

Fumeterre

Fumaria officinalis L.

Papaveraceae

NOMENCLATURE

Français : fumeterre, fiel de terre, herbe à la jaunisse

Brezhoneg : louzaouenn an teil

English : fumitory

Español : palomilla

BOTANIQUE

La fumeterre est une herbacée annuelle rampante ou dressée, parfois grimpante, qui peut atteindre 50 cm de hauteur. Ses feuilles alternes découpées sont d'un vert bleuté glauque. Leurs pétioles s'enroulent parfois comme des vrilles. Ses fleurs tubulaires roses en grappes, prolongées d'un éperon, ont des extrémités rouge sombre et donnent des fruits globuleux à une seule graine.

La fumeterre aime les terrains vagues ou cultivés de l'Eurasie et du pourtour de la Méditerranée.



ETHNOBOTANIQUE

Autrefois, on faisait grand usage de la fumeterre. Les médecins de l'Antiquité signalent son emploi en particulier pour le soin des maladies du foie.

Les Arabes vantaient ses vertus pour nettoyer les viscères, le sang, et fortifier l'organisme. Elle était employée pour se débarrasser des humeurs mauvaises et pour toutes les maladies qui provenaient d'engorgements. Elle avait la réputation de faire des centenaires et de donner un joli teint.

Les préparations de fumeterre, très amères, étaient préconisées pour le soin des fièvres, des vers et des maladies de peau.

On appliquait également des lotions à base de fumeterre sur les eczémas et pour calmer les démangeaisons. En application son suc était préconisé contre la gale.



CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

Les sommités fleuries de fumeterre contiennent de nombreux alcaloïdes (environ 0,3 %, dont la protopine ou fumarine est le plus important), fumaricine, fumarofine, des acides organiques, des flavonoïdes et des tanins.

PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

La fumeterre est antispasmodique, diurétique, dépurative et régule les fonctions hépatiques et biliaires, favorise la production et l'évacuation de la bile. Elle est un stimulant cardiaque et respiratoire. Elle assouplit les artères. Anti-inflammatoire et antihistaminique, elle améliore les dermatoses et soulage les démangeaisons.

USAGE THÉRAPEUTIQUE ET POSOLOGIE

La fumeterre régularise les fonctions du foie, calme les migraines d'origine digestive, soulage la constipation, est utile dans le soin de l'athérosclérose et de l'hypertension.

On la conseille en compresses ou cataplasmes pour le soin des dermatoses telles que l'eczéma.

Infusion de parties aériennes, 10 à 20 g pour un litre d'eau.

Une cuillerée à café ou à soupe de plante par tasse.

Infuser 15 minutes. Boire deux à trois tasses par jour avant les repas.

Décoction de 50 g par litre en compresse ou lotion.



TOXICITÉ

La fumeterre n'est pas toxique aux doses préconisées.

Ne pas utiliser chez les femmes enceintes, allaitantes et les enfants de moins de 12 ans.

Attention, à forte dose et en usage prolongé, la fumeterre est toxique. N'absorber que sur avis médical en cas de pathologies cardiaques.

Attention, le traitement ne doit pas dépasser 8 jours et on respectera un arrêt de dix jours avant toute nouvelle utilisation afin d'éviter des désordres cardiaques, hépatiques et psychiques.

Les préparations de fumeterre sont incompatibles avec les métaux, les tanins et le vin rouge. Il est préférable d'utiliser la plante seule.