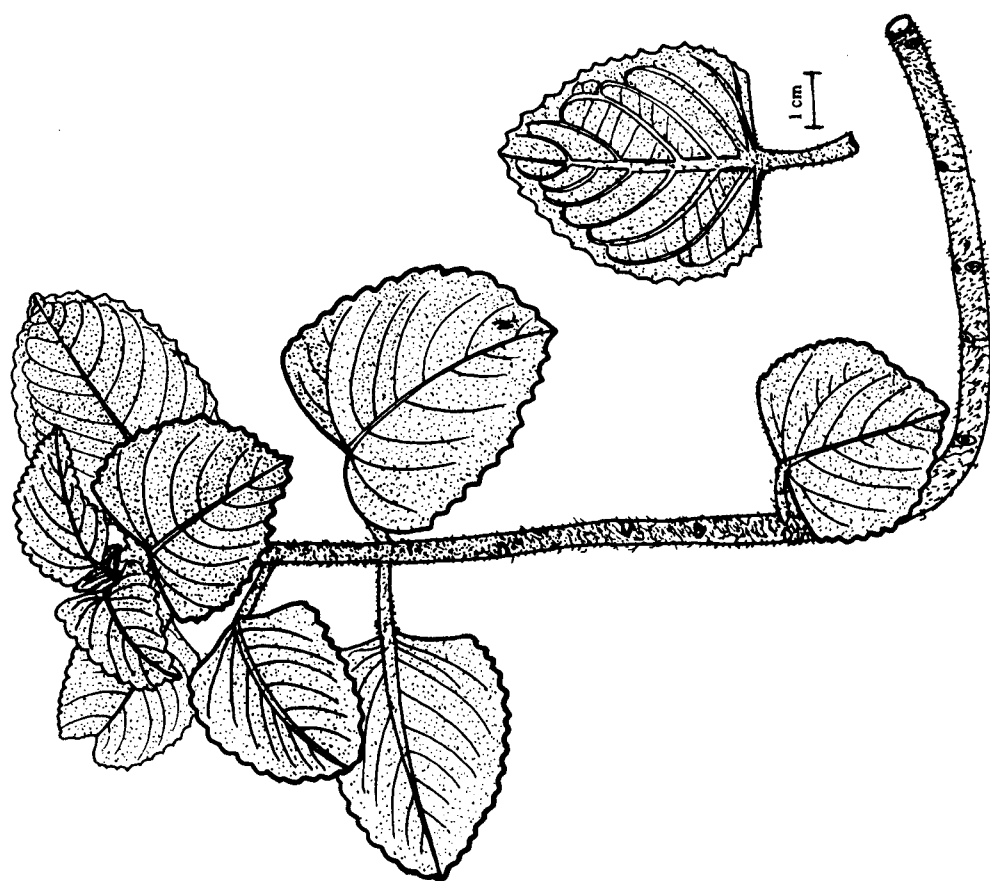
Bonne pour l'estomac, la Marjolaine faciliterait la digestion. Contre les rhumatismes et la goutte, faire macérer la plante écrasée dans de l'huile camphrée ou de l'alcool camphré, avant de frictionner les parties douloureuses. La poudre de feuilles de Marjolaine peut être utilisée comme dentifrice.



Romarin

Rosmarinus officinalis L.

Lamiaceae



Baume

Plectranthus amboinicus (Lam.) Sprengel

Lamiaceae

Plectranthus amboinicus (Lour.) Spreng = P. aromaticus Benth.

Noms vernaculaires : Baume, Grand Baume, Gros Baume, Baume tranquille, Baume du Pérou, Bombe, Tit Baume, Petite Baume.

Une parfaite incohérence préside à la désignation des Baumes. Iboza riparia N.E.Br, pourvu de grandes feuilles, est appelé Petit Baume. Quant à Plectranthus amboinicus muni de petites ou de moyennes feuilles, il est appelé à la fois : Petit et Grand Baume !.

Description :

Ce Baume a l'odeur du Thym. Il a des tiges rampantes puis dressées. Ses feuilles sont épaisses, à toucher velouté sur le dessus. Ses fleurs sont blanchâtres, regroupées en grappes terminales, ascendantes, pyramidales.

Usage médical :

Les feuilles sont écrasées avec celles d'Ayapana (Eupatorium triplinerve Vahl) pour faire des compresses sur les blessures. En infusion, elles servent à laver les plaies. L'infusé pris en boisson, additionné de miel, soigne la grippe.

On peut utiliser le Baume, associé au Gingembre, en cataplasme sur les douleurs rhumatismales. Des feuilles mises à macérer dans l'alcool, avec ajout d'un peu de Camphre, donneront une teinture utilisée en frictions contre les rhumatismes.

En cas de refroidissement, on frottera vivement le dos avec cette plante aromatique.

Rosmarinus officinalis L.

Nom vernaculaire : Romarin.

Description :

Arbrisseau très ramifié et très feuillu. Les feuilles linéaires ont 2 à 3,5 cm de long pour 1 à 3 mm de large. Leur face supérieure est convexe et luisante, leur face inférieure concave et blanche. Les fleurs sont bleu pâle, à deux étamines seulement.

Plante aromatique originaire des régions méditerranéennes.

Usage médical :

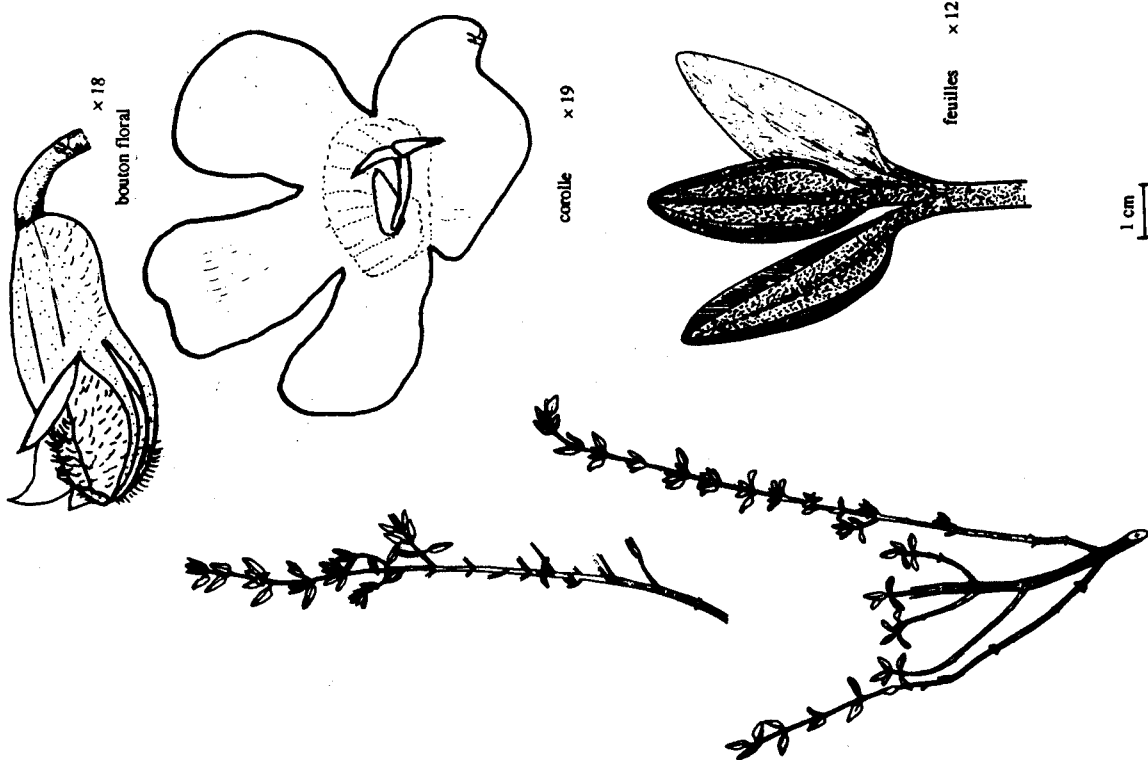
Le Romarin est présent dans neuf herbiers sur dix ce qui laisse supposer des usages courants et répétés. On vous dira sans doute que ce z'herbage est un remède du saisissement (contrariété, chocs émotionnels divers, grande peur). Il faut pour cela le "saisir". On chauffe une casserole vide. On y met une branche de Romarin qu'on agite avec une cuillère. On y verse un peu d'eau. On fait bouillir. On laisse refroidir et on boit.

Si le Romarin régularise le rythme cardiaque, il est dit que l'usage fréquent de sa tisane "peut rendre les enfants cardiaques".

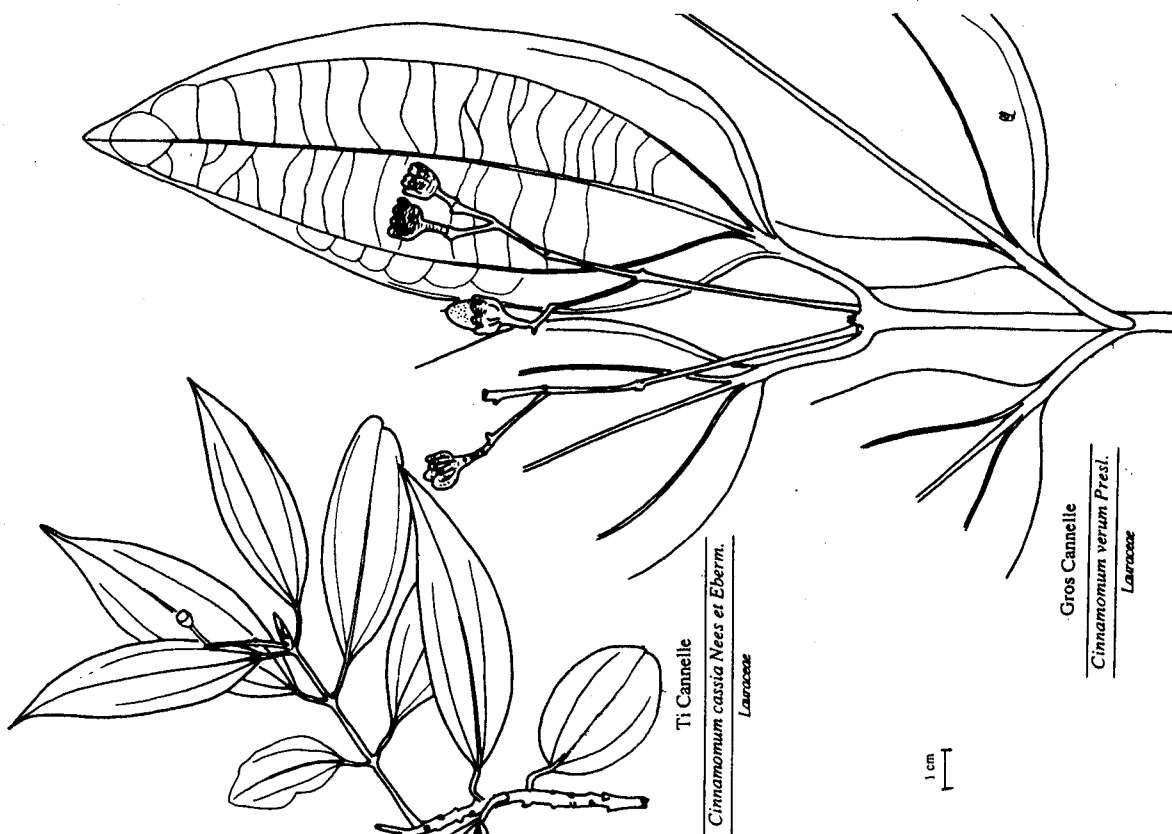
L'infusion de Romarin ferait revenir les règles chez une personne contrariée ou qui a un retard.

Contre les rhumatismes, le Romarin servira à préparer une alcoolature, des cataplasmes, des bains.

L'infusion utilisée pour se laver les cheveux leur rendra beauté et jeunesse.



Thym
Thymus vulgaris L.
 Lamiaceae



Ti Cannelle
Cinnamomum cassia Nees et Eberm.
 Lauraceae

Gros Cannelle
Cinnamomum verum Presl.
 Lauraceae

Thymus vulgaris L.

Nom vernaculaire : Thym.

Description :

Sous-arbrisseau d'un vert grisâtre, en touffes très compactes. Les feuilles, enroulées aux bords, sont veloutées-blanchâtres en dessous. Les fleurs sont rosées.
Plante aromatique d'origine méditerranéenne.

Usage médical :

Le Thym régularise la circulation sanguine, purifie le sang, aide à combattre l'anémie. Il fait venir les règles quand elles sont en retard et calme leurs douleurs. La tisane de Thym vert et d'Avocat marron (Litsea glutinosa (Lour.) C.B.Rob.) provoque l'apparition des règles. Associé à la Camomille (Parthenium hysterophorus L.), le Thym calme les règles douloureuses. On dit que cette Labiée est abortive. On prépare pour se faire un mélange d'Ananas et de Thym qu'on laisse fermenter. On absorbe alors cette mixture pour accélérer le saignement. Ce mélange était utilisé lorsque l'avortement n'était pas autorisé. Les femmes s'en servaient pour provoquer des fausses couches.

Pour éviter les indigestions ou aider les digestions lentes, boire une tasse d'infusion après chaque repas.

Pour atténuer la fièvre et lutter contre la grippe, boire des infusions de Thym en y ajoutant du miel et du Citron.

LAURACEAE

Cinnamomum cassia Nees et Eberm.

Noms vernaculaires : Cannelle, Petit Cannelle. L'espèce Cinnamomum verum Presl. = C. zeylanicum Blume est beaucoup plus rare à la Réunion et de ce fait peu ou pas utilisée comme médicinale.

Description :

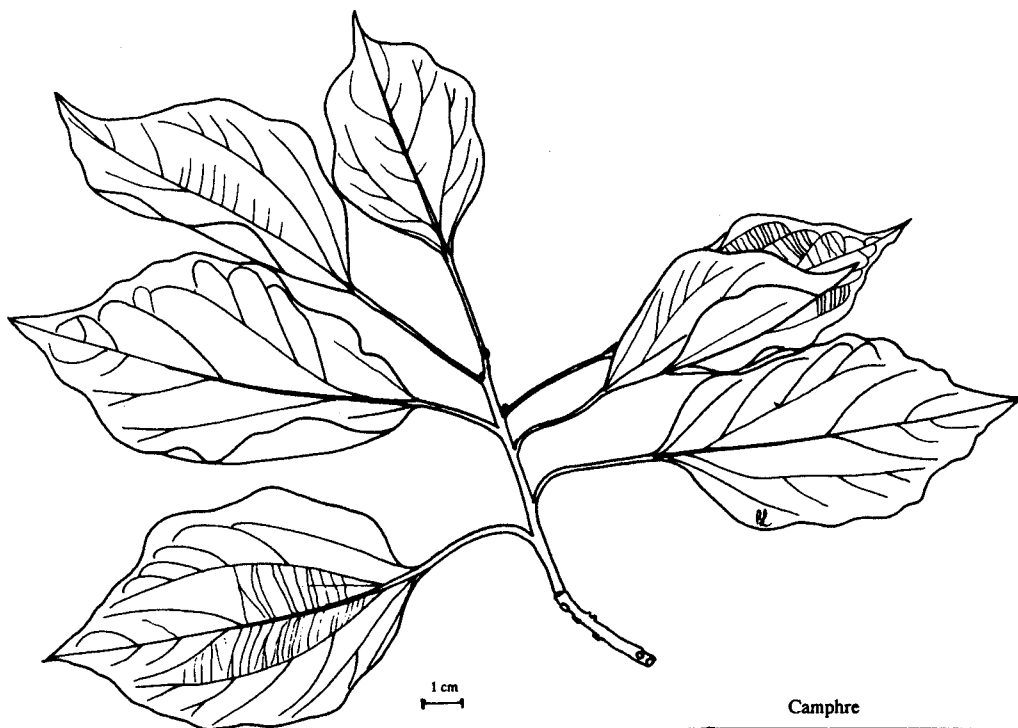
Arbre élevé, spontané sur les flancs de la Rivière Sainte Suzanne par exemple, à 300-400 m d'altitude.

Les feuilles ont, comme l'écorce, un goût prononcé de Cannelle. Il est curieux de constater que l'infusion prolongée et légèrement refroidie a naturellement un goût sucré.

Usage médical :

Seule ou associée à la Citronnelle (Cymbopogon citratus (DC. ex Nees) Stapf), au Faham (Jumellea fragrans (Thou.) Schltr.), au Benjoin (Terminalia bentzoe (L.) L.f.), à l'Orange (Citrus sinensis (L.) Osbeck) ... la Cannelle est un remède contre la grippe, accompagné ou pas d'un petit verre de rhum.

Contre la toux et le rhume, on mettra infuser des feuilles de Cannelle, avec du Safran (Curcuma longa L.), de la peau d'Orange et du miel. On ajoute ensuite un œuf cru.



Camphre

Cinnamomum camphora (L.) Presl.

Lauraceae



1 cm

pulpe (mésocarpe)

pépin (graine)

peau (épicarpe)

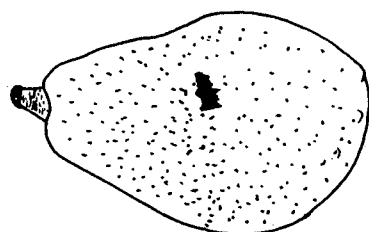
Avocatier

Persea americana Mill.

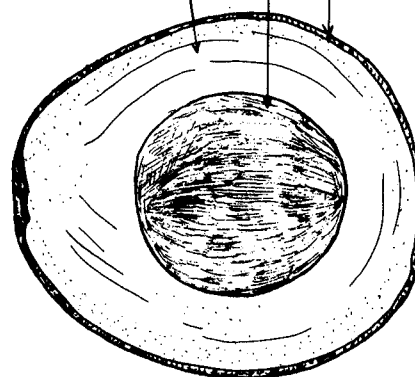
Lauraceae



fleur



jeune fruit



demi-fruit (noix)

Cinnamomum camphora Nees et Eberm.

Noms vernaculaires : Camphre, Kanf, Camphrier, Encens.

Description :

Arbre utilisé en reboisement. Atteint 5 à 10 m de haut. Son écorce est rugueuse. Ses feuilles sont elliptiques et aiguës au sommet. Feuilles et écorces, riches en huile essentielle, sont utilisées en tisannerie.

Usage médical :

Contre la grippe, on peut faire bouillir des feuilles de Camphrier et du Gingembre. On peut remplacer le Gingembre par du Safran cru (Curcuma longa L.). Ces deux tisanes enlèvent le "rhume sur l'estomac".

Contre la grippe, on peut aussi préparer une infusion de feuilles Camphre avec de la Cannelle et de la Citronnelle (Cymbopogon citratus (DC ex Nees) Stapf).

Contre la grippe et le refroidissement, on préparera un mare de tisane : écorce de Camphre + écorce de Bringellier marron (Solanum mauritianum Scop.) + écorce de Cannelle + feuilles de Patte poule (Vepris lanceolata (Lam.) G. Don) + feuilles de Citronnelle ... mises à macérer dans du rhum. A boire par petits verres, avec du miel.

Contre les rhumatismes, on se frictionne avec une macération alcoolique de l'écorce ; on utilise aussi en bain l'infusion foliaire.

En inhalation, le Camphre favorise la respiration pendant une crise de sinusite, agit sur les rhumes, nez bouchés, maux de tête.

Persea americana Mill.

Nom vernaculaire : Avocat, Avocatier.

Description :

Arbre à feuilles elliptiques, odorantes quand on les froisse. Les fruits sont ovoïdes ou piriformes selon les variétés. Chaque avocat est une baie monosperme, à pulpe butyreuse entourant une graine volumineuse.

Usage médical :

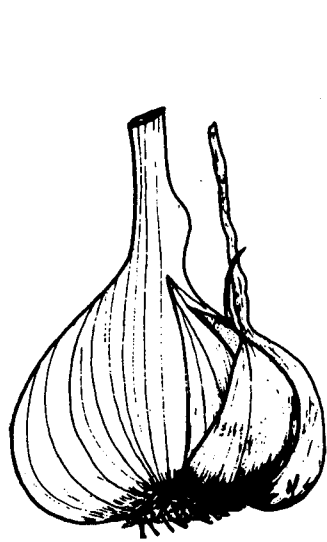
On prête à l'Avocatier surtout des propriétés abortives. Ainsi, la décoction de feuilles est dite utile contre les coliques et les retards de règles. On pourra faire bouillir un "cœur d'Avocat" avec quelques branches de Thym et du sel. Cette tisane sera bue chaude et à jeun le matin si les règles ne sont pas revenues. L'Avocat provoquerait donc le retour des règles chez les femmes enceintes ; en trois mots : il ferait avorter.

L'infusion des feuilles soigne le diabète, la bronchite, les calculs rénaux.

Elle sert encore à remédier à la diarrhée et aux indigestions.

Contre l'hypertension, on fera bouillir 2 à 4 feuilles "mûres" dans 1 l d'eau.

On dit que la tisane de feuilles d'Avocat endort ; elle serait somnifère !.



"tête" (bulbe)



"gousse" germée

1 cm

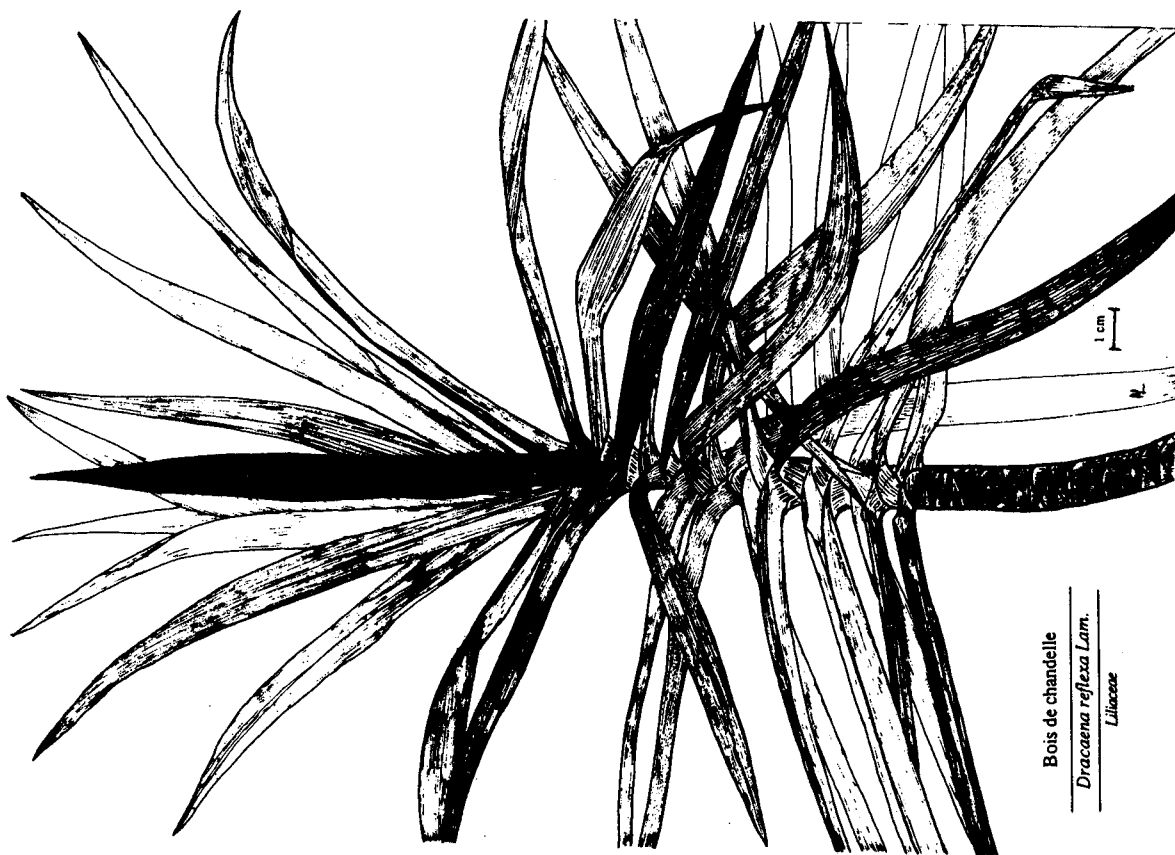


"gousse" en coupe

Ail

Allium sativum L.

Liliaceae



1 cm

Bois de chandelle

Dracaena reflexa Lam.

Liliaceae

LILIACEAE

Allium sativum L.

Nom vernaculaire : Ail.

Description :

Plante cultivée, pourvue d'un bulbe à nombreux bulbilles ou caïeux. Le bulbe est la "tête d'Ail", les bulbilles étant les "gousses d'Ail".

Les fleurs blanchâtres ou verdâtres sont regroupées en ombelle.

Cette plante bulbeuse aurait une origine méditerranéenne. Elle est largement cultivée dans le monde, comme condiment.

Usage médical :

L'Ail est surtout prisé comme vermifuge. On frottera une gousse d'Ail sur une tranche de pain. On y ajoutera de l'huile d'Olive avant de la manger.

On écrasera de l'Ail avec de l'huile de Ricin. On en frictionnera le ventre de l'enfant autour du nombril.

On fera porter à l'enfant un collier de 7 gousses d'Ail.

Contre l'hypertension et le rhumatisme, on mettra une gousse d'Ail dans un verre d'eau tiède, le soir. On boira cette eau le lendemain à jeun.

Pour conserver jeunesse et santé, on avalera ou on croquera chaque matin une gousse d'Ail.

Dracaena reflexa Lam.

Noms vernaculaires : Bois de Chandelle, Chandelle, Sandelle, Chandellier.

Description :

Arbuste souvent ramifié. Les feuilles sont regroupées au sommet des rameaux. Ces feuilles sont linéaires, bordées de rouge. Les fleurs jaune verdâtre donnent issue à des fruits orangés, globuleux.

Usage médical :

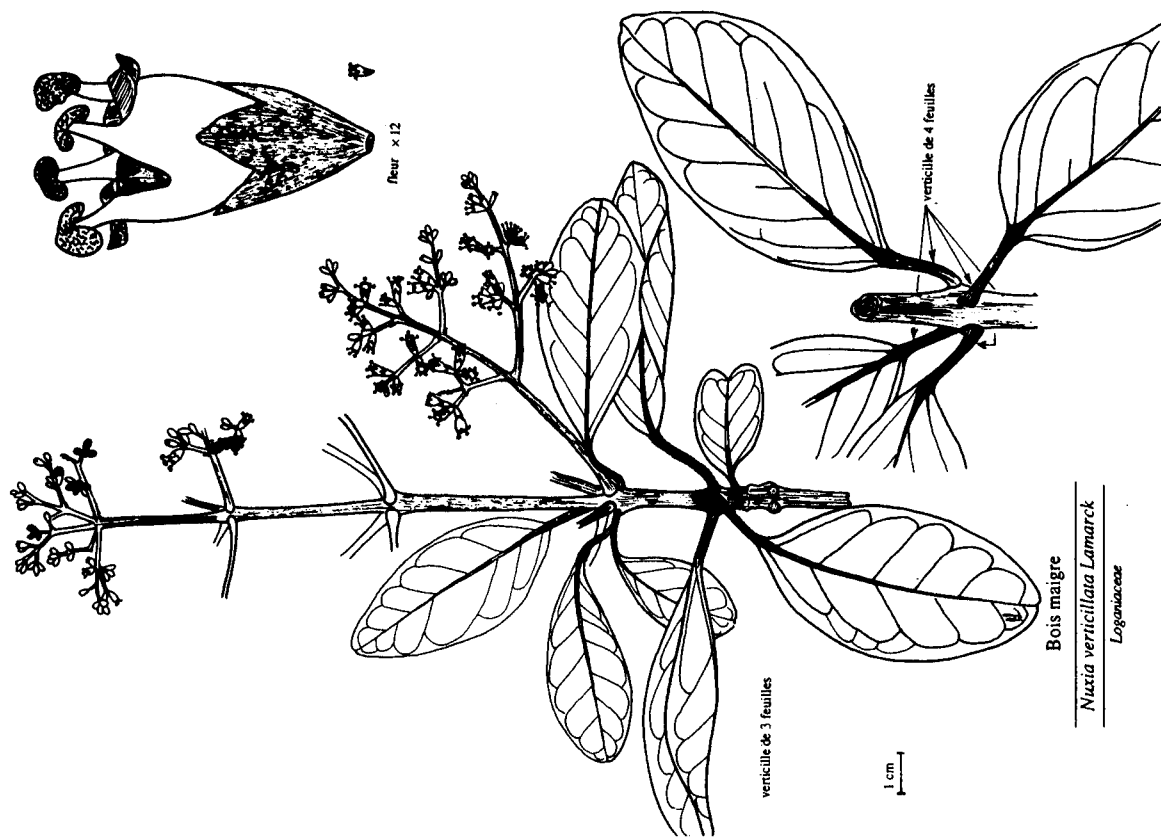
Le Bois de Chandelle est surtout le remède de l'angine et des maux de gorge.

On pourra laisser macérer des feuilles écrasées dans de l'eau salée ou de l'eau vinaigrée. On pourra aussi faire bouillir quelques feuilles dans 1 l d'eau avec une pincée de sel, pendant un quart d'heure. Le Bois de Chandelle pourra être associé au Ti Trèfle (*Oxalis corniculata* L.) pour préparer une décoction. A chaque fois, le liquide obtenu servira à se gargariser.

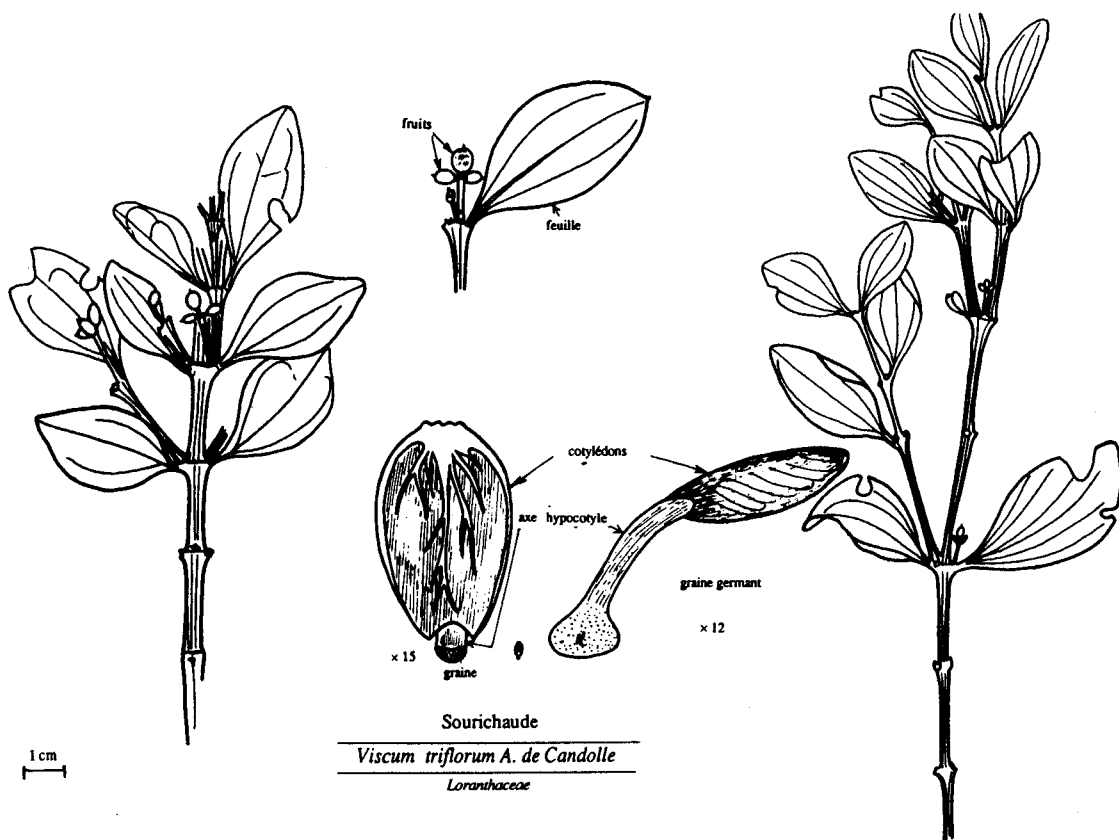
La décoction de tiges et feuilles de Chandelle servait à arrêter le flux de sang des femmes lors de leur accouchement.

Le Bois de Chandelle est pris en bain par ceux qui n'ont pas de chance. Il serait aussi utile contre les échauffements et les douleurs lombaires.

Mis à bouillir avec du sucre, un "cœur" pilé ou écrasé donne une tisane soignant l'épilepsie.



Bois maigre
Nuxia verticillata Lamarck
 Loganiaceae



Sourichaude
Viscum triflorum A. de Candolle
 Loranthaceae

LOGANIACEAE

Nuxia verticillata Lam.

Noms vernaculaires : Bois maigre, Malbrouck.

Description :

Arbre à écorce grise, à tronc creusé en surface de faux recreux qui lui donnent un air faussement efflanqué. Ses feuilles sont verticillées par 3 ou par 4. Ses fleurs ont une corolle rose pâle, saumonée. Les étamines sont nettement exsertes.

Usage médical :

Contre l'excès d'urée, on fera bouillir des jeunes extrémités de rameaux et on boira cette décoction. Une infusion ou une décoction de feuilles servira à soigner l'albuminurie, mais aussi le mal aux reins et le retard de règles.

LORANTHACEAE

Viscum triflorum DC

Noms vernaculaires : Souris-chaude, Chouri-chaude, Sorichau, Sorisode, Chérie chaude, Sérichau.

Description :

Sous-arbrisseau hémi-parasite, polyphage, rencontré sur plusieurs plantes ligneuses : Acacia heterophylla, Dombeya spp., Coffea mauritiana, Monimia rotundifolia, Gaertnera vaginata, Sophora denudata, Euodia spp., Toddalia asiatica, Embelia micrantha, etc. De courtes cymes axillaires, à fleurs par trois caractérisent cette espèce.

Usage médical :

Contre l'asthme, on fera infuser quelques feuilles et on boira cette tisane dans la journée.

Contre l'hypertension et le diabète, on boira de l'infusion trois fois par jour.

Un bain contre les rhumatismes sera préparé en faisant bouillir de la Souris-chaude, de la Liane foutafout (Cassytha filiformis) et de l'Herbe tombée (Leucas lavandulaefolia).

Si la Souris-chaude est capable de purifier le sang, de soigner la grippe, le rhume, la fièvre, on prétend aussi qu'elle constitue un "remède miraculeux" pour soigner les malades imaginaires.

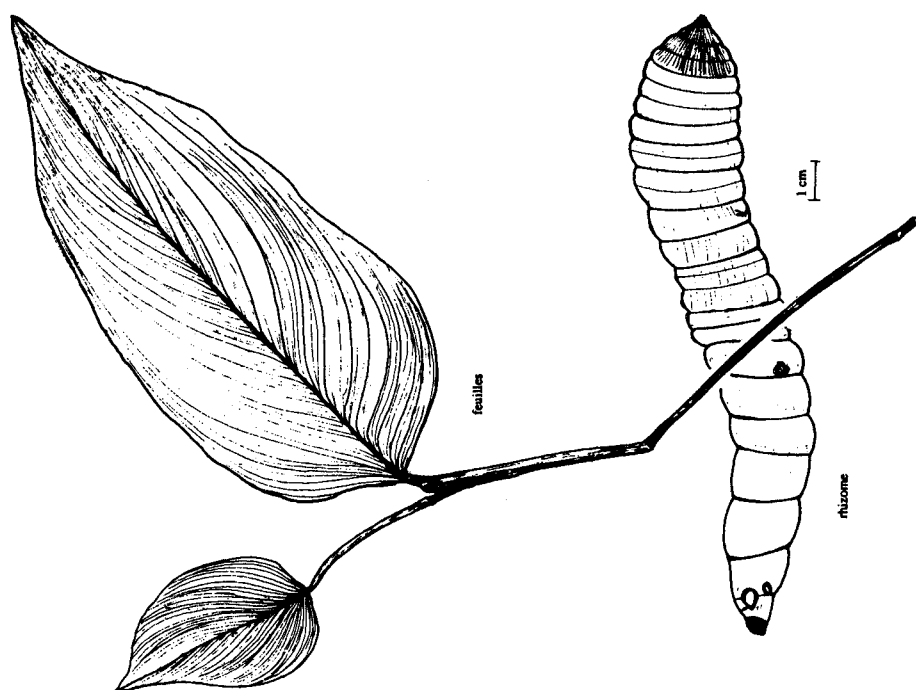
Remède du tambave (coliques des bébés), elle sert à préparer un sirop en mélangeant Sourichau, Fumeterre (Fumaria muralis), Faham (Jumellea fragrans), écorce de Fleur jaune (Hypericum lanceolatum) et du miel. Prendre une cuillerée 2 fois par jour, pendant 15 jours.



Hibiscus

Hibiscus rosa-sinensis L.

Malvaceae



Rouroute

Marantia arundinacea L.

Marantaceae

MALVACEAE

Hibiscus rosa-sinensis L.

Noms vernaculaires : Hibiscus, Biskus, Biskis, Ibiskus, Fousapat.

Description :

Arbrisseau à fleurs souvent rouges, mais existant aussi en d'autres variétés à fleurs blanches, roses, jaunes, orangées ... que le périanthe soit "simple" ou "double". Ces variétés ne fructifient pas.

Les feuilles sont ovales, dentées, acuminées.

Bon nombre de ces cultivars ont été décimés par des maladies cryptogamiques.

Usage médical :

Les feuilles écrasées avec du sel sont appliquées sur les foulures, les entorses. Préparées avec du sucre en cataplasme, elles facilitent la maturation des abcès, des furoncles.

Contre la toux, la grippe, la fièvre, l'angine, on fera bouillir (ou on laissera infuser) des fleurs ou des feuilles. On ramassera par exemple les fleurs tombées au pied d'un Hibiscus, enroulées en cigare lorsqu'elles se fanent. On prendra 2 fleurs pour un demi-litre d'eau mise à bouillir (ou bouillante). La tisane sera sucrée au miel avant absorption.

Contre les douleurs de reins, on fait bouillir une grosse poignée de feuilles dans 5 l d'eau environ. Ce décocté est utilisé en bain.

MARANTHACEAE

Maranta arundinacea L.

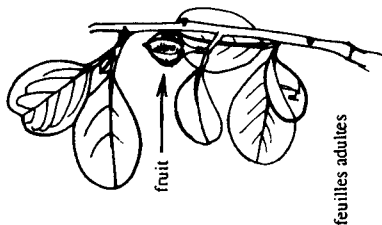
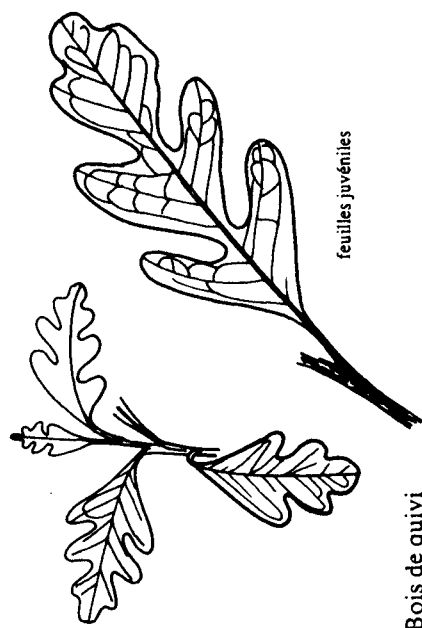
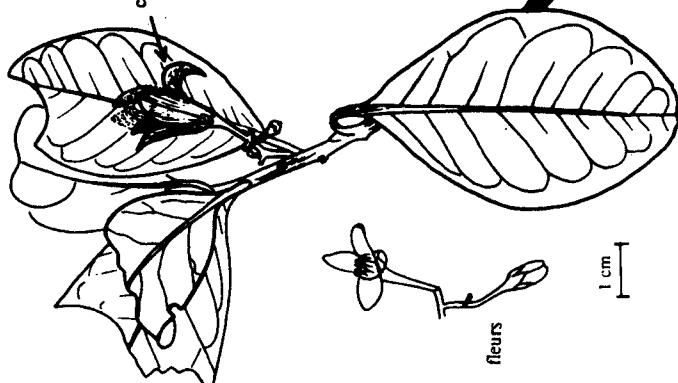
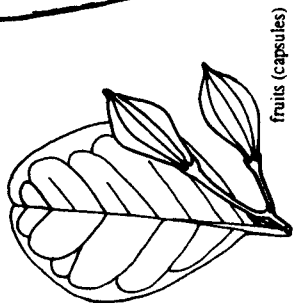
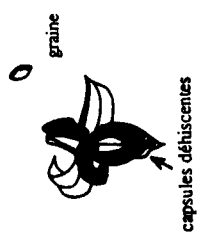
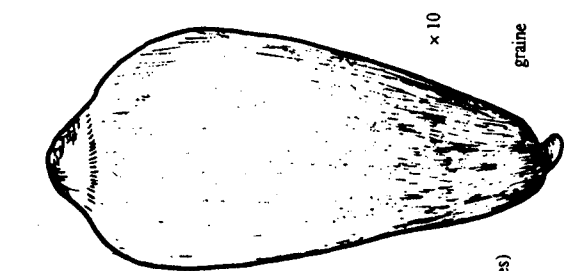
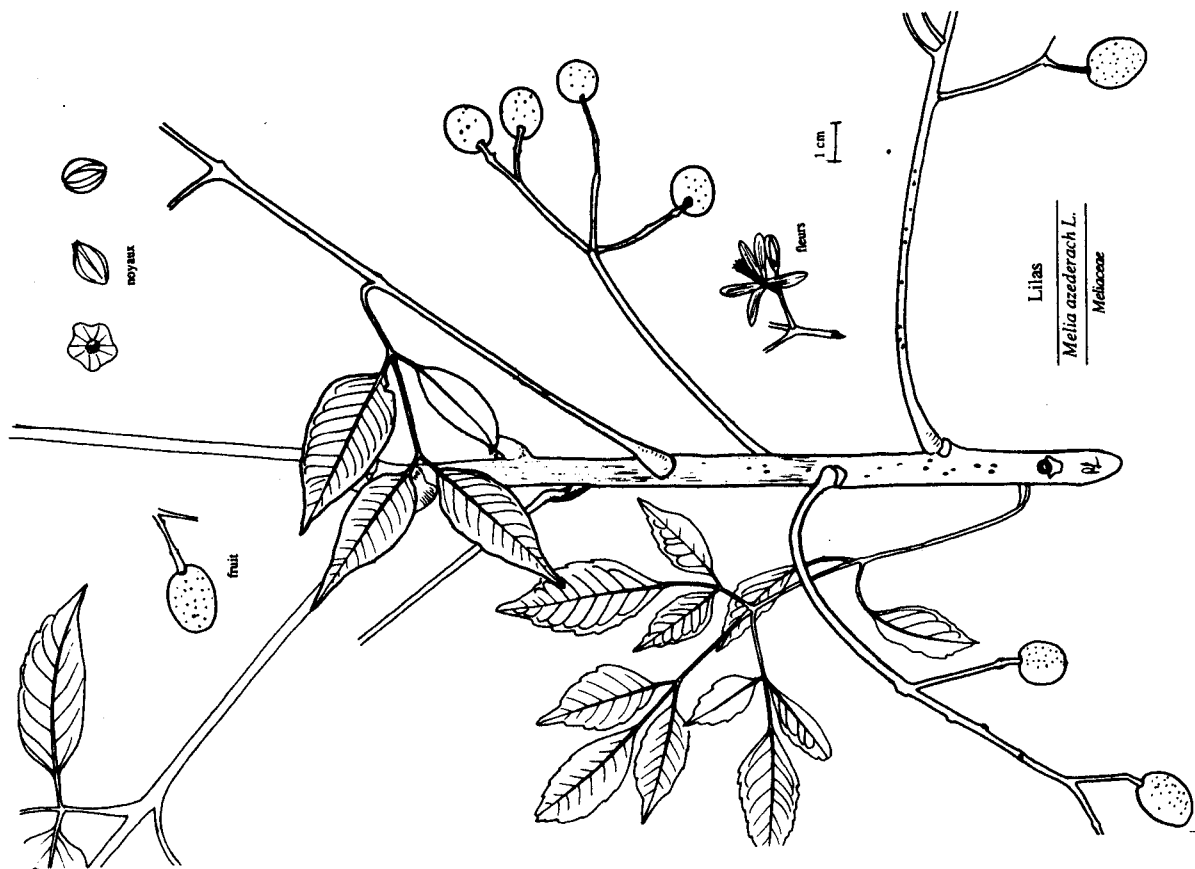
Noms vernaculaires : Rouroute, Arout-rout, Arourout, Arrow root.

Description :

Si la partie aérienne de cette plante rhizomateuse a des feuilles au limbe développé pouvant évoquer le Safran (ou Curcuma longa L.), son rhizome ou tige souterraine a une apparence animale. On peut en effet y voir une chenille blanche, des plus dodue. C'est la fécule extraite de ce rhizome qui est souvent utilisée.

Usage médical :

La Rouroute est surtout un remède des troubles digestifs : diarrhées, dysenteries, coliques, gastro-entérites. On utilise pour cela la fécule diluée dans de l'eau bouillie, mise dans le biberon chez les nourrissons. On peut aussi faire bouillir la "patate" (le rhizome) ou même les feuilles pour obtenir une tisane "rafraîchissante" (antiinflammatoire).



Petit Bois de quivi

Turraea casimiriiana Harms

Meliaceae

MELIACEAE

Melia azederach L.

Noms vernaculaires : Lilas, Lilas hindou, Lilas sacré, Margosier.

Description :

Arbre de 3 à 5 m de haut. Les feuilles bipennées sont utilisées lors des cérémonies hindoues. Les fleurs sont d'un mauve pâle, presque blanches. Les fruits brun orangé sont des drupes. Leurs noyaux peuvent servir à la confection de colliers.

Usage médical :

Dans une grande marmite, on mettra bouillir des feuilles de Lilas, de Manguier, d'Eucalyptus, de Cannelier, de Citronnelle, de Chiendent et des Herbes dures (*Sida spp.*). Utilisée en bain, cette décoction soigne la gratelle.

Les feuilles de Lilas en décoction ou infusion, ou bien encore un morceau d'écorce bouillie, s'utilisent comme vermifuges. Les mêmes préparations peuvent servir, à se rincer la bouche si elle présente des aphtes ou si la langue est gerçurée.

Turraea casimiriana Harms = Quivisia heterophylla cav.

Noms vernaculaires : Quivi, Bois quivi, Bois de quivi, Bois kiwi, Bois d'kivi, Bois de civy, Kiwi sauvage.

En fait trois espèces distinctes sont concernées par ces désignations. Outre Turraea casimiriana Harms des forêts de basse altitude, Turraea ovata (Cav.) Harms et Turraea cadetii A.J. Scott fréquentent les forêts de moyenne altitude.

Description :

La grande caractéristique de Turraea casimiriana est son hétérophylle. Ses feuilles juvéniles, échancrées en lobes bien marqués, sont tout à fait différentes des feuilles adultes, entières, obovales.

