

Houx

Ilex aquifolium L.

Aquifoliaceae

NOMENCLATURE

Français : houx, houx épineux, grand houx

Brezhoneg : kelenn

English : holly

Español : acebo

BOTANIQUE

Le houx est un arbre dioïque, parfois monoïque, à feuilles persistantes pouvant atteindre 10 mètres de hauteur. Il pousse lentement et peut dépasser les 300 ans. Ses feuilles sont ovales à bord ondulé et épineux, d'un vert foncé luisant sur la face supérieure et plus pâle au-dessous. Avec l'âge, ses feuilles deviennent lisses. Ses fleurs blanches à quatre pétales sont regroupées en petites grappes à la base des feuilles. Les fleurs femelles donnent des fruits, drupes rouge vif à maturité, contenant des noyaux.

Le houx aime les bois et les haies d'Europe, de l'Asie occidentale et d'Afrique du Nord. Il est souvent planté pour l'ornement et il en existe de nombreux hybrides et cultivars.



ETHNOBOTANIQUE

Le houx, aux feuilles persistantes et aux fruits rouges, tenait une bonne place dans les cérémonies du solstice d'hiver. On en ornait les temples durant les Saturnales, puis les églises. A la maison il protégeait de la foudre et des mauvais esprits, des sorts et des envoûtements

Les décoctions de feuille de houx, et parfois de la seconde écorce, étaient utilisées pour le soin des fièvres, des affections pulmonaires et des rhumatismes.

On les macérait dans du vin, utile pour le soin des fièvres des marais. On estimait que son écorce était plus efficace que le quinquina (*Cinchona officinalis* L.).

Les fruits étaient employés pour purger les intestins.

Fermentés, ils étaient distillés en Europe centrale, où on consommait ses feuilles en guise de thé.

On appliquait des cataplasmes de feuilles pilées sur les tumeurs, scrofules et affections de la peau.

Son bois blanc dur et dense servait en ébénisterie, pour confectionner des manches d'outils, des dents d'engrenage et toutes sortes d'objets. Il retient bien les teintures.

De sa seconde écorce on élaborait une glue, souvent en mélange avec des baies de gui. Cette glu, malheureusement utilisée pour la chasse aux oiseaux, était appliquée sur les furoncles et abcès, qu'elle faisait mûrir.



CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

Les feuilles contiennent des alcaloïdes (théobromine, ilicine), de l'ilixanthine et de l'acide caféique.

PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

Les feuilles sont toniques, diurétiques, fébrifuges et antirhumatismales.

USAGE THÉRAPEUTIQUE ET POSOLOGIE

Les feuilles sont utiles pour le soin des affections respiratoires, des fièvres et des rhumatismes. Décoction de 20 à 30 g de feuilles par litre d'eau. Boire deux à trois tasses par jour.

Une cuillerée à soupe par tasse. Bouillir deux minutes. Infuser dix minutes. Prendre deux ou trois tasses par jour entre les repas.

TOXICITÉ

Respecter les doses thérapeutiques. Ne pas recommander aux enfants, aux femmes enceintes et allaitantes.

Les fruits sont toxiques.

