

Armoise

Artemisia vulgaris L.

Asteraceae

NOMENCLATURE

Français : armoise, artemise, armoise citronnelle, herbe de la Saint Jean, absinthe sauvage, tabac de Saint Pierre

Brezhoneg : huelenn wenn, uhelenn wenn, huelenn, huelenn c'hwerv

English : mugwort

Español : artemisia

BOTANIQUE

L'armoise est une herbacée vivace buissonnante, aromatique pouvant atteindre 1,20 m de hauteur. Sa tige parfois rougeâtre porte des feuilles découpées en lanières aiguës, vert foncé au-dessus et duveteuses et argentées au-dessous. Ses fleurs réunies en panicule, brun rougeâtre, parfois jaunâtre, donnent des fruits, akènes sans aigrette.

L'armoise aime les friches, les haies, le bord des routes, les prairies de l'Eurasie et de l'Afrique du Nord.



ETHNOBOTANIQUE

L'armoise est utilisée depuis des millénaires.

On dit que la déesse grecque Artémis, protectrice des vierges, la recommandait aux femmes souffrantes. Elle était considérée comme une plante féminine par excellence.

Les Chinois utilisent l'armoise, en moxa, bâtonnet incandescent de feuilles sèches roulées et appliqué au-dessus des points d'acupuncture.

Les soldats romains en garnissaient leurs sandales pour maintenir leurs pieds en bon état et diminuer la fatigue de la marche.

L'armoise a été utilisée dans le soin des fièvres paludéennes, des maladies nerveuses, des convulsions et de l'épilepsie.

La plante, sous forme de tisane ou en cataplasme sur le ventre servait de vermifuge. On l'utilisait aussi pour le soin des plantes et des dermatoses.

Parée de vertus magiques, l'armoise avait le pouvoir d'écarter le danger.

On en faisait des ceintures, couronnes et bracelets contre les maux de reins, les fièvres, pour se protéger et attirer la bonne fortune. On les jetait au feu de la Saint Jean, qui emportait le mal et ils apportaient ainsi protection et chance.

En avoir toujours sur soi est un moyen de se prémunir de tout mauvais sort.

L'armoise a servi pour aromatiser la bière.

Elle teint dans des couleurs allant de l'ocre, du vert kaki au bronze.

Au jardin, elle alimente les purins et sert de répulsif aux insectes et mollusques.



CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

Les sommités d'armoise contiennent une huile essentielle (0,2 % thuyone, camphre), des lactones sesquiterpéniques, des triterpènes (sitostérols), des coumarines (ombelliférone, esculétole), des flavonoïdes et des tanins.

PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

Les sommités fleuries d'armoise sont toniques, stimulent l'organisme, favorisent les règles, apéritives, antispasmodiques, vermifuges et vulnéraires.

USAGE THÉRAPEUTIQUE ET POSOLOGIE

L'armoise est utile en cas d'absence de règles, de règles douloureuses et aide à passer le cap de la ménopause.

Décocté (2 mn) de 6 g par litre.

Une cuillerée à soupe par tasse.

Boire 2 à 3 tasses par jour avant les repas.

TOXICITÉ

L'armoise est toxique à dose élevée, le pollen est allergisant.

La plante ne doit pas être consommée par les femmes enceintes, allaitantes, ni les enfants de moins de 12 ans.

Ne pas utiliser l'armoise pendant une période supérieure à 10 jours.