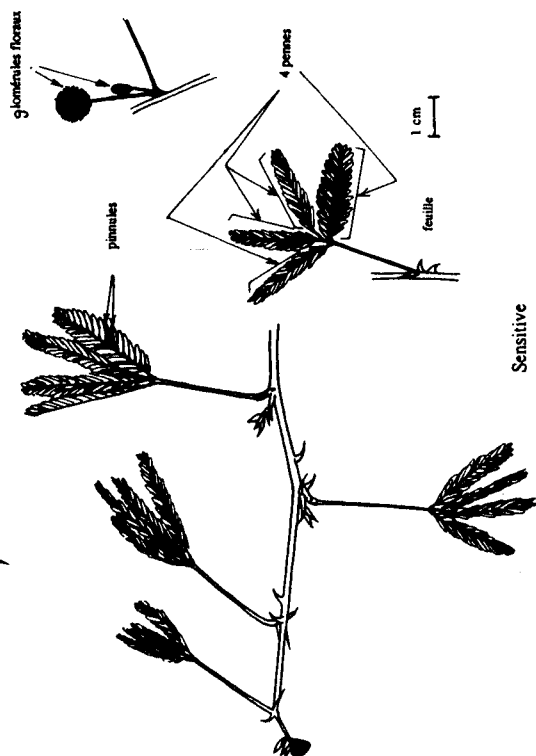
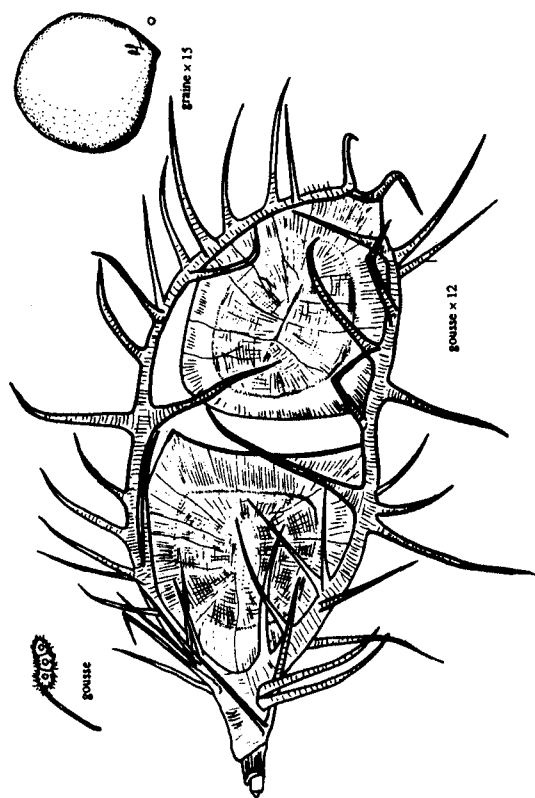
Les fleurs sont blanches à blanchâtres, peu nombreuses. Le fruit est une capsule subsphérique qui s'ouvre pour montrer un parenchyme orangé attractif pour les oiseaux sylvestres.

Usage médical :

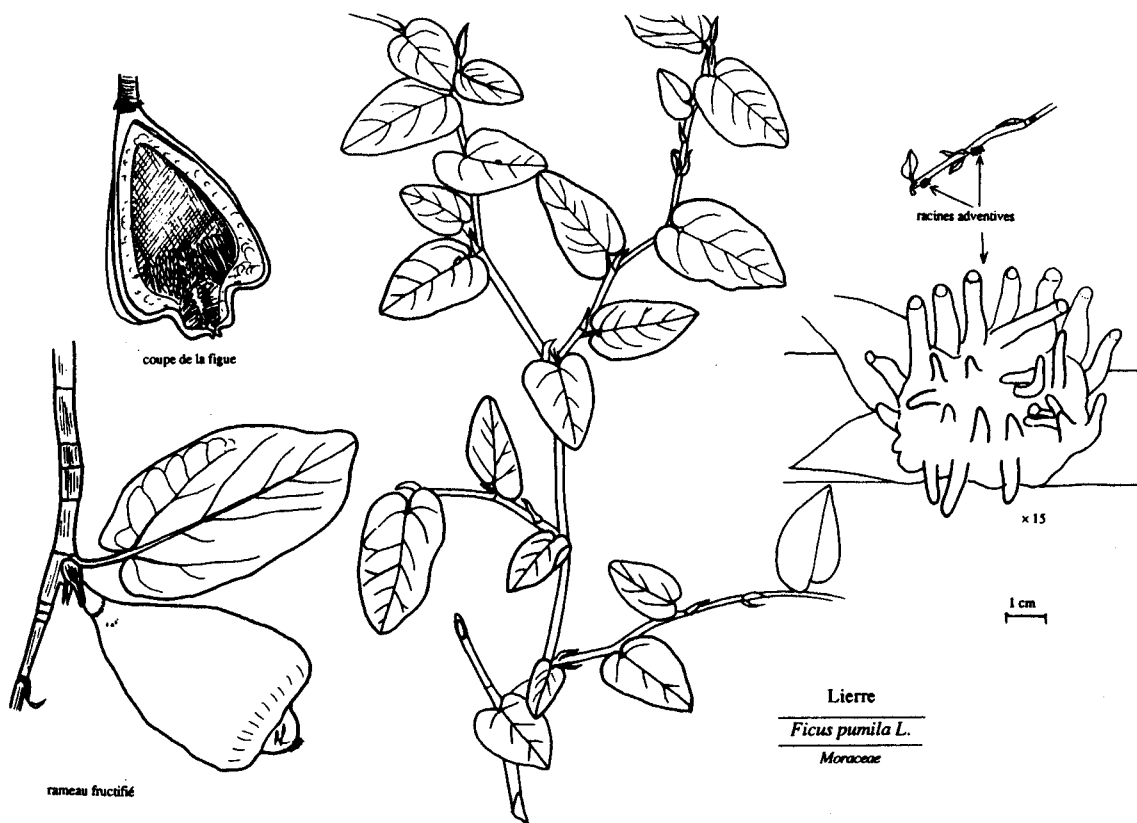
Les Quivis sont surtout des remèdes de l'hypertension. On fait bouillir les feuilles ou l'écorce ; on boit chaud et sans sucre, 2 ou 3 fois par jour.

Pour régulariser la circulation sanguine chez les vieilles dames, on prépare une infusion avec 3 feuilles de Quivi et 3 fleurs du Bois fleur jaune (Hypericum lanceolatum Lam.).

Contre le rhumatisme et la goutte, on râpe un morceau d'écorce de Quivi et un morceau de Bois jaune (Ochrosia borbonica Gmel.). On boira le matin une tasse de l'infusion obtenue avec ces deux bois.



Sensitive
Mimosa pudica L.
Mimosaceae



Lierre
Ficus pumila L.
Moraceae

MIMOSACEAE

Mimosa pudica L.

Noms vernaculaires : Sensitive, Sancicive, Sentitive, Trompe-la-mort.

Description :

Sous-arbrisseau rampant, à tiges munies d'épines rétroscissiles. Ses feuilles bipennées se rétractent au moindre choc. Ses fleurs sont regroupées en glomérules roses pâles. Les gousses sont aplaties, pourvues de 2 à 5 articles.

Usage médical :

La Sensitive est surtout un calmant favorable aux grands nerveux, à ceux qui ne dorment pas, à ceux dont les mains tremblent ; comme antispasmodique, elle s'oppose aux convulsions des enfants. On fera bouillir soit la plante entière, soit ses racines ou bien encore ses tiges feuillées ou ses feuilles seulement.

Pour se calmer les nerfs, on pourra mettre quelques branches de Sensitive dans son oreiller. Si l'on souhaite cueillir cette plante avec ses feuilles encore ouvertes, il faudra penser très fort à quelqu'un. Un sirop contre la fatigue nerveuse sera préparé en utilisant feuilles et racines de Sensitive, une poignée de feuilles de Mandarinier, une branchette de Romarin.

Pour la tisane saisissement, on associera Sensitive, Marjolaine et Romarin.

MORACEAE

Ficus pumila L.

Noms vernaculaires : Lierre, Tit Lierre.

Description :

Arbrisseau rampant, s'accrochant aux murs par ses racines adventives pour ce qui concerne son appareil végétatif. Les rameaux fertiles se détachent du support et portent des figues caoutchouteuses, rouges à l'intérieur, non comestibles.

Ce Lierre rampant et grimpant n'est pas à confondre avec Hedera helix L., lui aussi cultivé à la Réunion.

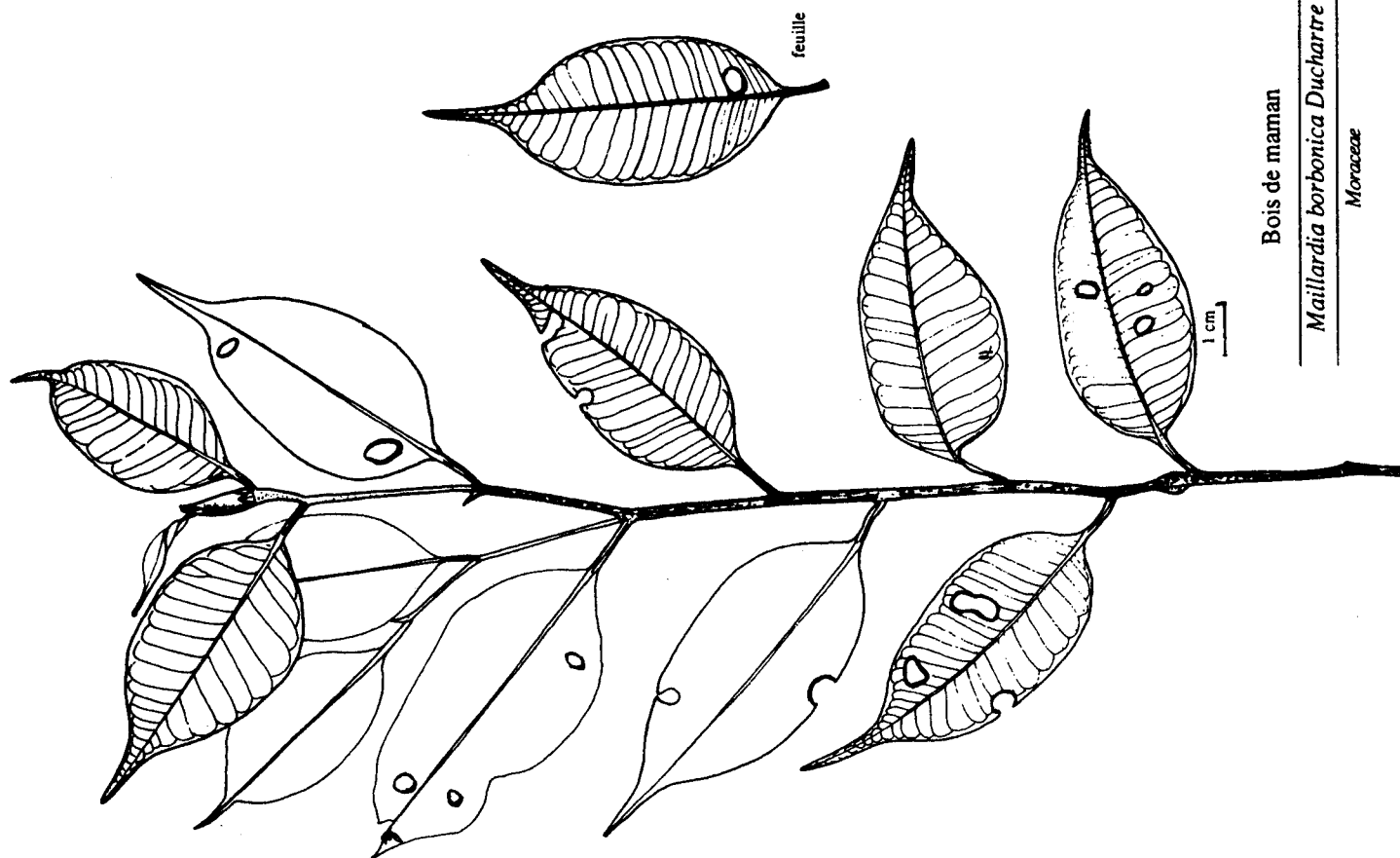
Usage médical :

Ce Figuier "nain" (*pumila*) est surtout utilisé pour soigner le diabète. On fera bouillir une poignée de feuilles dans 1 l d'eau et l'on boira cette tisane tiède dans la journée, ou bien, de manière plus impérative, une tasse trois fois par jour.

Contre les durillons, on fait tremper, une journée, des feuilles dans du vinaigre. On recouvre alors les orteils concernés avec ces feuilles ramollies.

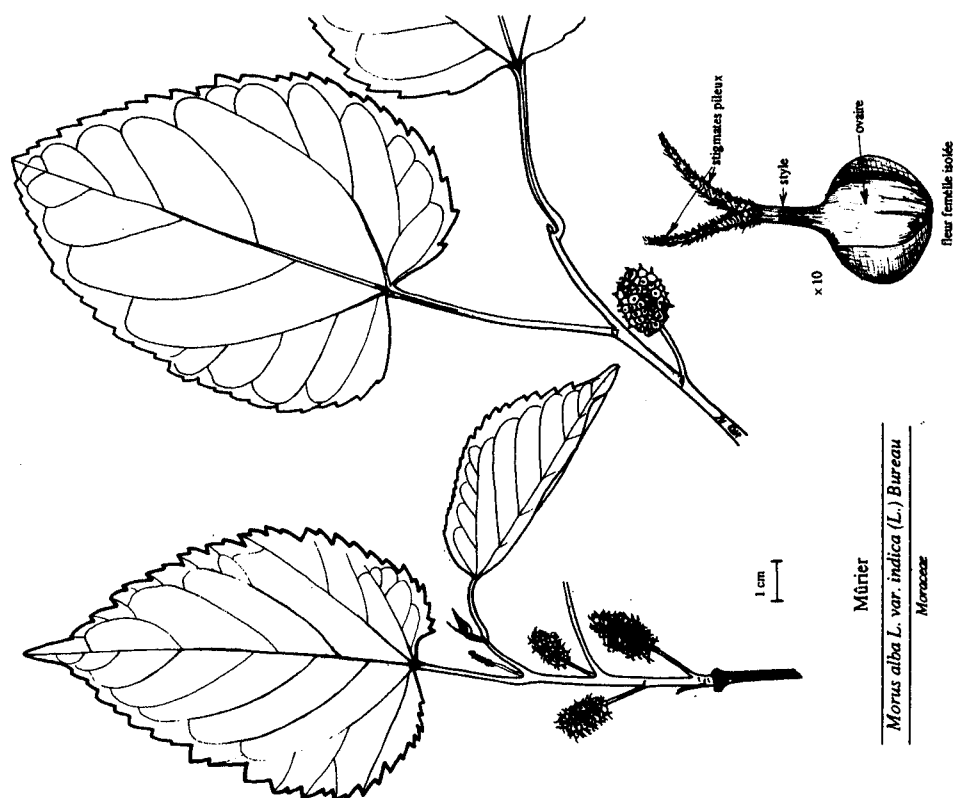
Les feuilles en "infusion" seraient "souveraines" pour les ulcères.

Contre la cellulite douloureuse, broyer des feuilles fraîches et les appliquer en cataplasme chaud sur les endroits douloureux.



Maillardia borbonica Duchartre

Moraceae



Morus alba L. var. indica (L.) Bureau

Moraceae

Maillardia borbonica Duchartre

Noms vernaculaires : Bois de maman, Bois de moman, Petit Canelier, Bois liant.

Description :

Arbuste à feuilles présentant un long acumen. Ses feuilles peuvent un peu rappeler celles du Ficus benjamina L.

Nous n'avons pas encore eu la chance de rencontrer cette espèce endémique de la Réunion, en fruit. Les pieds mâles portent de courts épis de fleurs blanchâtres, situés à l'aisselle des feuilles.

Usage médical :

On met à bouillir dans 1 l d'eau un ou deux rameaux feuillés. La tisane obtenue est à boire 4 à 5 fois par jour ; elle permet d'éviter une fausse couche.

On précise que cette tisane évite les pertes de sang. Elle n'a donc rien d'une plante abortive, mais jouerait plutôt un rôle inverse.

On donne à une femme enceinte une tisane de feuilles et d'écorces pour préserver son bébé du tambave. Après l'accouchement, on donne à la maman une infusion pour faire partir le "mauvais sang".

Contre les maux de rein et pour faire uriner, on fait bouillir l'écorce ou la racine.

Morus alba L. var. indica (L.) Bureau

Nom vernaculaire : Mûrier.

Description :

Arbuste cultivé jadis pour l'élevage du Ver à soie, aujourd'hui encore utilisé comme fourrage, accessoirement pour ses fruits qui deviennent rouge à noir à maturité.

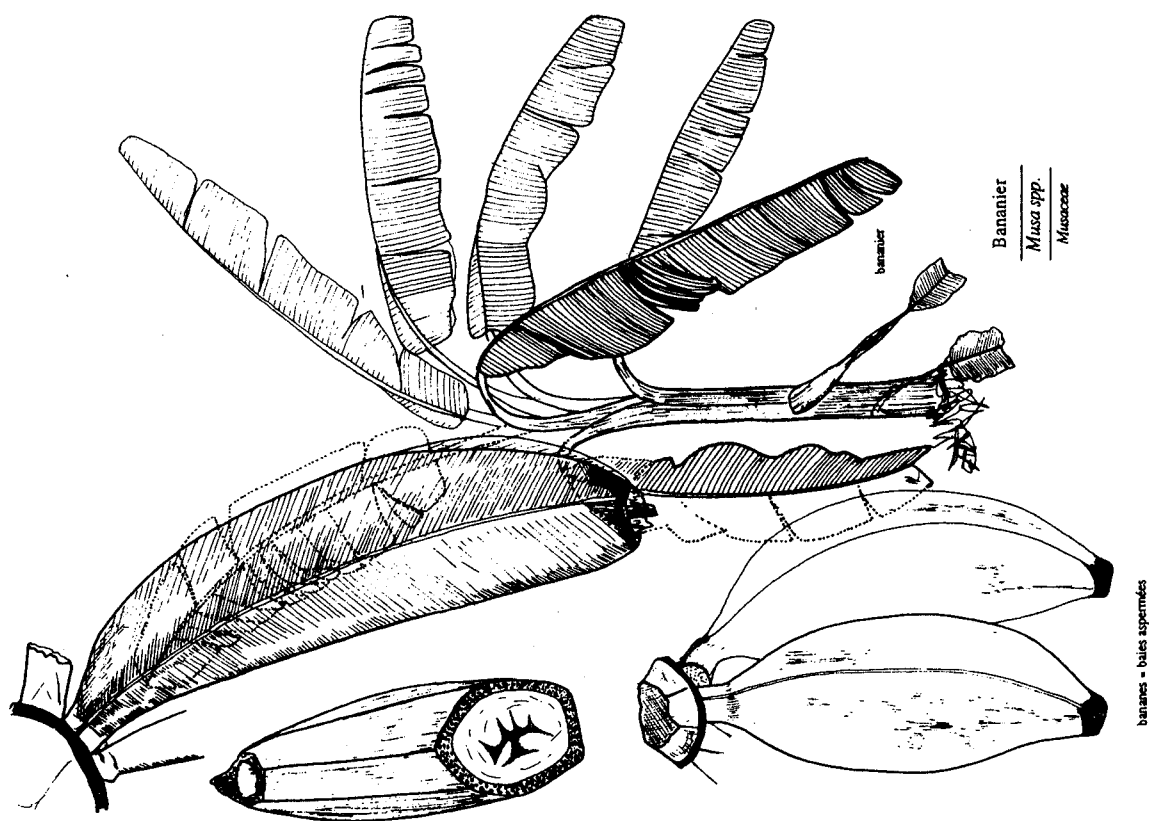
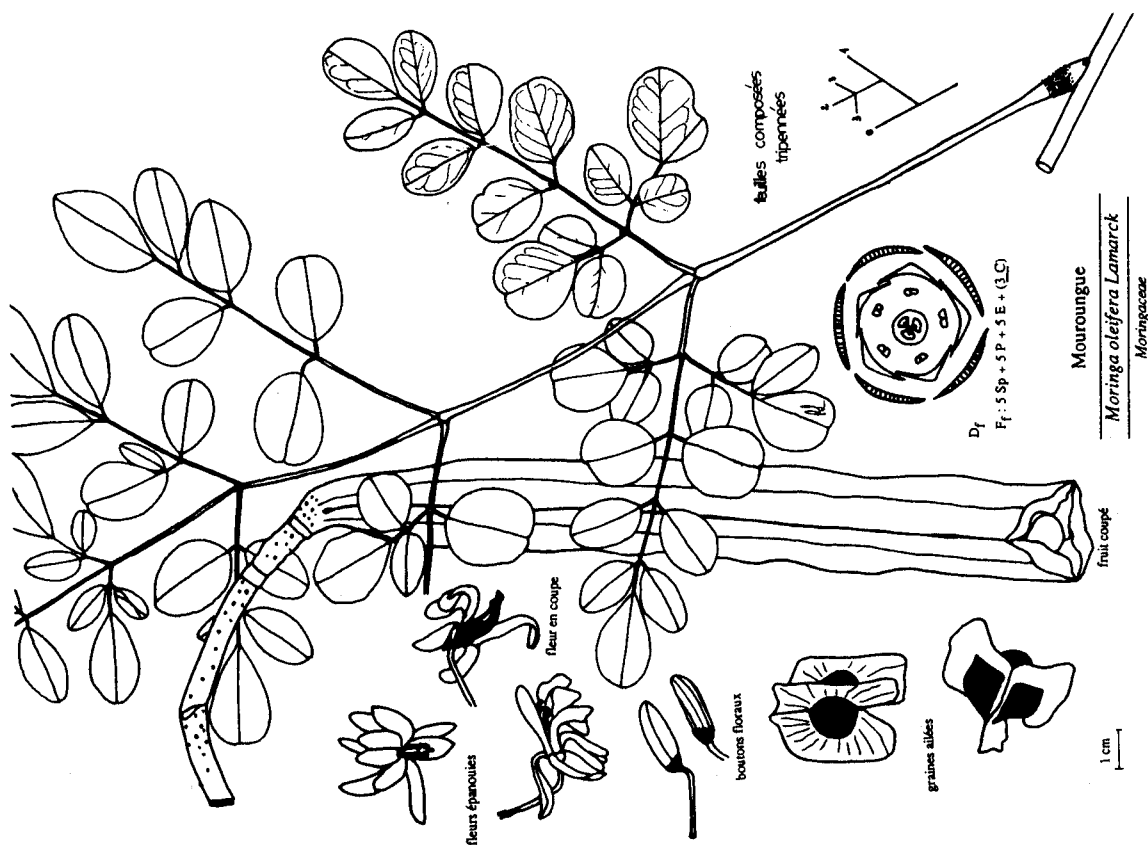
Usage médical :

Le diabète est soigné par le Mûrier. On peut faire infuser 3 feuilles dans 1 l d'eau bouillante. On peut faire bouillir ces mêmes feuilles avant de boire la tisane correspondante.

La tisane peut aussi servir à se gargariser pour soigner angine et maux de gorge, ou bien encore en bain pour soigner des maux d'yeux.

Les fruits sont utilisés contre les diarrhées.

Les racines sont mises à bouillir contre les "hémorragies des règles". Boire une tasse, deux à trois fois par jour.



MORINGACEAE

Moringa oleifera Lam.

Noms vernaculaires : Mouroungue, Mourongue, Mourom, Mouroum, Mouroome, Mourougue, Brède Mouroungue, Brède médaille.

Description :

Arbuste de 3 à 4 m de haut, à feuilles composées tripennées et à fleurs blanches. Ses fruits sont des capsules allongées d'où s'échappent des graines triailées. Cet arbuste légumier serait originaire de l'Inde. Ses feuilles sont mangées en brèdes (= légumes verts).

Usage médical :

Le Mouroungue est surtout connu pour son action sur la pression artérielle. On pourra préparer un bouillon avec les feuilles, les fleurs, les fruits verts. On boira ce bouillon pour soigner son hypertension. On pourra aussi lui associer de l'Ail pour affermir son action hypotensive.

Contre l'asthme et la toux, on préparera des bains de pieds avec une poignée de racines écrasées et mises à infuser. Un cataplasme de ces racines - usitées comme sinapisme - est appliqué sur la poitrine contre la toux et la bronchite.

La décoction de feuilles et d'écorce serait efficace contre les crises d'épilepsie, les graines calmeraient les nerfs.

Une poignée de fleurs de Mouroungue mises à frire avec de l'huile d'Olive et de la cire d'Abeille donnera une pommade apte à guérir les "bobos", les plaies, les abcès.

MUSACEAE

Musa sp.

Noms vernaculaires : Banane, Bananier, Figue.

Description :

Herbe géante, vivace par son rhizome. Parler de son tronc est un peu abusif car le bois y fait défaut. Ce faux stipe est en fait constitué par les gaines foliaires emboîtées.

Les feuilles ont un limbe frangé, c'est-à-dire souvent déchiré en suivant les nombreuses nervures latérales. De l'axe foliaire jaillit une inflorescence pendante dont l'extrémité est constituée par des fleurs stériles engainées de larges bractées. Les fleurs fertiles, donnant des fruits parthenogénétiques disposés en "mains", se trouvent tout au long de l'axe fertile.

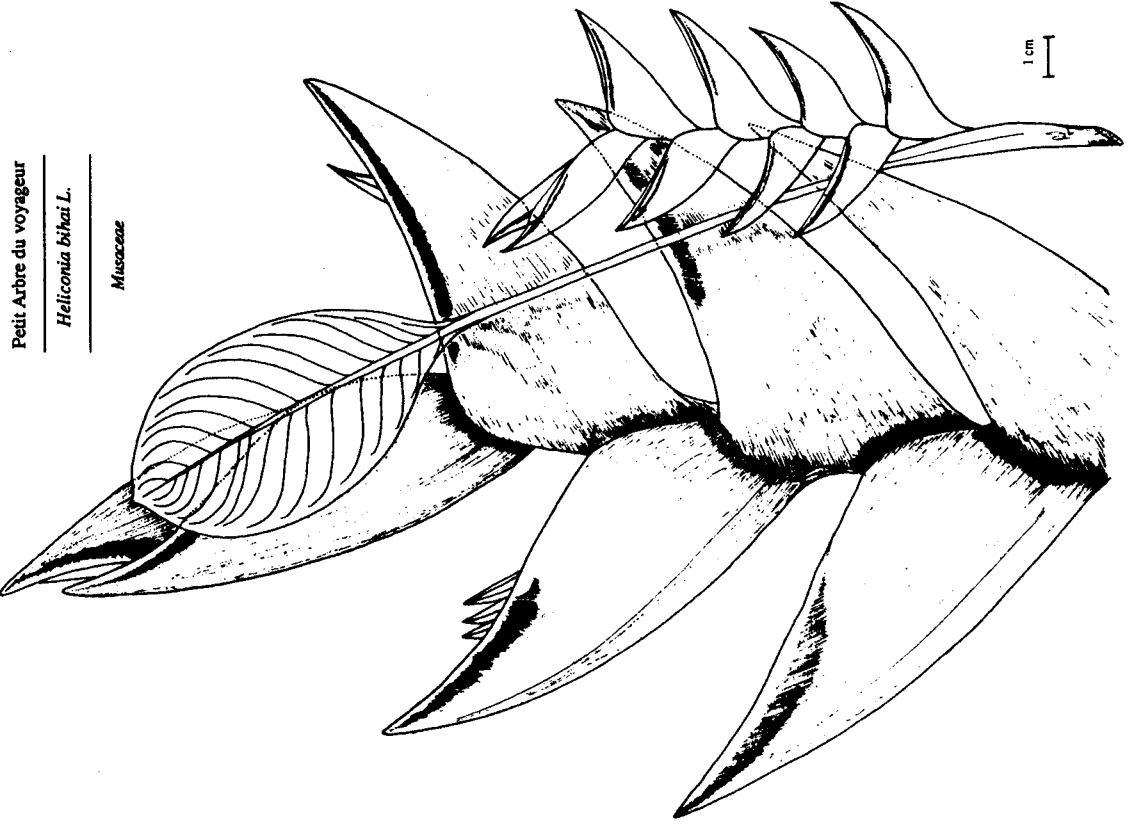
Usage médical :

En tisane, la feuille peut guérir les migraines. Les planteurs de Cannes à sucre mettent la feuille sous leur chapeau pour ne pas souffrir de migraine.

Contre la toux, on met à bouillir 2 Bananes mûres dans 1 l d'eau.

On passe 7 tranches de feuille sur un poro (= verrue) en traçant une croix. Suspendues au soleil, les tranches "tombent" quand le poro disparaît. Autre variante : trempées dans de l'huile chaude, les tranches foliaires sont appliquées sur le poro.

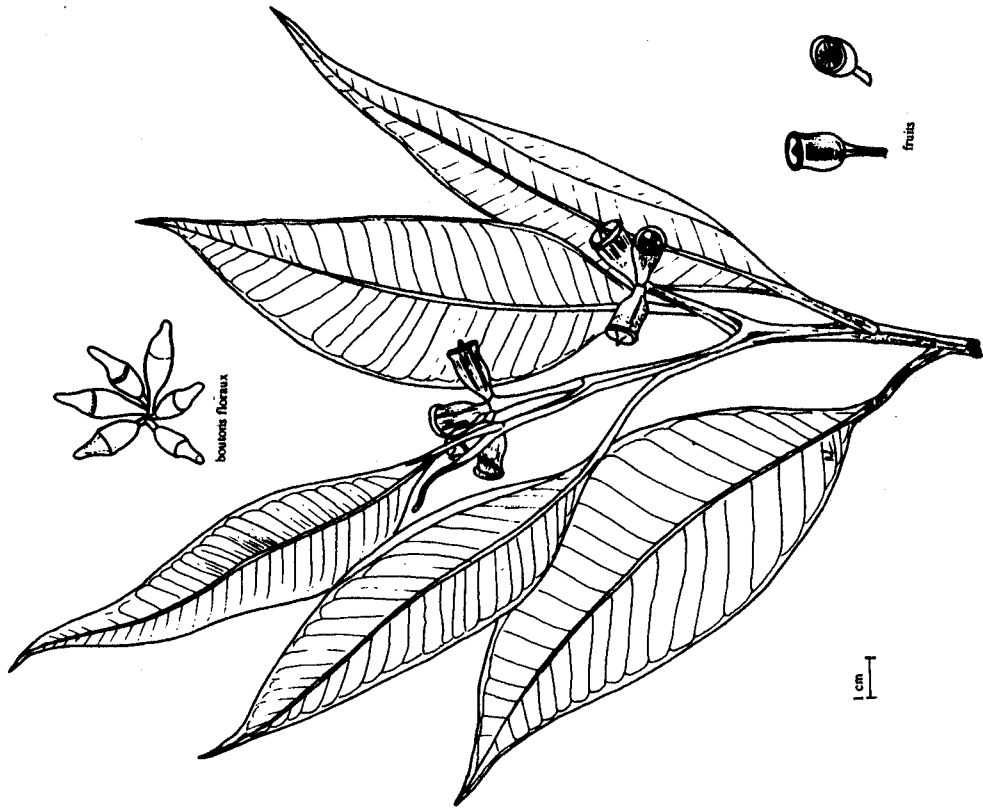
RECETTES



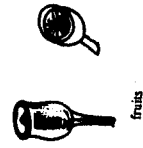
Petit Arbre du voyageur

Heliconia bihai L.

Musaceae



boutons floraux



fruits

Eucalyptus

Eucalyptus robusta J.E. Smith

Myrtaceae

Heliconia bihai L.

Nom vernaculaire : Petit Arbre du voyageur.

A défaut de Ravenale (Ravenala madagascariensis Sonnerat) pas très fréquent à la Réunion, c'est une autre plante ornementale qui est utilisée à sa place, à savoir un Heliconia.

Description :

Herbe vivace par son rhizome. Elle a des feuilles longuement pétiolées, à pétiole appelé "coton". Ses inflorescences sont dressées et constituées par des bractées rouges où s'accumule de l'eau de pluie. Les fleurs restent encloses dans ces bractées.

Usage médical :

On coupe le "coton" en morceaux de 3 cm. On fait tremper un morceau dans 1 l d'eau. On boira cette macération dans la journée. Elle "rafraîchira" l'estomac et les intestins ... surtout quand on a mangé trop épicé. Ce remède serait déconseillé quand on a la grippe parce qu'il provoque la toux et rafraîchit trop les bronches !

Contre l'enflure, l'œdème, les jambes douloureuses, on boira comme de l'eau, pendant une semaine ou deux, une décoction de plante fraîche, hachée.

MYRTACEAE**Eucalyptus robusta J.E. Smith.**

Noms vernaculaires : Eucalyptus, Kaliptys, Caliptus.

Eucalyptus citriodora Hook. est aussi souvent utilisé.

Description :

L'espèce robusta devient un grand arbre à l'écorce spongieuse que l'on peut boxer sans se faire mal. Ses feuilles ont un limbe elliptique, élargi au milieu, aigu au sommet. Ses fruits sont tout à fait caractéristiques.

Usage médical :

Contre la grippe et le refroidissement, on fera bouillir des feuilles jusqu'à réduction de moitié, avant de se baigner. On pourra aussi faire des inhalations en ajoutant si possible quelques gouttes d'huile essentielle d'Eucalyptus. Ces inhalations sont par ailleurs recommandées à ceux qui souffrent de l'asthme et de la sinusite. La tisane reste le troisième mode d'utilisation après le bain et l'inhalation. On mettra à infuser des feuilles dans l'eau bouillante. On pourra rajouter une goutte d'essence, une seule, à ce breuvage.

Le bain d'Eucalyptus est utile contre diverses douleurs : courbatures, rhumatismes, etc. Il calmerait les crises d'épilepsie et autres crises nerveuses.

Contre le diabète, on boira 4 à 5 tasses d'infusion par jour.



rambeau fleuri

Cerise-pays

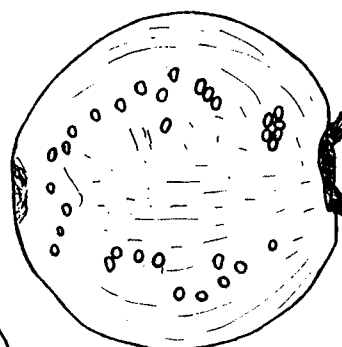
Eugenia uniflora L.

Myrtaceae

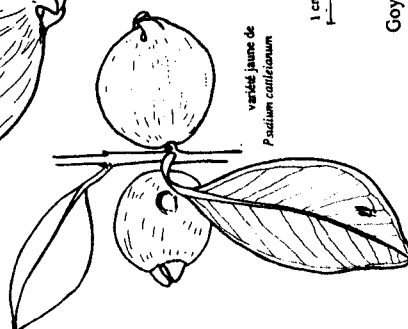
rambeau fructifié



variété cultivée à gros fruits



base coupée verticalement



variété jeune de
Psidium cattleianum

Goyave

Psidium guajava L.

Myrtaceae

Eugenia uniflora L.

Noms vernaculaires : Cerise, Cerise créole, Cerise frisée, Cerise-pays, Cerise chinoise, Cerise de Madagascar, Cerise piment, Cerise côtelée, Cerise à côtes, Cerisier, Roussaille.

Description :

Arbrisseau à fleurs blanches portées par des pédoncules grêles. Les fruits qui en dérivent sont des baies rouge orangé à maturité. Ces fruits charnus plus ou moins globuleux sont marqués par des côtes longitudinales.

Usage médical :

La Cerise-pays ferait baisser rapidement la température. On boira pour cela trois ou quatre tasses par jour de sa tisane.

Pour augmenter l'efficacité de la Cerise-pays contre la grippe et les états fiévreux, on l'associera à quelques "cœurs" de Pêcher, aux pelures d'Orange et de Citron. On boira cette tisane chaude avec un cachet d'Aspirine. D'autres "complications" associent Cerise, Citron, Citronnelle ou Cerise et Mouroungue.

On pourra faire des inhalations avec de la Cerise-pays associée à de la Citronnelle et à de la Cannelle.

Contre l'eczéma et le psoriasis, on fera bouillir une tige feuillée jusqu'à réduction de moitié. Cette décoction servira à laver les plaies.

A l'instar des "queues de Cerise" de France (Prunus cerasus L.), les "cœurs" de Cerise-pays seraient diurétiques.

Psidium guajava L.

Noms vernaculaires : Goyave, Gouyave, Gros Goyave.

Description :

Arbuste de 3 à 4 m, à feuilles tout à fait différentes de celles de Psidium cattleianum Sabine. Lui aussi à des fleurs blanchâtres, pédonculées. Les fruits sont jaunes à maturité. La pulpe de ces baies est blanche ou rose selon les variétés.

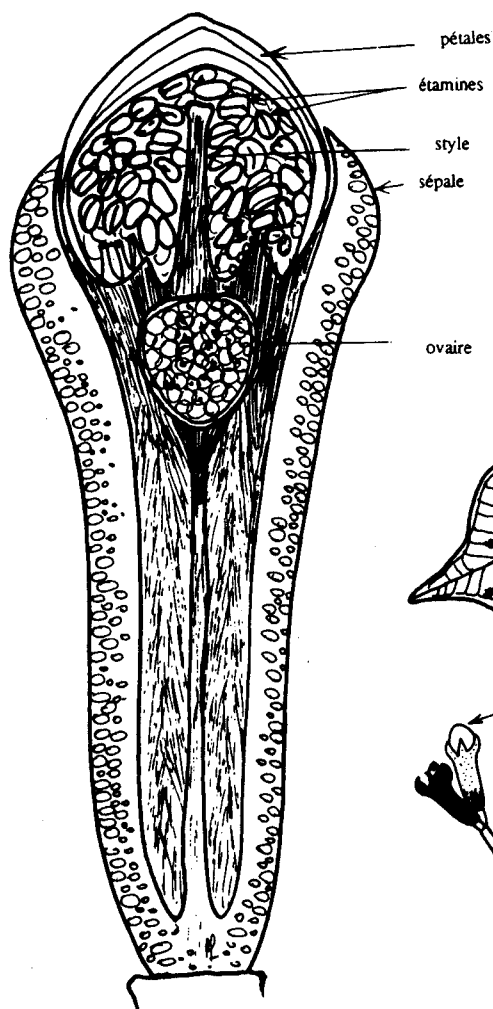
Usage médical :

Remède de la diarrhée et de la dysenterie, la tisane de Goyave se prépare en mettant bouillir des "cœurs", des fruits verts ou de l'écorce. On peut y ajouter du Riz ou du pain brûlé. Cette tisane sera à boire avec modération.

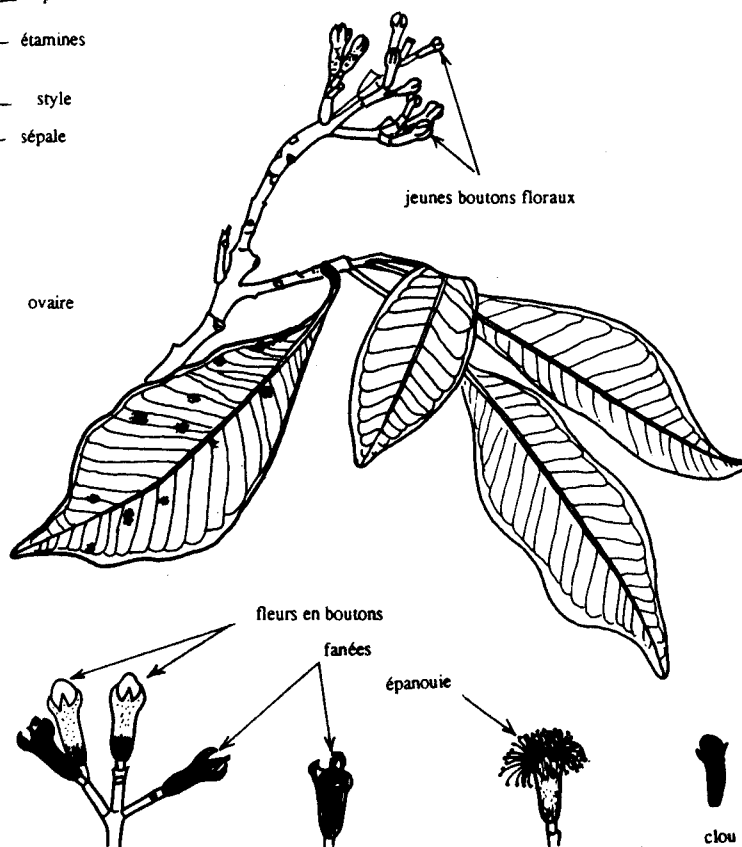
Contre la diarrhée d'un enfant, on pourra lui donner une cuillerée à café, deux ou trois fois par jour, de sirop de Goyave.

Les feuilles de Goyave rouge peuvent être accompagnées de tiges feuillées de Rougette (Euphorbia prostrata Ait.) pour une préparation antidiarrhéique.

Une décoction de feuilles pourra être utilisée en gargarisme pour soigner un mal de gorge.



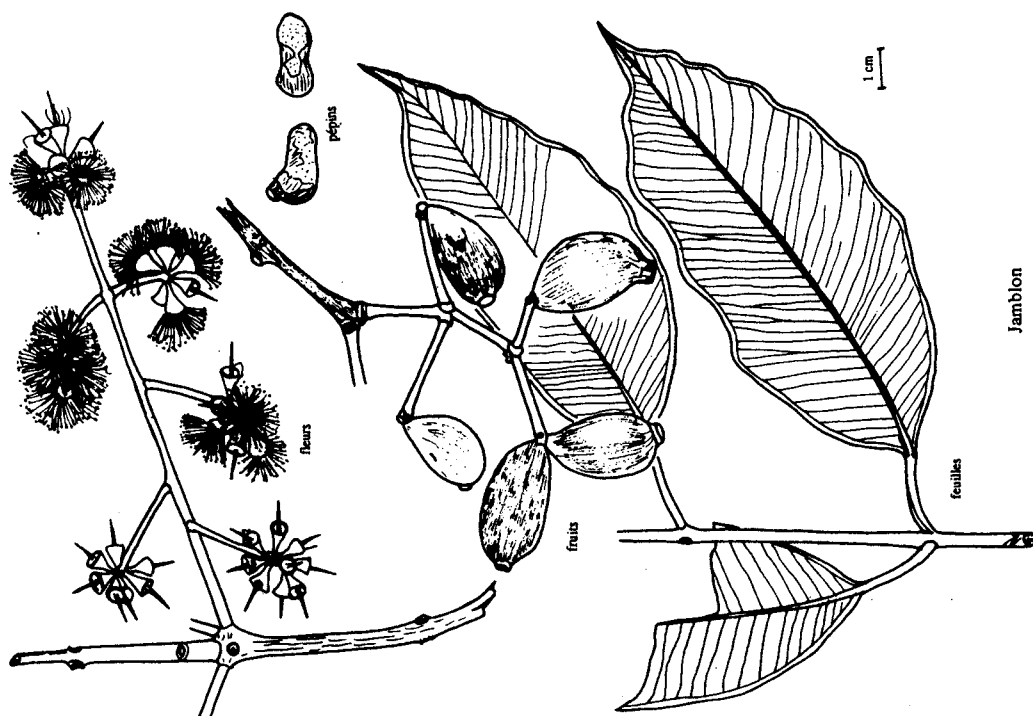
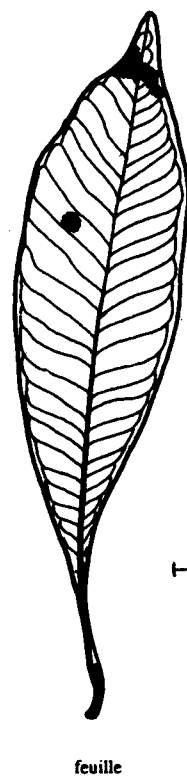
bouton floral en coupe $\times 11$



Giroflier

Syzygium aromaticum (L.) Merr. et Perry

Myrtaceae



Jamblon

Syzygium cumini (L.) Skeels

Myrtaceae

Syzygium aromaticum (L.) Merr. = Eugenia aromatica Kuntze

Noms vernaculaires : Girofle, Giroflier.

Description :

Arbre de 7 à 10 m de haut à feuilles pétiolées, lancéolées, aiguës. Les boutons floraux desséchés constituent les Clous de Girofle. Aux fleurs à étamines blanchâtres succèdent des fruits pourpres, eux aussi aromatiques.

Usage médical :

Contre les rhumatismes, on pourra utiliser la décoction en bains de pieds. On pourra aussi mettre macérer dans de l'alcool ou de l'huile de Coco un mélange de Clous de Girofles, de Gingembre et de racines de Franciséa (Brunfelsia hopeana Benth.), le tout écrasé. Avec le macérat, on frictionnera les parties douloureuses.

Il est bien connu le fait d'écraser un Clou de Girofle dans le trou d'une dent cariée pour atténuer la douleur.

Contre la grippe, un adulte peut faire bouillir 3 Clous de Girofle pour un verre de vin qu'il boira chaud et sucré au miel.

On écrase ensemble Girofle, Gingembre, Safran (Curcuma longa L.) en y ajoutant de l'huile de Ricin ; on applique cette pâte sur les plaies.

Syzygium cumini (L.) Skeels = Eugenia jambolona Lam.

Nom vernaculaire : Jamblon.

