

# Reine des prés

## *Filipendula ulmaria* (L.) Maxim.

Rosaceae

Principal synonyme : *Spiraea ulmaria* L.

### NOMENCLATURE

**Français** : reine des prés, ulmaire, spirée, spirée ulmaire

**Brezhoneg** : rouanez ar foenneg, rouanez ar foenn, rouanez ar prajeier, rouanez ar prajoù

**English** : meadow sweet, mead wort, queen of the meadow

**Español** : altarcina, reina de los prados

### BOTANIQUE

La reine des prés est une herbacée vivace qui peut atteindre 1,50 mètre de hauteur. Ses feuilles inégales, dentées, vert foncé dessus et blanchâtre dessous, sont divisées en folioles sur une tige anguleuse. Rassemblées en inflorescences serrées aplaties, ses fleurs blanc crème sont odorantes. Ses fruits sont tordus en spirales.

La reine-des-prés pousse dans les endroits humides, les prairies et sur les berges des rivières de l'Eurasie.

### ETHNOBOTANIQUE

Au Moyen Âge, on l'employait contre les œdèmes et les « douleurs de jointures » tout comme pour le soin des dysenteries ou pour faciliter l'éruption de la rougeole et de la variole.

Ses racines en décoction étaient préconisées pour le soin des fièvres malignes.

On a macéré ses fleurs dans de l'eau pour en faire une piquette, mais aussi dans du vin pour y conserver ses propriétés médicinales.

Parfois, ses fleurs parfumaient bières, vins et hydromels.

Elle a servi comme aromatisant alimentaire et cosmétique (desserts, pâtes dentifrices).

La plante entière participait au tannage des peaux et à la teinture de tissus, du jaune au vert kaki.

L'acide acétylsalicylique, lui doit son nom commercial « Aspirine », issu de son ancienne appellation : *Spiraea*.

### CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

Les parties aériennes de reine des prés, contiennent une huile essentielle (aldéhyde salicylique), de l'acide salicylique, des glucosides phénoliques (salicylates), des flavonoïdes (6 % dans les fleurs) des tanins (10 à 20 %), et des sels minéraux.

### PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

Les parties aériennes de la reine des prés sont antibactériennes, antiacides, réduisent l'acidité gastrique, diurétiques, anti-inflammatoires, antirhumatismales, astringentes, sudorifiques, fébrifuges, astringentes et cicatrisantes.

### USAGE THÉRAPEUTIQUE ET POSOLOGIE

La reine des prés est utile pour le soin des rhumatismes, des douleurs articulaires, de l'arthrose, de l'arthrite, des diarrhées, des infections urinaires, des états fébriles, de la grippe, d'ulcères gastriques et en cas de cellulite.

On l'emploie aussi pour le soin des plaies, des ulcères et des brûlures.

Infusion de 20 g par litre.

Trois ou quatre feuilles fraîches ou une cuillère à soupe par tasse.

Boire 3 à 5 tasses par jour entre les repas.

Cataplasmes et compresses chaudes de décoctions concentrées en application sur la peau des parties douloureuses, plaies ou ulcères.

### TOXICITÉ

La plante n'est pas recommandée aux personnes allergiques à l'aspirine.

