

# Callune

*Calluna vulgaris* (L.) Hull.

Ericaceae

## NOMENCLATURE

**Français :** callune, bruyère

**Brezhoneg :** brug du, balan brug

**English :** heather

**Español :** brecina, brezo

## BOTANIQUE

La callune est un sous-arbrisseau tortueux qui peut atteindre un mètre de hauteur. Elle porte de petites feuilles opposées en écailles étroites persistantes et des fleurs d'un rose pâle ou lilas. Les graines sont enfermées dans de petites capsules.

La callune pousse dans les terrains acides des régions tempérées de l'hémisphère nord, plus particulièrement dans les bois, les landes, les marécages et les tourbières.



## ETHNOBOTANIQUE

Les propriétés diurétiques de la callune sont appréciées depuis longtemps, en particulier pour le soin de la gravelle (calculs rénaux).

Au Moyen Âge, elle entrait dans un mélange de plantes, le grui, qui servait à aromatiser la bière, avec entre autres, de l'achillée (*Achillea millefolium* L.) et du piment royal (*Myrica gale* L.).

Elle avait la réputation de protéger des mauvais esprits.

On en remplissait des sacs servant de matelas.

Très utilisée en litière, elle avait la réputation d'assainir les étables.

Sa richesse en tanins lui ouvre les portes des tanneries et des teintureries pour des nuances de brun jaune ou, associés aux sels de fer, des noirs.

Les racines de callune sont utilisées pour faire des pipes.

Le terreau qu'elle engendre sert au repotage des plantes délicates « terre de bruyère ».

La plante est une excellente mellifère dont le miel est recherché pour faire les pains d'épices.



## CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

Les sommités fleuries contiennent un glycoside (arbutine), des flavonoïdes (quercétine) et est riche en tanins.

## PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

La callune est un excellent diurétique et antiseptique urinaire. De plus elle est sédatrice des voies urinaires, une bonne dépurative et antirhumatisme.

## USAGE THÉRAPEUTIQUE ET POSOLOGIE

Les feuilles et fleurs de bruyères soignent les affections urinaires, les cystites, les rhumatismes et la goutte.

Infusion de 10 g de fleurs par litre.

Une cuillère à soupe par tasse.

Boire de 2 à 6 tasses par jour.

Décoction de 20 g par litre pour l'usage externe.

Fleurs en cataplasme ou compresses pour le soin des rhumatismes et des articulations douloureuses.



## TOXICITÉ

Pas d'effets secondaires toxiques aux doses thérapeutiques.