Description :

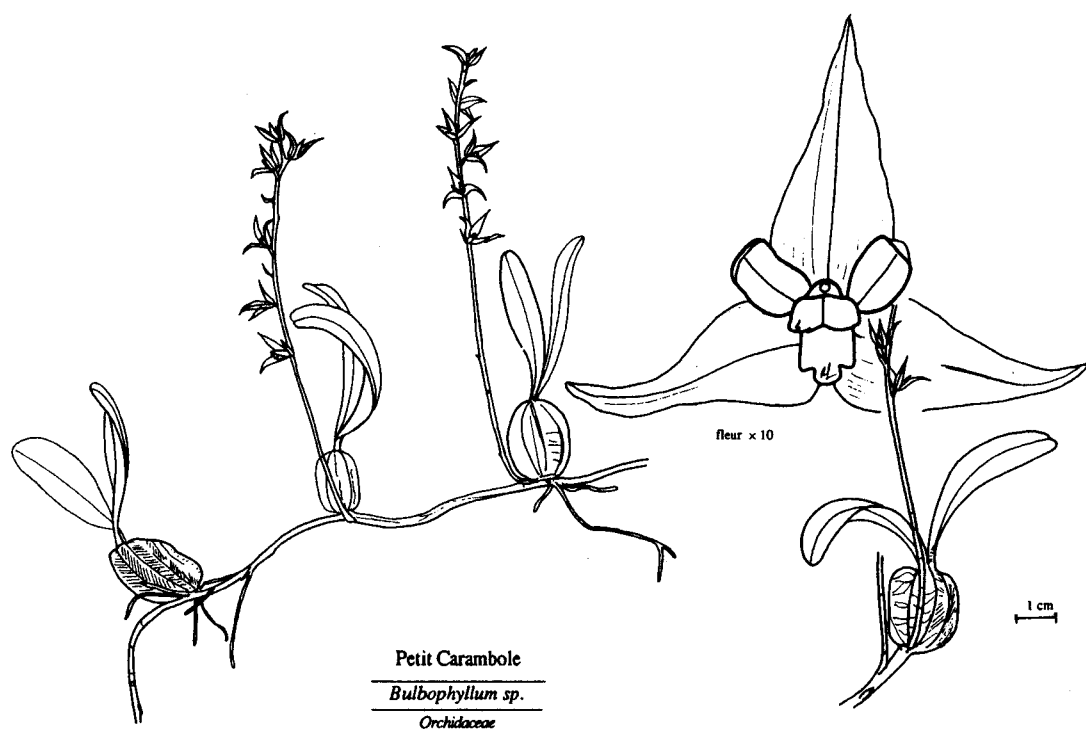
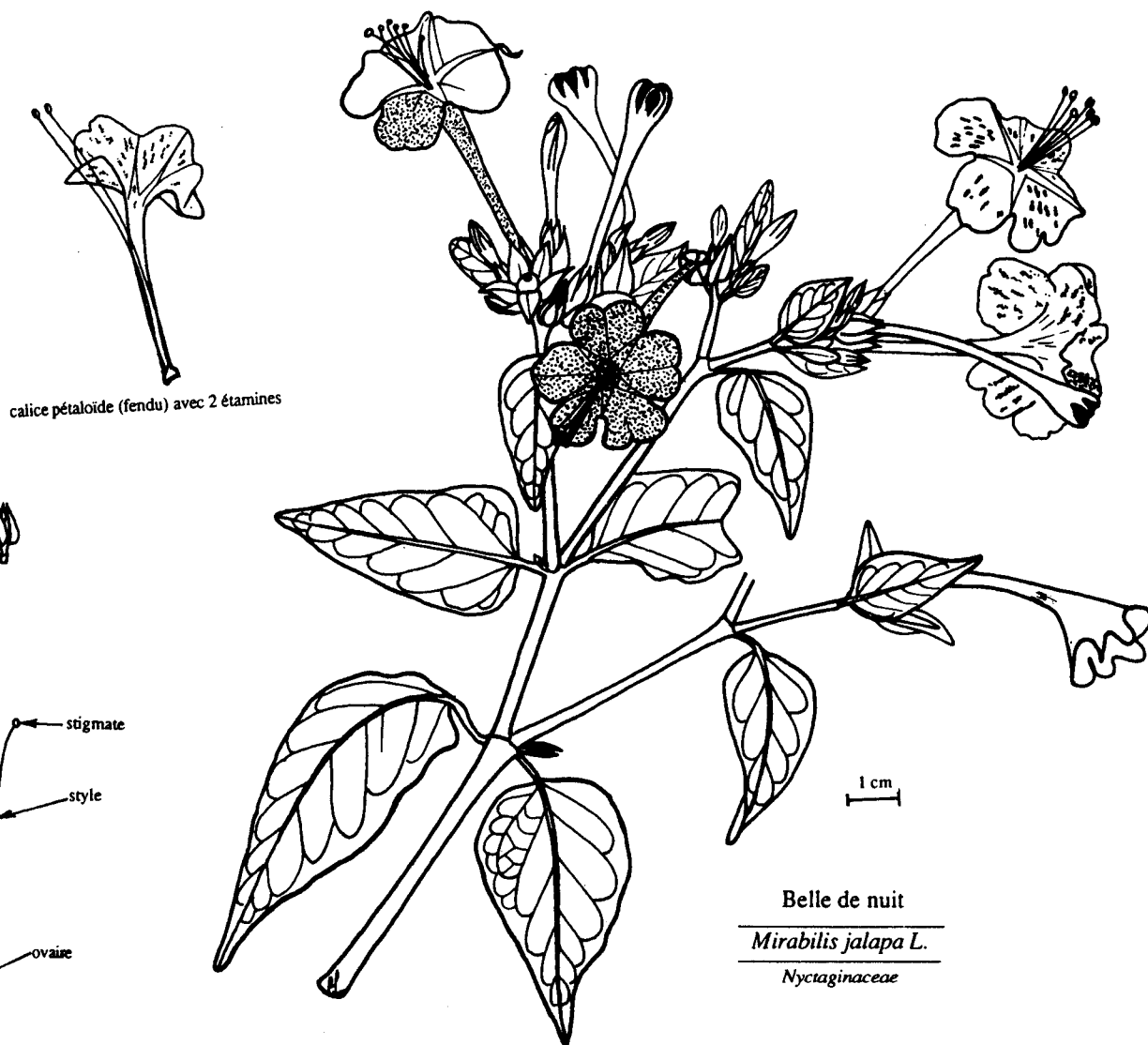
Arbre souvent de taille modeste. De vieux pieds peuvent cependant faire 8 à 10 m de haut. Aux fleurs blanchâtres succèdent des fruits pourpre noir. Leur pulpe laisse une trace violette dans la bouche quand on la mange. La graine montre aussitôt son amande verte séparée en plusieurs morceaux (poly-embryonnie).

Usage médical :

Le Jamblon est un remède très souvent utilisé contre le diabète. L'usage de la poudre de graines torréfiées n'est pas toujours ce qu'il y a de plus facile. Le diabétique absorbe une ou deux cuillerées de cette poudre dans la journée ou bien une pincée, trois fois par jour dans un peu d'eau.

Faute de graines, ce sont les feuilles ou même l'écorce qui pourront servir de remède antidiabétique. Une poignée de feuilles ou encore un bon morceau d'écorce sont alors mis à bouillir dans 1 l d'eau. Cette décoction est à boire refroidie.

Contre les diarrhées et dysenteries, on peut consommer le fruit, absorber du suc foliaire, ou bien encore mettre à bouillir un morceau d'écorce.



NYCTAGINACEAE

Mirabilis jalapa L.

Noms vernaculaires : Belle de nuit, z'Herbe de nuit.

Description :

Herbe à racine tubérisée noire, à tiges ramifiées jusqu'à 60 à 80 cm de haut où elles portent des fleurs rouges, roses ou blanches ou panachées. Les fruits ressemblent à de petites Grenades noires.

Usage médical :

Pour bien uriner, c'est-à-dire combattre le "retranchement" ou rétention d'urine, on peut faire bouillir quelques tiges et en boire une ou deux tasses. On peut aussi faire bouillir la racine mais il est plus prudent de faire un cataplasme que l'on applique sur le ventre. Il est en effet connu que la Belle de Nuit est toxique. Elle est proscrite chez les enfants. On recommande l'usage d'une seule pincée de poudre pour éviter maux de ventres, coliques et vomissements.

Purgative, la racine de Belle-de-nuit combat la constipation. On fera bouillir, pendant vingt minutes, 5 g de racine séchée et écrasée, dans un demi-litre d'eau. On boira une tasse de cette décoction le matin à jeun.

Frottez du suif sur les feuilles, les appliquer sur les furoncles pour les faire mûrir. Le décocté de feuilles servira à soigner (en bain) l'enflure, l'herpès, les dartres.

ORCHIDACEAE

Bulbophyllum nutans Thou.

Noms vernaculaires : P'tit Carambole, Ti Carambole, Petit Carambole, Carambole.

Description :

Orchidée épiphyte commune dans les forêts à moyenne altitude (800 - 1700 m). Elle fleurit de janvier à juillet. Ses fleurs sont jaunâtres. L'axe floral se forme sur l'axe rampant juste en dessous du pseudobulbe qui porte couramment deux "feuilles" dans cette espèce.

Usage médical :

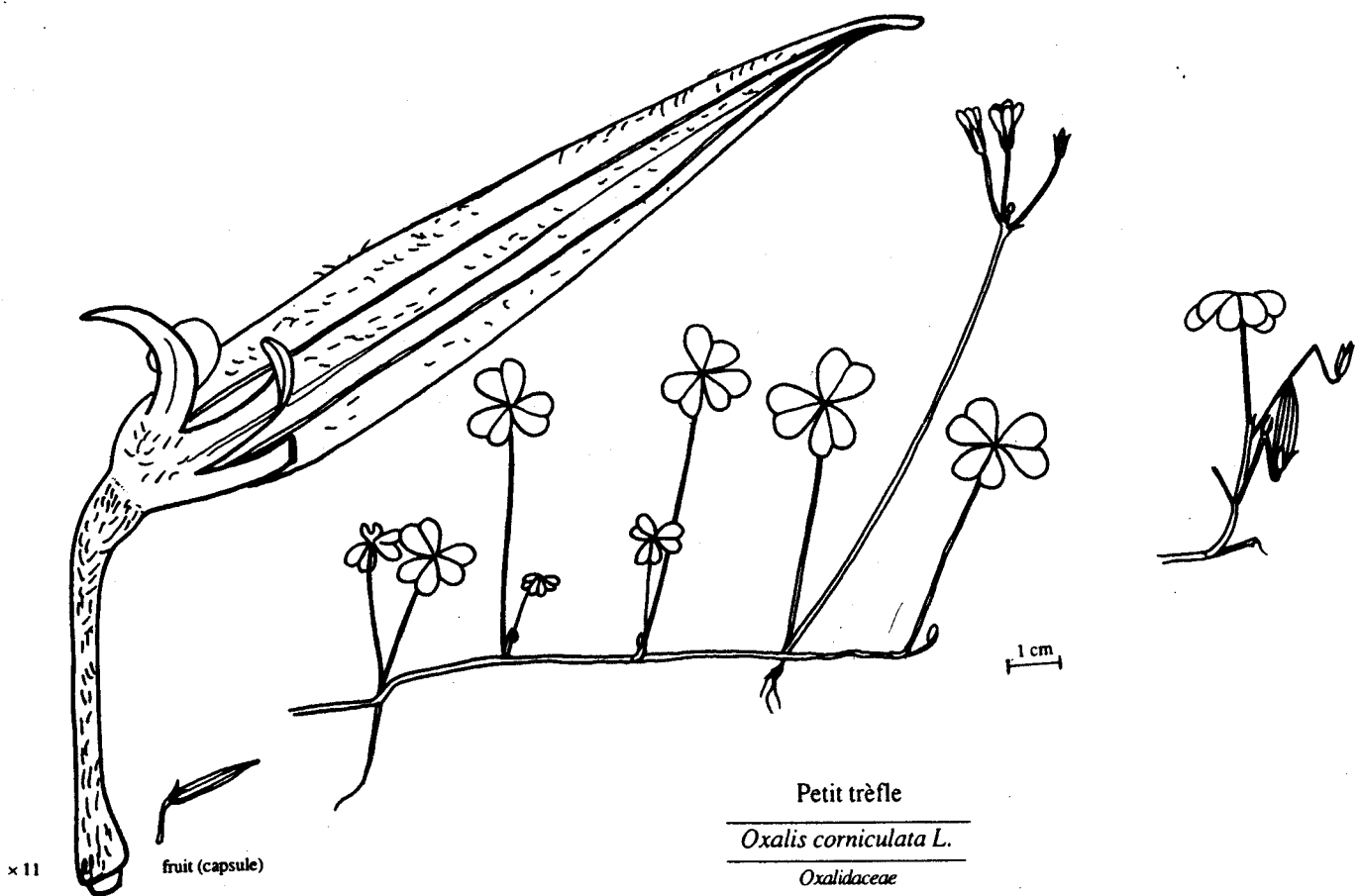
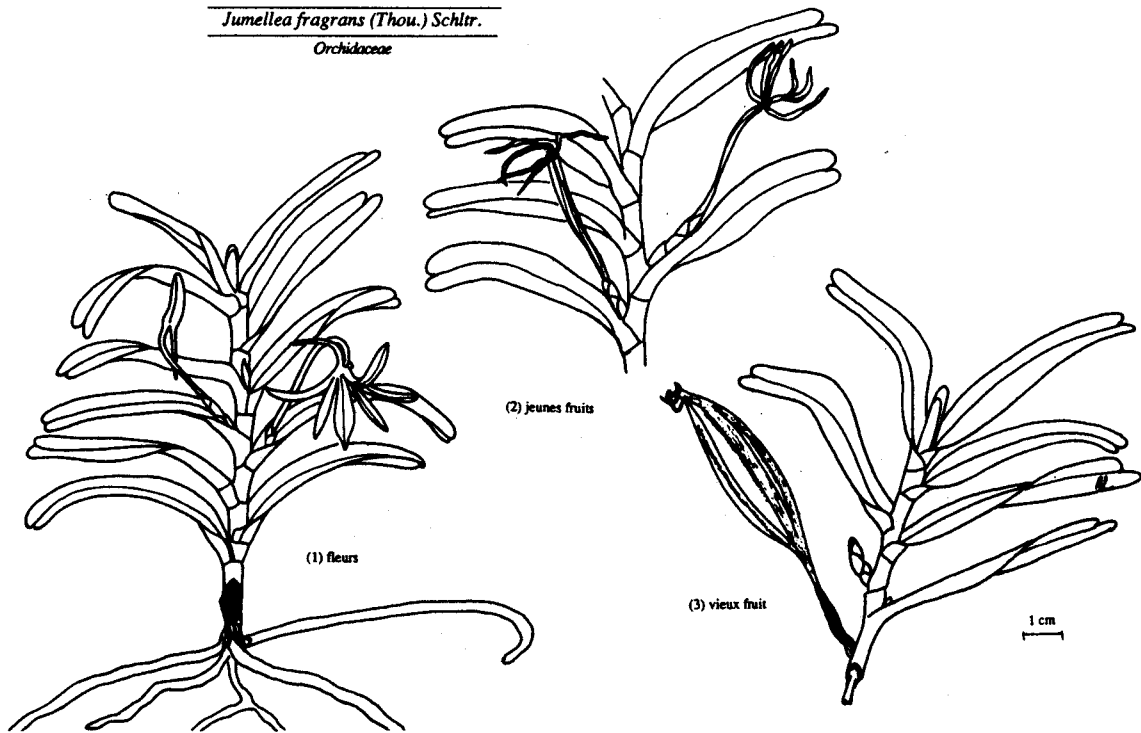
Le Ti Carambole est surtout un remède du tambave. La tisane tambave associe souvent plusieurs plantes. C'est alors une "complication" où l'on trouve : racine de Pok Pok (Cardiospermum halicacabum L.), feuille de Vavangue (Vangueria edulis Vahl), feuilles de Ti Trèfle (Oxalis corniculata L.), fleurs de Galabère (Lantana camara L.) et Petits Caramboles. Servie par cuillères, la tisane tambave est associée à une cuillerée d'huile d'Olive, de Ricin ou de paraffine. On peut s'interroger sur le rôle laxatif de ces corps gras quand on sait que le Ti Carambole est aussi un remède contre les diarrhées rebelles et les coliques.

Les Ti Caramboles sont simplement mis à bouillir pour soigner l'eczéma des bébés.

Faham

Jumellea fragrans (Thou.) Schltr.

Orchidaceae



Petit trèfle

Oxalis corniculata L.

Oxalidaceae

Jumellea fragrans (Thou.) Schltr.

Noms vernaculaires : Faham, Fame, Fam, Faam, Faame, Fahame, Fa-ham, Fah-am, Fa'am, Fa-am, Phaam.

Description :

Orchidée épiphyte commune dans les forêts humides à basse et moyenne altitudes. Elle se reconnaît aisément à ses tiges anciennes défeuillées sur une bonne longueur, portant seulement des feuilles distiques sur les huit à dix centimètres terminaux. Le sommet du limbe foliaire bilobé est tout à fait caractéristique.

Les fleurs, peu nombreuses, apparaissent à l'aisselle des feuilles. Epanouies principalement en janvier, ces fleurs ont un périanthe blanchâtre.

Toute la plante est riche en coumarine. Elle sert à parfumer le rhum.

Usage médical :

Cette Orchidée aromatique est un bon remède des troubles respiratoires : asthme, toux. Elle est aussi prise contre la grippe et la fièvre.

Contre la grippe, on pourra associer le Faham à la Cannelle, à la pelure d'Orange, aux fleurs de Violette et aux fleurs d'Héliotrope.

Le Faham serait bon pour la circulation sanguine et pour éclaircir le sang. Il faciliterait la digestion, serait utile contre les brûlures d'estomac.

Pour purger les bébés, on associe Faham et huile de Ricin ou bien Faham et fleurs de Camomille (Parthenium hysterophorus L.)

OXALIDACEAE**Oxalis corniculata L.**

Noms vernaculaires : Ti Trèfle, Ti Tref, Petit Trèfle.

Description :

Petite herbe rampante à saveur acidulée. Ses feuilles dressées sont trifoliolées comme celles des vrais Trèfles (ou Trifolium). Ses fleurs sont jaunes. Fécondées, elles donnent une capsule allongée et aigüe.

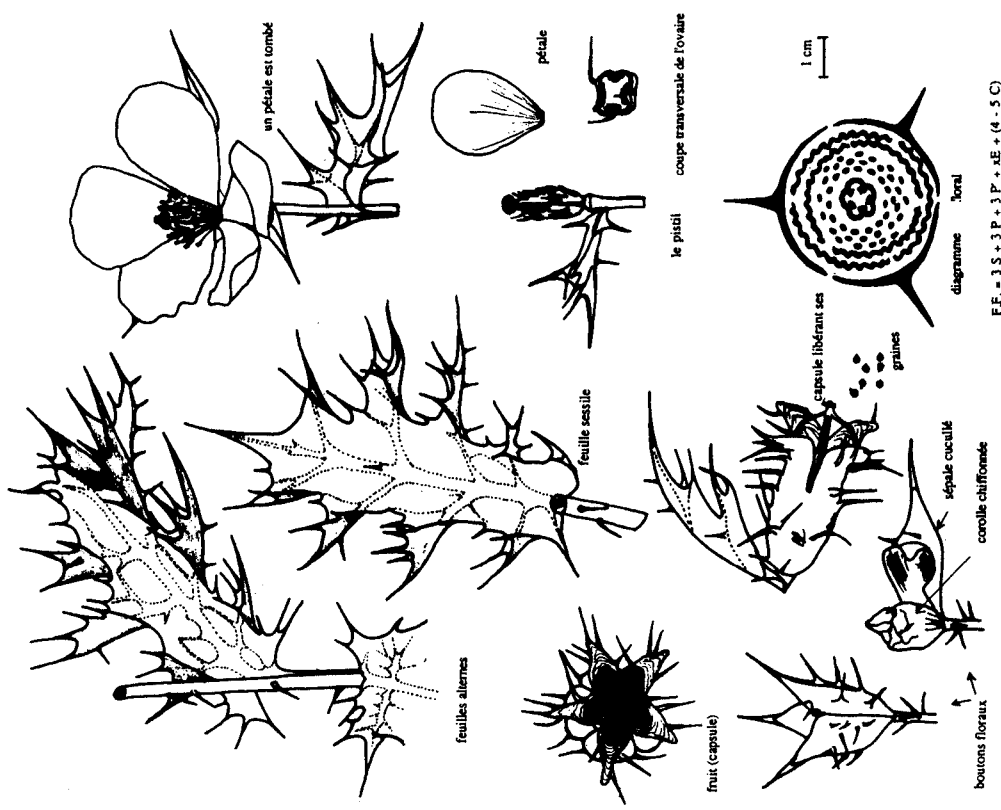
Usage médical :

Pour les abcès bucco-dentaires, on écrase une poignée de feuilles de Ti Trèfle auxquelles on ajoute du sel fin. On fait une compresse de ces feuilles écrasées et salées sur la gencive infectée.

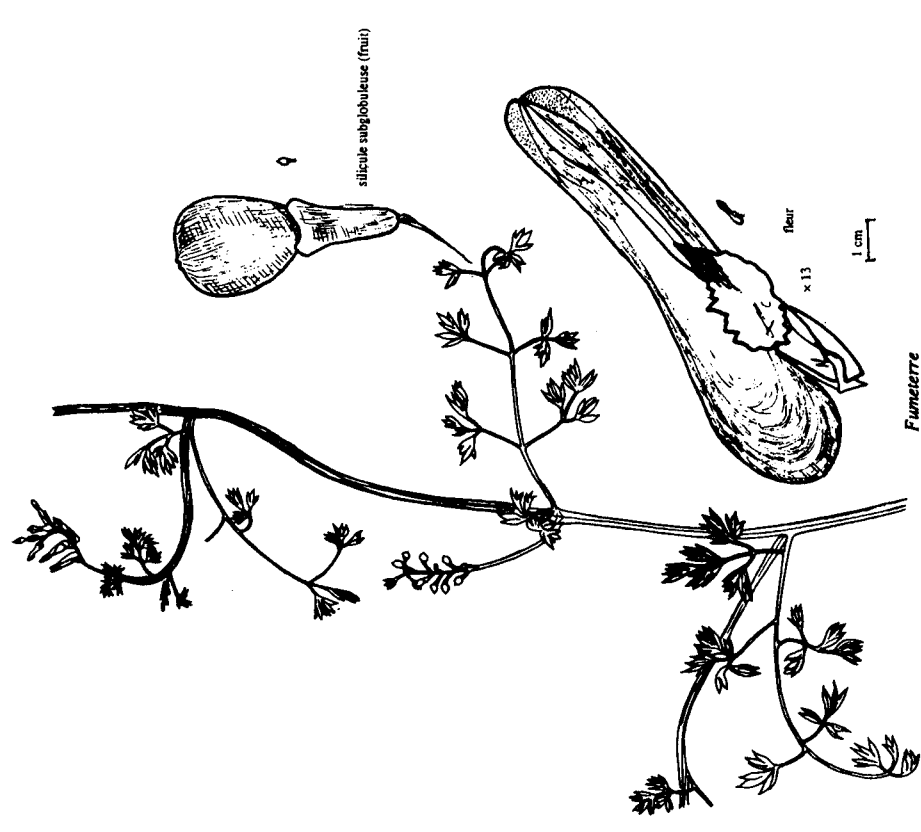
Mis à bouillir avec du sel et du vinaigre, le Ti Trèfle est utilisé en gargarismes contre les maux de gorge, en "rincements" de bouche contre l'hémorragie des gencives. Contre les aphtes, on écrasera le Ti Trèfle avec du miel et du sel.

Comme diurétique, faire bouillir une poignée de feuilles pilées dans 1,5 l d'eau. Boire un verre cinq fois par jour.

Une purge sera préparée en faisant bouillir du Ti Trèfle, du Poc-Poc (Cardiospermum halicacabum L.) et de l'Oreille Chatte (Acalypha indica L.). Mélanger la tisane à de l'huile de Ricin, de l'huile d'Olive et du miel.



Chardon
Argemone mexicana L.
 Papaveraceae



Fumeterre
Fumaria muralis Sonder ex Koch
 Fumariaceae

PAPAVERACEAE

Argemone mexicana L.

Nom vernaculaire : Chardon.

Description :

Herbe épineuse d'où son nom de Chardon. Les feuilles sont glauques, d'un bleu plus pâle au niveau des nervures. La chute des sépales précède l'épanouissement de la corolle à 5 pétales jaune citron. Le fruit est une capsule de 4 à 6 valves d'où s'échappent des graines noires.

Usage médical :

C'est la racine qui est le plus souvent utilisée. Mise à bouillir, elle soigne les douleurs de vessie et les rétentions urinaires, les pertes blanches et les troubles de la ménopause, le diabète, le rhumatisme.

La sève jaune qui s'échappe de la plante coupée sert à soigner l'inflammation de la commissure des lèvres et les "bobos" qui accompagnent une poussée de fièvre.

Les feuilles (une poignée par litre d'eau) serviront à soigner les hémorroïdes en bains de siège.

Les graines seraient purgatives.

La plante entière, mise à bouillir dix à quinze minutes, donne une boisson qui facilite l'élimination des impuretés du sang.

Fumaria muralis Sonder ex Koch

Noms vernaculaires : Fumeterre, Fume terre, Fume de terre, Fineterre, Funter, Fumetaire, Fumetière, Fimter, Fiater, Fil terre.

Description :

Herbe diffuse à feuilles persillées et à petites fleurs, roses, allongées. Le fruit est un petit akène subsphérique de 2 mm de diamètre.

La Fumeterre se rencontre sur les sols mis en culture.

Usage médical :

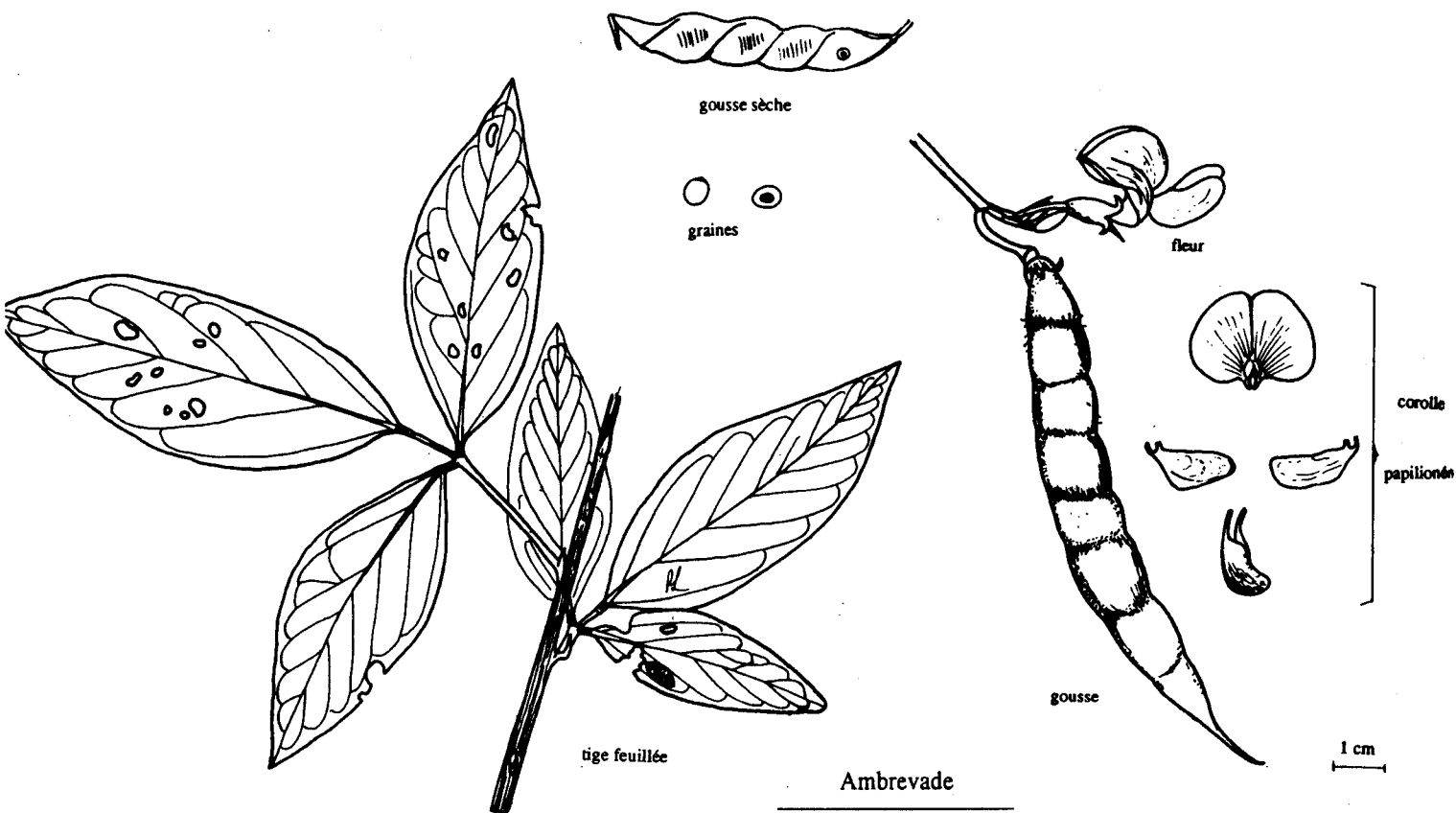
Prise en bain, la décoction de Fumeterre traite les dartres et l'eczéma, désinfecte les plaies et favorise leur cicatrisation, soigne l'acné, calme les démangeaisons.

En bain d'yeux, elle traite la conjonctivite.

Tisane rafraîchissante, elle purifie le sang, régularise la sécrétion biliaire, stimule le foie, s'oppose à la constipation. On la dit aussi agir sur le cholestérol et le diabète.

Pour le foie, on fera bouillir une tige de 50 cm de long dans un litre d'eau.

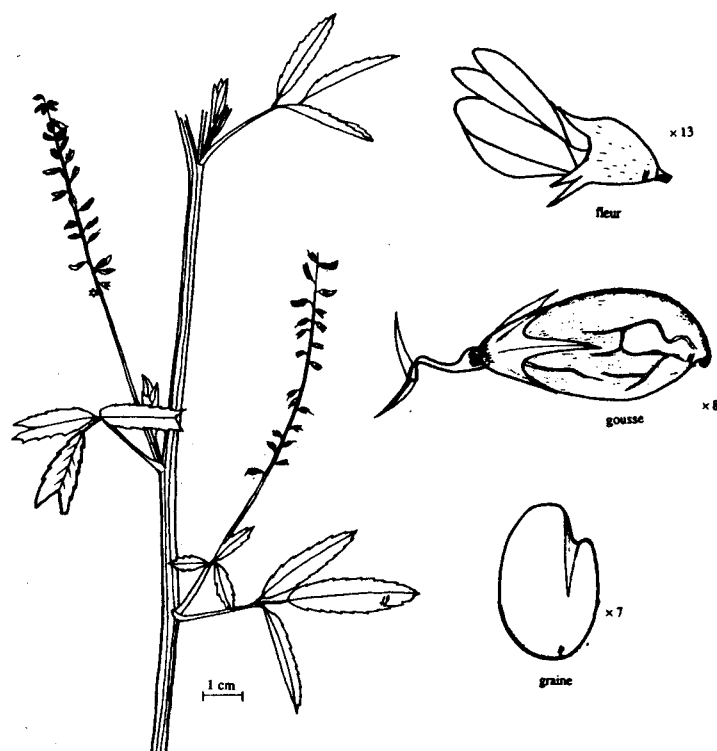
Pour le diabète, la constipation, la "bile", on boira 3 ou 4 tasses de tisane froide dans la journée.



Ambrevade

Cajanus cajan Millsp.

Papilionaceae



Mélilot blanc

Melilotus albus Des.

Papilionaceae

PAPILIONACEAE

Cajanus cajan Millsp.

Noms vernaculaires : Ambrevade, Ambrovade, Ambrevate, Ambrovate, Zambrozate, Z'embrovat, Zambrevade, Jean brozate.

Description :

Arbrisseau de 1,5 à 2 m de haut, à feuilles trifoliolées, grises argentées. Ses fleurs sont jaunes, tachées de rouge, visitées par les Abeilles. Ses gousses sont comprimées, avec 2 à 6 graines arrondies, comestibles. Plante cultivée, originaire des Indes.

Usage médical :

L'Ambrevade est recommandé dans les affections rénales, principalement pour faire disparaître l'albumine des urines, mais aussi contre l'enflure et les calculs urinaires. On utilise pour cela des feuilles que l'on fait griller et que l'on écrase avant de les faire infuser. On boira un demi-verre d'infusion toutes les heures.

Les feuilles pilées avec du sel, soit seules, soit associées au Petit Trèfle (*Oxalis corniculata* L.) conviennent pour les angines, les abcès dentaires, les rages de dents, les saignements suite à l'extraction d'une dent, les foulures, les entorses.

Pour un abcès, on pourra associer Ambrevade, racine de Persil et Ayapana marron (*Justicia gendarussa* L.).

La décoction d'Ambrevade est à prendre par les femmes qui ne se sentent pas bien pendant leur grossesse.

Melilotus albus Desr.

Nom vernaculaire : Mélilot blanc.

Description :

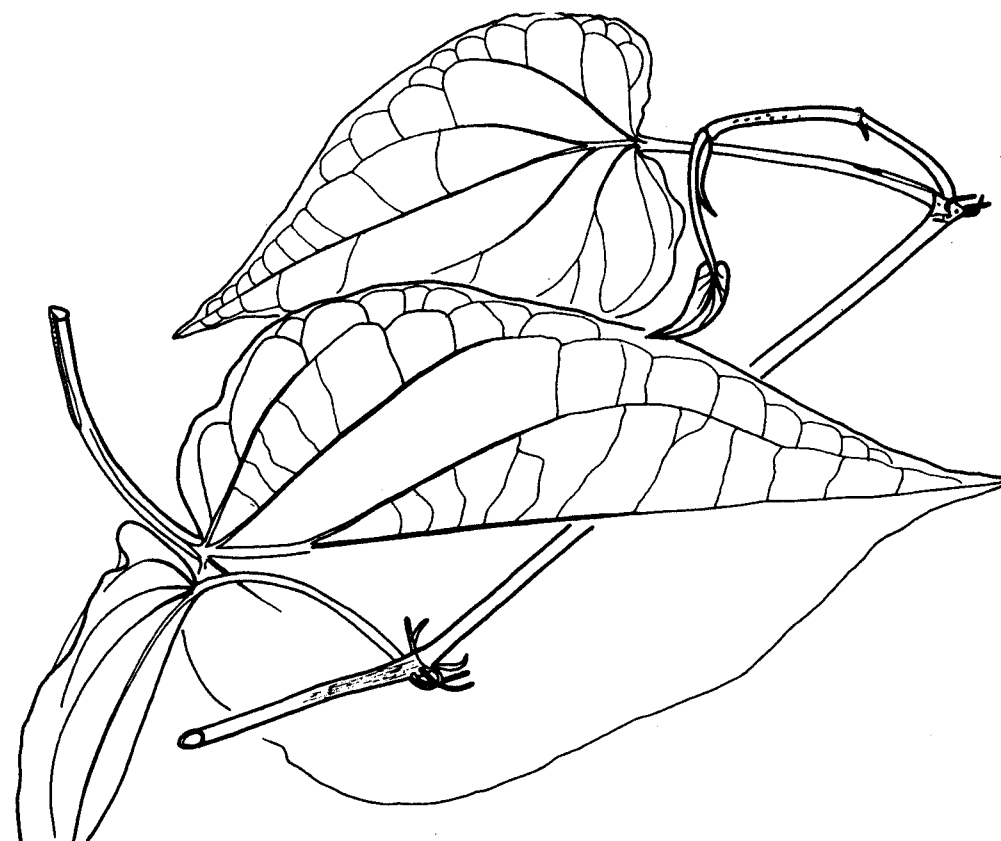
Herbe de 30 à 150 cm de haut, à grappes de petites fleurs blanches visitées par les Abeilles. Les fruits noircissent à la dessication ; ce sont de petites gousses de 3 mm de long contenant une graine unique.

Usage médical :

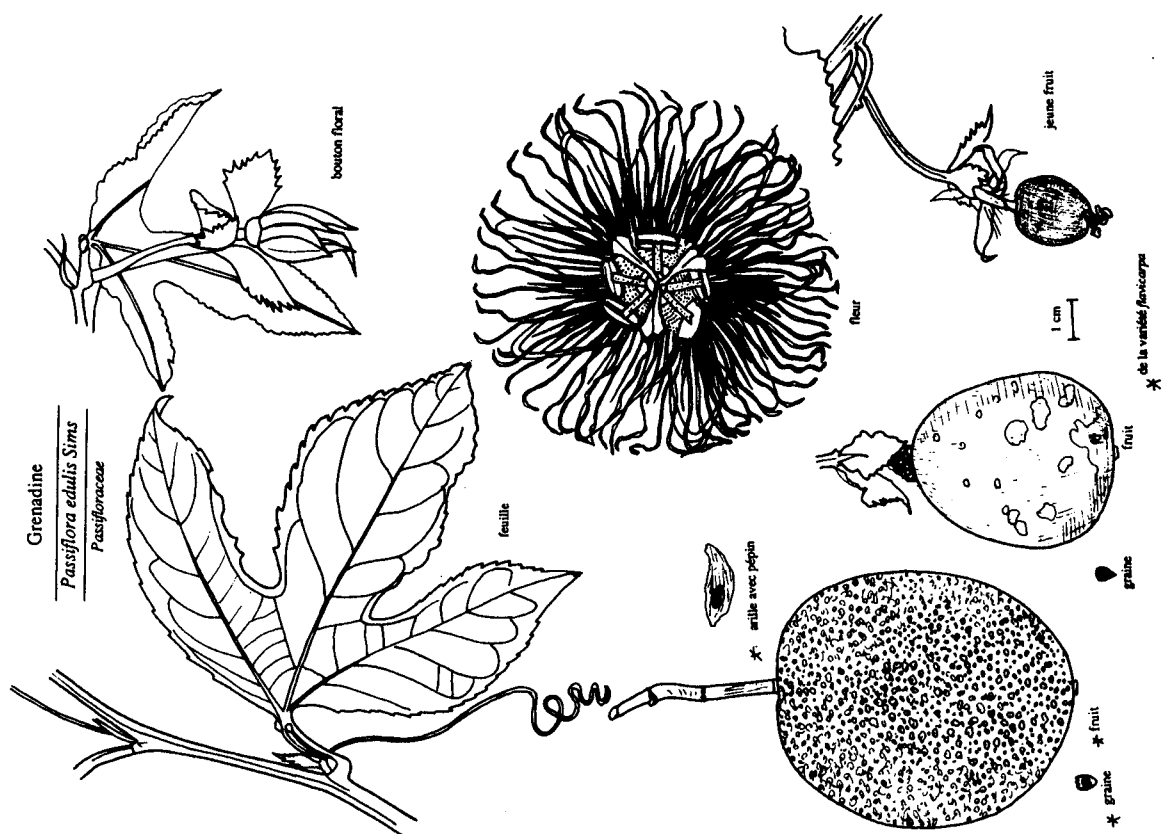
Une infusion sucrée prise après les repas facilite le travail de l'estomac.

Une décoction de feuilles (bue plusieurs fois dans la journée) lutte contre les vertiges et améliore la circulation sanguine.

Ce sont plus précisément les racines du Mélilot blanc, prises en tisane, qui favorisent la croissance des enfants et viennent au secours des grandes personnes au moment de la ménopause.



Bétel
Piper betle L.
Piperaceae



Grenadine
Passiflora edulis Sims
Passifloraceae

* de la variété *fuscaris*

PASSIFLORACEAE

Passiflora edulis Sims

Noms vernaculaires : Grenadine, Grenadille, Passiflore, Fruit de la passion.

Description :

Liane vigoureuse pouvant atteindre 10 m de long. Les vrilles apparaissent à l'aisselle des feuilles trilobées. Les fleurs sont également axillaires. Leurs sépales sont verts à l'extérieur, blanchâtres à l'intérieur. Les pétales sont blancs. La couronne est mauve à la base. Les fruits globuleux sont violacés à maturité, jaune verdâtre dans la variété flavicarpa. Les arilles charnus constituent la partie comestible de ces fruits.

Usage médical :

Remède de l'hypertension, la décoction de Grenadine sera obtenue en faisant bouillir 3 feuilles jaunies dans 1 l d'eau pendant 5 minutes. On signale l'effet vomitif de ce remède bu trop concentré. On utilisera l'infusion de feuilles pour lutter contre l'insomnie, l'anxiété, l'angoisse. On pourra soigner les maux de gorge en faisant des gargarismes avec une décoction d'écorce ou de fleurs additionnée de jus de Citron. Pour purger les bébés, on pourra faire bouillir 3 cœurs de Grenadine, 3 cœurs de Pêche et 3 cœurs de Romarin. La tisane est à boire avec de l'huile.

PIPERACEAE

Piper betle L.

Noms vernaculaires : Bétel, Bétel de l'Inde, Bétel hindou.

Description :

Liane pouvant atteindre 20 m de long. Ses feuilles sont grandes. Leur nervation est palmée. Leur limbe vert foncé est plus ou moins cordé à la base, et plus ou moins acuminé au sommet.

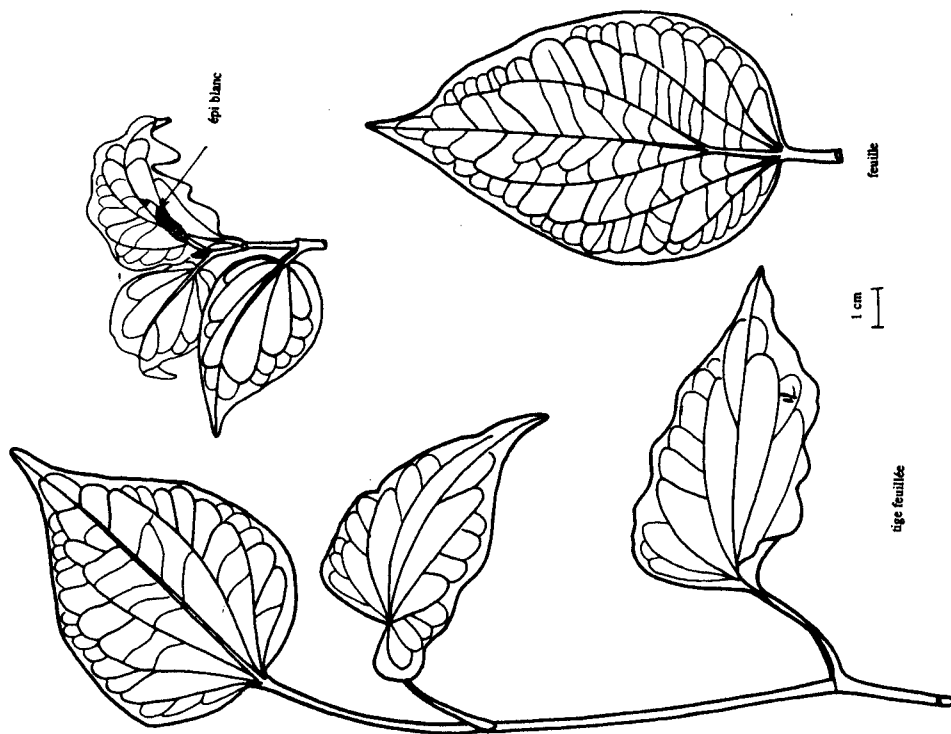
Usage médical :

Le Bétel donne de la voix. Il faut pour cela mâcher la feuille et la recracher. Elle est recommandée aux chanteurs et aux adolescents dont la voix mue. Bien mieux, elle empêcherait l'éclosion d'un cancer de la gorge.

La feuille de Bétel serait un anorexigène puisqu'elle couperait l'appétit ou diminuerait la faim.

Contre les refroidissements, on mélangera Safran et huile de Coco, le tout appliqué sur la tête que l'on recouvre de feuilles de Bétel.

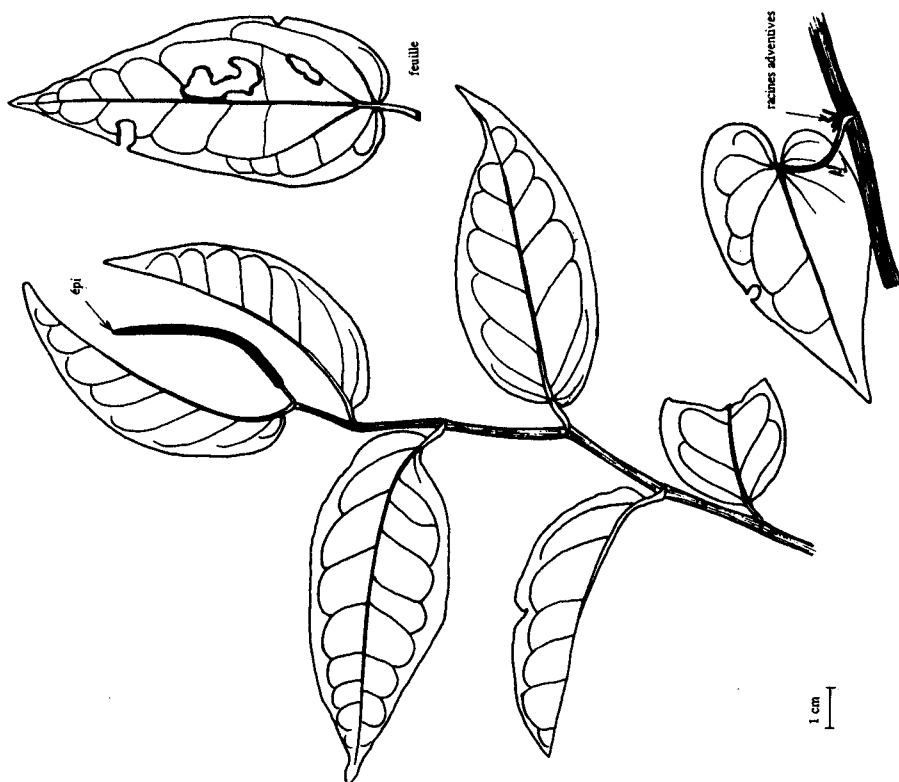
Le Bétel, bien connu comme masticatoire, serait aphrodisiaque.



Bétel marron

Piper sp.

Piperaceae



Lingue à poivre

Piper pyriforme Vahl

Piperaceae

Piper sp.

Noms vernaculaires : Bétel marron, Béthel maron, Bettel marron, Béteil marron, Betalle ...

Description :

Herbe sous-ligneuse, à feuilles vert foncé, luisantes, éclairées çà et là par de petits épis blancs. La nervation des feuilles est palmée comme chez le Bétel.

Usage médical :

Le Bétel marron est d'abord le remède de la crise de foie. Il décongestionne le foie, favorise la sécrétion biliaire, s'utilise contre les calculs biliaires et la jaunisse. On fera bouillir une poignée de feuilles et l'on boira 3 fois par jour un verre de cette tisane, pendant quelques jours. On recommande l'usage d'une plante rafraîchissante avec le Bétel marron, car ce dernier, utilisé seul, chauffe !.

Plusieurs "complications" sont utilisées contre le diabète. On peut mettre à bouillir dans 1 l d'eau : une feuille de Bétel marron, une racine de Gros Chiendent (Eleusine indica Gaertn.), un pied d'Herbe à bouc (Ageratum conyzoides L.), une petite quantité de barbe Mais, un peu d'Anis (Foeniculum vulgare Mill.), un bout d'écorce de Jambon (Syzygium cumini (L.) Skeels), des feuilles de Piquant (Bidens pilosa L.).

Contre l'asthme et la toux, piler des feuilles fraîches avant de les appliquer sur la poitrine. Des feuilles fraîches appliquées sur le front font tomber la fièvre.

Piper pyrifolium Vahl.

Noms vernaculaires : Lingue à poivre, Liane à poivre, Link à poivre, Links à poivre, Ling à poivre.

Description :

Liane semi-épiphyte, grimpant du sol sur le tronc d'arbres divers, un peu à la manière du Lierre (Hedera helix L.) dans les forêts d'Europe. Ce Poivrier est rarement vu en fleur et en fruit.

