

# Guimauve

## *Althaea officinalis* L.

Malvaceae

### NOMENCLATURE

**Français :** guimauve

**Brezhoneg :** roz malv

**English :** marshmallow

**Español :** malvavisco, bismalva

### BOTANIQUE

La guimauve est une herbacée vivace qui peut atteindre les deux mètres de hauteur. Elle a de longues racines charnues pivotantes, d'un gris clair. Ses feuilles alternes épaisses et veloutées, généralement à trois lobes sont dispersées le long d'une tige robuste et ramifiée. Ses fleurs d'un blanc rosé sont rassemblées en grappes à l'aisselle des feuilles. Les graines sont rangées en cercle.

La guimauve originaire des régions humides de la façade atlantique de l'Europe est cultivée et s'est naturalisée dans l'Ouest de l'Asie et en Afrique du nord.



### ETHNOBOTANIQUE

L'usage de la guimauve est attesté depuis l'Antiquité où elle entrait dans bon nombres de préparations tant internes qu'externes. Au Moyen Âge, on l'appelait « *bis malva* » insistant ainsi sur sa valeur thérapeutique deux fois supérieure à la précieuse mauve « *malva* ». Pour des usages similaires, la guimauve, vivace, est disponible toute l'année. L'administration carolingienne valorise son emploi dans l'empire où sa culture se développe. Elle sera élevée au rang de panacée pour les bons soins qu'elle procure, tant aux pathologies internes qu'aux affections de la peau, ainsi que pour sa contribution à l'hygiène.

Elle a comme réputation de relever avec douceur les forces des affaiblis et des convalescents. Elle entre à 20 % dans les « espèces pectorales » tisane composée destinée au soin des pathologies bronchiques.

Chez les herboristes se trouvent des hochets de guimauve. Mâchonnés par les enfants ils les aident à faire leurs dents et calment les irritations des gencives.

On y trouvait aussi une pâte de guimauve à la fleur d'oranger fort agréable et médicinale malheureusement remplacée en confiserie par du blanc d'œuf et de la gélatine.



### CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

Toute la plante, mais surtout la racine contient des mucilages (25 à 35 % de mucilages, en particulier à l'automne), de l'amidon, de la pectine, de la bétaine, des acides phénols, des flavonoïdes et des sels minéraux.

### PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

On peut utiliser indépendamment la racine, les feuilles et les fleurs de guimauve. Toute la plante est émolliente, antitussive, anti-inflammatoire, adoucissante, expectorante, légèrement laxative. La plante stimule le système immunitaire.

### USAGE THÉRAPEUTIQUE ET POSOLOGIE

Toute la plante soigne les inflammations, les irritations de toutes les muqueuses, les affections pulmonaires, les gastrites, les entérites, les affections des voies urinaires, cystites.

Maturative, elle est utile pour les furonculoses. Elle calme les brûlures, plaies enflammées, angines, gingivites et affections aiguës de l'intestin.

Laisser macérer 2 heures à une nuit 1 à 2 cuillerées à soupe de guimauve (racine, feuille) dans un demi-litre d'eau. Réchauffer sans dépasser 50°. Boire une cuillerée à soupe toutes les deux heures.

Infusion de fleur - eau frémissante - de 10 à 15 g par litre.

Compresses et cataplasmes en usage externe.

Les préparations de guimauve sont incompatibles avec l'alcool, les tanins et le fer. La racine de guimauve, moisissant facilement, se conserve mal.

La rose trémière (*Alcea rosea* L.) a des propriétés similaires mais moins marquées.



### TOXICITÉ

Attention la guimauve freine la cicatrisation des plaies.

La guimauve ne convient pas aux diabétiques.