

Consoude

Symphytum officinale L.

Boraginaceae

NOMENCLATURE

Français : consoude, consoude officinale, grande consoude

Brezhoneg : skouarn azen, louzaouenn an troc'h, louzaouenn ar goanvennoù, konsortenn

English : comfrey

Español : consuelda

BOTANIQUE

La consoude officinale est une herbacée vivace, couverte de poils raides, en touffe pouvant atteindre un mètre de hauteur. Ses racines en souches noirâtres, sont charnues et profondes. Sa tige anguleuse et ailée porte des feuilles épaisses ovales, lancéolées. Ses fleurs organisées en cymes scorpioïdes sont campanulées, de couleur crème, rose ou violette. Elles donneront des fruits, 4 akènes noirs.

La consoude aime les prairies marécageuses, le bord des ruisseaux et des fossés, plutôt calcaires, d'Europe et d'Asie septentrionales.



ETHNOBOTANIQUE

La consoude est employée depuis l'Antiquité, en particulier pour le soin des fractures, des contusions, des plaies et des hémorroïdes. Son nom proviendrait du latin *consolidare*, consolider, raffermir.

La racine de la plante entre dans des préparations, onguents et pommades pour le soin des douleurs des articulations, des rhumatismes, des coups, blessures et tout type de dermatoses.

En 1912, les Anglais Thitherley et Coppin, à la recherche de son principe actif, isolèrent l'allantoïne de ses racines.

Dans les hôpitaux, durant la Grande guerre, la racine de consoude a permis de soigner les plaies fétides et fongueuses, les escarres, les brûlures profondes et les tissus nécrosés.

Les jeunes pousses et les feuilles de consoude, dissimulant leur toxicité chronique, sont depuis peu consommées en soupe.

La racine de consoude a été utilisée en Europe centrale pour fabriquer un fard rouge et apprêter la laine. Toute la plante donne des teintures allant du rouge au brun.

Le purin des parties aériennes de la plante sert d'engrais au jardin, fertilisant les sols, luttant contre les champignons et stimulant la croissance des plantes.

Au jardin on lui préfère parfois la consoude de Russie (*Symphytum x uplandicum* Nyman), souvent employée comme engrais vert, élégante, aux magnifiques fleurs bleues, elle repousse rapidement après les coupes et est très productive.



CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

La racine de consoude contient des mucilages (29 % fructosane), de l'amidon, gommes et résines, de l'allantoïne (0,6 à 4,7 %), des acides phénoliques (chlorogénique, caféique, rosmarinique, lithospermique), des tanins (4 à 6,5%) et des alcaloïdes pyrrolizidiniques.

PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

La racine de consoude est anti-inflammatoire, adoucissante, astringente, active la cicatrisation des plaies et la régénération des tissus cutanés.

USAGE THÉRAPEUTIQUE ET POSOLOGIE

La consoude est utile en cas d'hématome, d'entorse, de luxation, d'élongation, de contusion, d'arthrite, de brûlures, de plaies atones, d'ulcères de jambe, de crevasse, de gerçure, de fissure anale, de piqûre d'insecte et de dermatoses.

La racine broyée s'utilise en cataplasme directement sur la peau, ou dans des préparations huileuses.

Décoction de racine (80 à 200 g par litre) au bain Marie en compresse

La consoude ne s'applique pas sur une plaie ouverte.

TOXICITÉ

L'usage interne de toutes les parties de la plante est à proscrire. L'acide lithospermique possède des propriétés antigonadotropes, bloquant le fonctionnement des ovaires. Les alcaloïdes ont une action paralysante du système nerveux central, s'accumulent dans le foie, obstruent les vaisseaux hépatiques, y entraînent des lésions et l'apparition de tumeurs.

L'usage externe ne présente aucun risque.