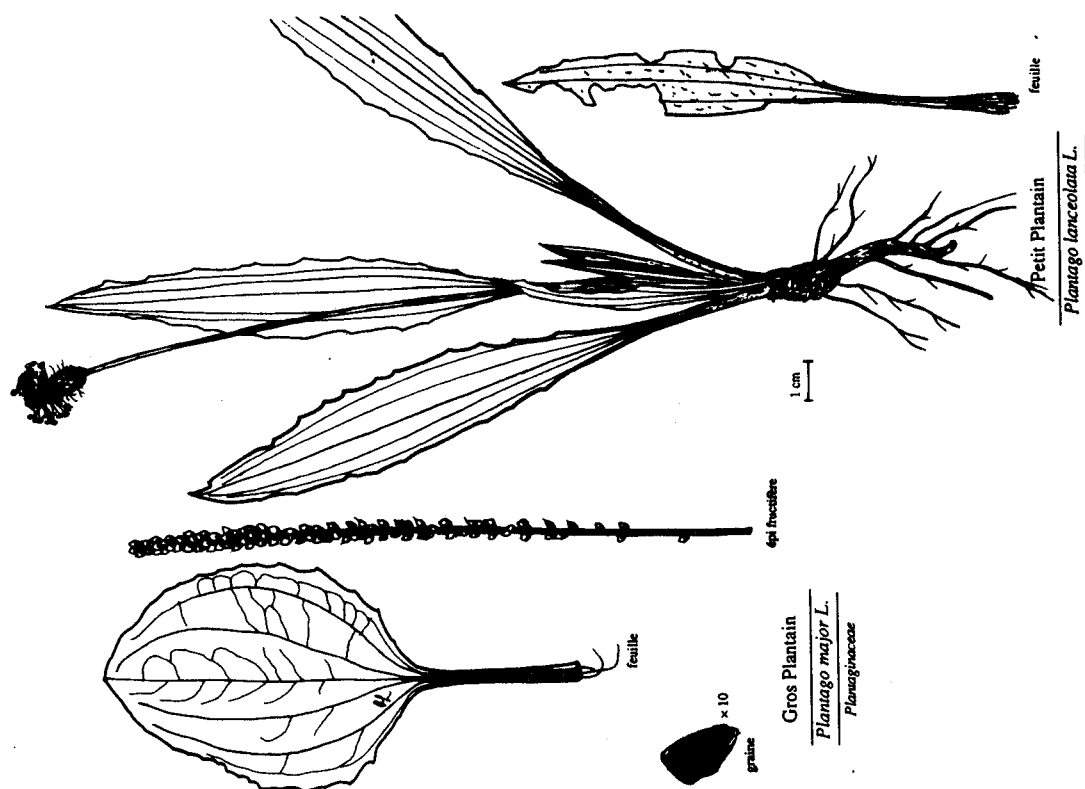
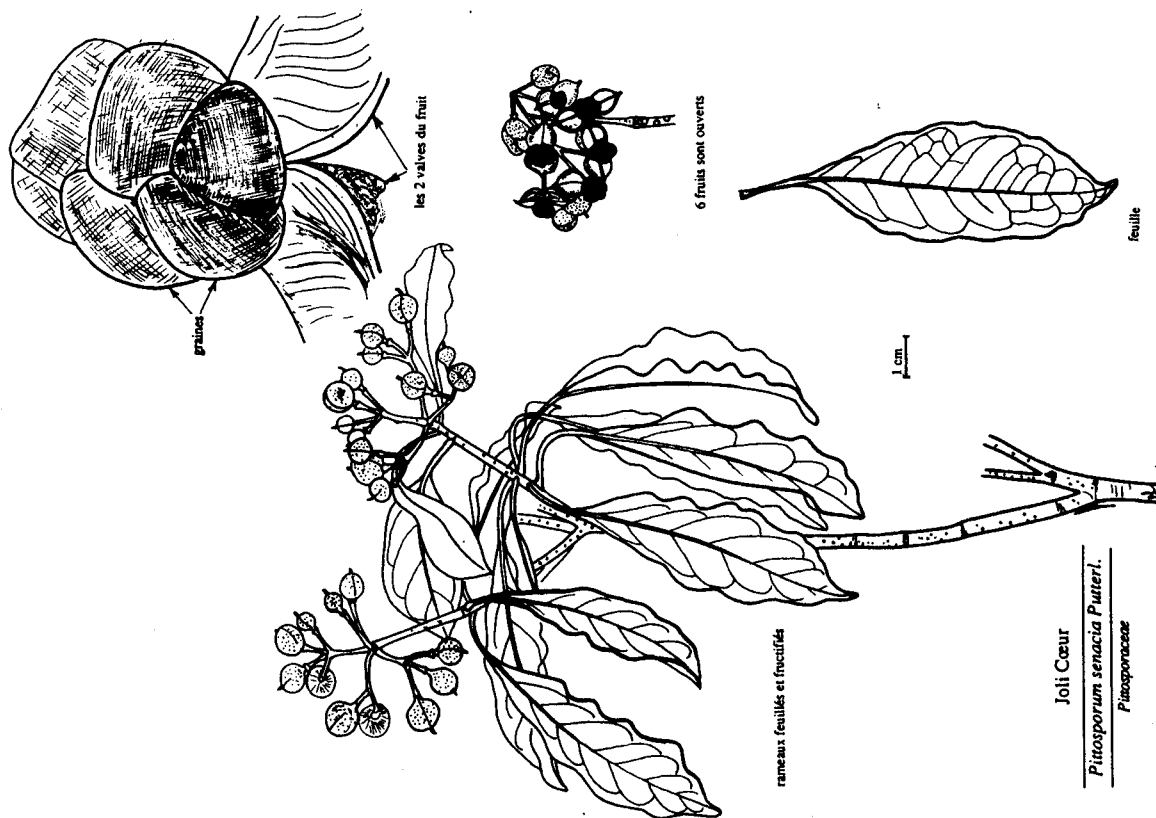
Usage médical :

Trois ou quatre feuilles sont mises à bouillir dans 1 l d'eau, jusqu'à réduction de moitié du liquide. Ce décocté est utilisé pour soigner les maux de bouche, apaise les coliques, "nettoie le sang" et favorise l'évacuation des urines.

Comme rafraîchissant, on pourra laisser macérer quelques feuilles dans 1 l d'eau, avant de boire le liquide. Ce macérat pourra servir à soigner les échauffements.

La décoction sucrée au miel est un remède contre la grippe.

La sève de la liane est utilisée pour guérir plaies et boutons formés sur les lèvres.



PITTOSPORACEAE

Pittosporum senacia Putterl.

Noms vernaculaires : Joli-Cœur, Bois de joli cœur, Bois de mangue marron.

Description :

Arbrisseau à arbuste de 4 m de haut. Dans la sous-espèce senacia les feuilles ont le bord du limbe ondulé. Les fleurs nombreuses sont regroupées en ombelles ramifiées. Blanchâtres, ces fleurs jaunissent en se fanant. Les fruits sont de petites capsules globuleuses, orangées, bivalves. Elles s'ouvrent pour montrer des graines recouvertes d'une cire d'un vif rouge-orangé.

Usage médical :

"Pour le cœur et la bile", faire bouillir 3 feuilles, dix minutes, dans deux verres d'eau. Passer. Boire froid, avec ou sans sucre.

La décoction foliaire est aussi bonne contre les angines.

Contre le refroidissement, on préparera une tisane avec Joli-Cœur, "patate" Longose (Hedychium sp.), Romarin et Patte poule (Vepris lanceolata (Lam.) G. Don.).

On fera bouillir 3 branchettes de Joli-Cœur et une racine de Jean Robert (Euphorbia hirta L.) pour soigner le diabète.

PLANTAGINACEAE

Plantago major L.

Noms vernaculaires : Plantain, Plantin, Gros Plantain.

Description :

Herbe à feuilles en rosette. Les feuilles ovales sont plus ou moins dressées. Elles portent 7 à 9 nervures. L'épi floral est allongé. Devenu fructifère, il comporte plusieurs minicapsules comptant 8 à 16 graines chacune.

Usage médical :

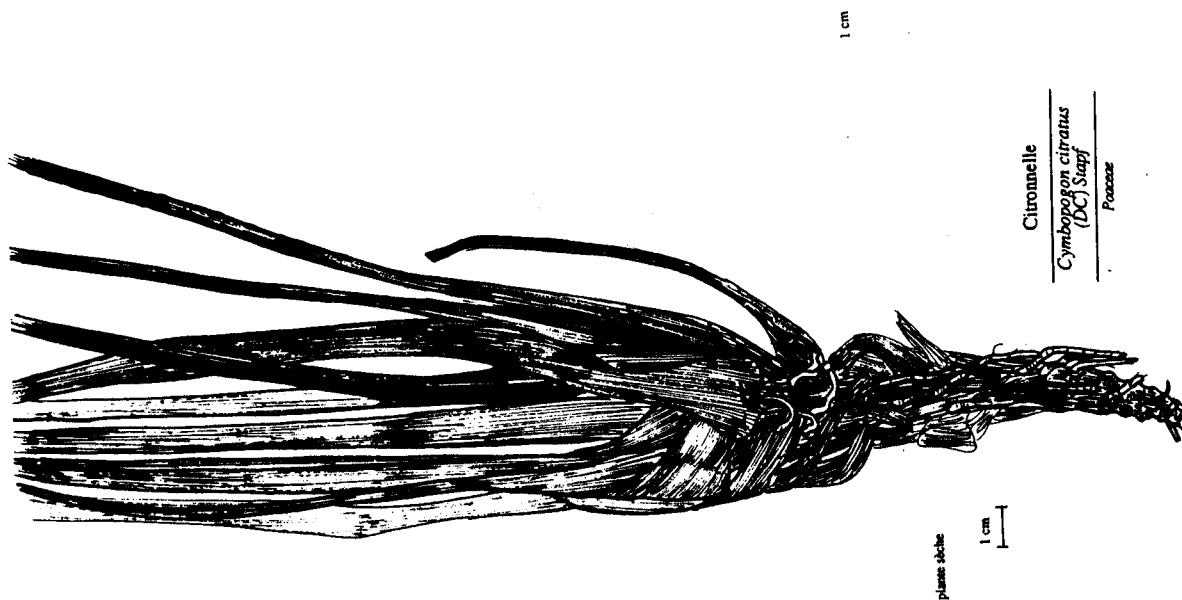
Plantago lanceolata L. bien que rarement utilisé, a des propriétés voisines de l'espèce major. Ce dernier est souvent utilisé chaque fois qu'il faut remédier à une inflammation oculaire : conjonctivite, blépharite, orgelets, yeux gonflés, etc.

Des feuilles chauffées et huilées (huile de Ricin, huile de Coco) sont appliquées sur les plaies purulentes, sur les "bobos" qui ne guérissent pas.

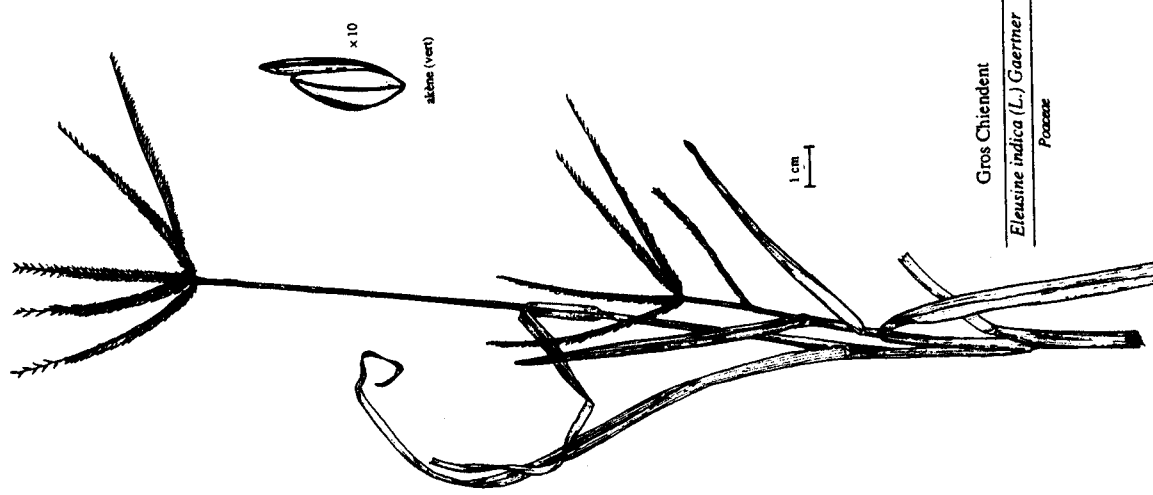
Mises à bouillir, les feuilles soigneront les yeux, les maux de bouche, de gorge, les douleurs intestinales, la constipation, l'inflammation des bronches, l'asthme.

Pour les règles difficiles, les douleurs de règles, les règles en retard, on boira une décoction de Plantain, matin et soir.

Pour les rhumatismes, la décoction est utilisée en bain. Les enflures, elles sont traitées en bains de pieds. Sur les piqûres d'Insectes, on y applique les feuilles écrasées.



Citronnelle
Cymbopogon citratus
 (DC.) Stapf
 Poaceae



Gros Chiendent
Eleusine indica (L.) Gaertner
 Poaceae

POACEAE (= Graminées)

Cymbopogon citratus (DC) Stapf = Andropogon fragrans Cordem.

Nom vernaculaire : Citronnelle.

Description :

Herbe touffue, à longues feuilles retombantes. Vivace, la Citronnelle fleurit rarement à la Réunion. Elle est donc multipliée par voie végétative. On sépare ses "choux de Citronnelle" que l'on met en terre comme des boutures. On a au préalable raccourci ses feuilles aromatiques.

Usage médical :

Remède de la grippe et de la fièvre, la Citronnelle soigne accessoirement le rhume, la toux, l'asthme, l'angine.

Comme tisane antigrippale, elle est souvent associée à de la Cannelle (Cinnamomum cassia Blume), du Citron, des Clous de Girofle, de l'Ayapana (Eupatorium triplinerve Vahl), de la Cerise (Eugenia uniflora L.), de l'Orange, de la Pamplemousse, du Benjoin (Terminalia bentzoe (L.) L.f.). Les adultes adjoignent souvent à cette "complication" une boisson alcoolisée : rhum, cognac.

Contre la dengue, on mélange Citronnelle et Capillaire.

La Citronnelle soigne aussi la migraine, liée à des troubles digestifs. Elle facilite en effet la digestion, s'oppose aux vomissements nerveux.

Eleusine indica Gaertn.

Noms vernaculaires : Chiendent, Gros Chiendent, Siendan, Chien-dent.

Description :

Herbe vivace, en touffes denses, aux chaumes pouvant atteindre 30 à 50 cm à floraison. Ses inflorescences sont dressées, le plus souvent digitées avec 4 ou 5 épis.

Cette Graminée pantropicale est toujours associée à l'Homme (cultures, habitat).

Usage médical :

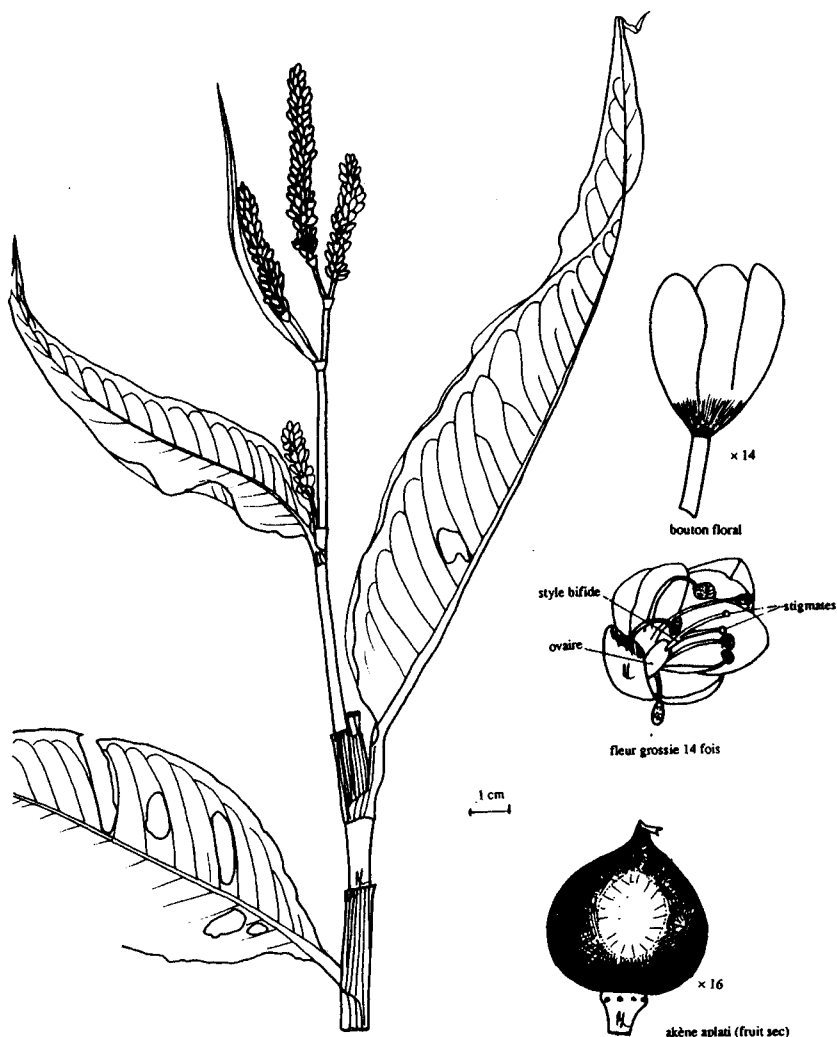
Contre les foulures ou les entorses, écraser du Chiendent avec du Safran frais (Curcuma longa L.). Chauffer le broyat obtenu avec de l'huile de Ricin. Appliquer le tout sur la région douloureuse. Bander.

Pour la goutte et les enflures, faire des bains de pieds.

Faire bouillir du Chiendent que l'on boira contre la cystite, les coliques néphrétiques, les calculs, ou simplement pour augmenter le volume des urines.

Le Chiendent sert à préparer une tisane "rafraîchissante", c'est-à-dire antiinflammatoire. On met alors ses racines à "figer" (macérer) dans l'eau froide avant de boire (le macérat). Diurétique, le Chiendent s'opposerait à l'obésité.

Contre l'eczéma et la furonculose, on fait bouillir 50 g de racines Chiendent dans 2 l d'eau, avec deux morceaux de Canne à sucre et 20 g de barbe Maïs. Boire une tasse de cette tisane, trois fois par jour.



Persicaire

Polygonum poiretii Meisn.

Polygonaceae

Vetiveria zizanioides (L.) Nash. = Andropogon muricatus Retz.

Noms vernaculaires : Vétiver, Vétyver, Vétivert.

Description :

Herbe pérenne, à racines bien développées, profondément enfoncées dans le sol. Elles constituent la matière première pour l'extraction de l'essence de Vétiver.

Feuilles et chaumes sont aussi bien développés. Les feuilles se reconnaissent aisément ; bien que dressées, leur pointe est par contre recourbée vers le sol.

Les inflorescences ont des épillets d'un violet sombre.

Usage médical :

Régulateur menstruel, combattant la suppression des règles et augmentant leur volume, le Vétiver sera à boire en tisane de racines quelques jours avant la date présumée des prochaines règles.

La décoction de racines combattrait la diarrhée des enfants, serait bonne pour le foie, ferait transpirer, conviendrait contre l'asthme, le refroidissement, le "saisissement", provoquerait une excitation physique et intellectuelle.

Macérées dans l'alcool, avec clous de Girofle et une racine de Franciséa (*Brunfelsia hopeana* (Hook.) Benth.), les racines de Vétiver serviront à frictionner les parties endolories par des rhumatismes.

Contre la fièvre et la toux, on mettra une ou deux gouttes d'essence de Vétiver dans une tasse de tisane de Citronnelle.

POLYGONACEAE

Polygonum poiretii Meisn.

Noms vernaculaires : Persicaire, Persicœur, Persil cœur, Percicœur, Perce cœur, Père Sycœur.

Description :

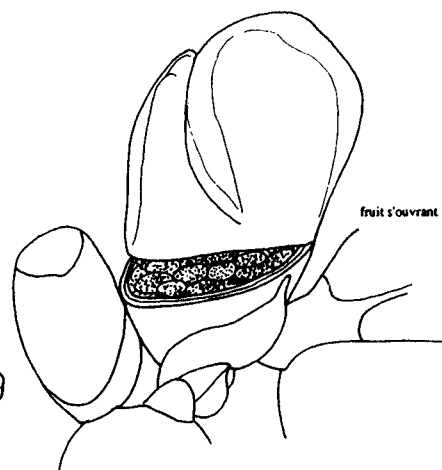
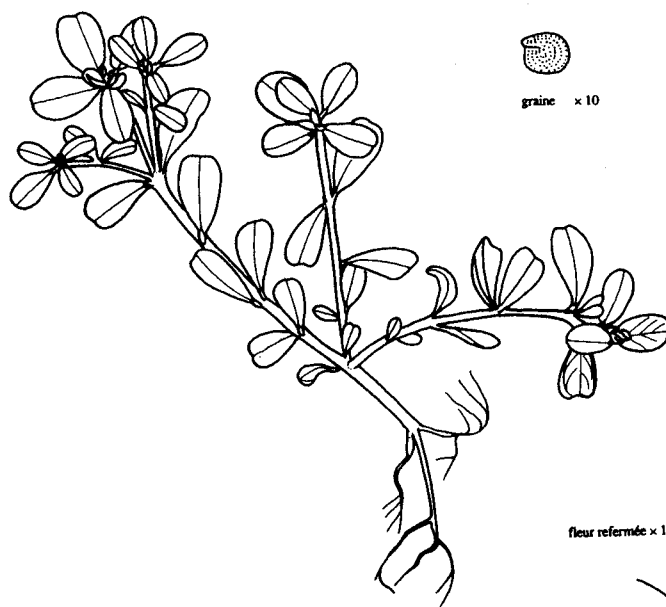
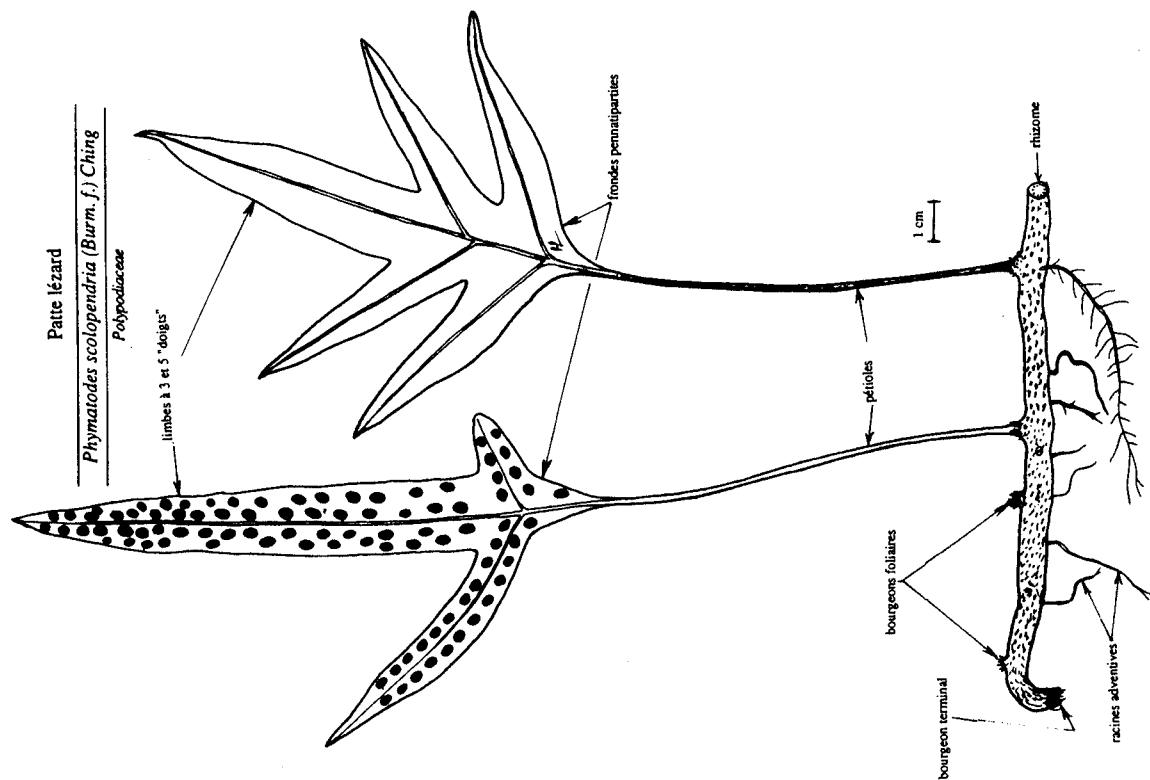
Plante rencontrée sur les berges de ruisseaux ou en zones marécageuses. Ses feuilles sont lancéolées, ciliées sur les bords. Ses fleurs sont en épis. Elles ont un périanthe rose et blanc.

Usage médical :

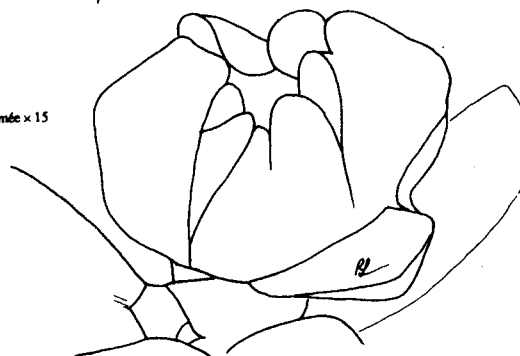
La Persicaire, encore appelée Persicœur, est bonne pour le cœur qu'il s'agisse d'un souffle au cœur ou d'une fatigue cardiaque. Elle convient aux surmenés, aux stressés, aux angoissés, à ceux qui viennent de subir un choc nerveux (= "saisissement").

La Persicaire régularise les menstruations et soulage les douleurs de règles. On mettra infuser de la Persicaire avec une tige de Marjolaine, une feuille "mûre" de Sapoti (*Annona muricata* L.), une tige de Menthe et facultativement de la Verveine-Citronnelle et du Romarin. Ne jamais ajouter du Millefeuille (*Conyza albida* Willd. ex Sprengel).

La Persicaire est encore utilisée contre la constipation, contre les enflures, pour soigner les maladies de la peau, pour nettoyer les plaies gangréneuses.



fleur refermée x 15



Pourpier
Portulaca oleracea L.
 Portulacaceae

POLYPODIACEAE

Phymatodes scolopendria (Burm. f.) Ching

Nom vernaculaire : Patte lézard.

Description :

Fougère rampant sur la terre, les rochers, le bas des arbres. Son rhizome est verdâtre et souvent appelé "racine". Ses frondes pennatifides ont un nombre impair de "doigts" (le plus souvent entre trois et onze).

Usage médical :

Contre la diarrhée et contre les vers des enfants, faire une décoction avec un petit morceau de rhizome. Contre la diarrhée verte, préparer un sirop de rhizome. Contre le toubave, faire bouillir quelques feuilles et tiges dans un quart de litre d'eau. Ajouter quelques gouttes d'huile de Ricin et une demi cuillerée d'huile d'Olive. Boire tiède et sucré.

Contre les hémorroïdes, faire bouillir 7 morceaux de "racine" de 7 cm et prendre un bain de siège.

Contre la gale, prendre la décoction en boisson et en bain.

Contre la rétention d'urine, faire bouillir trois morceaux de "racine" de Patte lézard et quelques grains ou "cœurs" de Café. Boire tiède ou froid.

La Patte lézard est dite "rafraîchissante" pour les reins et le foie.

PORTULACACEAE

Portulaca oleracea L.

Noms vernaculaires : Pourpier, Pourpied, Pourpier rouge, Pour Pied, Pompier, Porpié.

Description :

Herbe à tiges et feuilles succulentes, étalée sur le sol. Dans la fraîcheur matinale et au soleil, cette herbe éclot de petites fleurs jaunes, sessiles, à l'extrémité des tiges. Les fruits sont des pyxides qui laissent échapper de petites graines noires.

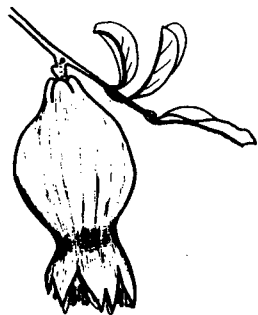
Les chenilles d'Hypolimnas misippus L. se nourrissent de Pourpier.

Usage médical :

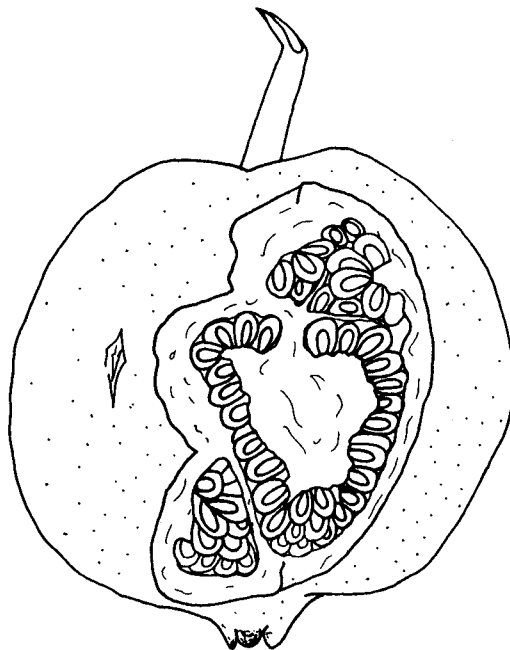
Le Pourpier est bien connu comme vermifuge. On fait bouillir un rameau pendant 5 mn. On peut aussi associer au Pourpier, des fleurs de Papayer mâle et de l'Herbe à bouc (Ageratum conyzoides L.) cueillis 5 à 6 jours avant la nouvelle lune.

En salade, le Pourpier lutte contre la constipation. On peut le mâcher ou le manger contre les crachements de sang, les maux de gencives, les intestins enflammés, la diarrhée, les vomissements. Sa décoction, prise en bains, soigne les pieds enflés, la conjonctivite.

Contre la nervosité, manger le Pourpier cru. Le prendre en infusion, le soir, avant d'aller se coucher.



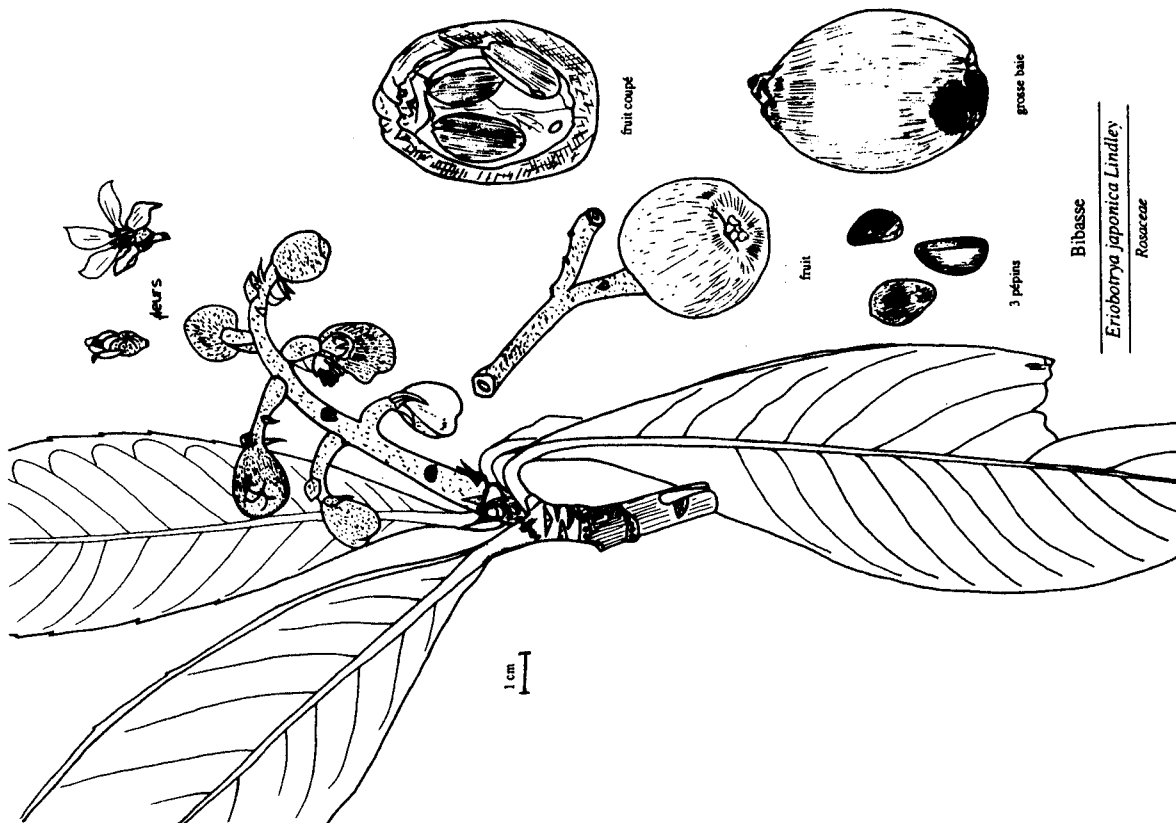
jeune fruit



fruit ouvert

1 cm

Grenadier
Punica granatum L.
 Puniceae



fruit coupé

grosse baie

fruit

3 pépins

Bibasse

Eriobotrya japonica Lindley
 Rosaceae

1 cm

PUNICACEAE

Punica granatum L.

Noms vernaculaires : Grenade, Grenadier.

Description :

Arbuste de 2 m à 2,5 m de haut. Se reconnaît à ses fleurs rouges et à ses fruits globuleux pouvant atteindre ou dépasser 10 cm de diamètre. A maturité complète, le fruit s'ouvre montrant sous son péricarpe de nombreuses graines entourées par un arille charnu, rougeâtre.

Usage médical :

L'écorce du fruit, mise à bouillir, soigne les maux de ventre, la diarrhée, la dysenterie. Boire 3 ou 4 tasses par jour de cette décoction. Prise en gargarisme, elle soulage les maux de gorge. Mise à macérer dans du vermouth, l'écorce du fruit sert à détruire les vers intestinaux. C'est en fait le plus souvent les racines pilées et macérées qui s'utilisent comme vermifuge.

L'infusion des fleurs sert à traiter les aphtes.

La décoction foliaire remédie aux étourderies.

ROSACEAE

Eriobotrya japonica Lindley

Noms vernaculaires : Bibasse, Bibace.

Description :

Petit arbre de 4 à 5 m de haut. Feuilles épaisses, subsessiles, tomenteuses sur la face inférieure. Fleurs blanchâtres, odorantes. Fruits charnus, de couleur jaune orangée, avec quelques gros pépins.

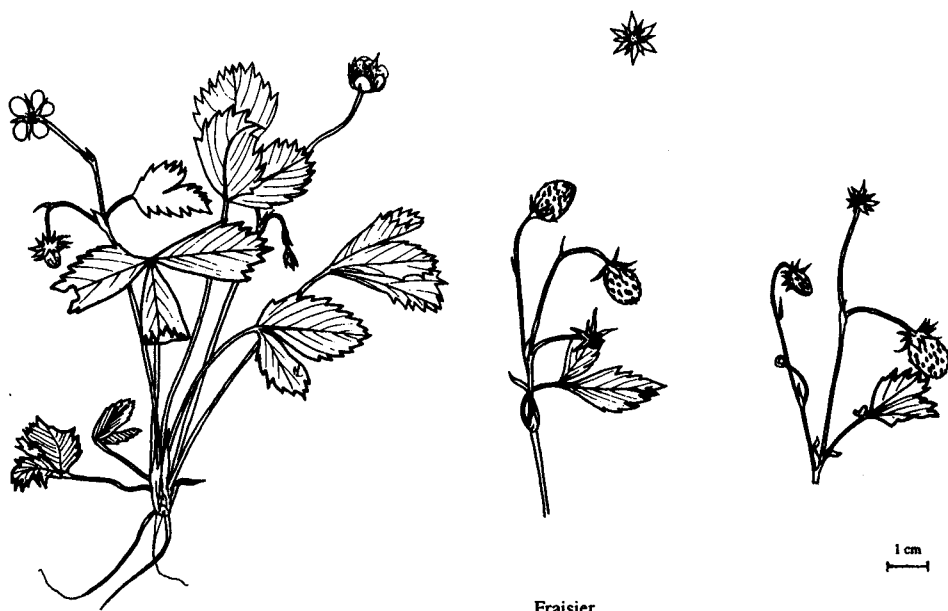
Usage médical :

Les feuilles, mises à bouillir, soignent la nausée, la toux, la fièvre et la grippe. On utilise alors 1 ou 3 feuilles, décoctées 5 à 10 mn ; puis on boit. Les feuilles "mûres", décoctées, soignent "un excès de bile", "détournent la bile", permettent un meilleur fonctionnement de la vésicule biliaire.

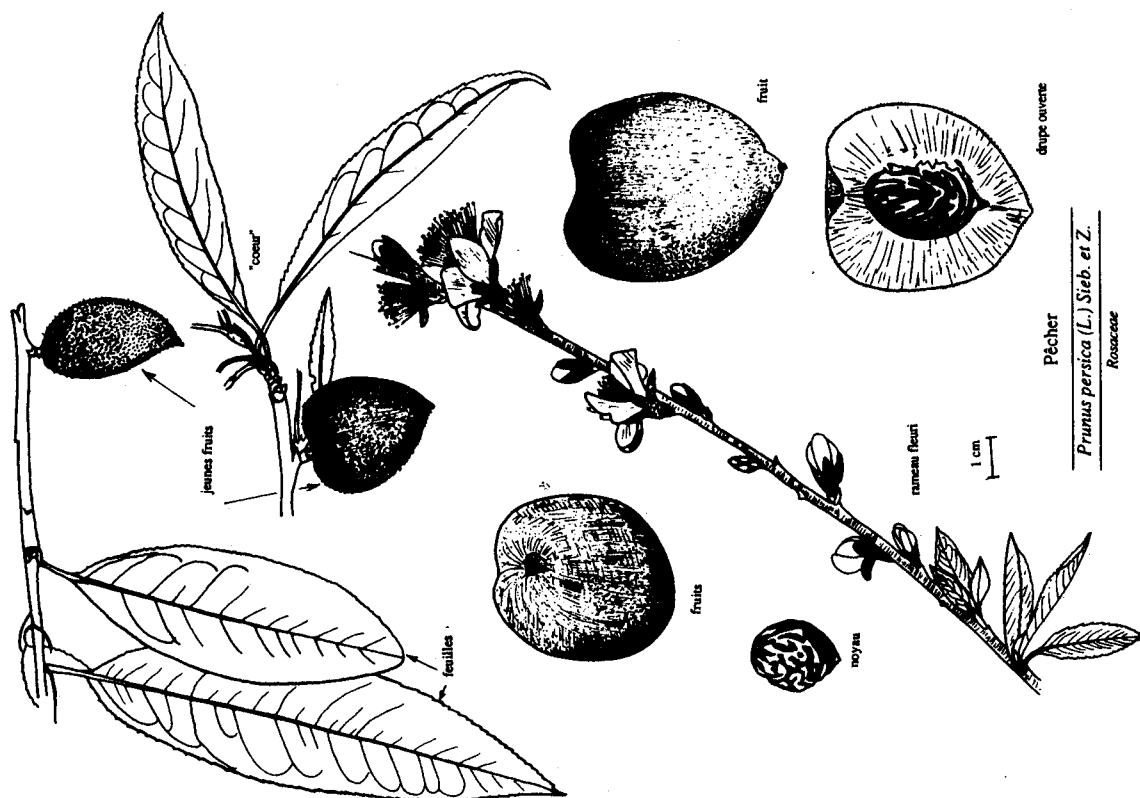
Contre le diabète, on fera infuser 3 feuilles, 10 mn. On boira 3 tasses par jour.

Le décocté foliaire servira à des bains d'yeux contre la conjonctivite.

La décoction d'écorce traite l'inflammation de la gorge, les aphtes, la diarrhée, la fièvre.



Fraisier
Fragaria vesca L.
 Rosaceae



Pêcher
Prunus persica (L.) Sieb. et Z.
 Rosaceae

Fragaria vesca L.

Noms vernaculaires : Fraisier, Fraise marron, P'tit Fraisier, Petit Fraise, Tites Fraises, Fraise des bois.

Description :

Herbe vivace par sa souche. Feuilles trifoliolées. Folioles dentées au moins vers le haut. Fleurs blanches. Fraises rouges à maturité, comestibles.

Usage médical :

Le Fraisier est surtout connu comme "rafraîchissant", capable d'apaiser les brûlures des voies urinaires, d'augmenter le volume des urines, de purifier le sang, de soigner les bouffées de chaleur... On fait alors bouillir un pied entier de Fraisier dans 2 ou 3 l d'eau. Comme "rafraîchissant" du sang et des voies urinaires, on pourra encore faire bouillir du Fraisier, du Bois fleur jaune (Hypericum lanceolatum Lam.) et de la barbe de Maïs.

Comme "rafraîchissant des intestins", la décoction de Fraisier soigne la diarrhée et la dysenterie. Elle traite aussi les maux de gorge.

Contre la goutte et les rhumatismes, manger des Fraises arrosées de jus de Citron. Boire aussi de la décoction de Fraisier.

Prunus persica (L.) Sieb. et Z.

Noms vernaculaires : Pêcher, Pêche, Pes.

Description :

Arbuste à feuilles lancéolées, caduques. La reprise de végétation se fait avec l'éclosion des boutons floraux. Les fleurs sont roses. Les drupes ont un noyau rugueux, creusé d'anfractuosités profondes.

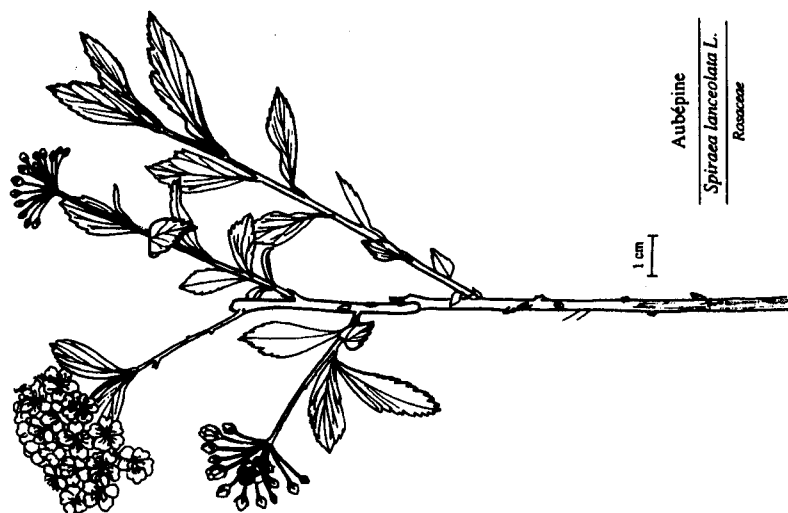
Usage médical :

Le Pêcher est souvent usité comme vermifuge : un "cœur de Pêche" est mis à bouillir pour une tasse d'eau. Un sirop pourra être aussi préparé. Il compte 7 cœurs de Pêche, des racines de Violette, de l'Herbe à bouc (Ageratum conyzoides L.), de la Sourichaupe (Viscum triflorum DC.), du Guérivite (Siegesbeckia orientalis L.), du Chardon (Argemone mexicana L.).

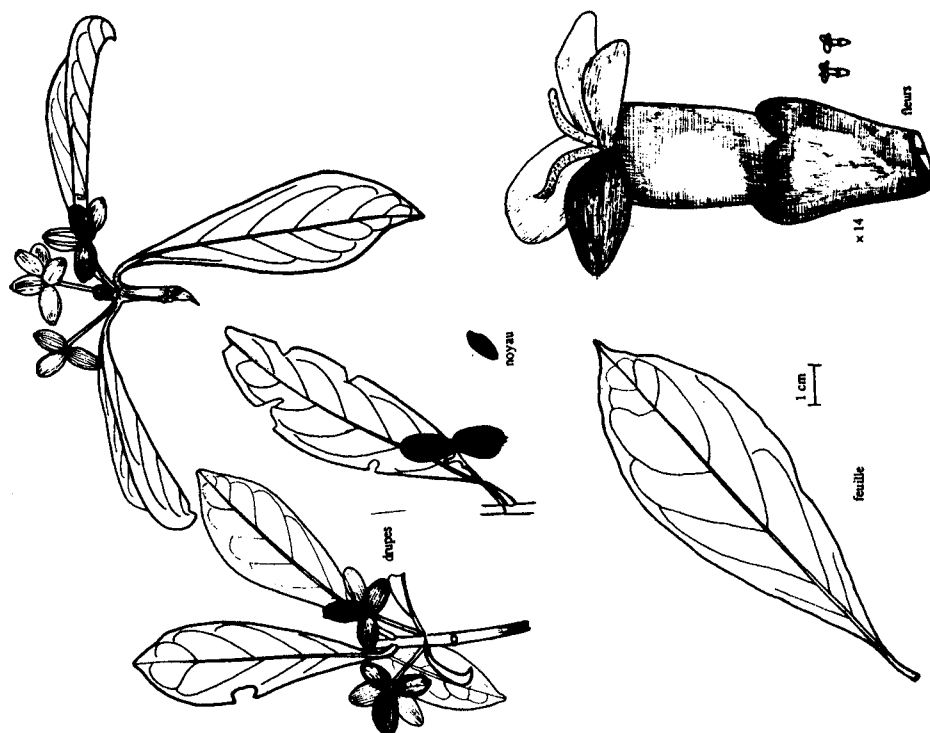
Les nourrissons étaient purgés avec 3 feuilles de Pêcher et un peu d'huile d'Olive avant d'être allaités. Cela permettait une bonne évacuation des premières selles, noires comme du goudron.

Quand un enfant a de la fièvre, on fait bouillir 3 petits "cœurs" de Pêcher et 3 petits "cœurs" de Cerise (Eugenia uniflora L.).

Pour faire passer le mal au ventre, faire bouillir 3 "cœurs de Pêche" pendant 2 à 3 mn. Utiliser 1 l de cette tisane à boire à n'importe quel moment de la journée. La même tisane guérirait l'asthme, le rhume, serait un remède contre le vomissement.



Aubépine
Spiraea lanceolata L.
Rosaceae



Bois d'osto
Anirhea borbonica J.F. Gmelin
Rubiaceae

Spiraea lanceolata Poir.

Nom vernaculaire : Aubépine.

Description :

Arbrisseau à ombelles de fleurs blanches et à feuilles plus ou moins rhomboïdales. Cultivé uniquement dans les Hauts, là où les conditions climatiques se rapprochent le plus des pays tempérés.

Usage médical :

En tisane, les feuilles et les fleurs sont bonnes pour le cœur. Elles régularisent une tension trop forte et calment le cœur. On les utilisera encore contre les bouffées de chaleur et les vertiges.

RUBIACEAE

Antirhea borbonica J.F. Gmelin

Noms vernaculaires : Bois d'osto, Bois d'ousto, Bois d'ostau, Boi dosto, Boi dousto, Bois de losto, Losto, Hosto, Lesto, Sto, L'ostos, Losteau, Austo,

Description :

Arbuste à feuilles verticillées par trois. Les feuilles de rejets peuvent atteindre 2 à 3 fois la taille de feuilles normales. Les fleurs blanchâtres apparaissent à l'aisselle des feuilles. Leur font suite des fruits plus ou moins aplatis, rouges à noirs à maturité.

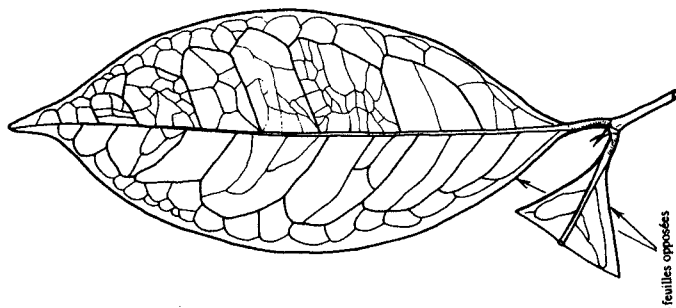
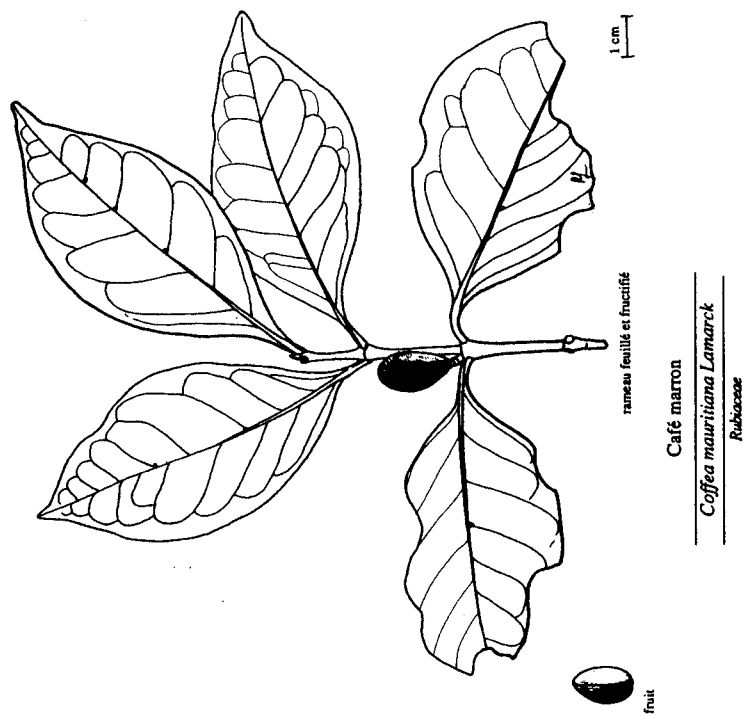
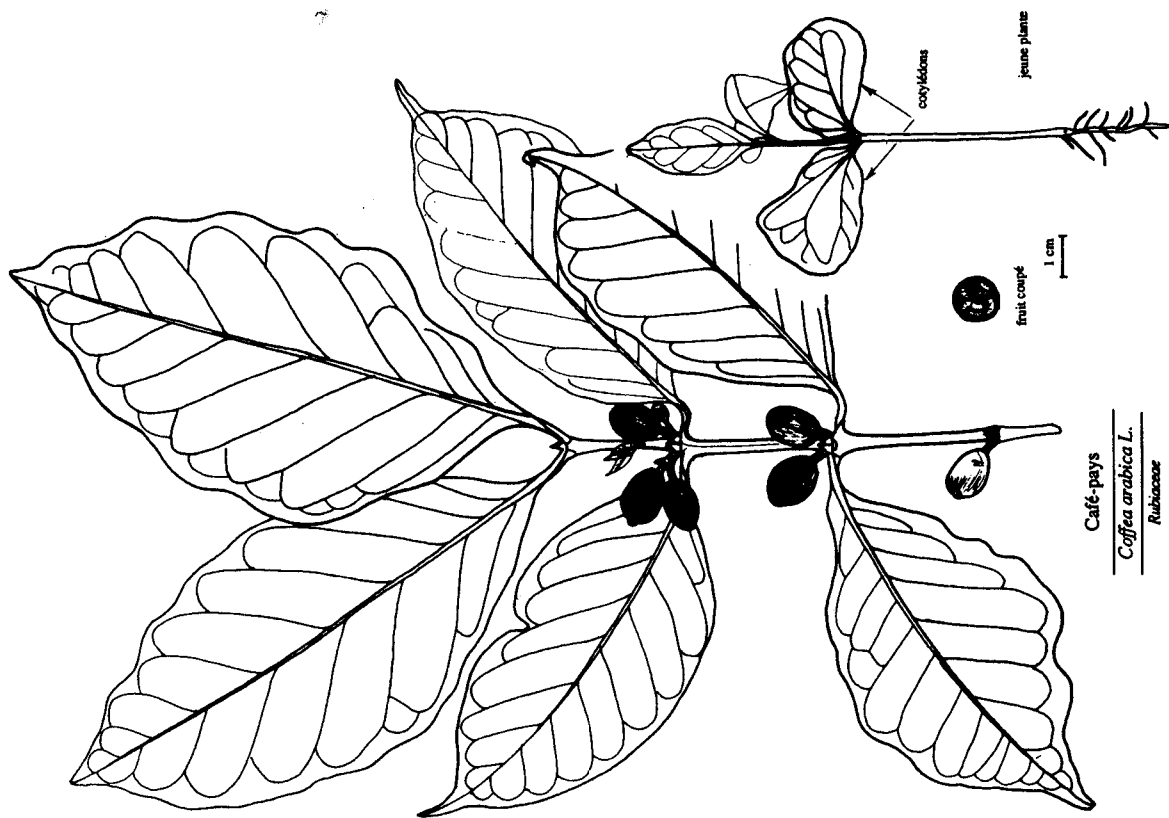
Usage médical :

Le Bois d'Osto est souvent prescrit pour traiter l'ulcère d'estomac et le diabète. On peut faire bouillir quelques feuilles pendant 6 mn et boire le décocté dans la journée. On peut aussi associer Losto et Fumeterre pour soigner l'ulcère gastrique.

Sur les plaies, on met de l'écorce râpée pour arrêter l'hémorragie. Mise à tremper dans l'eau, l'écorce donne une boisson amère, efficace paraît-il contre les maux d'estomac.

De leur côté, les feuilles mises à bouillir serviront à prendre des bains d'yeux contre la cataracte, lutteront en boisson contre la diarrhée, la dysenterie, le mal au ventre, la fièvre.

Contre fièvre et diarrhée, on peut faire bouillir feuilles et écorce d'Osto associées au Faux Bois de demoiselle (Phyllanthus phillyreifolius Poir.).



Coffea arabica L.

Noms vernaculaires : Café-pays, Café, Kafé.

Description :

Arbuste de 2 à 3 m de haut. Feuilles vert sombre, à sommet acuminé, à marge plus ou moins ondulée. Fleurs blanches, odorantes, sises à l'aisselle des feuilles. Baies à deux "grains" cornés dans chaque "cerise".

Usage médical :

Le Café-pays est surtout connu pour son action sur les voies urinaires. Il augmente le volume des urines, s'oppose aux inflammations urinaires, agit sur les calculs et les coliques néphrétiques.

Pour remédier au "retranchement d'urine", écraser 6 ou 7 grains et les faire bouillir. Boire au moins 3 petites tasses par jour.

Contre les douleurs de vessie, on mettra bouillir des grains de Café avec des racines de Persil et de l'Herbe à bouc (Ageratum conyzoides L.).

Plante "rafraîchissante", le Café est tout à la fois antiinflammatoire (contre la gastrite et la cystite) et diurétique ("il faut uriner tout de suite" !).

Le Café en grain serait encore efficace contre le refroidissement et la pleurésie.

Coffea mauritiana Lam.

Nom vernaculaire : Café marron.

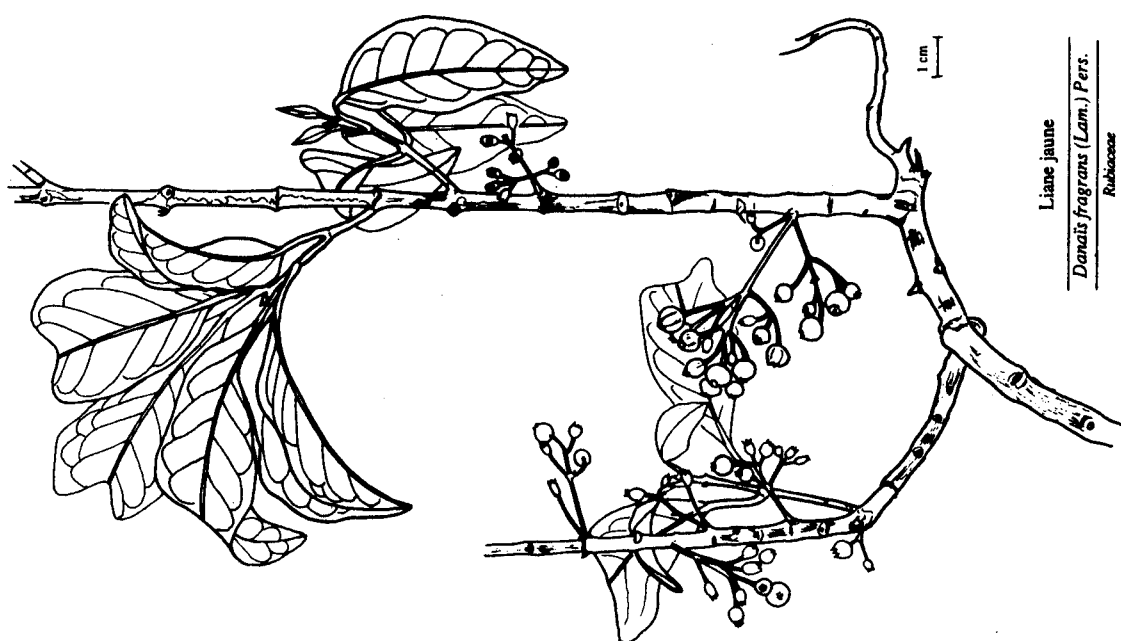
Description :

Arbuste de 3 à 4 m de haut. Ses feuilles elliptiques et acuminées ne sont pas sans évoquer celles du Goyavier jaune (Psidium cattleianum Sabine var. coriaceum Kroersk) avec lequel on pourrait le confondre. Ses fleurs, blanches et odorantes, sont regroupées en fascicules à l'aisselle des feuilles. Ses fruits deviennent d'un noir luisant à maturité.

Usage médical :

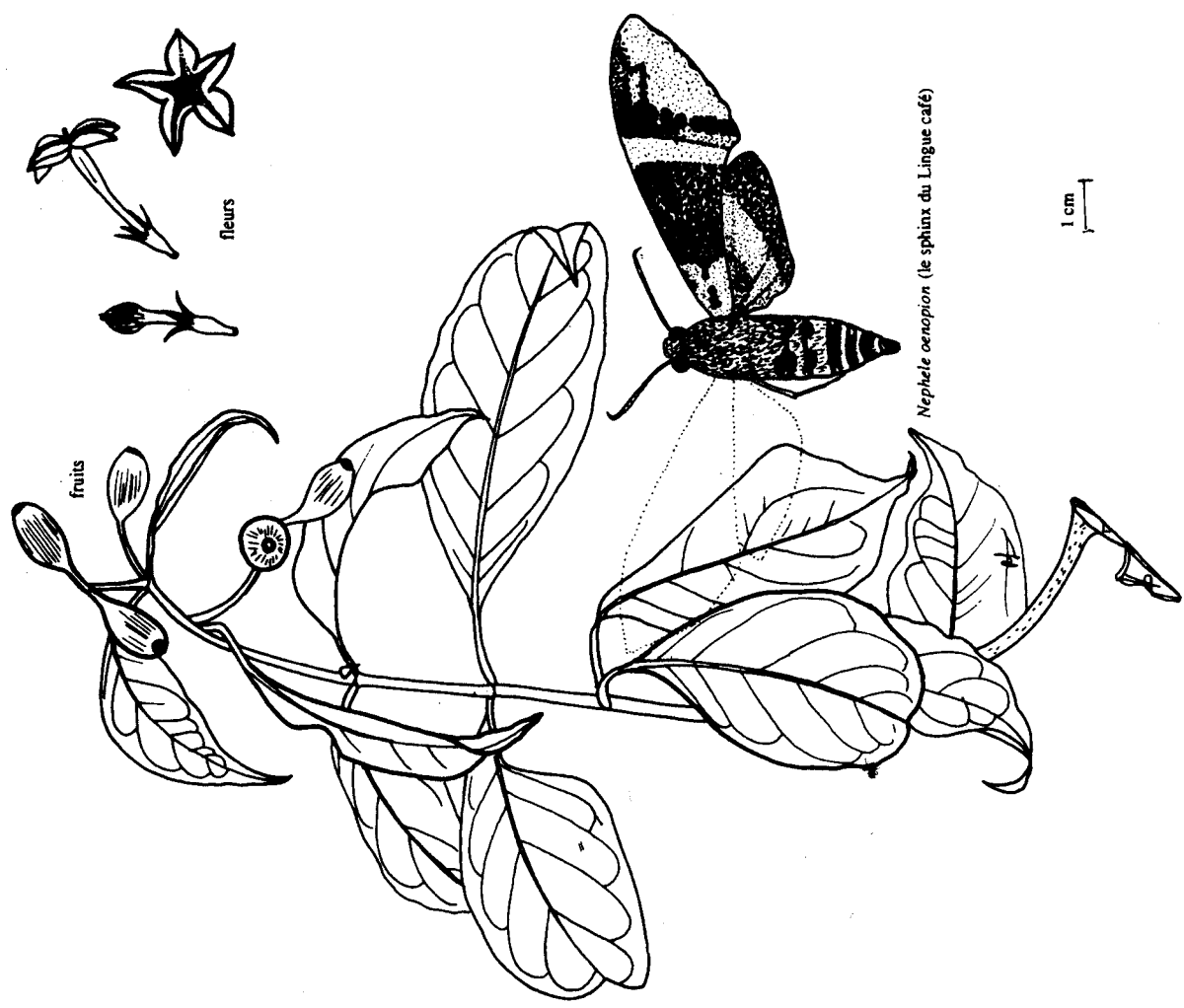
Comme le Caféier cultivé, le Café marron est utilisé contre le "retranchement d'urine". Mais il est surtout connu pour son action sur les ophtalmies : conjonctivite, blépharite. On le dit spécifique de la cataracte ; on fait des compresses ou des bains d'yeux avec le décocté ou l'infusé de feuilles.

Certains utilisent parfois le Café marron contre le diabète.



Liane jaune

Dacrydium fragrans (Lam.) Pers.
Rubiaceae



Lingue café

Mussaenda arcuata Poiret
Rubiaceae

Nephele oenopion (le sphinx du Lingue café)

Danais fragrans (Lam.) Pers.

Noms vernaculaires : Liane jaune, Liane bœuf, Lingue noir.

Description :

Liane ligneuse, aux tiges d'abord de couleur noire, puis s'éclaircissant par la suite. Feuilles pétiolées, variables. Fleurs, petites, de couleur orangée, en cymes axillaires. Les fruits, de la grosseur d'un grain de poivre, sont parfois situés sur des rameaux désormais aphyllés. Les racines ont la couleur du Safran.

Usage médical :

La Liane jaune est désormais rarement utilisée. Considérée comme un "rafraîchissant", elle est mise à bouillir et prise en boisson toute la journée. Elle faciliterait le travail des reins et serait fébrifuge.

Mussaenda arcuata Poiré

Noms vernaculaires : Lingue Café, Ling Café, Lin de Café, Hingue Café.

Description :

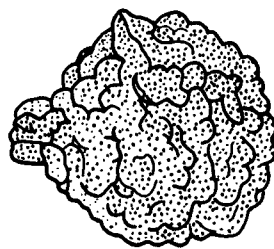
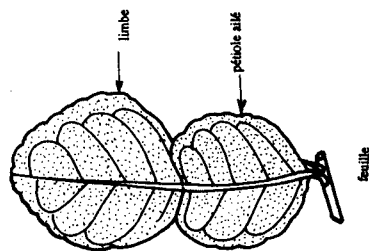
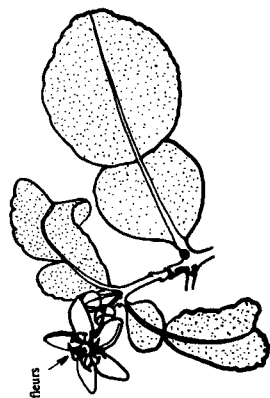
Arbrisseau sarmenteux suffisamment vigoureux pour monter à l'assaut des arbres, dans le Sud de l'île. Ses fleurs sont jaunes, avec une étoile orangée (qui vire au brun) sur la partie étalée de la corolle. Ses fruits sont des baies dont la pulpe renferme un grand nombre de graines minuscules.

Usage médical :

Le Lingue Café est surtout connu comme "rafraîchissant", c'est-à-dire comme anti-inflammatoire et fébrifuge, agissant au niveau de l'estomac et calmant la fièvre. Trois feuilles sont mises à bouillir par tasse d'eau.

Pour soigner les rougeurs fessières des bébés, la boubouille et la gratelle, on met bouillir 20 feuilles dans 1,5 l d'eau pendant 15 mn. La tisane est à utiliser en bain ou en compresses.

Une décoction sucrée de Lingue Café est utilisée pour la dentition des bébés et contre l'asthme.



fruit vu de profil



fruit en coupe verticale



jeune fruit en coupe équatoriale

fruit vu du pôle pédonculaire

Combava

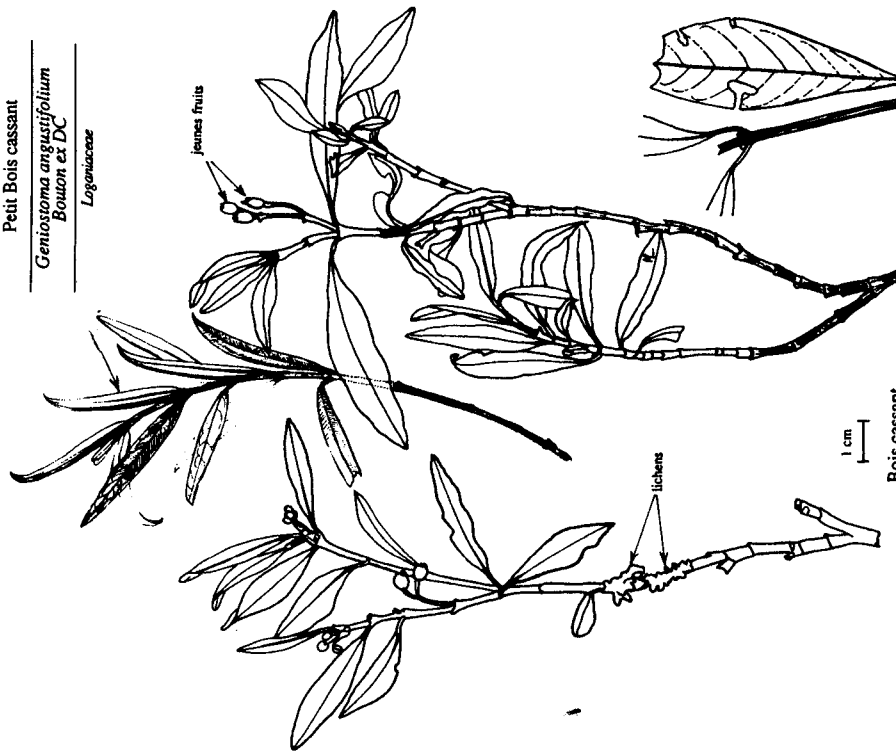
Citrus hystrix A. de Candolle

Rutaceae

Petit Bois cassant

Geniostoma angustifolium
Bouron ex DC

Loganiaceae



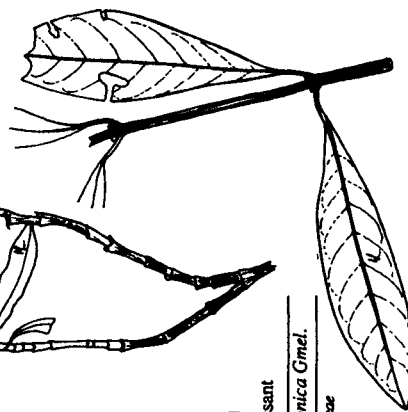
jeunes fruits

lichens

Bois cassant

Psathura borbonica Gmel.

Rubiaceae



Psathura borbonica J.F. Gmelin

Nom vernaculaire : Bois Cassant.

Description :

Arbrisseau à rameaux très faciles à casser - un peu comme ceux du Romarin - d'où le nom évocateur de "Bois Cassant" pour désigner cette espèce.

Les feuilles permettent de distinguer trois variétés. Notre dessin représente la variété angustifolia (Cordem.) Verdc cueillie à Cilaos, en sous-bois de moyenne altitude.

Les fruits de Bois Cassant sont des baies blanchâtres.

Usage médical :

Avec le Bois Cassant, nous retrouvons le couple "rafraîchissant"/estomac. Les tisanes de Bois Cassant facilitent la digestion, aident les estomacs fatigués, lourds, enflammés, ulcérés ; elles agissent aussi sur la circulation sanguine et le sang qu'elles pourraient purifier. On fera bouillir quelques feuilles dans 1 l d'eau et on boira à la soif.

Le Bois Cassant sert encore à soigner l'asthme. Il est alors utilisé seul ou en mélange avec le Jean Robert (Euphorbia hirta L.)

RUTACEAE**Citrus hystrix DC**

Nom vernaculaire : Combava.

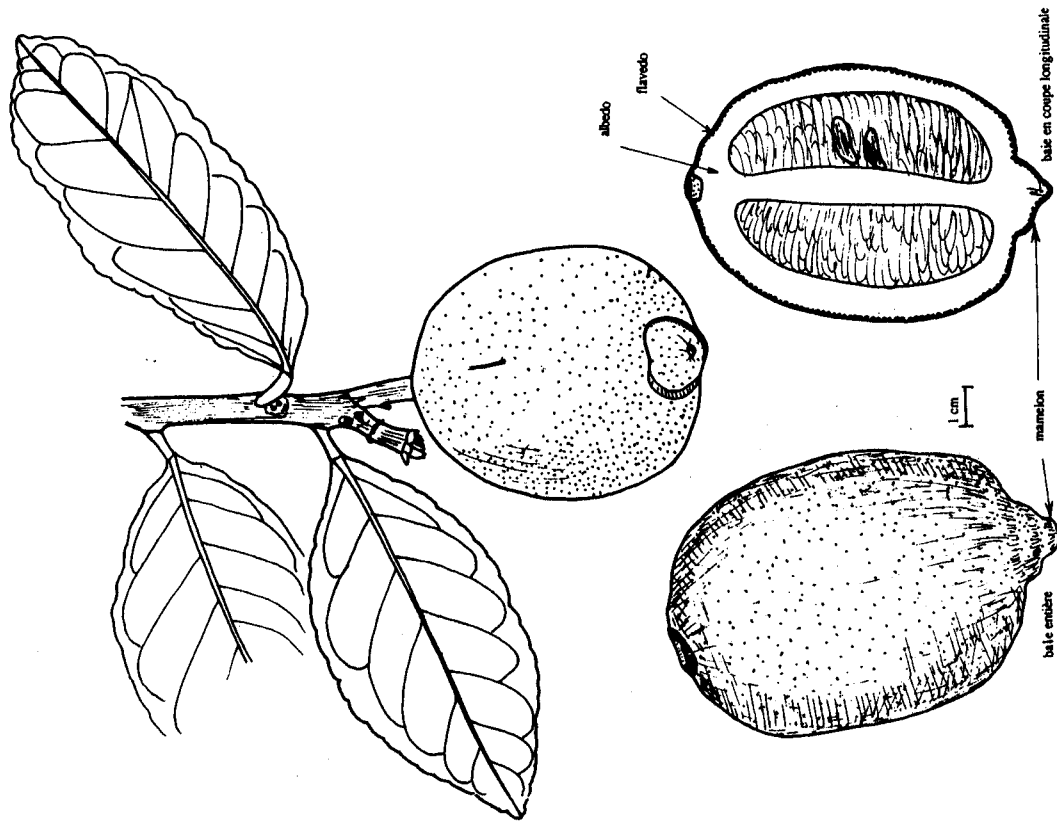
Description :

Arbuste souvent de petite taille. L'aile du pétiole est presque aussi importante que le limbe de la feuille. Les fleurs sont blanches. Le fruit reste vert jaunâtre, mais son zeste est tout mameloné. Ce zeste est utilisé comme condiment à la Réunion.

Usage médical :

L'infusion et la décoction des feuilles sont des remèdes contre la fièvre, la grippe, l'hypertension, les maux de ventre.

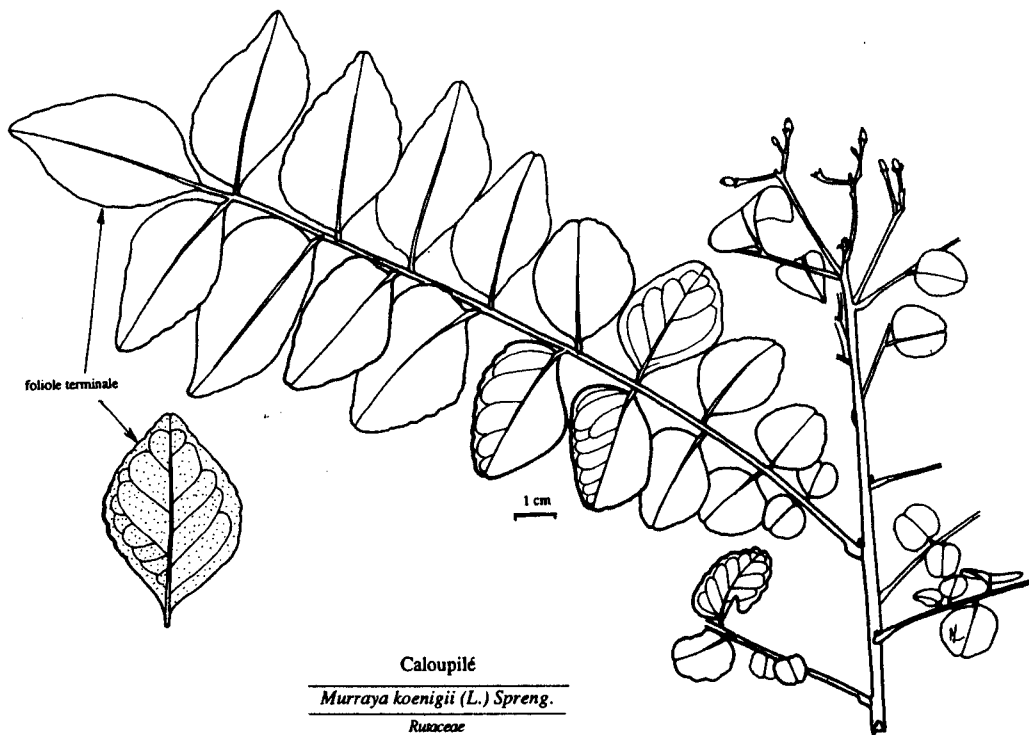
Lorsqu'il s'agit de traiter le "tambave", ce sont soit les feuilles, soit les racines qui sont utilisées. Le combava n'est pas alors utilisé seul, mais sert à préparer une "complication".



Citronnier

Citrus limon (L.) Burm. f.

Rutaceae



Caloupilé

Murraya koenigii (L.) Spreng.

Rutaceae

Citrus limon (L.) Burm. f.

Noms vernaculaires : Citron, Citronnier.

Description :

Arbuste ou petit arbre se distinguant du Bigaradier par ses fruits ellipsoïdes, jaunes, munis d'un mamelon apical, par ses feuilles à pétiole non ailé. L'odeur des feuilles froissées permet à elle seule de les reconnaître.

Usage médical :

Les feuilles, préparées en infusion ou en décoction, soignent la toux, la fièvre, la grippe. Dix pincées de feuilles sèches dans 1 l d'eau bouillante est utile contre les coliques néphrétiques. Une branchette feuillée trempée dans du Café fort soigne le mal de tête. La décoction foliaire agirait sur la tension.

Le jus de Citron soigne à son tour la fièvre, la grippe, le rhumatisme. Pour le rhumatisme, on prendra 10 g de jus par jour.

Murraya koenigii (L.) Spreng.

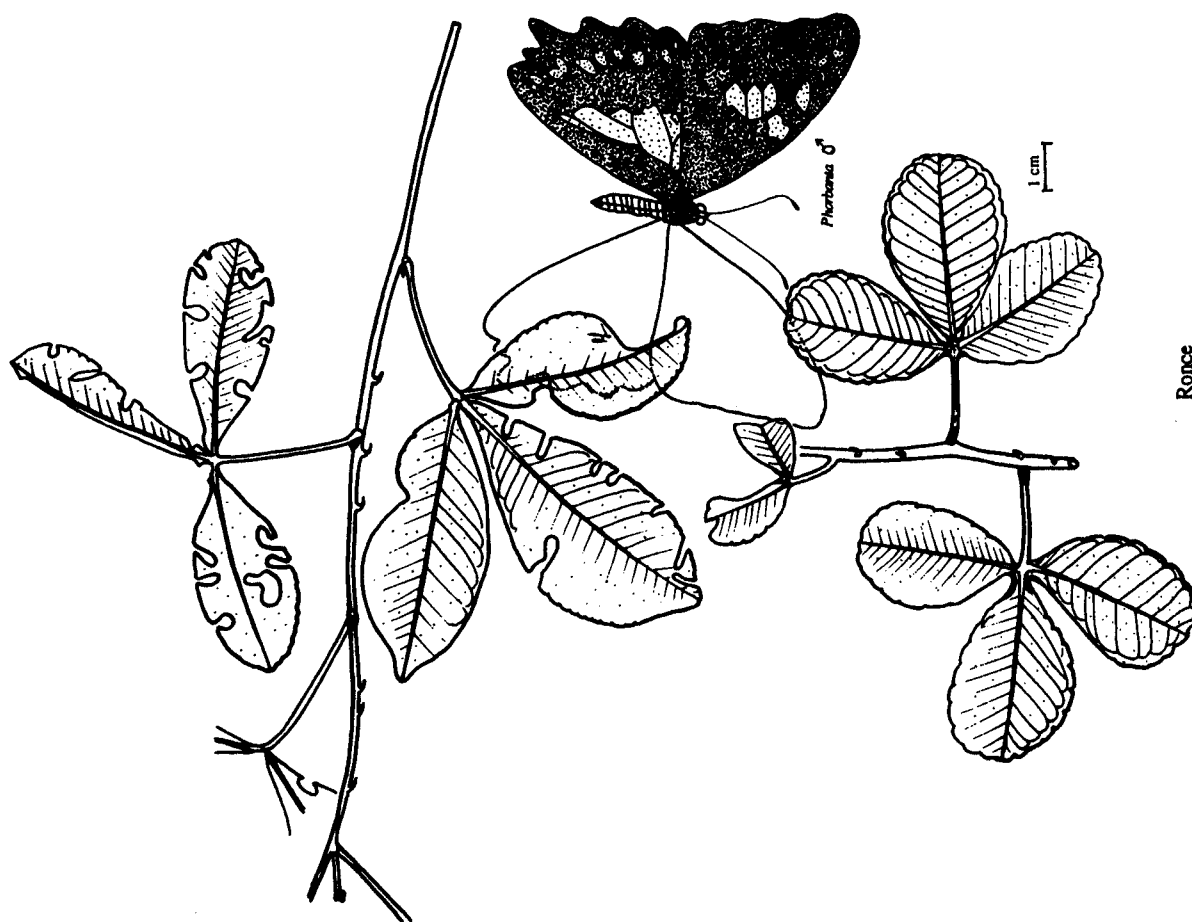
Noms vernaculaires : Caloupilé, Kaloupilé, Kalou-pilé, Calou-pilon, Calou-pi-lé.

Description :

Arbuste atteignant 2 à 3 m de haut. Ses feuilles imparipennées, à folioles vert sombre et à odeur et saveur caractéristiques permettent une assez bonne détermination. Ses fleurs sont blanchâtres et disposées en panicules terminales corymbeuses. Ses fruits globuleux, petits, passent du vert sombre au noir.

Usage médical :

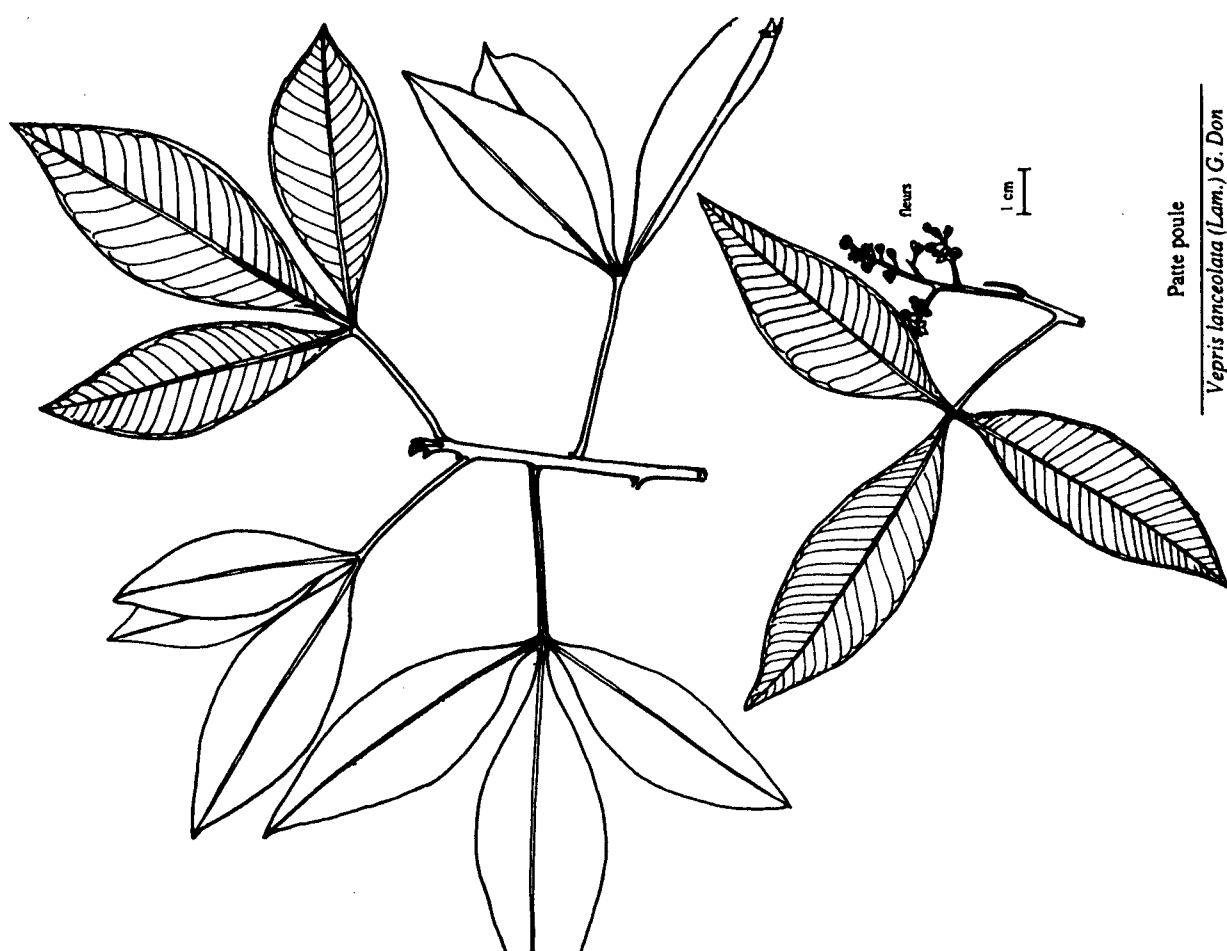
Le Caloupilé est surtout utilisé comme épice ou condiment, dans la cuisine d'inspiration indienne. Dans les recettes de tisanes le concernant, le Caloupilé est essentiellement prisé pour soigner l'hypertension. Il est plus souvent mis à bouillir donc plus rarement infusé ; pour cela on mettra 3 "brins" au contact d'un demi-litre d'eau bouillante. L'emploi du Caloupilé contre le diabète est beaucoup plus rare.



Ronce

Toddalia asiatica (L.) Lamarck

Rutaceae



Patte poule

Vepris lanceolata (Lam.) G. Don

Rutaceae

Toddalia asiatica (L.) Lam.

Noms vernaculaires : Ronce, Patte poule piquant, Petit Patte poule, Patte poule, Liane patte de poulet.

Description :

Arbrisseau grimpant muni d'épices rétrorses. Ses feuilles trifoliolées peuvent rappeler les doigts des pattes de Gallinacés. Ses fruits arrivés à maturité peuvent évoquer de minuscules Mandarines dont ils prennent la couleur. Les graines occupent presque tout le volume de ces baies miniatures.

Usage médical :

Contre les crampes, on mettra macérer de la Ronce dans du rhum que l'on utilisera pour se frictionner.

La tisane "effort" (déchirure ou élongation musculaires) utilise feuilles et écorce.

Contre la fièvre, la toux, la grippe, le refroidissement, la fatigue, les rhumatismes, la goutte ... on prendra 4 à 5 feuilles pour une tasse. On peut aussi faire macérer de la Ronce râpée dans du vin ou du rhum, dont on boira une cuillerée à soupe matin et soir.

Une tisane dépurative se prépare en faisant bouillir une poignée de feuilles pour 2 l d'eau ; on en boira un verre plusieurs fois par jour.

Vepris lanceolata (Lam.) G. Don

Noms vernaculaires : Patte poule, Patte poule effort, Grand Patte poule, Bois de patte poule, Pied-de-poule, Patte de poulet.

Description :

Arbuste à branches plus ou moins grêles. Ses noms vernaculaires nous laissaient déjà supposer la présence de feuilles trifoliolées. Fleurs mâles et fleurs femelles séparées, sur le même pied (monœcie).

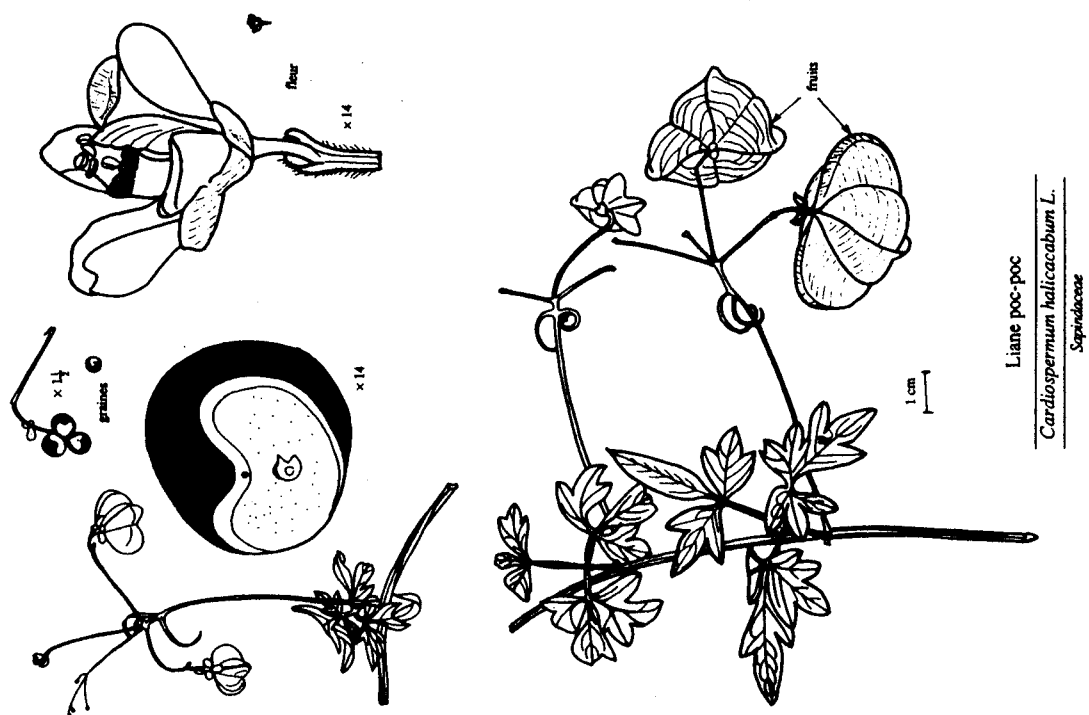
Usage médical :

Contre les coups, le Patte poule joue un peu le rôle de l'Arnica (acheté en pharmacie). Mis à macérer dans l'alcool et utilisé en frictions, il sert par ailleurs à traiter les rhumatismes. Les feuilles chauffées (et enduites d'huile de Ricin) sont appliquées sur une foulure et retenues par un bandage. Mises à bouillir, les feuilles servent à préparer une tisane contre l'"effort" (ou douleurs musculaires éprouvées suite à des efforts intenses).

Sur les plaies, appliquer les feuilles écrasées avec du Gingembre.

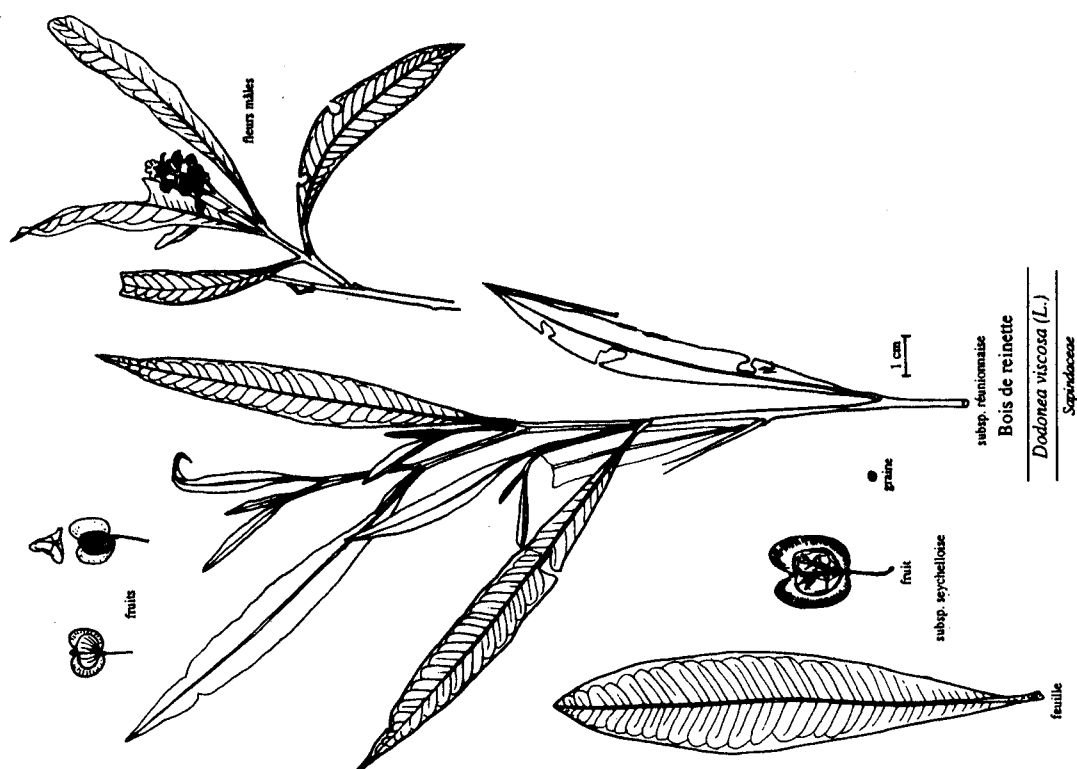
Contre la fièvre, la grippe, les maux d'estomac, boire une tasse d'infusion, sucrée au miel, trois fois par jour.

Le jus extrait des feuilles est à boire, une cuillerée deux fois par jour, en cas de fluxion de poitrine.



Liane poc-poc

Cardiospermum halicacabum L.
Sapindaceae



subsp. réunionnaise
Bois de reinette

Dodonea viscosa (L.)
Sapindaceae

subsp. seychelloise

SAPINDACEAE

Cardiospermum halicacabum L.

Noms vernaculaires : Pok-pok, Liane poc-poc, Liane poque-poque, Herbe poc-poc, Poc-poc externe, Poc-poc liane, Poque-poque, Ti Poc poc, Pock-pock.

Description :

Herbe à feuilles bipennées. Inflorescence axillaires, ombelliformes, avec deux vrilles juste en-dessous de l'ombelle. Petites fleurs blanchâtres. Fruits vésiculeux contenant à maturité de petites graines noires avec un grand hile blanc en forme de cœur.

Usage médical :

La Liane poc-poc est mise à bouillir dans une petite casserole pendant 10 mn. Laissée refroidir, la tisane est alors utilisée comme purgatif pour les bébés. On ajoute un peu de miel et quelques gouttes d'huile d'Olive à ce petit "loc" (= petite purge). Trois feuilles d'Ayapana (Eupatorium triplinerve Vahl), une feuille de "cœur" de Pêche, du Ti Tamarin (Phyllanthus amarus Schum. et Thonn), de l'Oreille Chatte (Acalypha indica L.) ... peuvent venir "compliquer" cette préparation.

Comme vermifuge, la Liane poc-poc est associée au Pêcher et à l'huile d'Olive.

On l'utilise contre le mal au ventre (les gaz intestinaux) et la diarrhée des bébés, en boisson. En bain, elle traite la boubouille et le "tambave".

Contre les rhumatismes, les feuilles sont écrasées et appliquées sur la partie malade. On peut encore les faire macérer dans de l'alcool avec du Gingembre, du Girofle et du Patte poule (Vepris lanceolata (Lam.) G. Don).

Dodonea viscosa L.

Noms vernaculaires : Bois de reinette, Bois d'Arnète, Bois d'Annette, Bois d'Anet, Arnette, Reinette.

Description :

Arbrisseau à feuilles lancéolées plus ou moins étroites, collantes surtout quand elles sont jeunes. Inflorescences terminales. Fleurs verdâtres, mâles ou femelles. Fruits membraneux à 2 ou 3 ailes.

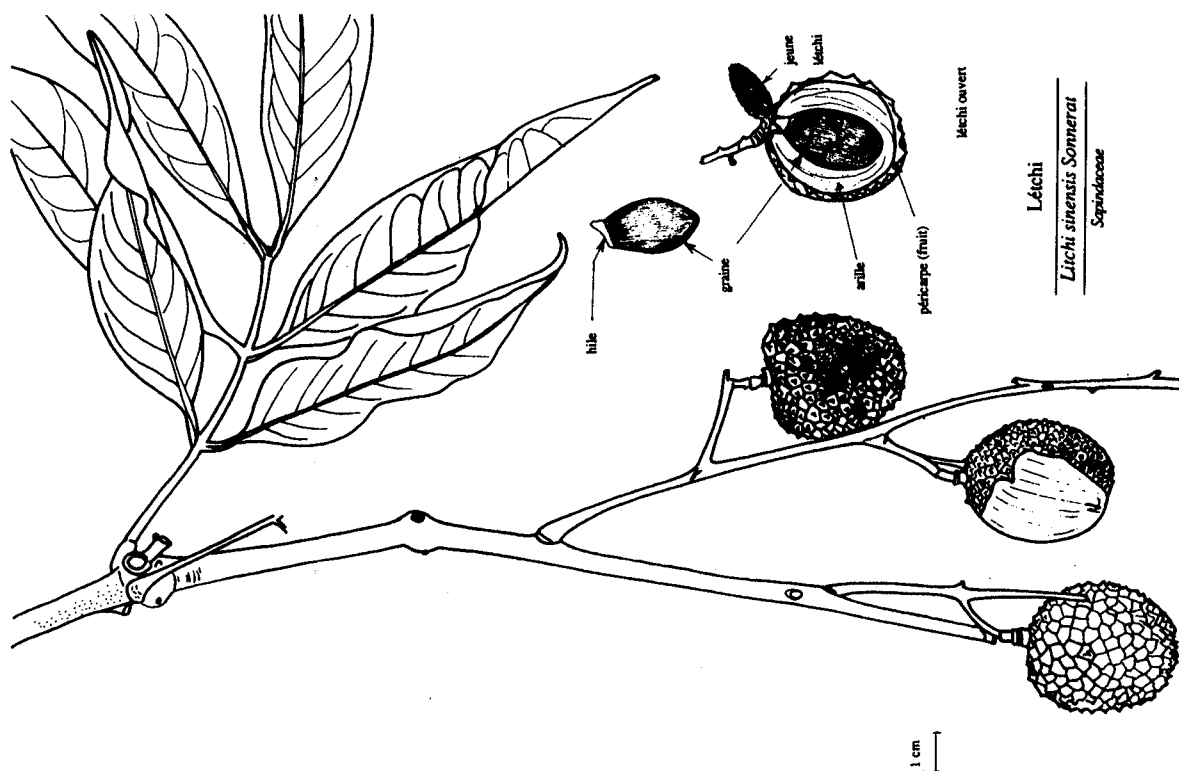
Usage médical :

Le Bois de reinette est surtout connu pour son utilisation contre les calculs urinaires et les coliques néphrétiques. On fait bouillir les feuilles et on boit cette décoction comme de l'eau.

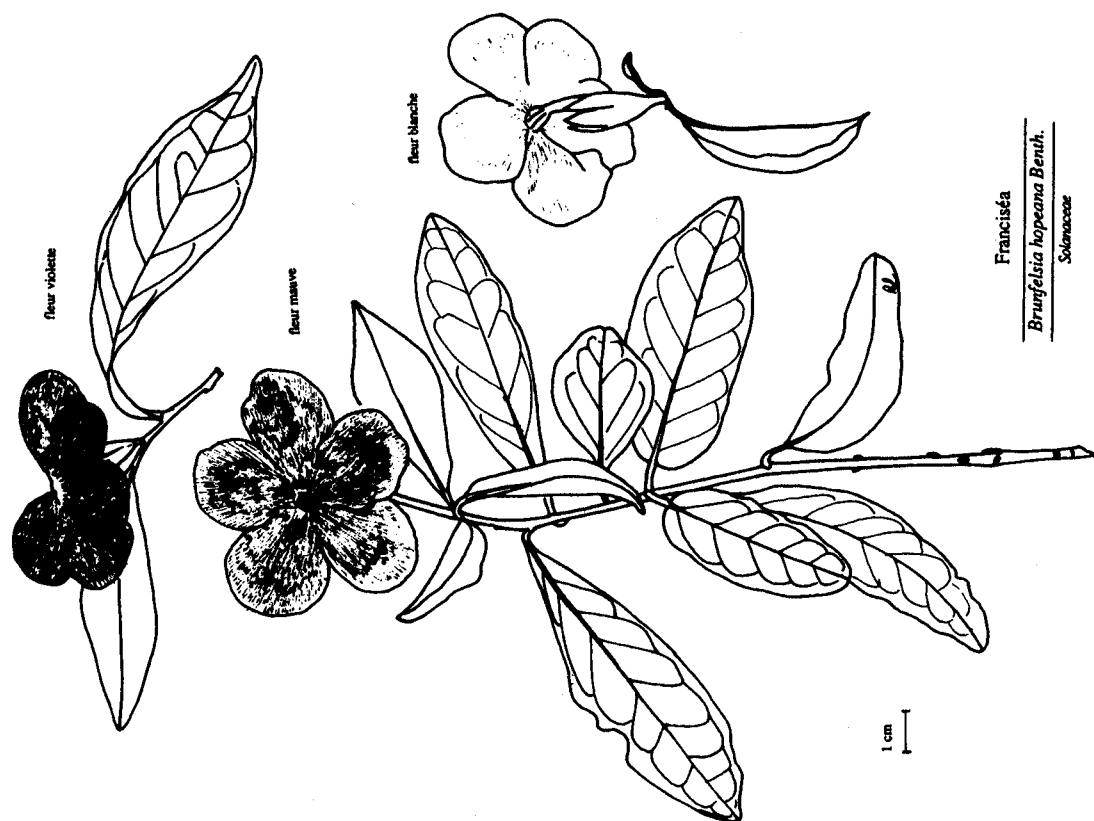
Rhumatismes, goutte, arthrose sont aussi du ressort du Bois d'Arnète. Une poignée de feuilles est jetée dans 2 l d'eau bouillante et laissée infuser une demi-heure. On en boira une tasse matin, midi et soir, pendant plusieurs jours.

Des feuilles de Bois de reinette sont écrasées avec du Gros Chiendent (Eleusine indica Gaertn.) et du sel, avant d'être appliquées sur une entorse.

L'infusion de Bois d'Arnète permet une bonne circulation du sang, prise en boisson.



Litchi
Litchi sinensis Somnerai
 Sapindaceae



Franciséa
Brungfelsia hopeana Benth.
 Solanaceae

Litchi chinensis Sonner.

Noms vernaculaires : Letchi, Litchi.

Description :

Arbre à houppier très important. Au temps des amours florales, les rameaux se redressent et portent des inflorescences terminales, à petites fleurs verdâtres. Leur succèdent des fruits, à peau verruqueuse rouge, et, à arille blanc, comestible. Arbre fruitier tropical, d'origine chinoise.

Usage médical :

Fruits, feuilles et écorce sont utilisés comme "rafraîchissant". Fleurs, feuilles, écorce et racines, mises à bouillir, servent en gargarisme à traiter les affections de la gorge.

La décoction de racine permet d'augmenter le débit urinaire. Pour les douleurs de vessie, on fera bouillir de la racine Letchi, un morceau souterrain de Bananier et du Jean Robert (*Euphorbia hirta* L.).

La décoction foliaire est utile contre le mal au ventre.

SOLANACEAE**Brunfelsia hopeana Benth.**

Noms vernaculaires : Franciséa, Franciscéa, Francicéa, Jasmin d'Afrique.

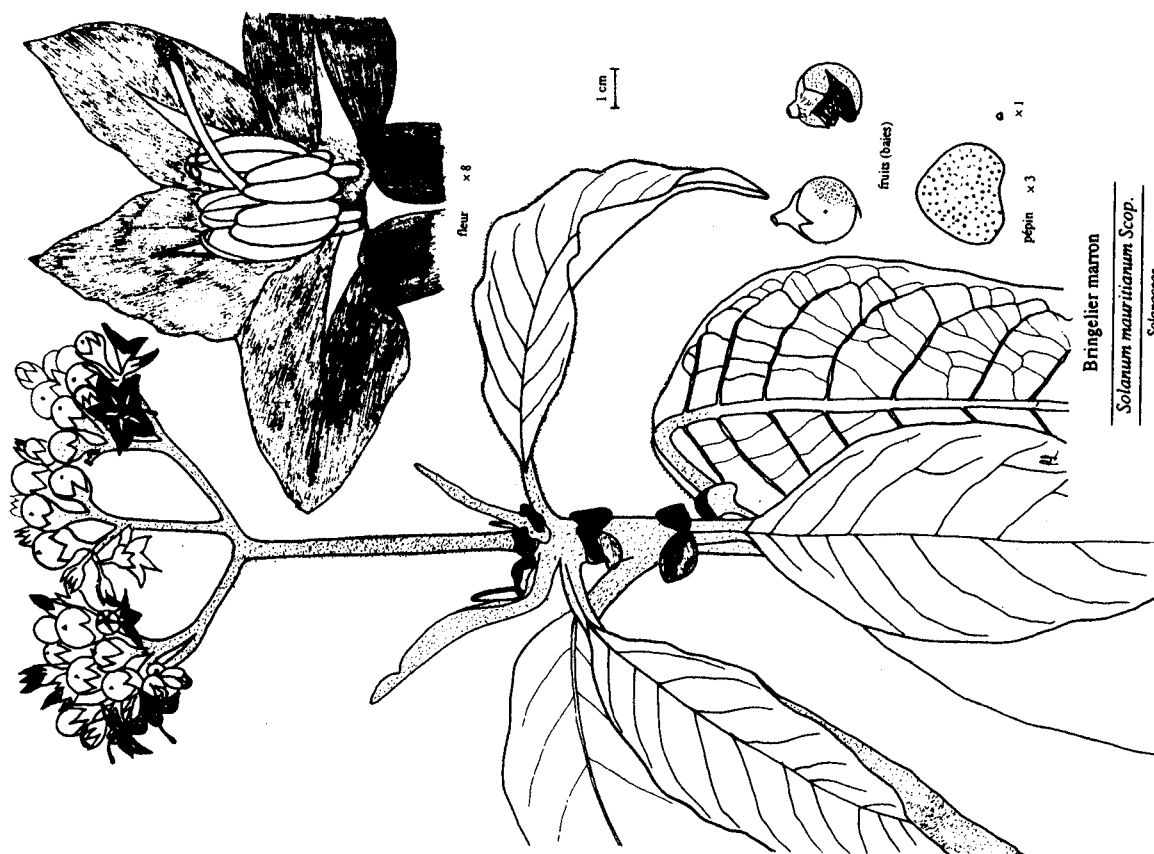
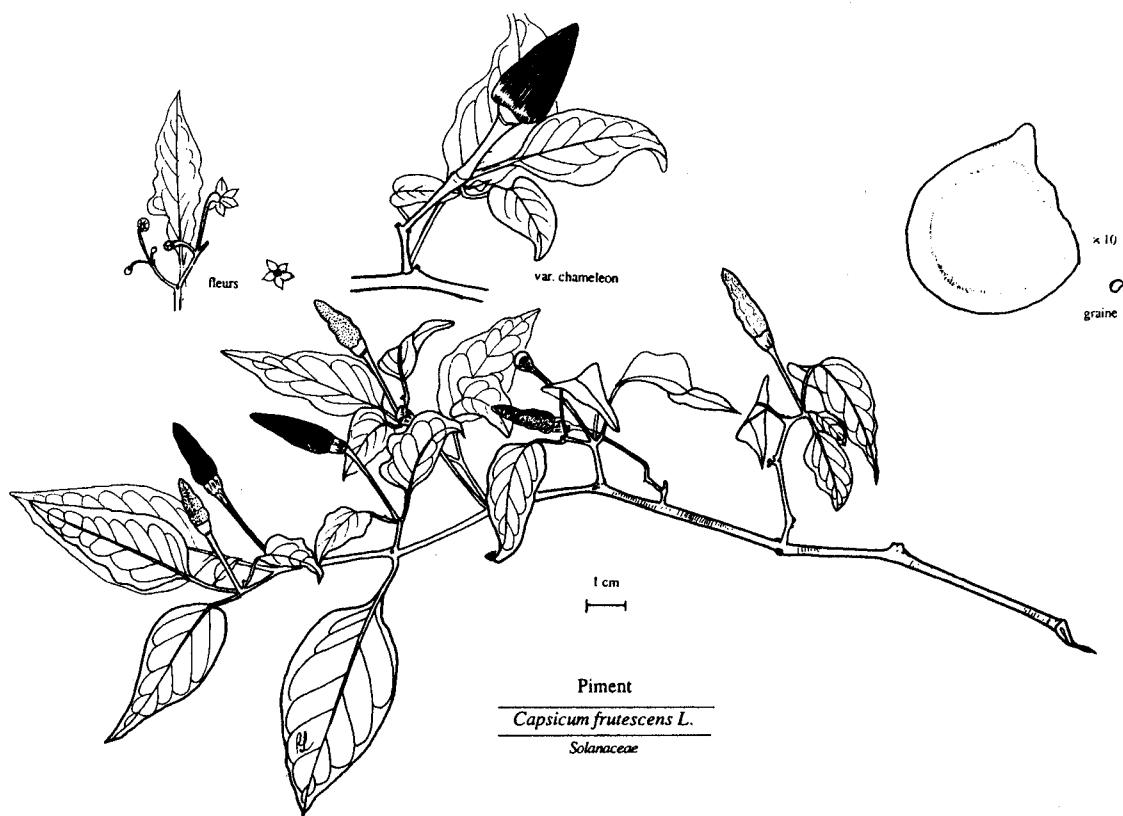
Description :

Arbrisseau ornemental prisé pour son parfum et ses fleurs tricolores. Les fleurs à l'extrémité des tiges sont d'abord d'un violet franc, puis en palissant elles virent au mauve avant de blanchir, prêtes à se faner. La même fleur épouse donc le violet, le mauve et le blanc.

Ne fructifie pas à la Réunion, donc multiplié par voie végétative. Serait originaire du Brésil.

Usage médical :

Ce sont uniquement les racines de ce charmant arbrisseau qui ont la faveur des tisaneurs, et elles ne sont utilisées que pour soigner les rhumatismes. Il est question de 3 racines, infusées dans 1,5 l d'eau bouillante. L'infusé est absorbé plusieurs fois dans la journée quand on a soif. D'autres recettes utilisent 15 ou 20 g de racines à mettre bouillir dans 1 l d'eau. Trois ou 4 tasses du décocté sont à prendre dans la journée.



Capsicum frutescens L.

Noms vernaculaires : Piment, Piment Martin.

Description :

Arbrisseau grêle, de 1 m à davantage en hauteur. Ses feuilles sont ovées, aiguës et obtuses. Ses fleurs verdâtres sont axillaires, solitaires ou regroupées en ombelles par deux ou par trois. Ses fruits conico-cylindriques sont des baies, rouges à maturité. Leur saveur est brûlante. Elles contiennent des graines plates.

Plante exclusivement cultivée, originaire d'Amérique tropicale.

Usage médical :

Les feuilles trempées dans de l'huile chaude (huiles d'Olive ou de Ricin) sont appliquées sur les furoncles pour en accélérer la maturité. Elles sont aussi utilisées sur les parties de la peau où ont pénétré des épines d'Oursins.

Une poignée de feuilles et 3 Piments forment une pâte que l'on applique sur une entorse.

Contre les hémorroïdes, on cueille de tous petits piments verts à peine formés. On en mange cinq à jeun, trois jours de suite. Ou bien, on absorbe 3 jeunes piments une demi-heure avant chaque repas et l'on boit un verre d'eau, ceci pendant trois jours.

Du Piment macéré dans l'alcool sert à se frictionner la tête pour arrêter la chute des cheveux et stimuler leur repousse.

Contre les rhumatismes, des feuilles sont macérées dans l'alcool mais surtout des Piments secs sont pilés et mélangés à une pommade camphrée avant d'être utilisés en frictions.

Contre le mal de gorge et l'angine, faire infuser 3 Piments rouges dans un demi-litre d'eau bouillante. Enlever les Piments. Utiliser le liquide en gargarisme.

Solanum mauritianum Scop.

Noms vernaculaires : Bringelier marron, Bringellier marron, Le Bringel marron, Bringellier.

Description :

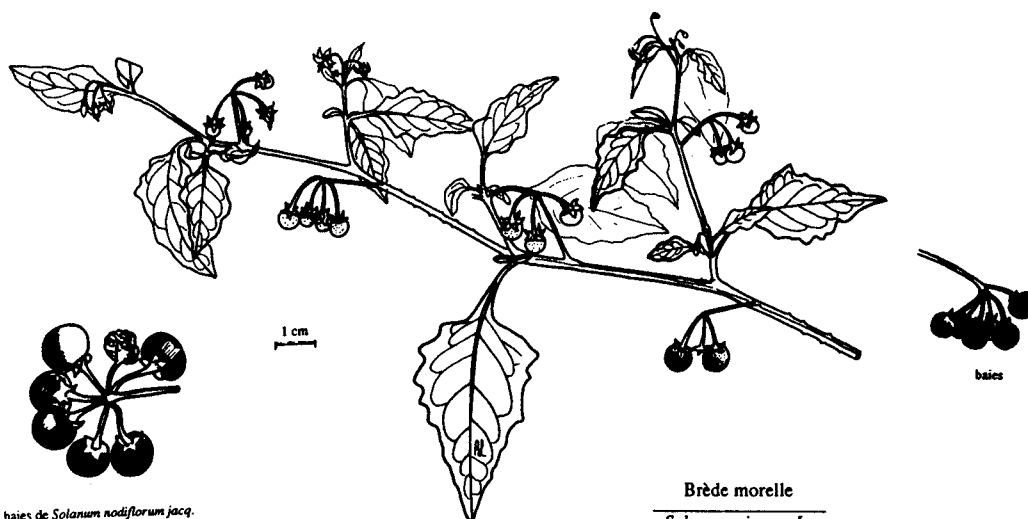
Arbuste de 2 à 3 m de haut, recouvert dans ses différentes parties (tiges, feuilles, calices) de poils laineux. Ses feuilles portent, au niveau de leur insertion sur la tige, de petites feuilles en forme d'oreillettes, prenant la place des stipules. Les fleurs sont mauves avec une étoile blanche au centre de la corolle. Les fruits sont des baies jaunâtres produites à longueur d'année.

Usage médical :

Ce sont chaque fois les feuilles qui sont utilisées. Saupoudrée de sel et trempée 2 h dans du vinaigre, une feuille est alors appliquée sur la tête pour enlever la fièvre !! Enduite de pétrole, elle est appliquée sur la poitrine pour soigner une bronchite, une congestion pulmonaire.

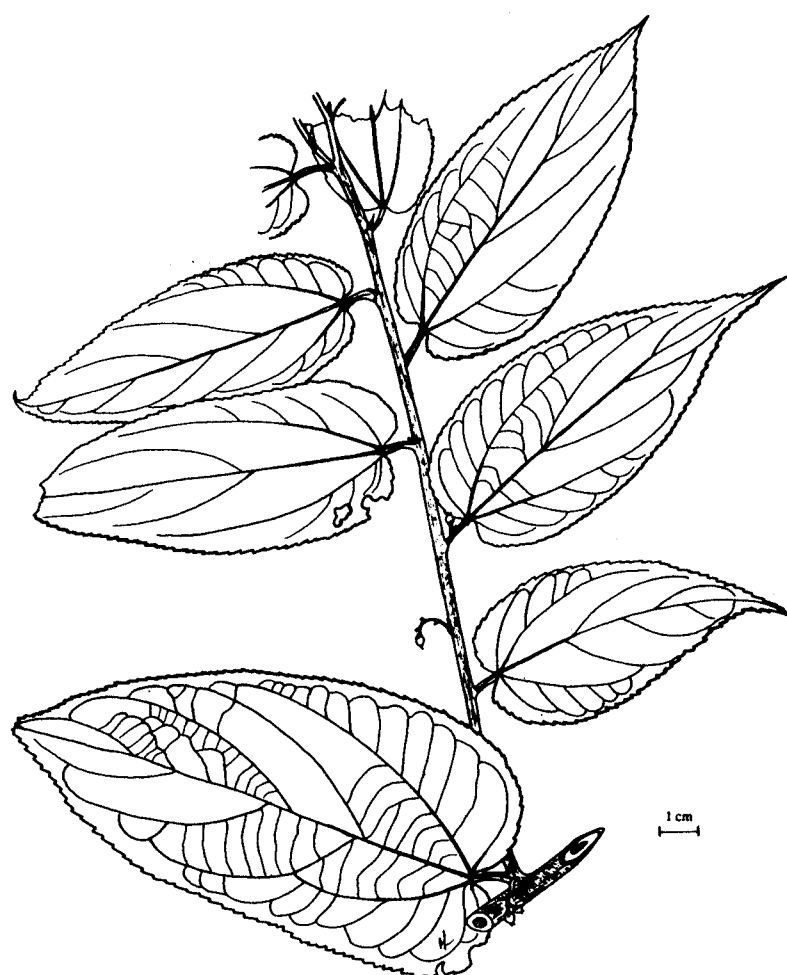
Les feuilles de Bringelier marron seraient rubéifiantes et vésicantes. Appliquées assez longuement sur la peau, elles y provoqueraient des cloques que l'on percera avec une aiguille flambée avant d'y mettre de la vaseline.

Un carré découpé dans une feuille enduite de pétrole ou d'huile de Ricin est appliqué sur un abcès ou un furoncle. Une cloque se forme à l'endroit désigné !.



baies de *Solanum nodiflorum* jacq.

Brède morelle
Solanum nigrum L.
Solanaceae



Bois d'andrèze
Trema orientalis Blume
Ulmaceae

Solanum nigrum L.

Noms vernaculaires : Brède Morelle, Brède Morel, Brède Martin, Brède noir, Morel, Morelle blanc.

Description :

Plante herbacée de 30 à 60 cm de haut. Quelques aspérités pointues sur la tige. Des feuilles entières ou à marge sinuée. Des fleurs blanches à anthères jaunes. Des ombelles de baies globuleuses, noires à maturité.

Espèce adventice consommée comme brède (= légume vert).

Usage médical :

Comme diurétique, faire infuser 5 racines dans 1 l d'eau bouillante. Boire 4 fois par jour, un verre, en dehors des repas.

Brède Morelle est surtout connue pour ses propriétés calmantes. Son bouillon est dit calmer les nerfs et favoriser le sommeil ; il est même utilisé contre les maux d'estomac, les crampes, les crises d'épilepsie.

Ce bouillon est aussi rafraîchissant. Il favoriserait encore la digestion, après un repas copieux.

ULMACEAE**Trema orientalis (L.) Blume**

Noms vernaculaires : Bois d'Andrèze, Andrèze, Bois d'endèze.

Description :

Arbrisseau ou arbuste pouvant atteindre 3 ou 4 m de haut, à rameaux subhorizontaux. Les feuilles alternes, distiques, ont une base cordée plus ou moins dissymétrique.

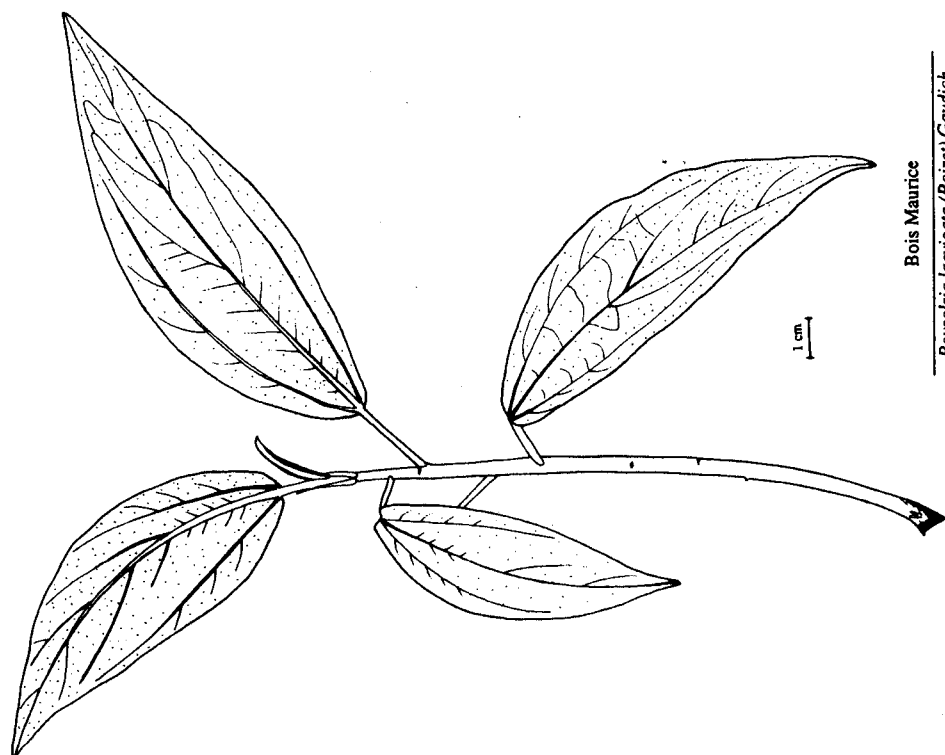
Usage médical :

Contre les troubles digestifs, on peut préparer les sommités en infusion, faire bouillir les "cœurs", ou faire carboniser l'écorce que l'on pulvérise pour la boire avec de l'eau.

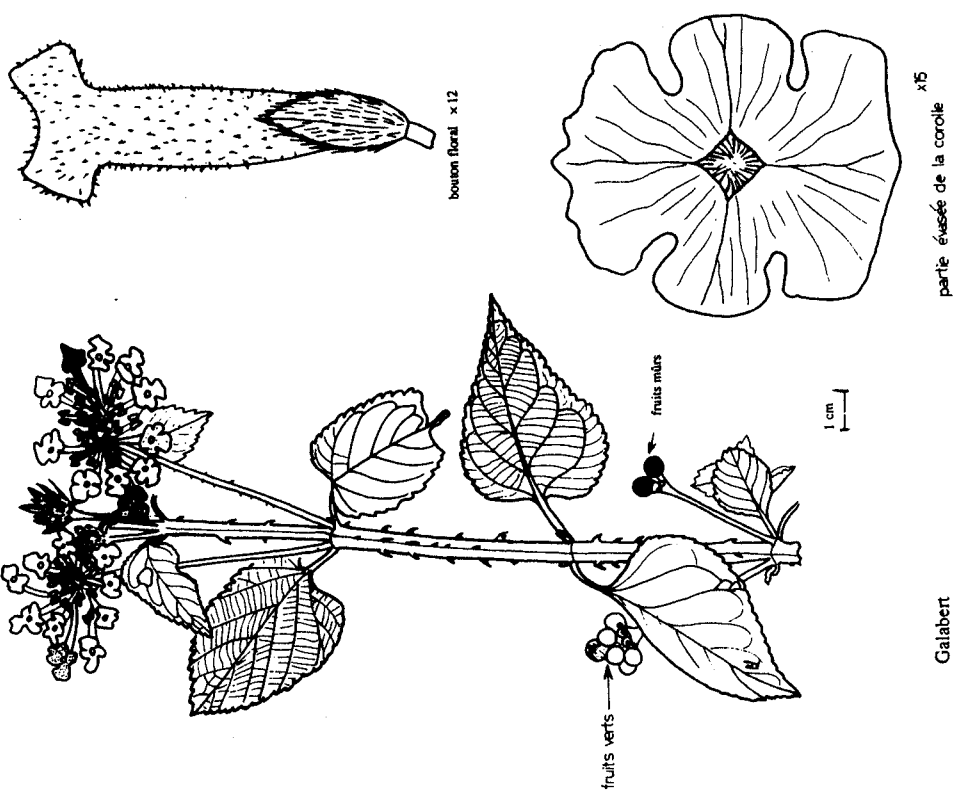
Contre la goutte, on fera bouillir 25 à 30 feuilles avec du Camphre et du Romarin, remède à prendre en bain.

Toujours contre la goutte, mais aussi l'enflure, faire infuser 3 à 4 feuilles dans 1 l d'eau bouillante, et boire cette infusion. Il faudra en plus s'abstenir de manger du Porc, des Haricots verts, du Cresson et des brèdes Chouchou. Boire ce remède 2 fois par semaine et pendant 2 ou 3 mois.

Contre le tambave, prendre un "cœur", à laisser infuser dans une tasse d'eau bouillante. Ajouter quelques gouttes d'huile de Ricin ou d'huile d'Olive, avant de faire boire au nourrisson.



Bois Maurice
Pouzolzia laevigata (Poir.) Gaudich
Urticaceae



Galabert
Lantana camara L.
Verbenaceae

URTICACEAE

Pouzolzia laevigata (Poiret) Gaudich

Noms vernaculaires : Bois Maurice, Plante la tension.

Description :

Arbrisseau pouvant atteindre 1,5 à 2 m, sous-ligneux. Les feuilles sont groupées au sommet des ramilles. Leur limbe est elliptique, entier, aigu, trinerve.

Cette plante qui se bouture aisément est facile à cultiver. Nous l'avons vu très prospère chez deux tisaneurs : à la Bretagne (St-Denis) et à Jean-Petit (St-Joseph).

Usage médical :

Pour faire baisser une tension forte, on fera infuser dans 1 l d'eau trois feuilles "mûres", pas plus, sinon cela donne la diarrhée : il ne faut pas que les feuilles soient tendres (jeunes) ou sèches.

Cette même tisane convient contre les vertiges, les essoufflements, l'oppression, de même que pour les maladies de la langue.

VERBENACEAE

Lantana camara L.

Noms vernaculaires : Galabert, Galabère, Galaber, Camara, Corbeille d'or, Korbey dor.

Description :

Arbrisseau envahissant, à tiges quadrangulaires munies d'aiguillons recourbés. Cette "peste végétale" a néanmoins une valeur ornementale. Ses fleurs disposées en capitules axillaires sont jaunes puis orange à rouge brique dans la variété camara appelée localement Galabert rouge. Des corolles rose pâle puis jaunes désignent la variété aculeata dite Galabert blanc.

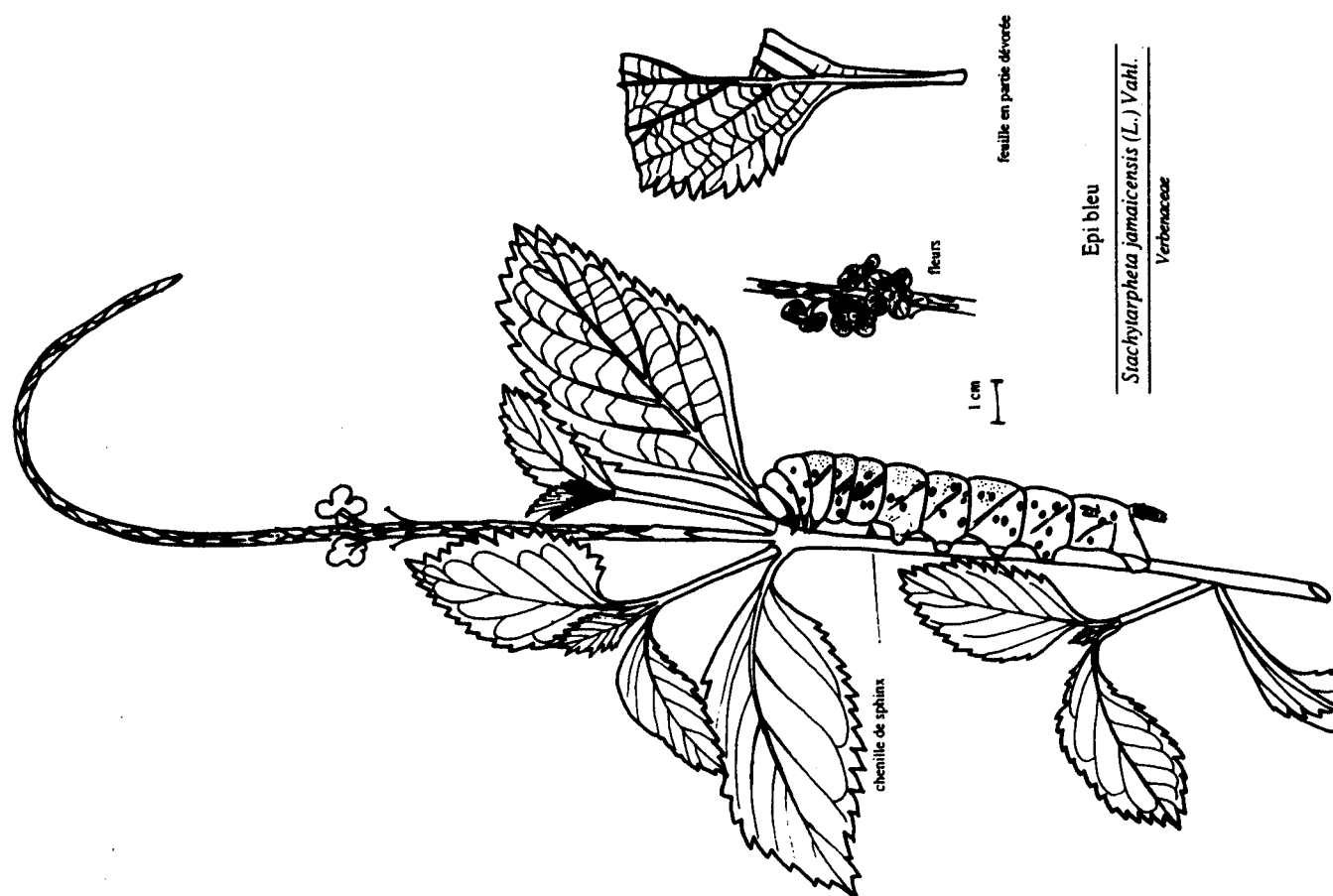
Usage médical :

Le Galabert rouge serait plus efficace que le Galabert blanc contre la fièvre. Il s'est même montré utile contre le paludisme. On utilise les feuilles en décoction ou en infusion, mais les fleurs - et même les racines - peuvent aussi servir.

Un cataplasme préparé avec du Galabert et du Gingembre écrasés soignera les rhumatismes. Un bain relaxant obtenu avec la plante entière mise à bouillir est possible.

Les feuilles écrasées et imbibées de rhum forme un cataplasme qu'on applique sur les entorses et les enflures.

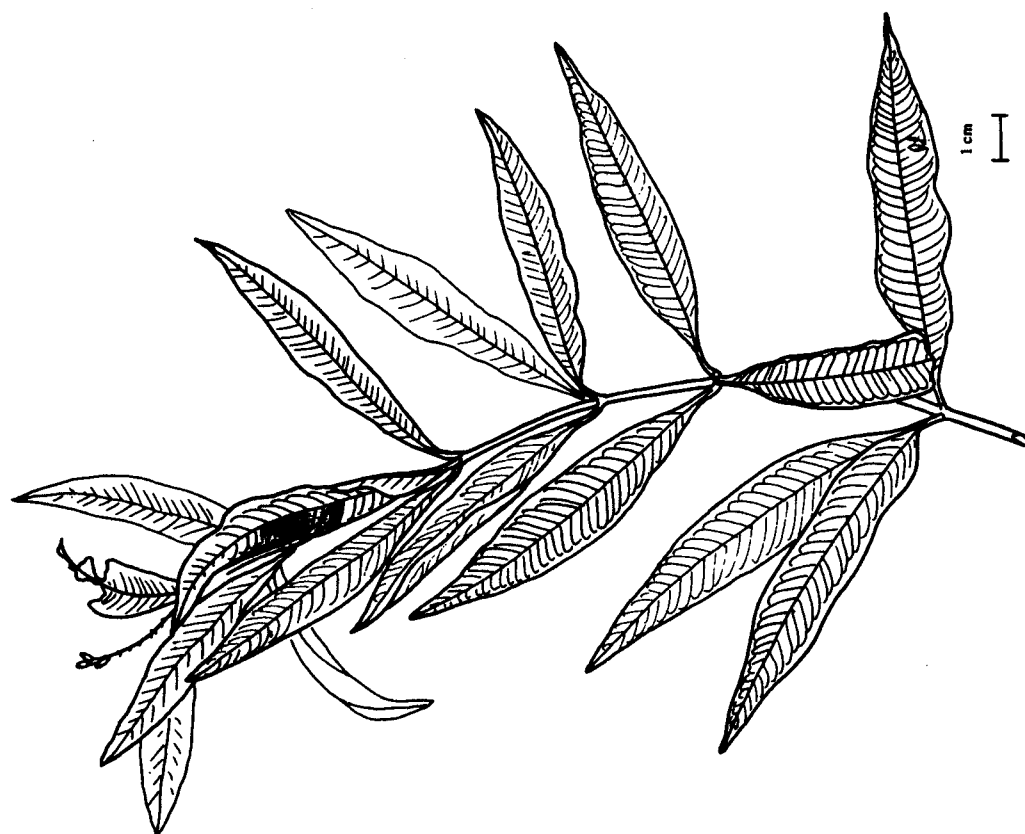
Pour les enfants fiévreux, grippés ou enrhumés, on mettra bouillir du Galabert et de l'Herbe à bouc (Ageratum conyzoides L.).



Epi bleu

Stachytarpheta jamaicensis (L.) Vahl.

Verbenaceae



Verveine-citronnelle

Aloysia triphylla (L'Her.) Britton

Verbenaceae

Aloysia triphylla (L'Her.) Britton = Lippia citriodora Humbolt Bonpland et Kunth

Noms vernaculaires : Verveine Citronnelle, Verveine.

Description :

Arbrisseau à feuilles aromatiques, verticillées par trois. Fleurs peu voyantes, situées à l'extrémité des tiges. Plante exclusivement cultivée, originaire d'Amérique du Sud.

Usage médical :

Contre la fièvre et la grippe, la Verveine Citronnelle est utilisée seule ou associée à la Citronnelle et à l'Eucalyptus Citronnelle.

Contre la grippe et l'asthme, on fera bouillir quelques feuilles de Verveine Citronnelle avec de la Cannelle et un petit morceau d'écorce de Benjoin (Terminalia bentzoe (L.) L.f.).

Douleurs d'estomac, difficulté à digérer, indigestions sont du domaine de la Verveine Citronnelle, utilisée de préférence en infusion.

Une tisane "saisissement" sera préparée en associant Verveine Citronnelle, Romarin et Marjolaine.

La Verveine Citronnelle soigne les migraines, les malaises, les vertiges. Elle facilite le sommeil. Elle combat l'angoisse, l'anxiété.

Associée au Pignon d'Inde (Jatropha curcas L.), à la Ti Ouette (Gomphocarpus fruticosus R. Br ex Ait.) et à l'Herbe Tombé (Leucas lavandulaefolia Rees.), la Verveine Citronnelle éloigne les mauvais esprits.

Si vous volez de la Verveine Citronnelle à une autre personne, vous deviendrez amoureux d'elle.

Stachytarpheta jamaicensis (L.) Vahl

Noms vernaculaires : Epi bleu, Bleuet, Bleuette, Bleuêtre, Ti Bleuet, Queue de rat, Herbe balai.

Description :

Herbe sous-ligneuse de 40 à 60 cm de haut. Feuilles opposées, à base cunéiforme, à marge dentée en scie sur le reste du limbe. Epis floraux allongés, droits ou légèrement courbés. Fleurs bleues, assez rapidement caduques.

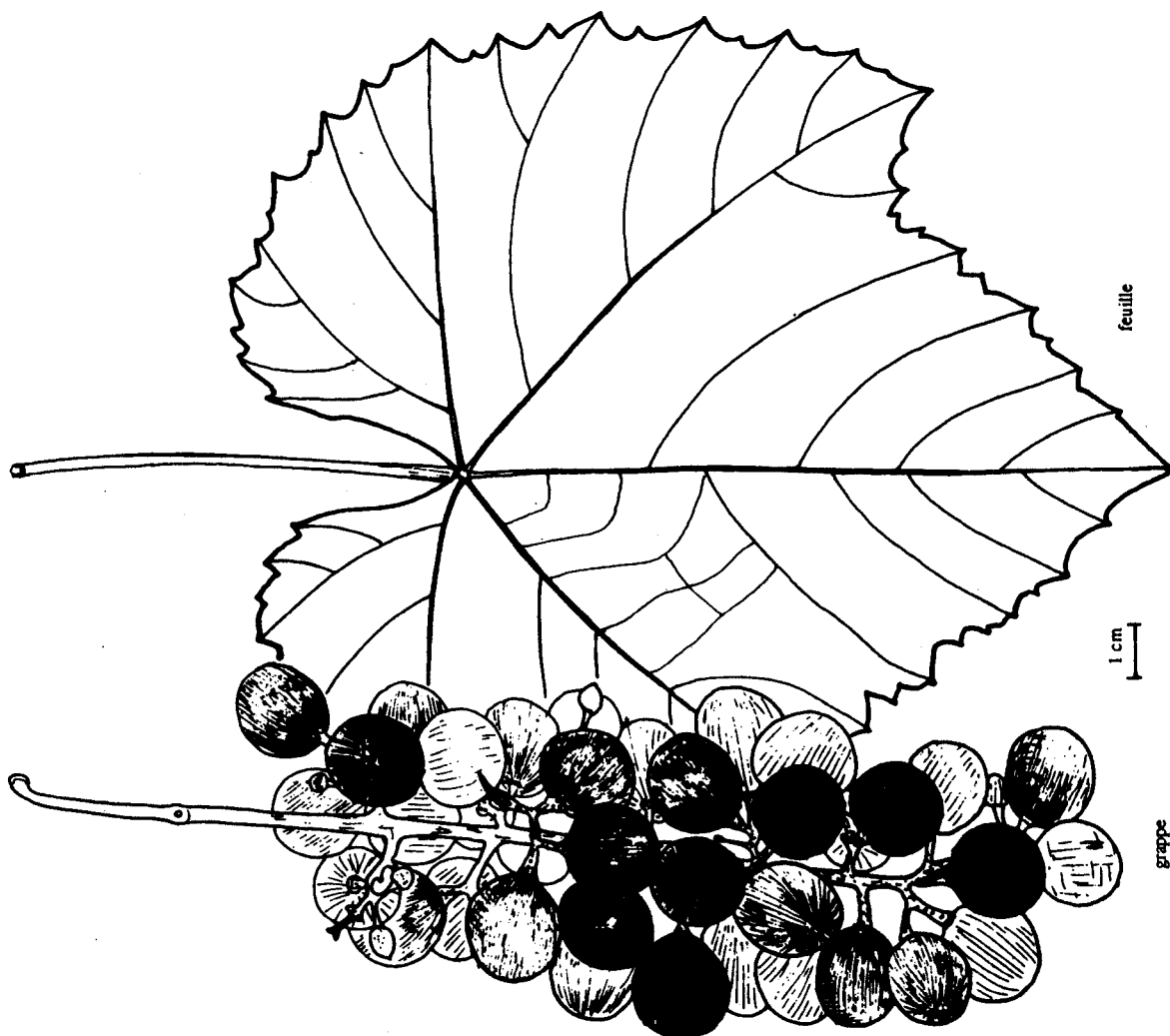
Usage médical :

L'Epi bleu est utilisé pour soigner le diabète. Les feuilles et l'axe florifère sont préparés en infusion ou en décoction. On boira plusieurs tasses de cette tisane dans la journée.

Pour traiter l'inflammation des yeux, on utilisera soit la tisane, soit une macération.

En infusion ou décoction, l'Epi bleu servira à soigner le tambave et la gratelle.

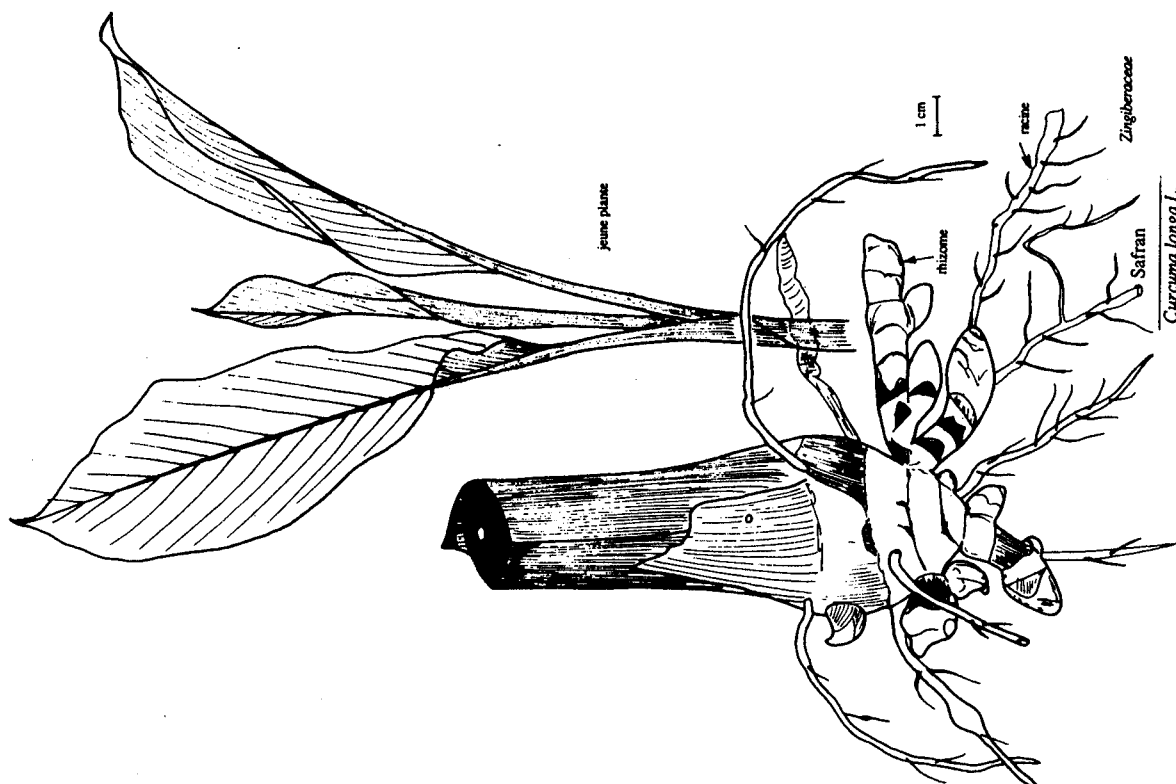
Pour calmer les nerfs, on fait bouillir trois bouts de tiges fleuries et l'on boit froid. L'infusion aiderait à lutter contre l'insomnie.



Isabelle

Vitis labrusca L.

Vitaceae



Curcuma longa L.

Zingiberaceae

VITACEAE

Vitis labrusca L.

Noms vernaculaires : Raisin, Vigne.

Description :

Si la Vigne américaine (Vitis labrusca L.) est communément cultivée dans les Hauts ; dans les Bas on trouve néanmoins du Vitis vinifera L. La saveur de leurs raisins respectifs permet une détermination rapide. De plus, les feuilles de labrusca sont à peine divisées en trois lobes.

Usage médical :

Lorsqu'un bébé renvoie tout ce qu'il mange, lui donner l'infusion de trois "cœurs" de Raisin ce qui l'aidera à avaler sa nourriture.

La décoction des "cœurs" est habituellement prise contre la nausée, les vomissements, le diabète, l'hypertension. On prendra plus précisément 5 cœurs pour 1/4 l d'eau bouillante ; on laissera infuser et on boira chaud, pour traiter la tension.

Pour les coliques du nourrisson, on fera légèrement bouillir 3 feuilles dans 1 l d'eau, et l'on mettra de cette tisane dans son biberon.

Plusieurs feuilles infusées dans 1 l d'eau serviront à se nettoyer la bouche et à soigner les douleurs aux yeux.

Contre le mal de tête, appliquer des feuilles de Vigne sur votre front. Contre la fièvre, mettre aussi des feuilles fraîches en compresses sur le front ; faire aussi bouillir la feuille et boire.

ZINGIBERACEAE

Curcuma longa L.

Nom vernaculaire : Safran.

Description :

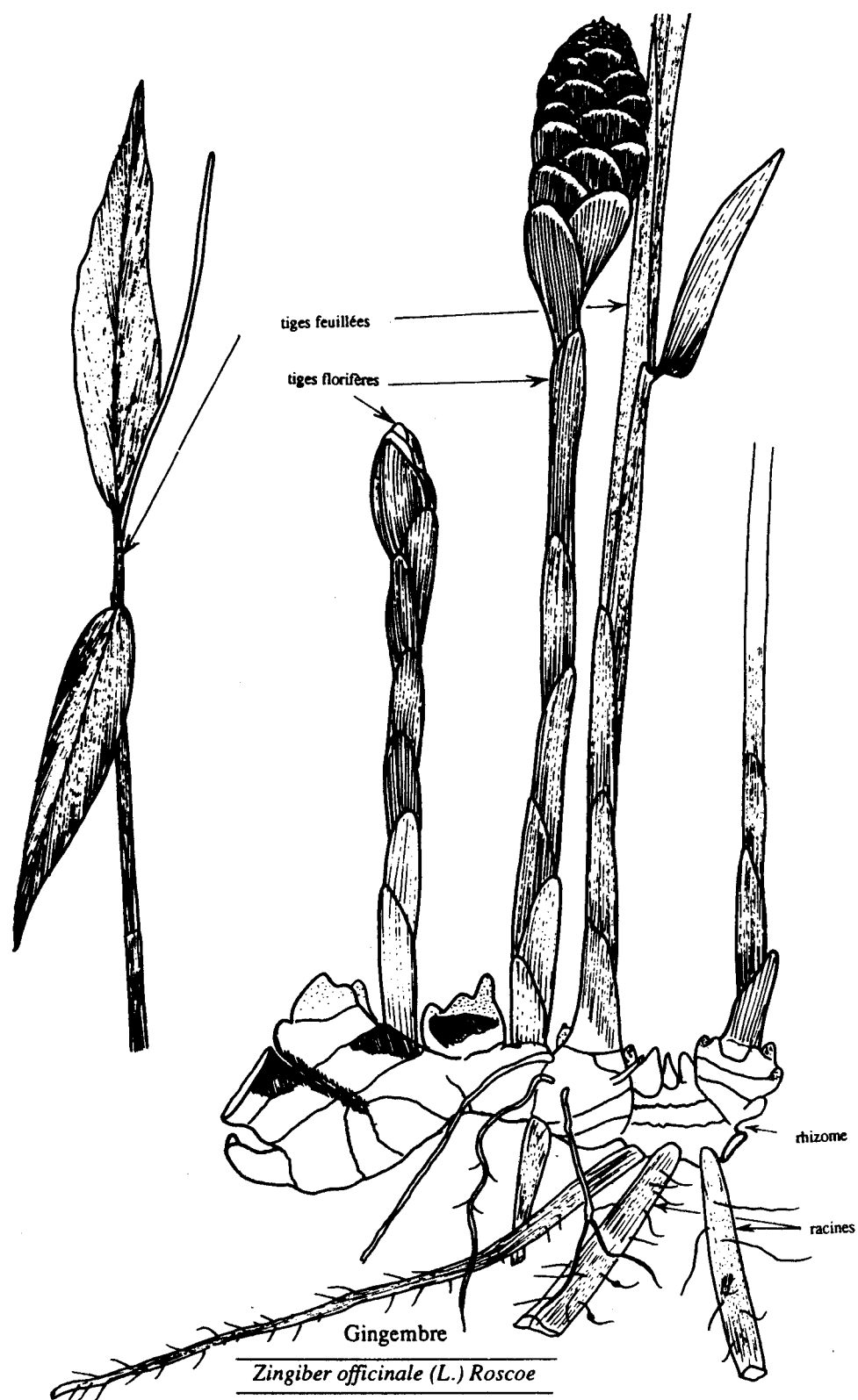
Plante herbacée pouvant atteindre 1 m de haut. La partie utilisée comme épice est son rhizome ramifié, d'un vif orangé sur une cassure fraîche.

Usage médical :

Contre l'asthme, la toux, la bronchite, la grippe, ... on met une petite lamelle de Safran cru dans une tasse de lait bouillant. Couvrir la tasse, attendre 10 mn et boire le lait, sucré au miel.

Toujours contre la toux et la grippe, on plonge dans l'eau un morceau de Safran, de la peau d'Orange et des feuilles de Cannelle. Mise sur le feu, on retire la casserole dès que l'eau commence à bouillir et on ajoute un œuf cru à la préparation. On remue bien.

Contre la grippe et la migraine, on fait bouillir les feuilles. En prendre trois pour une tasse et faire bouillir. Cette tisane stimulerait l'appétit et serait aphrodisiaque.



Zingiber officinale (L.) Roscœ

Noms vernaculaires : Gingembre, Jinjanb, Zinzanbn.

Description :

Herbe rhizomateuse avec pousses aériennes seulement feuillées, ou florifères. L'inflorescence est ovoïde, de 4 à 5 cm sur 2 cm. Fleurs jaune terne.

C'est le rhizome charnu et odorant qui constitue le Gingembre ou épice que l'on recherche.

Usage médical :

Du Gingembre est pilé avec de l'"huile de Coco". Le liniment obtenu sert à (se) frotter tout le corps en cas de fièvre.

Pilé avec du sel, le Gingembre est utilisé en cataplasme sur les rhumatismes et les douleurs musculaires. On peut aussi le laisser macérer dans l'alcool qui servira à frictionner les régions douloureuses.

Du Gingembre écrasé est utilisé en pansement pour enlever plus facilement épines et échardes.

Avec de l'huile de Ricin chaude, le Gingembre guérirait les blessures ouvertes.

Gingembre écrasé, huile et sel, le tout chauffé et appliqué sur la peau. On bande. On laisse environ 12 h. Le remède tire le pus d'une plaie ou d'un furoncle.

On prépare une lotion contre le refroidissement avec Gingembre, Camphre, Cannelle et sel.

3.4 - GLOSSAIRE DES TERMES BOTANQUES ET TECHNIQUES

ACCRESCENT(E) : Organe continuant à végéter et à s'accroître après la floraison.

ACUMEN : Pointe allongée, étroite, située à l'extrémité d'un organe (feuilles, pétales, etc).

ADVENTICE : Plante étrangère qui n'a pas été semée mais croît spontanément. Souvent considérée comme une "mauvaise herbe".

ADVENTIF : Qui survient latéralement. Il est souvent question de racines adventives qui naissent directement sur la tige.

AILE : Expansion membraneuse dont certains organes (tiges, fruits, ...) sont munis. Chacun des pétales latéraux de la corolle des Papilionacées, Polygalacées, etc.

AKÈNE : Fruit sec et indéhiscent renfermant une seule graine.

ALTERNE : Se dit d'organes (feuilles, pièces florales) qui ne sont pas situés l'un en face de l'autre.

ALTIMONTAINE : De haute altitude.

ANÉMOCHORE : Dont la dispersion est assurée par le vent.

ANNUEL : Qualifie une plante dont le cycle complet de vie dure un an ou moins.

ANTHÈRE : Partie de l'étamine renfermant les grains de pollen.

APHYLLE : Sans feuille.

APICAL : Partie qui forme le sommet d'un organe plus ou moins pointu.

ARILLE : Expansion du funicule, en quelque sorte un "troisième tégument" enveloppant plus ou moins la graine.

AROMATIQUE : Qui dégage un parfum.

AXILLAIRE : Situé à l'aisselle d'une feuille ou d'une bractée.

BAIE : Fruit charnu, indéhiscent, généralement sphérique, renferment une ou plusieurs graines ou pépins.

BILABIÉE : A deux lèvres.

BIOTOPE : Portion d'espace où sont réalisées les conditions favorables à la vie d'une espèce ou d'un groupement d'espèces.

BRACTÉE : Petite feuille ou écaille située à la base d'un pédicelle, d'une inflorescence, ou sur le pédoncule de cette dernière.

BRACTÉOLE : Petit appendice foliacé situé sur un pédicelle, sous le périanthe ou de part et d'autre d'une bractée.

BUTYREUSE : De la consistance du beurre.

CADUC : Qui tombe spontanément. Feuilles caduques ; sépales caducs.

CALICE : Ensemble des sépales, généralement verts, constituant l'enveloppe externe du périanthe de la fleur.

CAMPANULÉ : En forme de cloche.

CAPITULE : Inflorescence dans laquelle les fleurs sessiles ou subsessiles sont insérées les unes contre les autres sur l'extrémité élargie du pédoncule (le réceptacle), ayant l'apparence d'une seule fleur au sens courant du mot.

CILIÉ : Pourvu de cils.

CHARNU : Partie hydratée, pourvue de chair, c'est à dire d'un tissu succulent et mou, à l'inverse de ce qui est sec et dur.

COEUR : Partie terminale d'une tige, avec jeunes feuilles et parfois des boutons floraux.

COMPLICATION : Tisane préparée avec au moins 2 ou 3 plantes différentes.

CORDÉ : Qui est échancré en forme de coeur à la base.

COTON : Pétiole, parfois rhizome.

FEUILLE COMPOSÉE : Feuille plus ou moins divisée en feuilles secondaires ou folioles.

COROLLE : Ensemble des pétales, généralement colorés, constituant l'enveloppe interne du périanthe de la fleur.

CORYMBE : Inflorescence dont les ramifications latérales sont inégales (les externes plus longues) et dont toutes les fleurs se trouvent sensiblement dans un même plan.

COSMOPOLITE : Se dit d'une plante répartie partout dans le monde.

CRÉNELÉ : Qui présente des dents larges et arrondies.

CRYPTOGAME : Plante sans fleur. Végétal se reproduisant par des spores (Mousse, Fougère, Lycopode, etc).

CUNÉE : Dont la base est rétrécie en angle aigu, en forme de coin.

CUNÉIFORME : En forme de coin.

CUSPIDÉ : Insensiblement atténué en pointe aiguë et raide.

CYATHIUM : Inflorescence des *Euphorbiaceae*.

CYME : Inflorescence dont l'axe central, à croissance définie, se termine par une fleur et dont les axes latéraux, apparaissant ultérieurement, sont également terminés par une fleur ; la première fleur formée occupe ainsi le centre de l'inflorescence.

CYMULE : Petite cyme.

DEHISCENCE : Ouverture spontanée d'un organe à maturité.

DIGITÉ : Disposé comme les doigts d'une main.

DIASPORE : Fragment d'un végétal qui quitte la plante mère et est entraîné au loin. Correspond à la spore, au fruit, à la graine.

DIOÏQUE : Se dit d'une plante dont les fleurs mâles et les fleurs femelles sont portées par des individus différents.

DISTIQUE : Se dit de pièces toutes disposées dans un même plan et insérées de part et d'autre d'un axe commun.

DRUPE : Fruit dont le péricarpe (enveloppe) est constitué par deux parties : l'une, interne, lignifiée, formant le noyau qui entoure la (ou les) graine ; l'autre, externe, charnue ou parfois plus ou moins fibreuse.

DRUPACÉ : Ayant la consistance d'une drupe.

ENDÉMIQUE : Se dit d'une espèce dont l'aire de répartition est constituée par un territoire limité.

ÉPI : Inflorescence de type indéfini à fleurs sessiles (pédicelle nul ou très court) disposées autour d'un axe ; la fleur terminale est la plus récente.

ÉPILLET : Petit épi formé par une ou plusieurs fleurs. Epis secondaires d'une Graminée.

ÉPIPHYTE : Plante non parasite, croissant sur une autre plante (certaines Orchidées, Broméliacées, Fougères, etc).

ÉTAMINE : Organe mâle de la fleur, le plus souvent situé à l'intérieur des enveloppes florales, composé d'une anthère (renfermant les grains de pollen) portée par un filet, ou sessile.

ÉRICOÏDE : Qui a l'aspect d'une bruyère. La végétation éricoïde est constituée de plantes dont la physionomie rappelle celle des bruyères.

EXSERTE : Qui fait saillie au dehors.

FASCICULE : Groupe d'organes semblables insérés en un même point. Inflorescence dont les fleurs, insérées en un même endroit, sont réunies en touffe.

FÉCULE : Substance pulvérulente composée d'amidon.

FILET : Partie inférieure de l'étamine supportant l'anthère.

FILIFORME : Mince et allongé comme un fil.

FLEURON : Fleur tubulaire des Composées au centre du réceptacle.

FOLIOLE : Chacune des petites "feuilles" qui forment une feuille composée.

FOLIACÉ : Qui a l'apparence d'une feuille.

FOLIAIRE : Relatif aux feuilles.

FOLLICULE : Fruit sec, déhiscent, provenant d'un seul carpelle, s'ouvrant par la suture ventrale.

GAMOPÉTALE : Qualifie une fleur dont les pétales de la corolle sont soudés entre eux.

GÉMINÉ : Disposé deux par deux.

GLABRE : Dépourvu de poils.

GLAUQUE : De couleur verte tirant sur le bleu.

GLOBULEUX : Qui a la forme d'un petit globe.

GLOMÉRULE : Cyme dont les rameaux successifs sont très courts, les fleurs subsessiles étant rapprochées les unes des autres et formant un ensemble plus ou moins globuleux.

GRAPPE : Inflorescence indéfinie caractérisée par un axe principal portant des bractées plus ou moins distantes, à l'aisselle desquelles se développent des fleurs pédicellées ; les grappes peuvent être simples (axe principal non ramifié) ou composées (axe principal ramifié).

HÉMI-PARASITE : Plante qui puise sa sève brute (eau et sels minéraux) dans son hôte. Possédant de la chlorophylle, elle assure sa propre nutrition carbonée.

HERBACÉ : Qualifie un végétal non lignifié à l'état adulte.

HÉTÉROPHYLLE : Pourvu de feuilles juvéniles différentes des feuilles adultes.

HILE : Point d'insertion du funicule sur un ovule (ou sur le tégument d'une graine).

HOUPPIER : Ensemble des ramifications qui composent la partie supérieure d'un arbre.

HYGROPHILE : Plante vivant dans les endroits humides.

IMPARIPENNÉ : Se dit d'une feuille composée-pennée avec une seule foliole terminale.

INFLORESCENCE : Mode de groupement des fleurs d'une plante. Ensemble des fleurs partant du même point d'un rameau.

LABIÉ : En forme de lèvre. Les Labiées ou Lamiacées sont une famille à fleurs unies ou bilabiées.

LANCÉOLÉ : En forme de fer de lance.

LIGNEUSE : Qui a la consistance du bois.

LIGULE : Prolongement membraneux de la gaine au-dessus de l'insertion du limbe chez certaines Monocotylédones, notamment les Graminées.

LIMBE : Partie élargie généralement aplatie d'une feuille, portée par un pétiole.

LOBE : Division arrondie d'un organe.

MONOËCIE : Qui se rapporte à monoïque donc pourvu sur un même pied de fleurs mâles et de fleurs femelles, sans qu'aucune fleur soit bisexuée.

MONOÏQUE : A fleurs mâles et à fleurs femelles distinctes portées par un même pied.

NÉOTROPICAL : Qui est distribué dans les régions tropicales du Nouveau Monde (Amérique).

NERVURE : Filet, souvent ramifié et saillant, sur le limbe d'une feuille, par où la sève est transportée.

NODOSITÉ : Noeud, excroissance sur les racines contenant des bactéries fixatrices de l'azote.

NOEUD : Point d'insertion d'une feuille sur une tige.

OBOVALE : En forme d'oeuf renversé, la partie la plus large étant située vers le haut.

OMBELLE : Inflorescence dans laquelle le pédicelle de chaque fleur est inséré au même endroit. Puisque ces pédicelles sont tous de même longueur, les fleurs se trouvent à la surface d'une même sphère.

OPPOSÉES (FEUILLES) : Feuilles situées deux à deux, au même niveau, et en vis-à-vis sur la tige.

OVÉ (OVALE) : Qui a la forme du contour d'un oeuf.

OVOÏDE : Qui a un volume semblable à un oeuf.

PALÉOTROPICAL : Qualifie une plante distribuée dans les régions tropicales de l'Ancien Monde (Afrique, Asie, Océanie).

PALMATIPARTITE : Feuille palmée, découpée en lobes jusqu'au-delà du milieu ou presque jusqu'à sa base.

PALMATILOBÉE : Feuille palmée, à divisions profondes, mais n'atteignant pas le milieu du limbe.

PALMATISÉQUÉE : Feuille palmée, découpée en lobes partageant le limbe jusqu'au pétiole et non articulée à leur base.

PALUSTRE : Relatif au marais.

PANICULE : Inflorescence composée de forme conique et constituée de grappes ou de cymes.

PANTROPICAL : Qualifie une plante distribuée dans toutes les régions tropicales du globe.

PARIPENNÉE : Se dit d'une feuille composée-pennée qui a un nombre pair de folioles.

PARENCHYME : Tissu constitué de cellules peu différenciées qui accomplissent des fonctions variées : parenchyme chlorophyllien, parenchyme de réserve, parenchyme aquifère, parenchyme aérifère ...

PARTHÉNOGÉNÉTIQUE : Transformation de l'ovaire en fruit (parthénocarpie) sans fécondation, ni formation de graines.

PATATE : Organe souterrain tubéreux. Ex : patate Chouchou, patate Belle-de-Nuit, etc.

PÉDONCULE : Axe qui relie l'inflorescence au rameau ou à la tige.

PENNATIPARTITE : Feuille pennée, à partitions dépassant le milieu de chaque demi-limbe.

PENNE : Première division d'une feuille composée.

PÉRENNE : Se dit d'une plante qui vit plusieurs années.

PÉRIANTHE : Ensemble des enveloppes de la fleur, généralement composé du calice et de la corolle.

PÉRICARPE : Ensemble des enveloppes du fruit, provenant de la transformation de l'ovaire.

PÉTALE : Pièce de la corolle d'une fleur.

PÉTIOLE : Partie inférieure d'une feuille reliant le limbe au rameau ou à la tige.

PHYLLOMORPHE : En forme de feuille.

PINNATIFIDE : Feuille pennée, à divisions atteignant environ le milieu de chaque demi-limbe (= Pennatifide).

POLYPHAGE : Se nourrissant de plusieurs espèces.

PROSTRÉ : Couché, appliqué sur le sol (= Procombant).

PULPE : Partie tendre, charnue, des légumes et des fruits.

PYRIFORME : En forme de poire.

PYXIDE : Capsule à déhiscence transversale, dont la partie supérieure se détache comme un couvercle.

RAMULE ou **RAMILLE** : Dernière division des rameaux. Petit rameau.

RAYONNEMENT GLOBAL : C'est la puissance totale reçue par un mètre carré d'une surface horizontale, provenant de toutes les directions de la voûte céleste.

RÉCEPTACLE : Partie terminale élargie de l'axe ou du pédicelle floral sur laquelle sont fixées les pièces de la fleur.

RELICTUELLE : Aire relictuelle = aire résiduelle, souvent refuge.

RÉNIFORME : En forme de rein ou de haricot.

RHIZOME : Tige souterraine vivace, plus ou moins horizontale, émettant des racines et des tiges aériennes.

RÉTRORSE : Dirigé vers le bas.

RUDÉRAL : Se dit d'une plante qui croît dans les décombres, les sentiers, les cultures abandonnées, le bord des chemins.

SAMARES : Fruits secs munis d'une aile membraneuse au moins.

SEMI-ÉPIPHYTE : Enracinée sur le sol et sur un support végétal donc pas strictement aérienne.

SESSILE : Se dit d'un organe inséré directement sur l'axe ; sans pétiole ou pédoncule.

SOUS-LIGNEUSE : Herbe en partie lignifiée. Herbe faisant la transition entre les herbacés et les ligneux (lignum = bois).

SPATHE : Grande bractée membraneuse ou foliacée enveloppant certaines inflorescences, notamment celles en spadice.

SINUÉ : A bords flexueux, à angles peu profonds et arrondis.

STIGMATE : Partie terminale d'un pistil, généralement à l'extrémité d'un style, souvent visqueuse, sur laquelle viennent germer les grains de pollen.

STIPE : Tronc généralement non ramifié des Palmiers, des Bananiers, des Agavacées arborescentes, et couvert de cicatrices ou des pétioles des feuilles passées. Support court et droit.

STIPULE : Pièce située sur un rameau à la base du pétiole ; joue parfois un rôle de protection du bourgeon ; présente ou absente.

STOLON : Tige aérienne rampant à la surface du sol, et produisant de place en place des racines adventives qui seront le point de départ de nouveaux pieds.

STYLE : Partie étroite, et plus ou moins allongée du pistil, surmontant l'ovaire et se terminant par le stigmate.

SUBSESSILE : Presque sessile donc pourvue (feuille) d'un très court pétiole.

SUBSPONTANÉE : Plante cultivée, échappée des jardins, des plantations, souvent naturalisée.

SUCCULENT : Présentant des tissus charnus et riches en eau.

TÉGUMENT : Enveloppe protectrice de la graine.

TOMENTEUSE : Couvert d'une pubescence cotonneuse.

TRIGONE : A 3 angles.

TUBÉRISÉ : Prenant la forme d'un tubercule.

TUBULEUSE : En forme de tube.

UTRICULE : Organe en forme d'outre.

VERTICILLE : Ensemble d'organes partant tous d'un même niveau de l'axe qui les porte et disposés en cercle.

VERRUQUEUX : Hérissé d'aspérités ou de tubercules en forme de petites verrues.

VIVACE : Se dit d'une plante qui vit plusieurs années.

VRILLE : Organe de soutien en forme de filament s'attachant à un support.

XÉROPHILE : Qui croît dans les lieux secs.

ZOOCHORIE : Transport, dissémination des diaspores assurées par les animaux.

ZESTE : Ecorce extérieur des agrumes.

**4 - PRINCIPALES MALADIES
ET PLANTES UTILISEES
POUR LEUR TRAITEMENT**

4.1 - MALADIES DES GRANDS APPAREILS

4.1.1 - Cardio-vasculaire

* Anomalies dans la composition sanguine

→ Cholestérol :

Eupatorium riparium, Equisetum ramosissimum, Fumaria muralis.

→ Purification du sang :

Achyranthes aspera, Mangifera indica, Ochrosia borbonica, Hypericum lanceolatum, Ricinus communis, Thymus vulgaris, Viscum triflorum, Argemone mexicana, Fumaria muralis, Piper pyriforme, Fragaria vesca, Psathura borbonica.

→ Urémie :

Eupatorium riparium, Hylocereus undatus, Nuxia verticillata.

* Hypertension artérielle

Graptophyllum pictum, Justicia gendarussa, Mangifera indica, Annona muricata, Eupatorium riparium, Cassia alata, Casuarina equisetifolia, Terminalia catappa, Jatropha curcas, Ocimum basilicum, Persea americana, Allium sativum, Viscum triflorum, Turraea casimiriana, Moringa oleifera, Passiflora edulis, Spiraea lanceolata, Citrus hystrix, Citrus limon, Murraya koenigii, Pouzolzia laevigata, Vitis labrusca.

* Hypotension artérielle

Artemisia vulgaris.

* Souffle ou fatigue cardiaque

Polygonum poiretii, Spiraea lanceolata.

* Tachycardie, palpitation

Tanacetum parthenium, Origanum majorana, Mentha sp., Rosmarinus officinalis.

* Troubles de la circulation sanguine

Eupatorium riparium, Thuya orientalis, Turraea casimiriana, Jumellea fragrans, Melilotus albus, Psathura borbonica, Dodonea viscosa.

* Troubles de la circulation veineuse

→ hémorragies :

Kalanchoe pinnata, Antirhea borbonica.

→ hémorroïdes :

Centella asiatica, Thuya orientalis, Argemone mexicana, Phymatodes scolopendria, Capsicum frutescens.

→ Pieds enflés :

Graptophyllum pictum, *Jatropha curcas*, *Heliconia bihai*, *Portulaca oleracea*.

→ Varices :

Centella asiatica.

4.1.2 - Digestif

* Anorexie

Curcuma longa.

* Brûlures ou douleurs d'estomac

Annona muricata, *Cataranthus roseus*, *Ageratum conyzoides*, *Eupatorium triplinerve*, *Senecio ambavilla*, *Cassia occidentalis*, *Hypericum lanceolatum*, *Acalypha indica*, *Euphorbia prostrata*, *Phyllanthus amarus*, *Aphloia theiformis*, *Mentha sp.*, *Heliconia bihai*, *Jumellea fragrans*, *Punica granatum*, *Prunus persica*, *Antirhea borbonica*, *Coffea arabica*, *Mussaenda arcuata*, *Psathura borbonica*, *Citrus hystrix*, *Vepris lanceolata*, *Litchi chinensis*, *Solanum nigrum*, *Aloysia triphylla*.

* Cholérétique

Achyranthes aspera.

* Constipation

Amaranthus spinosus, *Foeniculum vulgare*, *Cynara scolymus*, *Tamarindus indica*, *Ricinus communis*, *Mirabilis jalapa*, *Fumaria muralis*, *Plantago major*, *Polygonum poiretii*, *Portulaca oleracea*.

* Crampes d'estomac

Ochrosia borbonica, *Ocimum basilicum*.

* Crise de foie

Foeniculum vulgare, *Petroselinum hortense*, *Combretum micranthum*, *Fumaria muralis*, *Piper sp.*, *Pittosporum senacia*, *Vetiveria zizanioides*, *Eriobotrya japonica*.

* Diarrhées

Mangifera indica, *Cataranthus roseus*, *Elephantopus scaber*, *Eupatorium triplinerve*, *Parthenium hysterophorus*, *Casuarina equisetifolia*, *Erythroxylon laurifolium*, *Euphorbia hirta*, *Euphorbia prostrata*, *Phyllanthus amarus*, *Ocimum basilicum*, *Persea americana*, *Maranta arundinacea*, *Morus alba*, *Psidium guajava*, *Syzygium cumini*, *Bulbophyllum nutans*, *Vetiveria zizanioides*, *Phymatodes scolopendria*, *Portulaca oleracea*, *Punica granatum*, *Eriobotrya japonica*, *Fragaria vesca*, *Antirhea borbonica*, *Cardiospermum halicacabum*.

* Digestions difficiles

Origanum majorana, *Mentha sp.*, *Thymus vulgaris*, *Persea americana*, *Jumellea fragrans*, *Melilotus albus*, *Cymbopogon citratus*, *Psathura borbonica*, *Solanum nigrum*, *Trema orientalis*, *Aloysia triphylla*.

* Douleurs abdominales

Mangifera indica, *Foeniculum vulgare*, *Eupatorium triplinerve*, *Parthenium hysterophorus*, *Ipomoea pes-caprae*, *Leonurus sibiricus*, *Mentha sp*, *Ocimum basilicum*, *Persea americana*, *Maranta arundinaceae*, *Bulbophyllum nutans*, *Piper pyrifolium*, *Plantago major*, *Vitis labrusca*.

* Diabète

Graptophyllum pictum, *Cataranthus roseus*, *Gomphocarpus physocarpus*, *Ageratum conyzoides*, *Artemisia absinthium*, *Bidens pilosa*, *Eupatorium riparium*, *Rorippa nasturtium - aquaticum*, *Equisetum ramosissimum*, *Jatropha curcas*, *Pelargonium x asperum*, *Persea americana*, *Viscum triflorum*, *Ficus pumila*, *Morus alba*, *Eucalyptus robusta*, *Syzygium cumini*, *Argemone mexicana*, *Fumaria muralis*, *Piper sp*, *Pittosporum senacia*, *Eriobotrya japonica*, *Antirhea borbonica*, *Coffea mauritiana*, *Murraya koenigii*, *Stachytarpheta jamaicensis*, *Vitis labrusca*.

* Dysenterie

Mangifera indica, *Elephantopus scaber*, *Parthenium hysterophorus*, *Casuarina equisetifolia*, *Terminalia catappa*, *Euphorbia hirta*, *Euphorbia prostrata*, *Leonurus sibiricus*, *Maranta arundinacea*, *Psidium guajava*, *Syzygium cumini*, *Punica granatum*, *Fragaria vesca*, *Antirhea borbonica*.

* Dyspepsie - Aérocolie

Achyranthes aspera, *Annona muricata*, *Foeniculum vulgare*, *Petroselinum hortense*, *Eupatorium triplinerve*, *Parthenium hysterophorus*, *Mentha sp*, *Ocimum canum*, *Cardiospermum halicacabum*.

* Empoisonnements

Gromphrena globosa, *Acalypha indica*.

* Gastro-entérite : voir tambave

* Helminthiases. ascaridiases et oxyurases

Annona muricata, *Cataranthus roseus*, *Ageratum conyzoides*, *Artemisia absinthium*, *Elephantopus scaber*, *Tanacetum vulgare*, *Carica papaya*, *Chenopodium anthelminticum*, *Combretum constrictum*, *Terminalia catappa*, *Acalypha indica*, *Pelargonium x asperum*, *Allium sativum*, *Phymatodes scolopendria*, *Portulaca oleracea*, *Punica granatum*, *Prunus persica*, *Cardiospermum halicacabum*.

* Ictère

Artemisia absinthium, *Cassia occidentalis*, *Chenopodium anthelminticum*.

* Indigestion

Foeniculum vulgare, *Eupatorium triplinerve*.

* Nausées

Eriobotrya japonica, *Vitis labrusca*.

* Proctologie

Mangifera indica.

* Purgatif

Amaranthus spinosus, Ricinus communis, Jumellea fragrans, Oxalis corniculata, Argemone mexicana, Passiflora edulis, Cardiospermum halicacabum.

* Ulcère gastrique

Senecio ambavilla, Thuya orientalis, Ficus pumila, Antirhea borbonica, Psathura borbonica.

* Vomissements

Portulaca oleracea, Prunus persica, Vitis labrusca.

4.1.3 - Génital et urinaire

4.1.3.1 - Génital féminin* Aménorrhée

Vetiveria zizanioides.

* Dysménorrhée

Mangifera indica, Cataranthus roseus, Artemisia vulgaris, Parthenium hysterophorus, Tanacetum parthenium, Leucas lavandulaefolia, Thymus vulgaris, Plantago major, Polygonum poiretii.

* Gynécologie

Casuarina equisetifolia.

* Leucorrhée

Euphorbia hirta, Argemone mexicana.

* Problèmes de la ménopause

Eupatorium riparium, Hypericum lanceolatum, Thuya orientalis, Argemone mexicana, Melilotus albus.

* Règles abondantes ou hémorragiques

Euphorbia hirta, Morus alba.

* Retard de règles

Euphorbia hirta, Leonurus sibiricus, Rosmarinus officinalis, Thymus vulgaris, Persea americana, Nuxia verticillata, Plantago major, Polygonum poiretii.

4.1.3.2 - Obstétrique* Accouchement

Dracaena reflexa, Maillardia borbonica.

* Fausse couche

Maillardia borbonica.

* Grossesse

Brassica oleracea, Hylocereus undatus, Cajanus cajan.

* Lactation

Petroselinum hortense, Sonchus asper, Ricinus communis, Mentha sp.

* Stérilité

Artemisia vulgaris.

4.1.3.3 - Voies urinaires* Albuminurie

Amaranthus spinosus, Nuxia verticillata, Cajanus cajan.

* Calculs urinaires

Amaranthus spinosus, Annona muricata, Rorippa nasturtium - aquaticum, Persea americana, Cajanus cajan, Eleusine indica, Coffea arabica, Dodonea viscosa.

* Coliques néphrétiques

Annona muricata, Ageratum conyzoides, Tamarindus indica, Leucas lavandulaefolia, Eleusine indica, Coffea arabica, Citrus limon, Dodonea viscosa.

* Diurétique

Cocos nucifera, Carica papaya, Equisetum ramosissimum, Maillardia borbonica, Eugenia uniflora, Mirabilis jalapa, Oxalis corniculata, Piper pyrifolium, Eleusine indica, Phymatodes scolopendria, Fragaria vesca, Coffea arabica, Coffea mauritiana, Litchi chinensis, Solanum nigrum.

* Douleurs de la vessie

Argemone mexicana, Coffea arabica, Litchi chinensis.

* Infection urinaire, cystite

Petroselinum hortense, Hypericum lanceolatum, Combretum micranthum, Nuxia verticillata, Eleusine indica, Fragaria vesca, Coffea arabica.

* Néphrite

Amaranthus spinosus, Erythroxylon laurifolium, Maillardia borbonica, Hibiscus rosa-sinensis.

4.1.4 - Locomoteur* Antispasmodique

Mimosa pudica.

* Arthralgie

Petroselinum hortense, Artemisia vulgaris, Senecio ambavilla, Kalanchoe pinnata, Dodonea viscosa.

* Crampes

Annona muricata, Ipomoea pes-caprae, Mentha sp., Toddalia asiatica, Solanum nigrum.

* Déchirure ou élongation musculaire

Toddalia asiatica.

* Douleurs lombaires

Dracaena reflexa.

* Douleurs musculaires

Cocos nucifera, Vepris lanceolata, Zingiber officinale.

* Entorse

Kalanchoe pinnata, Leonurus sibiricus, Hibiscus rosa - sinensis, Cajanus cajan, Eleusine indica, Vepris lanceolata, Dodonea viscosa, Capsicum frutescens, Lantana camara.

* Rhumatisme

Justicia gendarussa, Achyranthes aspera, Petroselinum hortense, Artemisia vulgaris, Senecio ambavilla, Hylocereus undatus, Cassia occidentalis, Ipomoea pes-caprae, Kalanchoe pinnata, Thuya orientalis, Ricinus communis, Aphloia theiformis, Iboza riparia, Plectranthus amboinicus, Ocimum canum, Origanum majorana, Rosmarinus officinalis, Cinnamomum camphora, Allium sativum, Viscum triflorum, Turraea casimiriana, Eucalyptus robusta, Syzygium aromaticum, Argemone mexicana, Plantago major, Vetiveria zizanioides, Fragaria vesca, Citrus limon, Toddalia asiatica, Vepris lanceolata, Cardiospermum halicacabum, Dodonea viscosa, Brunfelsia hopeana, Capsicum frutescens, Lantana camara, Zingiber officinale.

4.1.5 - Nez, bouche, gorge, oreilles

* Angine

Centella asiatica, Cataranthus roseus, Tamarindus indica, Ocimum basilicum, Dracaena reflexa, Hibiscus rosa-sinensis, Morus alba, Cajanus cajan, Pittosporum senacia, Cymbopogon citratus, Capsicum frutescens.

* Aphte

Oxalis corniculata, Punica granatum, Eriobotrya japonica.

* Carie dentaire

Syzygium aromaticum.

* Maladie de la langue

Pouzolzia laevigata.

* Maux de bouche

Centella asiatica, Melia azederach, Piper pyrifolium, Plantago major, Vitis labrusca.

* Maux de gencives

Centella asiatica, Oxalis corniculata, Portulaca oleracea.

* Maux de gorge

Centella asiatica, Tamarindus indica, Erythroxylon laurifolium, Phyllanthus amarus, Ocimum basilicum, Dracaena reflexa, Morus alba, Psidium guajava, Oxalis corniculata, Passiflora edulis, Plantago major, Punica granatum, Eriobotrya japonica, Fragaria vesca, Litchi chinensis, Capsicum frutescens.

* Nez bouché

Cinnamomum camphora.

* Poussées, douleurs et abcès dentaires

Elephantopus scaber, Rorippa nasturtium - aquaticum, Oxalis corniculata, Cajanus cajan, Mussaenda arcuata.

* Rhume

Cinnamomum cassia, Cinnamomum camphora, Viscum triflorum, Cymbopogon citratus, Prunus persica, Lantana camara.

* Sinusite

Iboza riparia, Cinnamomum camphora, Eucalyptus robusta.

4.1.6 - Ophtalmologie

* Ophtalmies (conjonctivite, blépharite, orgelets, yeux gonflés)

Petroselinum hortense, Fumaria muralis, Plantago major, Portulaca oleracea, Eriobotrya japonica, Coffea mauritiana, Stachytarpheta jamaicensis, Vitis labrusca.

* Soins oculaires

Morus alba.

* Troubles de la vue

Tamarindus indica, Antirhea borbonica, Coffea mauritiana.

4.1.7 - Peau

* Abcès, anthrax, furoncles

Ageratum conyzoides, Siegesbeckia orientalis, Senecio ambavilla, Brassica oleracea, Rorippa nasturtium - aquaticum, Hylocereus undatus, Carica papaya, Ipomoea pes-caprae, Hibiscus rosa-sinensis, Moringa oleifera, Mirabilis jalapa, Eleusine indica, Capsicum frutescens, Solanum mauritianum, Zingiber officinale.

* Brûlures cutanées

Annona muricata, Siegesbeckia orientalis, Cassia occidentalis, Commelina diffusa, Jatropha curcas, Iboza riparia.

* Dermatoses

Centella asiatica, Siegesbeckia orientalis, Cassia alata, Commelina diffusa, Erythroxylon laurifolium, Euphorbia prostrata, Phyllanthus amarus, Melia azederach, Fumaria muralis, Polygonum poiretii, Mussaenda arcuata.

→ Acné :

Siegesbeckia orientalis, Cassia occidentalis, Carica papaya, Fumaria muralis.

→ Bourbouille :

Siegesbeckia orientalis, Senecio ambavilla, Euphorbia prostrata, Cardiospermum halicacabum, Mussaenda arcuata.

→ Eczéma :

Siegesbeckia orientalis, Senecio ambavilla, Cassia alata, Carica papaya, Agauria salicifolia, Euphorbia hirta, Pelargonium x asperum, Iboza riparia, Eugenia uniflora, Bulbophyllum nutans, Fumaria muralis, Eleusine indica.

→ Gale :

Chenopodium anthelminticum, Agauria salicifolia, Phymatodes scolopendria.

→ Mycoses :

Euphorbia hirta.

→ Psoriasis :

Leucas lavandulaefolia, Eugenia uniflora.

→ Rougeurs fessières des bébés :

Mussaenda arcuata.

* Durillon

Ficus pumila.

* Herpès

Cassia alata, Mirabilis jalapa.

* Escarres

Iboza riparia.

* Plaies, blessures, ulcères

Centella asiatica, Petroselinum hortense, Ageratum conyzoides, Elephantopus scaber, Siegesbeckia orientalis, Senecio ambavilla, Tanacetum vulgare, Cassia occidentalis, Chenopodium anthelminticum, Pelargonium x asperum, Plectranthus amboinicus, Moringa oleifera, Syzygium aromaticum, Fumaria muralis, Piper pyrifolium, Plantago major, Polygonum poiretii, Vepris lanceolata, Zingiber officinale.

* Séborrhée, soins capillaires

Rorippa nasturtium - aquaticum, Equisetum ramosissimum, Rosmarinus officinalis, Capsicum frutescens.

* Verrue

Jatropha curcas, Musa sp.

4.1.8 - Respiratoire

* Affections pulmonaires

Agauria salicifolia Lam.

* Asthme

Mangifera indica, Foeniculum vulgare, Cataranthus roseus, Ageratum conyzoides, Rorippa nasturtium - aquaticum, Tamarindus indica, Terminalia catappa, Acalypha indica, Euphorbia hirta, Ricinus communis, Pelargonium x asperum, Mentha sp., Ocimum canum, Viscum triflorum, Moringa oleifera, Eucalyptus robusta, Jumellea fragrans, Piper sp., Plantago major, Cymbopogon citratus, Vetiveria zizanioides, Prunus persica, Mussaenda arcuata, Psathura borbonica, Aloysia triphylla, Curcuma longa.

* Bronchite

Mangifera indica, Rorippa nasturtium - aquaticum, Cassia occidentalis, Terminalia bentzoe, Acalypha indica, Leucas lavandulaefolia, Persea americana, Moringa oleifera, Plantago major, Solanum mauritianum, Curcuma longa.

* Congestion pulmonaire

Solanum mauritianum.

* Douleurs thoraciques

Kalanchoe pinnata, Pouzolzia laevigata.

* Essoufflements

Pouzolzia laevigata.

* Fluxion de poitrine

Vepris lanceolata.

* Pleurésie

Coffea arabica.

* Toux

Achyranthes aspera, Terminalia bentzoe, Euphorbia hirta, Pelargonium x asperum, Mentha sp, Ocimum canum, Cinnamomum cassia, Hibiscus rosa sinensis, Moringa oleifera, Musa sp., Jumellea fragrans, Piper sp., Cymbopogon citratus, Vetiveria zizanioides, Eriobotrya japonica, Citrus limon, Toddalia asiatica, Curcuma longa.

4.1.9 - Système nerveux

* Anxiété, nervosisme

Annona muricata, Gomphocarpus physocarpus, Artemisia absinthium, Parthenium hysterophorus, Jatropha curcas, Leucas lavandulaefolia, Origanum majorana, Mimosa pudica, Moringa oleifera, Eucalyptus robusta, Passiflora edulis, Polygonum poiretii, Portulaca oleracea, Solanum nigrum, Aloysia triphylla, Stachytarpheta jamaicensis.

* Céphalées

Cynara scolymus, Jatropha curcas, Ricinus communis, Aphloia theiformis, Ocimum basilicum, Cinnamomum camphora, Citrus limon, Vitis labrusca.

* Choc émotif

Polygonum poiretii.

* Epilepsie

Gromphrena globosa, Origanum majorana, Dracaena reflexa, Moringa oleifera, Eucalyptus robusta, Solanum nigrum.

* Insomnies

Annona muricata, Foeniculum vulgare, Parthenium hysterophorus, Tanacetum parthenium, Euphorbia hirta, Leucas lavandulaefolia, Mentha sp., Ocimum basilicum, Origanum majorana, Persea americana, Passiflora edulis, Solanum nigrum, Aloysia triphylla, Stachytarpheta jamaicensis.

* Migraines

Mentha sp., Ocimum basilicum, Origanum majorana, Musa sp., Aloysia triphylla, Curcuma longa.

* Neuro-sédatif

Parthenium hysterophorus, Tanacetum parthenium.

* Vertiges

Origanum majorana, Spiraea lanceolata, Pouzolzia laevigata, Aloysia triphylla.

4.2 - GRANDS SYNDROMES

4.2.1 - Anémie

* Anémie

Artemisia absinthium, Cassia occidentalis, Thymus vulgaris.

* Fortifiant

Artemisia vulgaris, Mentha sp.

4.2.2 - Croissance

Brassia oleracea, Melilotus albus.

4.2.3 - Fatigue

Toddalia asiatica.

4.2.4 - Fièvre

Annona muricata, Cataranthus roseus, Ochrosia borbonica, Gomphocarpus physocarpus, Elephantopus scaber, Eupatorium triplinerve, Hypericum lanceolatum, Combretum micranthum, Ipomoea pes-caprae, Thuya orientalis, Aphloia theiformis, Pelargonium x asperum, Leucas lavandulaefolia, Mentha sp., Ocimum basilicum, Ocimum canum, Thymus vulgaris, Viscum triflorum, Hibiscus rosa-sinensis, Eugenia uniflora, Jumellea fragrans, Piper sp., Cymbopogon citratus, Vetiveria zizanioides, Eriobotrya japonica, Prunus persica, Antirhea borbonica, Danais fragrans, Mussaenda arcuata, Citrus hystrix, Citrus limon, Toddalia asiatica, Vepris lanceolata, Solanum mauritianum, Lantana camara, Aloysia triphylla, Vitis labrusca, Zingiber officinale.

4.2.5 - Intoxication

Gromphrena globosa.

4.3 - MALADIES ET INDICATIONS PARTICULIERES

4.3.1 - Maladies

* Cancer

Cataranthus roseus, Piper betle.

* Coqueluche

Cassia occidentalis, Ocimum basilicum.

* Grippe

Cataranthus roseus, Eupatorium triplinerve, Rorippa nasturtium - aquaticum, Terminalia bentzoe, Pelargonium x asperum, Iboza riparia, Leucas lavandulaefolia, Plectranthus amboinicus, Mentha sp., Ocimum basilicum, Ocimum canum, Thymus vulgaris, Cinnamomum cassia, Cinnamomum camphora, Viscum triflorum, Hibiscus rosa-sinensis, Eucalyptus robusta, Eugenia uniflora, Syzygium aromaticum, Jumellea fragrans, Piper pyrifolium, Cymbopogon citratus, Eriobotrya japonica, Citrus hystrix, Citrus limon, Toddalia asiatica, Vepris lanceolata, Lantana camara, Aloysia triphylla, Curcuma longa.

* Hépatite virale

Cynara scolymus, Combretum micranthum.

* Paludisme

Cataranthus roseus, Cassia occidentalis, Combretum micranthum, Aphloia theiformis, Lantana camara.

* Rougeole

Cataranthus roseus, Euphorbia prostrata.

* Zona

Pelargonium x asperum.

4.3.2 - Indications particulières

* Aphrodisiaque

Tamarindus indica, Piper betle, Curcuma longa.

* Dépuratif

Rorippa nasturtium - aquaticum, Aphloia theiformis, Toddalia asiatica.

* Enflures, contusions, meurtrissures, coups

Hylocereus undatus, Brassica oleracea, Carica papaya, Ipomoea pes-caprae, Ricinus communis, Iboza riparia, Heliconia bihai, Mirabilis jalapa, Cajanus cajan, Plantago major, Eleusine indica, Polygonum poiretii, Portulaca oleracea, Vepris lanceolata, Trema orientalis, Lantana camara.

* Epines d'oursins

Capsicum frutescens.

* Extraction d'épines ou d'échardes

Ipomoea pes-caprae, Zingiber officinale.

* Goutte

Artemisia vulgaris, Senecio ambavilla, Cassia occidentalis, Kalanchoe pinnata, Leucas lavandulaefolia, Origanum majorana, Turraea casimiriana, Eleusine indica, Fragaria vesca, Toddalia asiatica, Dodonea viscosa, Trema orientalis.

* Oedèmes

Heliconia bihai.

* Piqûres d'insectes

Petroselinum hortense, Plantago major.

* Poux

Artemisia absinthium, Tanacetum vulgare.

4.4 - NOTIONS MEDICALES POPULAIRES A LA REUNION

4.4.1 - Dengue

Cataranthus roseus, Cymbopogon citratus, Vepris lanceolata.

4.4.2 - Lok ou Purge enfantine

Foeniculum vulgare.

4.4.3 - Médico-magiques

* Protection contre les mauvais sorts

Justicia gendarussa, Mangifera indica, Ipomoea pes-caprae, Iboza riparia, Aloysia triphylla.

4.4.4 - Rafraichissant

Piper pyrifolium, *Phymatodes scolopendria*, *Fragaria vesca*, *Coffea arabica*, *Danais fragrans*, *Mussaenda arcuata*, *Psathura borbonica*, *Litchi chinensis*, *Solanum nigrum*.

4.4.5 - Refroidissement

Plectranthus amboinicus, *Cinnamomum camphora*, *Eucalyptus robusta*, *Piper betle*, *Pittosporum senacia*, *Vetiveria zizanioides*, *Coffea arabica*, *Toddalia asiatica*, *Zingiber officinale*.

4.4.6 - Saisissement

Vetiveria zizanioides, *Polygonum poiretii*, *Rosmarinus officinalis*, *Origanum majorana*.

4.4.7 - Tambave

Ochrosia borbonica, *Gomphocarpus physocarpus*, *Secamone volubilis*, *Parthenium hysterophorus*, *Siegesbeckia orientalis*, *Senecio ambavilla*, *Commelina diffusa*, *Kalanchoe pinnata*, *Acalypha indica*, *Euphorbia prostrata*, *Jatropha curcas*, *Phyllanthus amarus*, *Viscum triflorum*, *Bulbophyllum nutans*, *Phymatodes scolopendria*, *Citrus hystrix*, *Cardiospermum halicacabum*, *Trema orientalis*.

4.4.8 - Tisanes

* Tisanes rafraichissantes

Achyranthes aspera, *Amaranthus spinosus*, *Secamone volubilis*, *Hypericum lanceolatum*, *Combretum micranthum*, *Commelina diffusa*, *Euphorbia prostrata*, *Jatropha curcas*, *Aphloia theiformis*, *Eleusine indica*, *Maranta arundinacea*, *Heliconia bihai*, *Fumaria muralis*.

* "Tisanes refroidissement"

Terminalia bentzoe, *Kalanchoe pinnata*.

* "Tisanes saisissement"

Tanacetum parthenium, *Casuarina equisetifolia*, *Rosmarinus officinalis*, *Mimosa pudica*, *Aloysia triphylla*, *Stachytarpheta jamaicensis*.

4.5 - LEXIQUE MEDICAL

ABCÈS : Cavité pleine de pus.

ACNÉ : Affections de la peau caractérisées par une lésion ou un trouble fonctionnel des glandes sébacées ou pilo sébacées.

AÉROCOLIE : Abondance de gaz dans le colon ou gros intestin.

ALBUMINURIE : Présence d'albumine dans les urines.

AMÉNORRHÉE : Absence de menstruation (ou de règles).

ANÉMIE : Diminution du nombre des globules rouges et/ou de leur contenu.

ANGINE : Inflammation de la gorge.

ANTHRAX : Collection de pus s'évacuant par plusieurs pertuis de la peau.

ANOREXIE : Perte ou diminution de l'appétit.

ANTI-SPASMODIQUE : Médicament destiné à combattre les contractures, crampes et convulsions.

ANXIÉTÉ : Sensation interne de malaise perturbant le sentiment de bien-être.

APHTE : Petite ulcération superficielle siégeant sur la muqueuse buccale ou pharyngée et succédant à une vésicule.

APHRODISIAQUE : Qui excite l'appétit génésique.

ARTHRALGIE : Douleur au niveau d'une articulation.

ASCARIDIASE : Infection par des Ascaris et troubles consécutifs.

ASTHME : Maladie des bronches s'opposant à une respiration normale.

BLÉPHARITE : Inflammation du bord libre des paupières.

BOURBOUILLE : Eruption sur la peau de vésicules prurigineuses, accompagnée d'une rougeur diffuse et occasionnée par la transpiration.

BRONCHITE : Inflammation des bronches.

CALCUL URINAIRE : Concrétion pierreuse prenant parfois naissance dans les reins, la vessie ou les canaux excréteurs.

CANCER : Nom donné à toutes les tumeurs malignes qui s'étendent rapidement et ont tendance à se généraliser.

CARIE DENTAIRE : Affection qui consiste dans la formation de cavités dans une ou plusieurs dents et la destruction progressive de ces organes.

CÉPHALÉE : Douleurs localisées à la tête.

CHOC ÉMOTIF : Suffocation intérieure survenant lors d'un danger imminent.

CHOLESTÉROL : Variété de stérol présent dans le sang, les tissus et humeurs de l'organisme.

CHOLÉRÉTIQUE : Se dit d'une substance qui augmente la sécrétion de la bile.

CLOU : Synonyme de furoncle.

COEUR : Extrémité d'une plante avec jeunes feuilles.

COLIQUE NÉPHRÉTIQUE : Violente douleur due à la migration d'un calcul ou d'un corps étranger du rein vers la vessie à travers les uretères.

COMPLICATION : Préparation "compliquée" du fait qu'elle contient plusieurs plantes, généralement en nombre impair : 3, 5, 7.

CONGESTION PULMONAIRE : Afflux de sang localisé au poumon d'évolution bénigne.

CONJONCTIVITE : Inflammation de la conjonctive de l'oeil.

CONSTIPATION : Ralentissement du transit abdominal.

CONTUSION : Lésion produite par la pression ou le choc d'un corps mou avec ou sans déchirure des téguments.

COQUELUCHE : Maladie infantile infectieuse et contagieuse caractérisée par sa toux bien particulière.

CRAMPE : Contraction involontaire, douloureuse et transitoire d'un muscle ou d'un groupe musculaire.

CROISSANCE : Développement harmonieux de l'enfant.

CYSTITE : Inflammation aiguë ou chronique de la vessie.

DARTRE : Nom usuel des croûtes ou des exfoliations produites par diverses maladies de la peau.

DÉPURATIF : Qui purifie l'organisme.

DERMATOSE : Terme générique pour les maladies de la peau.

DIABÈTE : Maladie se caractérisant par un excès de sucre dans le sang.

DIARRHÉE : Emission répétée de selles liquides.

DIURÉTIQUE : Qui fait uriner.

DURILLON : Epaissement de l'épiderme de la paume de la main et de la plante du pied présentant parfois, comme le cor, un prolongement dans le derme.

DYSENTERIE : Maladie infectieuse contagieuse caractérisée par l'évacuation fréquente de glaires accompagnées de sang et de coliques.

DYSMENORRHEE : Douleur à l'apparition du flux menstruel.

DYSPEPSIE : Digestion difficile.

EFFORT : Douleur vive que l'on éprouve lorsqu'on a soulevé une charge trop lourde.

ÉCHAUFFEMENT : Inflammation, brûlure de la sphère uro-génitale.

ECZÉMA : Lésion cutanée caractérisée par un placard rouge vif, prurigineux, légèrement surélevé, sur lequel apparaissent rapidement des groupes de petites vésicules transparentes qui crèvent en laissant suinter une sérosité.

ENTORSE : Atteinte des éléments de soutien d'une articulation.

ÉPILEPSIE : Affection dont la cause n'est pas connue se manifestant par des attaques convulsives généralisées avec perte de connaissance, vertiges, absences.

ESCARRE : Croûte noirâtre plus ou moins épaisse tendant à s'éliminer, formée par du tissu mortifié.

ESSOUFFLEMENT : Respiration difficile.

FIÈVRE : Température du corps supérieure à la normale.

FIGER : Ex. : "mettre la racine de Chiendent à figer dans l'eau froide et boire le contenu". Il ne fait aucun doute que "figer" est une déformation d'infuser, mais il s'agit là d'une "infusion à froid", c'est-à-dire d'une macération.

FLUXION DE POITRINE : Congestion pulmonaire compliquée de congestion des bronches, de la plèvre et des muscles de la paroi.

FORTIFIANT : Se dit d'une substance qui stimule l'état général.

FOULURE : Synonyme d'entorse.

GALE : Maladie cutanée produite par un parasite animal et caractérisée par une démangeaison.

GASTRO-ENTERITE : Inflammation des muqueuses de l'estomac et de l'intestin.

GOUTTE : Douleurs articulaires aiguës (surtout au niveau des gros orteils) consécutives à un dépôt d'urates, dus à un excès d'acide urique dans le sang.

GRATTELE : Démangeaison, prurit.

GRIPPE : Maladie infectieuse épidémique et contagieuse due à un virus et caractérisée par de la fièvre et parfois de la toux.

GYNÉCOLOGIE : Etude de l'organisme de la femme et de son appareil génital considéré au point de vue morphologique, physiologique et pathologique.

HELMINTHIASE : Maladie occasionnée par des vers ou parasites intestinaux.

HÉMATOME : Collection sanguine interne ou externe.

HÉMORRAGIE : Effusion de sang hors des vaisseaux sanguins.

HÉMORROIDES : Varices anales.

HÉPATITE VIRALE : Inflammation du foie provoquée par un virus filtrant.

HERPÈS : Lésions cutanées consistant en vésicules transparentes du volume d'une grosse tête d'épingle entourées d'une auréole rouge.

HYPERTENSION ARTÉRIELLE : Augmentation des chiffres tensionnels par rapport à la normale.

HYPOTENSION ARTÉRIELLE : Syndrome caractérisé par la diminution de la tension artérielle.

ICTÈRE : Symptôme consistant en une coloration jaune de la peau et des muqueuses (= jaunisse).

INDIGESTION : Indisposition provenant d'une digestion qui se fait mal.

INFECTION URINAIRE : Affection des urines qui deviennent troubles avec apparition de fièvre.

INFLAMMATION : Processus réactionnel de l'organisme provoqué par une agression quelle qu'en soit la nature. Les signes et symptômes secondaires sont multiples.

INSOMNIE : Troubles du sommeil.

INTOXICATION ALIMENTAIRE : Ensemble des phénomènes résultant de l'ingestion d'aliment impropres à la consommation.

LEUCORRHEES : Ecoulement pathologique résultant d'une exagération des sécrétions physiologiques au niveau des organes génitaux externes de la femme (= pertes blanches).

LOQUE, LOK ou LOC : Petite purge.

MÉNOPAUSE : Fin de la fonction menstruelle.

MÉDICO-MAGIQUE : Drogues utilisées faisant appel aux croyances mystiques populaires surnaturelles.

MEURTRISSURE : Contusion avec hématome.

MIGRAINE : Syndrome caractérisé par des maux de tête intenses.

MÛRES : A propos de feuilles, quand celles-ci sont vieilles ; souvent elles jaunissent avant de tomber.

MYCOSE : Nom générique donné à toutes les affections parasitaires provoquées par des champignons.

NAUSÉE : Envie de vomir.

NÉPHRITE : Nom générique par lequel on désigne toutes les inflammations aiguës ou chroniques du rein.

NERVOSISME : Etat physique et mental caractérisé par un certain degré d'excitation.

NEURO-SÉDATIF : Se dit d'une substance qui a pour effet de calmer l'état nerveux.

OBSTÉTRIQUE : Art des accouchements.

OEDÈME : Infiltration des tissus entraînant une augmentation de volume d'une partie du corps.

OPHTALMIE : Nom générique de toutes les affections inflammatoires de l'oeil.

ORGELET : Furoncle de la paupière dont le point de départ est une des glandes sébacées annexées à un cil.

OXYURASE : Infection de l'intestin par des oxyures (ou vers parasites minces comme un fil) et ensemble des troubles qui en résultent.

PALPITATION : Battement de coeur sensible et incommode.

PALUDISME : Maladie infectieuse provoquée par un hématozoaire "le Plasmodium" inoculé par la piqûre de moustiques appartenant à diverses variétés d'Anophèles.

PLAIE : Interruption de continuité des téguments.

PNEUMONIE : Maladie infectieuse touchant un lobe du poumon dans sa totalité et d'évolution régressive.

PORO : Verrue.

PLEURÉSIE : Inflammation de la plèvre, aiguë ou chronique avec ou sans épanchement.

PROCTOLOGIE : Spécialité médicale qui traite des maladies de l'anus et du rectum.

PSORIASIS : Affection de la peau.

PURGATIF : Se dit d'une substance qui provoque l'accélération du transit intestinal et l'évacuation des selles.

RAFRAÎCHISSANT : Contre les "échauffements" donc antiinflammatoire (au niveau de l'estomac, des intestins, des voies génito-urinaires), mais aussi dépuratif, diurétique, fébrifuge.

REFROIDISSEMENT : Grippe mal soignée, quand on a pris froid.

RHINITE : Inflammation de la muqueuse des fosses nasales.

RHUMATISME : Affections multiples caractérisées par la douleur et la fluxion au niveau des articulations.

RHUME : Affection des muqueuses nasales et oculaires.

ROUGEOLE : Maladie infectieuse, contagieuse et épidémique caractérisée par un exanthème formé de petites taches rouges et saillantes.

SAISISSEMENT : Emotion forte et soudaine, grande peur, choc moral, forte contrariété.

SÉBORRHÉE DU CUIR CHEVELU : Augmentation de la sécrétion des glandes sébacées au niveau de la tête.

SINAPISME : Cataplasme à base de Moutarde.

SINUSITE : Inflammation des sinus de la face.

TACHYCARDIE : Accélération du rythme cardiaque.

TAMBAVE : Affection des jeunes enfants dont les principaux symptômes sont : diarrhée rebelle, selles verdâtres, éruptions cutanées (et du cuir chevelu). L'enfant est amaigri et couvert de petits boutons. Le tambave est à rapprocher de la gastro-entérite du nourrisson.

TAMPANES : Mycoses.

TROUBLES DE LA CIRCULATION VEINEUSE : Anomalies du retour du sang veineux au cœur pouvant se traduire par de l'oedème au niveau des membres inférieurs.

ULCÈRE GASTRIQUE : Maladie liée à une atteinte de la muqueuse de l'estomac.

URÉMIE : Accidents toxiques provoqués par l'accumulation dans le sang des poisons que le rein élimine à l'état normal.

VARICE : Dilatation permanente d'une veine.

VERRUE : Petite excroissance de chair au niveau de la peau due à un virus (localisations multiples : mains, pieds, visage).

VERTIGE : Trouble cérébral, erreur de sensation, sous l'influence de laquelle le malade croit que sa propre personne ou les objets environnants sont animés d'un mouvement giratoire.

ZONA : Maladie infectieuse due à un ultra-virus filtrant.

5 - CONCLUSION

Dans le présent ouvrage, nous avons essayé de faire le point sur l'utilisation des plantes médicinales par les réunionnais en 1988. En reprenant la littérature du siècle dernier sur le même sujet, on s'aperçoit qu'une vingtaine de plantes ont été abandonnées pour la composition de remèdes. L'évolution des mœurs et des soins, en fonction de la médication introduite, a donc peu modifié la pharmacopée évoquée par JACOB DE CORDEMOY, DARUTY DE GRANPRE et plus près de nous, par le Père RAIMBAULT. De fait, les natifs de l'île ont toujours recours aux plantes, au tisanier ou au sorcier pour se soigner. En définitive, le choix des espèces médicinales utilisées a peu évolué au cours du temps.

Les enquêtes sur la pharmacopée actuelle nous ont permis de sélectionner cent soixante deux espèces (162) appartenant à soixante quatre familles (64). Beaucoup de lecteurs vont découvrir ou redécouvrir les vertus de plantes qu'ils connaissent bien mais n'utilisent pas ou pas assez. Ce livre est en fait un guide qui rassemble toutes les informations établies à partir d'enquêtes. Pour faciliter la compréhension du texte et permettre une bonne utilisation des informations médicales, nous avons établi un lexique reporté à la fin de l'ouvrage.

L'un des auteurs de ce travail a soutenu le 28.01.1989 une thèse de doctorat sur les plantes médicinales indigènes, c'est-à-dire originaires de notre île. Cette thèse comporte l'analyse chimique de 212 espèces autochtones et des enquêtes ethnobotaniques auprès d'une trentaine de tisaniers.

Au niveau régional, il était devenu impératif de mettre en commun toutes nos connaissances, de les comparer, de les approfondir. Mais il faut aussi aller plus loin. Pour cela, il est nécessaire de sélectionner certaines espèces et d'expérimenter les effets réels de leurs constituants chimiques. Dès lors, de telles substances seront reconnues comme des "principes actifs" et pourront de ce fait, participer à l'élaboration de médicaments spécifiques.

Nous voudrions finalement attirer l'attention de l'utilisateur de plantes médicinales, sur la disparition progressive de plusieurs espèces endémiques, souvent limitées à notre seule île. Nous saluons de ce fait, la création du Conservatoire et Jardin Botanique de Mascarin, dont la vocation première est de multiplier nos espèces menacées, donc de venir au secours de notre "flore en détresse".

Ce livre s'adresse d'abord au simple amateur de tisanes, mais aussi aux pharmaciens, au corps médical et à tous ceux qui croient aux vertus curatives des plantes.

6 - BIBLIOGRAPHIE

- BERLIOZ J., 1946 - Oiseaux de La Réunion. Librairie Larose, Paris, 84 p.
- CADET Th., 1980 - La végétation de l'Ile de La Réunion. Imprimerie Cazal, Saint-Denis de La Réunion.
- DEFOS DU RAU J., 1960 - L'Ile de La Réunion - Thèse de doctorat - Institut de Géographie - Faculté des Lettres - BORDEAUX.
- FISHER R.L., JOHNSON G.L., HEEZEN B.C., 1967 - Mascarene Plateau, Western Indian Ocean. Geol. Soc. Ann. Bull. 78 : p. 1247-1266.
- GERARD G., 1984 - Histoire résumée de La Réunion. Imprimerie A.G.M., Saint-Denis de La Réunion.
- HUBBELL T.H., 1968 - The biology of islands - Proc. Nation. Acad. Sc. U.S.A., LX, 1, p. 22-32.
- I.N.S.E.E. (Institut National de la Statistique et des Etudes Economiques) - Statistiques relatives à la population.
- LAVERGNE R., 1989 - Plantes médicinales indigènes - Tisanerie et tisaneurs de La Réunion. Thèse de doctorat. Institut de Botanique de Montpellier.
- LEBRUN L., 1984 - Les plantes médicinales des tisaniers de l'Ile de La Réunion - Thèse - Université de Poitiers .
- LEVEAU J., BARONNET F., GATINA J.C., MEZINO J., 1982 - Gisement solaire de l'Ile de La Réunion - Etude A.F.M.E. et Conseil Régional.
- MAILLET A., 1986-1987 - Les espèces exotiques de reboisement à La Réunion - Conseil Régional de La Réunion.
- MAYER P., 1986-1987 - Etude de l'évolution des caractéristiques hydriques et chimiques des sols sous cryptomeries - Conseil Régional de La Réunion.
- METEOROLOGIE NATIONALE - Saisons cycloniques de 1963 à 1988 et figures 3, 4, 5 relatives au climat.
- MILON Ph., 1951 - Notes sur l'avifaune actuelle de l'Ile de La Réunion. Bull. Soc. Nat. d'Acclim. Paris, 3, p. 129-178.
- MONTAGGIONI L., NATIVEL P., 1988 - La Réunion, Ile Maurice, géologie et aperçus biologiques - Editions Masson.
- RIVALS P., 1952 - Etude sur la végétation naturelle de l'Ile de La Réunion.
- SCHERER A., 1985 - La Réunion - Presses Universitaires de France.
- VINSON J., 1964 - Quelques remarques sur l'Ile Rodrigues et sur sa faune terrestre. Proc. Roy. Soc. Arts Sci. Maurice II, 3, p. 263-277.

7 - TABLE DES MATIERES

Sont indiqués : les genres des espèces étudiées,
 les familles végétales concernées,
 les noms vernaculaires en usage actuellement,
 les principales maladies soignées par les plantes médicinales répertoriées.

A

Noms	Pages	Noms	Pages
Abcés	201	<i>Antrophyum</i>	28
Absinthe	57, 69	Anxiété	204
<i>Acacia</i>	20, 27, 30, 31	Apana	63
<i>Acalypha</i>	91	<i>Aphloia</i>	97, 27
Acanthaceae	41	Aphrodisiaque	206
<i>Acanthophoenix</i>	28, 30	Aphte	200
Accouchement	198	Apiaceae	49
<i>Achyranthes</i>	43	Apocynaceae	51, 28, 31
Acné	202	Araceae	53, 27
Aérocolie	197	Arecaceae	28, 30
<i>Agauria</i>	89, 28, 30	<i>Argemone</i>	137
Agavaceae	27, 31	Armoise	59
<i>Ageratum</i>	57	Arnette	169
Ail	113	Arourout, Arout-rout	117
Ajonc d'Europe	26, 31	<i>Artemisia</i>	57, 59
Albuminurie	199	Arthralgie	199
<i>Albizzia</i>	27	<i>Arthropteris</i>	27
Algaroba	31	Artichaut	61
<i>Allium</i>	113	Arrow root	117
<i>Aloysia</i>	179	Ascaridiase	197, 209
Amaranthaceae	43	Asclepiadaceae	55, 27
<i>Amaranthus</i>	43	Aspleniaceae	28
Ambaville	67	<i>Asplenium</i>	28
Ambrevade, Ambrevate	139	Asthme	203
Ambrovade, Ambrovate	139	Asteraceae	57, 25, 27, 28, 30
Aménorrhée	198	Athyriaceae	28, 30
Anacardiaceae	45, 27, 32	<i>Athyrium</i>	28
Andrèze	175	Aubépine	157
Anémie	204	Austo	157
Angine	200	Autochiffon	63
<i>Angraecum</i>	28	Avocat	111
Anis douce	49	Avocat marron	31
Anis verte	49	Ayanapana marron	41
Annona	47	Ayapana	63
Annonaceae	47	Ayapana blanc	41
Anorexie	196	Ayapana digestif	63
Anthrax	201	Ayapana marron	41
Anti-spasmodique	199	Ayapana ordinaire	63
<i>Antirhea</i>	157, 28	Ayapana tension	41
		Ayapannah	63

B

Badamier	83	Bois de Judas	27
Bainjoun	83	Bois de Losto	157
Banane	125	Bois de mangue marron	145
Bananier	125	Bois de maman	123
Basilic	103	Bois de moman	123
Baume	99, 107	Bois de patte poule	167
Baume du Pérou	107	Bois de quivi	119
Baume tranquille	107	Bois de reinette	169
Beaume	99	Bois de rempart	89
<i>Begonia</i>	28	Bois de ronde	91
Begoniaceae	28	Bois de rongue	91
Belle de nuit	133	Bois cassant	163
<i>Belvisia</i>	28	Bois dur	27
Benjoin	83	Bois jaune	53, 23, 31
Benjouin	83	Bois kiwi	119
Benzouin	83	Bois liant	123
<i>Bertiera</i>	28	Bois maigre	115
Bétalle	143	Bois Maurice	177
Béteil, Bétel, Bettel	141	Bois puant	27
Bibasse, Bibace	153	Bois quivi	119
<i>Bidens</i>	59	Bois rond	91
Bignoniaceae	27	Bois rouge	27
Binjoin	83	Bom	99
Bisckis	117	Bombe	99, 107
Biskus	117	<i>Bothriochloa</i>	27
Blechnaceae	28	Bourbouille	202
<i>Blechnum</i>	28	<i>Brassica</i>	71
Blépharite	201	Brassicaceae	71
Bleuet, Bleuette, Bleuêtre	179	Brède Lastron	67
Bois d'Andèze	175	Brède malabar	43
Bois d'Anet	169	Brède Martin	175
Bois d'Annette	169	Brède médaille	125
Bois d'Arnète	169	Brède Morel	175
Bois d'endèze	175	Brède Mourougne	125
Bois d'kivi	119	Brède noir	175
Bois d'Olive	31	Brède pariétaire	43
Bois d'Ostau	137	Bringellier	173
Bois d'Ousto	157	Bringellier marron	32, 173
Bois de chandelle	113	Bronchite	203
Bois de civy	119	Brûlure cutanée	201
Bois de fleur jaune	79	Brûlure d'estomac	196
Bois de gale	89	<i>Bryophyllum</i>	87
Bois de joli coeur	145	<i>Brunfelsia</i>	171
		<i>Bulbophyllum</i>	28

C

Cactaceae	73, 27	Choc émotif	204
Caesalpinaceae	73, 31	Choka	31
Café blanc	41	Choinette	59
Café diabétique	41	Cholérétique	196
Café marron	159	Cholestérol	195
Café pays	159	Chou	71
<i>Cajanus</i>	139	Choudefafe	87
<i>Calanthe</i>	28	Chouri-chaude	115
Calcul urinaire	199	<i>Cinnamomum</i>	109, 111, 31
Caliptus	127	Citron	165
<i>Calophyllum</i>	23, 31	Citronnelle	147
Caloupilé, Calou-pi-lé	165	Citronnier	165
Calou-pilon	165	<i>Citrus</i>	163, 165
Camara	177	<i>Clematis</i>	28
Camphre	111	Clocaria	49
Camphrier	111, 31	Clou	208
Camomie	65	Clusiaceae	79, 25, 30, 31
Camomille balais, zoiseau, des Indes	65	<i>Cnestis</i>	27, 28
Camomille de l'Inde, de laine	101	Cocaria	49
<i>Canavalia</i>	23	Cochléaria	49
Cancer	205	Cocléria	49
Cannelle	109	Coco, Cocos	53
Canne à sucre	26, 31	Cocotier	53
<i>Capsicum</i>	173	Coeur	208
Carambole	133	Coeur de Nelly	95
<i>Cardiospermum</i>	169	Coeur de Noli	95
<i>Carex</i>	30	<i>Coffea</i>	159, 28
<i>Carica</i>	77	Col-Col	65
Caricaceae	77	Colique néphrétique	199
Carie dentaire	200	Combava	163
<i>Casearia</i>	28	Combretaceae	81, 27
<i>Casuarina</i>	77, 26, 27, 31	<i>Combretum</i>	81
Casuarinaceae	77, 26, 27, 31	<i>Commelina</i>	85
Cassi	32	Commelinaceae	85
<i>Cassia</i>	73, 75, 31	Complication	208
<i>Cassytha</i>	23, 27	Congestion pulmonaire	203
<i>Cataranthus</i>	51	Conjonctivite	201
Catréping	73	Connaraceae	27
Celastraceae	27	Constipation	196
Céphalée	204	Contusion	206
Cent écorces	97	Convolvulaceae	85, 23, 27
<i>Centella</i>	49	Coq claria	49
Cerise	129	Coquelariat	49
Cerisier	129	Coqueluche	47
Chandelle	113	Corassol	47
Chandellier	113	Corbeille d'or	177
Change écorce	97	Corossol, Corossole	47
Chardon	137	<i>Cossignia</i>	27
Chenopodiaceae	79	Crassulaceae	87
<i>Chenopodium</i>	79	Crampe	196, 200
Chérie-chaude	115	Cresson	71
Chiendent, chien-dent	147	Crise de foie	196
<i>Chionanthus</i>	31	Croissance	204

<i>Crucifères</i>	71
<i>Cryptomeria</i>	26, 31
<i>Cunoniaceae</i>	27, 31
<i>Cupressaceae</i>	87
<i>Curcuma</i>	181
<i>Cyathea</i>	30
<i>Cyatheaceae</i>	30
<i>Cymbopogon</i>	147, 27

<i>Cynara</i>	61
<i>Cynodon</i>	27
<i>Cyperaceae</i>	27, 28, 30
<i>Cyperus</i>	27
<i>Cyprès</i>	87
<i>Cystite</i>	199
<i>Cystopteris</i>	30

D

<i>Danais</i>	161, 27, 28
<i>Dartier</i>	73
<i>Dartre</i>	202
<i>Davalliaceae</i>	27
<i>Déchirure</i>	200
<i>Dengue</i>	206
<i>Dermatose</i>	202
<i>Dépuratif</i>	206
<i>Diabète</i>	197
<i>Diarrhée</i>	196
<i>Digestion</i>	196
<i>Diospyros</i>	25, 31
<i>Diurétique</i>	199
<i>Dodonea</i>	169, 23

<i>Dombeya</i>	28
<i>Douleur abdominale</i>	197
<i>Douleur d'estomac</i>	196
<i>Douleur de la vessie</i>	199
<i>Douleur de la langue</i>	200
<i>Douleur dentaire</i>	201
<i>Douleur lombaire</i>	200
<i>Douleur musculaire</i>	200
<i>Douleur thoracique</i>	203
<i>Dracaena</i>	113
<i>Durillon</i>	202
<i>Dysenterie</i>	197
<i>Dysménorrhée</i>	198
<i>Dyspepsie</i>	197

E

<i>Ebenaceae</i>	31
<i>Echauffement</i>	202
<i>Eczéma</i>	202
<i>Effort</i>	208
<i>Eichhornia</i>	27, 32
<i>Elaeodendron</i>	27
<i>Elaphoglossum</i>	28
<i>Elephantopus</i>	61
<i>Eleusine</i>	147
<i>Empoisonnement</i>	197
<i>Encens</i>	111
<i>Enflure</i>	206
<i>Entorse</i>	200
<i>Epi bleu</i>	179
<i>Epilepsie</i>	204

<i>Epine d'oursin</i>	206
<i>Equisetaceae</i>	89
<i>Equisetum</i>	89
<i>Ericaceae</i>	89, 25, 28, 30
<i>Eriobotrya</i>	153
<i>Erythroxylaceae</i>	91
<i>Erythroxylon</i>	91
<i>Escarre</i>	202
<i>Essoufflement</i>	203
<i>Eucalyptus</i>	127
<i>Eugenia</i>	25, 27, 129, 131,
<i>Euodia</i>	28
<i>Eupatorium</i>	63
<i>Euphorbia</i>	93
<i>Euphorbiaceae</i>	27, 28, 91

F

Fa'am, Fa am, Fa ham	135	Flacq	65
Fame, Fam, Faame	135	Fleur jaune	79
Faham, Fahame	135	Fluxion de poitrine	203
Fandamane	97	<i>Foeniculum</i>	49
Fatigue	205	<i>Foetidia</i>	27
Faux camomille	65	Fondame	97
Faux Poivrier	32	Fortifiant	204
Fenouil	49	Foulsapat	117
Fiater	137	Foulure	200
Ficus	28, 121	<i>Fragaria</i>	155
Fièvre	205	Fraise des bois	155
Figer	209	Fraise marron	155
Figue	125	Fraisier	155
Fil terre	137	Francisea, Franciscea, Francicea	171
<i>Filao</i>	26, 31, 77	Fruit de la passion	141
Fimter	137	Fumaria	137
Fimeterre	137	Fumetière	137
<i>Flacourtia</i>	27	Funter	137
Flacourtiaceae	27, 28, 97	Furoncle	201
		<i>Furcraea</i>	27, 31

G

<i>Gaertnera</i>	25, 28	Grand Baume	107
Galabert	31, 177	Grand Natte	27, 31
Gale	202	Grand Patte poule	167
Gastro-enterite	197	<i>Graptophyllum</i>	41
<i>Geniostoma</i>	28	Grenade	153
Geraniaceae	26, 31, 99	Grenadier	153
Géranium	99	Grenadille	141
Gingembre	183	Grenadine	141
Girofle	131	Griffe du diable	31
Giroflier	131	Grippe	205
<i>Gomphocarpus</i>	55	<i>Gromphrena</i>	45
Goodeniaceae	23, 27	Gros Ayapana	41
Goutte	206	Gros Badamier	83
Gouyave	129	Gros Baume	107
Gouyave marron	97	Gros Camomille	69
Goyave	129	Gros Chiendent	147
Goyavier	31	Gros Goyave	129
Goyavier marron	97	Gros Plantain	145
Gramnitidaceae	28	Grossesse	199
<i>Gramnitis</i>	28	Guérivite	65
		Gynécologie	198

H

<i>Hedychium</i>	31
<i>Heliconia</i>	127
Helminthiase	197
<i>Helychrysum</i>	25
Hématome	202
Hémorragie	195
Hémorroïdes	195
Hépatite virale	205
Herbe à bouc	57
Herbe à chat	91
Herbe à tortue	87
Herbe à vers	79
Herbe babouc	57
Herbe balai	179
Herbe chat	91
Herbe chatte	91
Herbe chinois	59
Herbe cifton	63
Herbe d'Eugène	43
Herbe d'Inde	43
Herbe de jouvence	63
Herbe de l'Abbé Souris	63
Herbe de l'eau	85
Herbe de zen	43
Herbe de zinc	43
Herbe la tension	63

Herbe le chat	91
Herbe Marie Thérèse	101
Herbe Maurice	63
Herbe poc-poc	169
Herbe sans feuille	89
Herbe Saint Paul	65
Herbe tombée	101
Herbe tortue	87
<i>Heteropogon</i>	27
<i>Hernandia</i>	23
Hernandiaceae	23
Herpès	202
Hibiscus	117
Hierpana	63
Hingue café	161
<i>Hiptage</i>	31
<i>Homalium</i>	28
Hosto	157
<i>Hugonia</i>	28
Huile de la Vierge	41
<i>Hylocereus</i>	73
<i>Hymenophyllum</i>	28
Hymenophyllaceae	28
<i>Hypericum</i>	30, 79
Hypertension	195
Hypotension	195

I

Iapana	63
<i>Iboza</i>	99
Ibiskus	117
Ictère	197
Immortelle	45
Indigestion	197

Indigo	75
Infection urinaire	199
Insomnie	204
Intoxication	205
<i>Ipomoea</i>	23, 27, 85
<i>Ischaemum</i>	30

J

Jambaville	67
Jamblon	131
Jamrosat	31
Jasmin d'Afrique	171
Jatropha	95
Jean brozate	139

Jean Robert	93
Jeraniom	99
Jinjamb	183
Joli-coeur	145
<i>Junellea</i>	135
<i>Justicia</i>	41

K

Kafé	159
Kalanchoe	87
Kaliptys	127
Kaloupilé, Kalou-pilé	165
Kamomi	65

Kanf	111
Kerneli	65
Kinkéliba	81
Kiwi sauvage	119
Korbey dor	177

L

La Bome	99
<i>Labourdonnaisia</i>	27, 31
Lait de la Vierge	41
Laliapana	41
Lamiaceae	99
Lanis, Lanille	49
<i>Lantana</i>	27, 31, 177
Larmes de la Vierge	41
Lauraceae	23, 27, 31, 109
Le Baume	99
Le Bringel marron	173
Lecythidiaceae	27
<i>Leonurus</i>	101
Lesto	157
Letchi	171
<i>Leucaena</i>	27, 32
<i>Leucantherum</i>	69
Leucas	101
Leucorrhées	198
Liane à poivre	143
Liane boeuf	161
Liane d'olive	55
Liane jaune	161
Liane olive	55
Liane papillon	31
Liane patte de poulet	167
Liane poc-poc ou poque-poque	169

Lierre	121
Lilas	119
Lilas hindou	119
Lilas sacré	119
Liliaceae	28, 113
Linaceae	28
Lindigo	75
Lingue café, ling café	161
Ling à poivre, Lingle à poivre	143
Links à poivre, Lingue à poivre	143
Lingue noir	161
Lipana	63
<i>Lippia</i>	179
<i>Litchi</i>	171
<i>Litsea</i>	31
Lostos	157
Loc	206
Loganiaceae	27, 28, 30, 115
Lok	206
Lomariopsidaceae	28
Longose	31
Loque	206
Loranthaceae	115
Losteau, Losto	157
<i>Lysimachia</i>	25, 27
Lythraceae	27

M

<i>Machaerina</i>	28
<i>Maillardia</i>	123
Magnoliaceae	31
Mal de bouche	200
Mal de gencive	201
Mal de gorge	201
Malbrouck	115
Malpighiaceae	31
Malvaceae	27, 117
Manger tortue	73, 87
<i>Mangifera</i>	45

Mangue	45
Manguier	45
<i>Maranta</i>	117
Maranthaceae	117
Margosier	119
Marie-Thérèse	59, 101
Marie-zolène, Marizolaine	105
Marijolaine	105
Marjolaine	105
Matricaire	69
Matrécoeur	69

Matricœur	69	Molinea	28
Médico-magique	206	Monimia	28
Melastomaceae	28, 31	Monimiaceae	28
Melia	119	Moraceae	28, 121
Meliaceae	31, 119	Morel	175
Melilotus	139	Morelle blanc	175
Mélilot blanc	139	Moringa	125
Memecylon	25, 28	Moringaceae	125
Menopause	198	Mouronge, Mouroungne, Mourom	125
Mentha	103	Mouroum, Mourouge	125
Menthe	103	Morus	123
Meurtrissure	206	Murraya	165
Michelia	31	Mûres	210
Migraine	204	Mûrier	123
Mimosa	121	Musa	125
Mimosaceae	20, 27, 30, 31, 32, 121	Musaceae	125
Mimusops	27, 31	Mussaenda	28, 161
Mirabilis	133	Mycose	202
		Myrtaceae	25, 27, 28, 31, 127

N

Najadaceae	27	Nervosisme	204
Najas	27	Neuro-sédatif	204
Nasturtium	71	Nez de la Vierge	41
Nastus	30	Nicotiana	26, 31
Natchouly	41	Nitchouly	41
Nausée	197	Nuxia	27, 30, 115
Néphrite	199	Nyctaginaceae	133

O

Obstétrique	198	Orchidaceae	28, 31, 133
Ochrosia	23, 31, 53	Oreille de chatte	91
Ocimum	103, 105	Orgelet	201, 210
Ocotea	31	Origanum	105
Oedème	206	Orthosiphon	63
Olea	31	Oxalidaceae	135
Oleaceae	25, 31	Oxalis	135
Ophtalmie	201	Oxyurase	197, 212

P

Pacholi	99	<i>Phymatodes</i>	27, 151
Paille à Terre	43	Pied de Poule	167
Palpitation	195	Pignon d'Inde	95
Palpok	87	Piment, Piment Martin	173
Paludisme	205	Pion d'Inde, Pion den	95
Pandanaceae	27, 30	<i>Piper</i>	141, 143
Pandanus	27, 30	Piperaceae	141
Papaveraceae	137	Piquant, Piquant jaune	59
Papaye	77	Piqûre d'insecte	206
Papayer	77	<i>Pistia</i>	27
Papilionaceae	23, 26, 30, 139	<i>Pittosporum</i>	28, 145
Pariaterre, Pariataire	43	Pittosporaceae	28, 145
Parieter	43	Plaie	202
Paryetaire	43	Plantaginaceae	145
<i>Parthenium</i>	65	Plantago	145
<i>Passiflora</i>	141	Plantain, Plantin	145
Passifloraceae	141	Plante deux couleurs	41
Passi flore	141	Plante du pouvoir	41
Patate à Durand	85	Plante la tension	177
Patchouli	99	<i>Plectranthus</i>	107
Patte de poulet	167	Pleurésie	203
Patte lézard	151	Pneumonie	203, 210
Patte poule	87, 167	Poaceae	26, 27, 30, 31, 147
Patte poule effort	167	Poc-poc, Pock pock	169
Patte poule piquant	167	Pok-pok	169
Payater	43	Poque-poque	169
Payeterre	43	Polygonaceae	149
Pêche, Pêcher, Pes	155	<i>Polygonum</i>	149
<i>Pelargonium</i>	26, 31, 99	Polypodiaceae	27, 28, 151
<i>Pemphis</i>	27	Polytrichaceae	30
<i>Pennisetum</i>	30	<i>Polytrichum</i>	30
Pensée d'eau	32	Pontederiaceae	27, 32
<i>Persea</i>	111	Poro	203, 210
Persicaire, Persicoeur, Percicoeur	149	<i>Portulaca</i>	151
Perce coeur, Père Sycoeur	149	Pouillatère	43
Persil	51	Pourpier, Pourpied, Pour-Pied	151
Persil coeur	149	Pouyater	43
Pervenche	51	<i>Pouzolzia</i>	177
Petit arbre du voyageur	127	Poux	206
Petit baume	99	Prêle	89
Petit café	41	Primulaceae	25, 27
Petit canelier	123	Proctologie	197
Petit cannelle	109	<i>Prosopis</i>	31
P'tit carambole	133	Prunus	155
Petit carambole	133	<i>Psathura</i>	163
P'tit fraisier	155	<i>Psiadia</i>	25, 27, 28
Petit fraise	155	<i>Psidium</i>	31, 129
Petit patte poule	167	<i>Psiloxylon</i>	27
Petit tamarin	95	Psoriasis	202
Petit trèfle	135	<i>Psychotria</i>	28
Petite baume	107	Pteridaceae	28
<i>Petroselinum</i>	51	<i>Pteris</i>	28
Phaam	135	<i>Punica</i>	153
<i>Philippia</i>	25, 30	Punicaceae	153
<i>Phyllanthus</i>	25, 30	Purgatif	198

Q

Quatre épingles, Quatr'épingle	73	Quinquiliba	81
Queue de rat	179	Quivi	119
Quinquéliba	81	Quivisia	119

R

Rafrâchissant	207	Romarin	107
Raisin	181	Ronce	167
Ranunculaceae	28	<i>Rorippa</i>	71
Raquette	73	Rosaceae	26, 32, 153
Raquette trois côtes	73	Rose amère	51
Raquette tortue	73	<i>Rosmarinus</i>	107
Refroidissement	207	Rougeole	205
Règles	198	Rougette	93
Rhamnaceae	27	Roujet	93
Rhinite	201, 211	Rouroute	117
<i>Rhipsalis</i>	27	Roussaille	129
Rhumatisme	200	Rubiaceae	27, 28, 157
Rhume	201	<i>Rubus</i>	26, 32
Ricin	97	Rutaceae	28, 163
<i>Ricinus</i>	97		

S

Saccarum	26, 31	Sinapisme	211
Safran	181	Sinusite	201
Sainte Thérèse	101	<i>Smilax</i>	28
Saisissement	207	Solanaceae	26, 31, 32, 171
Sancicive	121	<i>Solanum</i>	32, 173, 175
Sandelle	113	Somanchine	79
Sans écorce	97	<i>Sonchus</i>	67
Sapindaceae	23, 27, 28, 169	Sophora	23, 30, 31
Sapotaceae	27, 28, 31	Sorichaupe, Sorisode	115
Sapoti, Sapotille, Sapoty	47	Sorne, Sornet, Sornette	59
Sapotry	47	Souris-chaude	115
<i>Scaevola</i>	23, 27	Sourne, Sournet	59
<i>Schinus</i>	27, 32	Souveraine	75
<i>Scutia</i>	27	Sphagnaceae	30
Séborrhée du cuir chevelu	203	<i>Sphagnum</i>	30
<i>Secamone</i>	27, 55	<i>Spiraea</i>	157
<i>Securinega</i>	27	<i>Stachytarpheta</i>	179
<i>Senecio</i>	67	Sterculiaceae	28
Sensitive	121	Stérilité	199
Sentitive	121	<i>Stoebe</i>	25
Sérichaupe	115	Sto	157
<i>Sideroxylon</i>	25, 27, 28	Suro	41
<i>Siegesbeckia</i>	65	<i>Syzygium</i>	31, 131
Siendan	147		

T

Tabac marron	61	Ti Bom	99
<i>Tabernaemontana</i>	28	Ti Bram	55
Tachycardie	195	Ti Camomille	65
Tamarin	75	Ti Karambole	133
Tamarin pays	75	Ti Ouette	55
Tamarin des Bas	75	Ti Poc-poc	169
<i>Tamarindus</i>	75	Ti Tamarin	95
Tamarinier	75	Ti Tombé	101
Tambave	207	Ti Tref, Ti Trèfle	135
Tampanes	202, 211	Ti Waite	55
<i>Tambourissa</i>	25	<i>Tibouchina</i>	31
<i>Tanacetum</i>	69	Tihouette	55
Tanaisie	69	Tit Baume	107
Tantan	97	Tit Lierre	121
Taxodiaceae	26, 31	Tites Fraises	155
Té-chiffon	63	<i>Toddalia</i>	167
<i>Tecoma</i>	27	Tolsi de l'Inde	105
<i>Terminalia</i>	23, 27, 83	Tolsy, Tolssie, Tolsi, Tolcie	105
Thé Siphon	63	Tombé	101
<i>Themedra</i>	27	Toux	203
<i>Thespesia</i>	27	Trainasse	85
<i>Thuja</i>	87	<i>Trema</i>	175
Thym	109	<i>Trichomanes</i>	28
<i>Thymus</i>	109	<i>Trochetia</i>	25
<i>Thypha</i>	27	Trompe-la-mort	121
Thyphaceae	27	Troubles de la circulation veineuse	195
Ti Badamier	81	Troubles de la vue	201
Ti Badamier les vers	81	<i>Turraea</i>	119
Ti Bleuet	179	Typhaceae	27

U

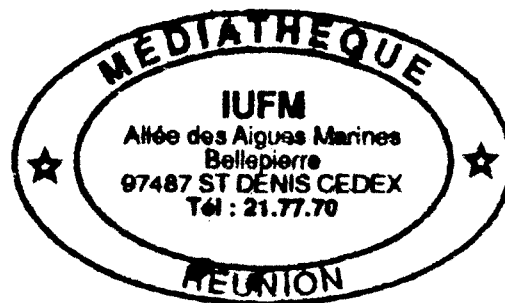
Ulcère gastrique	198	Urémie	195
Ulmaceae	175	Urticaceae	177
<i>Ulex</i>	26, 30, 31		

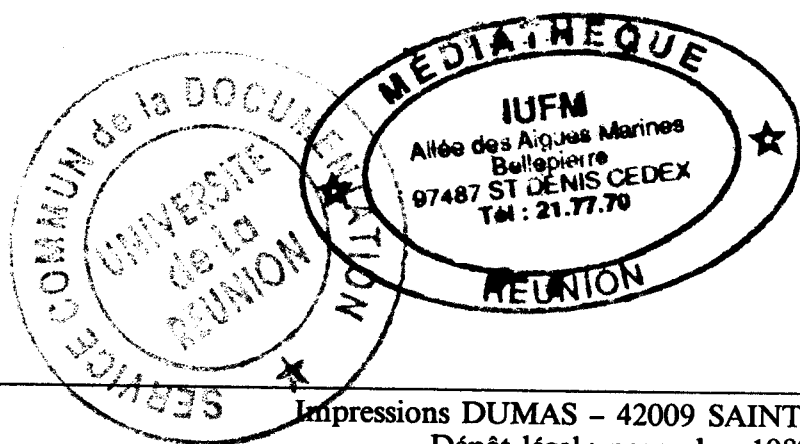
V, W

<i>Vanilla</i>	31	Vétiver, Vétiver, Vétiver	31, 149
Varice	196	Vigne	181
<i>Vepris</i>	167	Vigne marronne	26, 32
Verbenaceae	27, 31, 177	Violette marron	49
Vermifuge (voir Helminthiase)	197	<i>Viscum</i>	115
<i>Vernonia</i>	28	Vitaceae	181
Verrue	203	<i>Vitis</i>	181
Vertige	204	Vittariaceae	28
Verveine	179	Vomissement	198
Verveine Citronnelle	179	<i>Weinmannia</i>	27, 31
<i>Vetiveria</i>	26, 31, 149		

X, Y, Z

Yan d'olive	55	Zerbe de l'eau	85
Yapana	63	Zerbe des jeunes	43
Yapana arbuste	41	Z'herbe de nuit	133
Yapana malgache	41	Z'herbe à vers	79
Zambavile	67	Z'oreille de chat	91
Zambrevade	139	Z'oreille la chatte	91
Zambrozate, Z'embrovat	139	Z'oreille le chat	91
Zea	26	Zingiber	183
Z'erbe de chat	91	Zingiberaceae	32, 181
Zerb lapin	59	Zinzanbre	183
Zerb tombée	101	Zoizia	26
Zerbaver	79	Zona	205



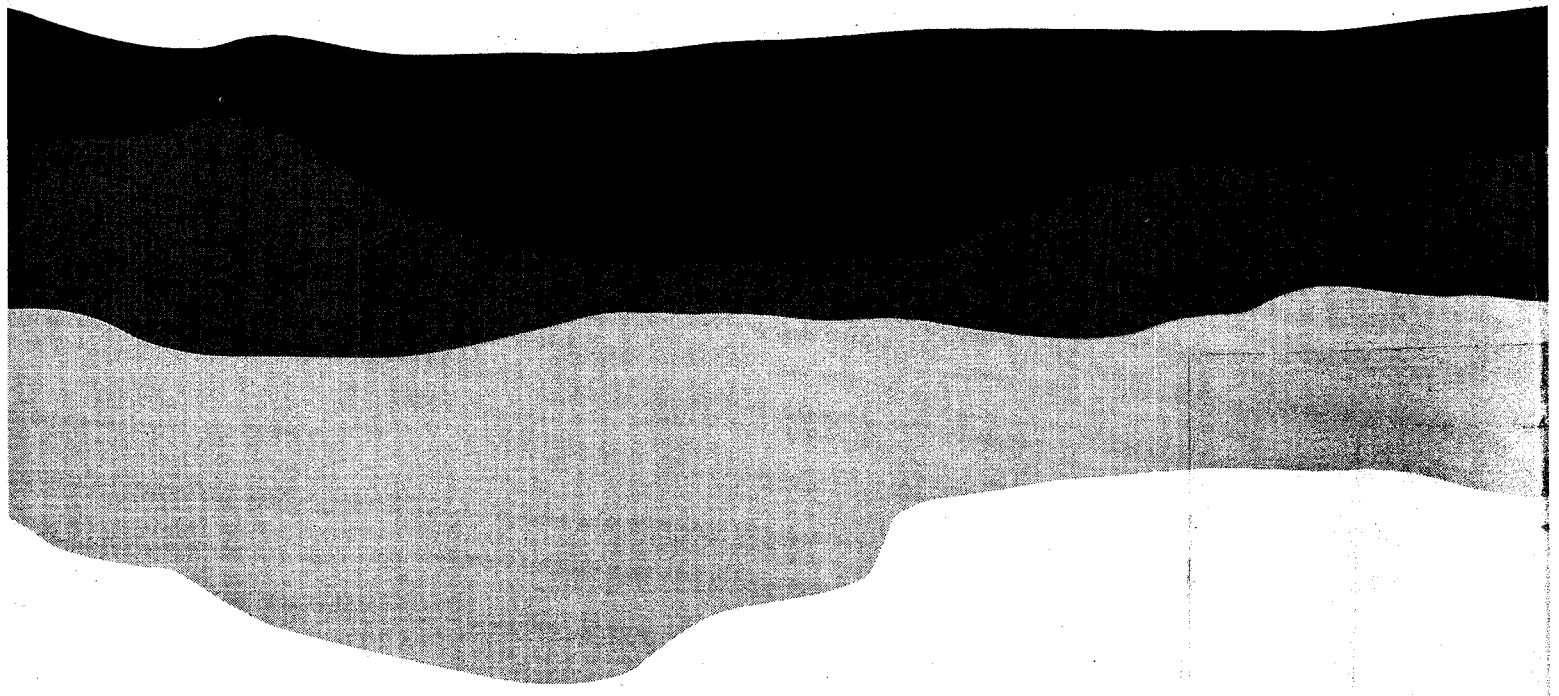


Impressions DUMAS - 42009 SAINT-ÉTIENNE

Dépôt légal : novembre 1989

N° d'imprimeur : 29401

Imprimé en France



**agence de coopération
culturelle et technique**

13, quai André Citroën - 75015 Paris - France