

Verveine

Verbena officinalis L.

Verbenaceae

NOMENCLATURE

Français : verveine, verveine officinale, verveine sauvage

Brezhoneg : barlen, kroazig, louzaouenn ar Groaz, louzaouenn droug an aviz

English : vervain, commun vervain

Español : verbena, verbena común

BOTANIQUE

La verveine est une herbacée vivace qui peut atteindre 80 cm de hauteur. Sa tige carrée, rude et érigée, ramifiée en croix, porte des feuilles opposées, lancéolées et profondément découpées. Ses petites fleurs rose lilas pâle sont disposées le long d'un épi grêle. Elles donnent des capsules contenant 4 graines. La verveine aime les lieux incultes, les rocailles et le bord des chemins des sols bien drainés d'Eurasie.



ETHNOBOTANIQUE

La verveine est une plante sacrée en Occident. Les Romains la choisissaient pour laver l'autel de Jupiter, bien qu'elle soit dédiée à Vénus. Les Gaulois, selon Pline, l'employaient pour tirer les sorts et annoncer les prophéties. Elle avait la réputation de guérir les blessures par armes en fer. Elle entrait dans la confection de nombreux philtres magiques. Ses tiges trempées dans de l'eau bénite servaient à bénir les maisons et désensorceler les maisons hantées. On se servait de la décoction de ses feuilles pour laver les yeux. Ses feuilles étaient appliquées en cataplasmes sur les plaies, ulcères, contusions et échymoses. La verveine était recommandée pour faciliter l'accouchement et favoriser la lactation. On la préconisait pour le soin des fièvres et, pour certains, elle était meilleure que la quinine.

CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

Les parties aériennes de verveine contiennent des iridoïdes (0,2 à 0,5 % verbénaline, hydrocornitine), des saponines, des flavonoïdes (lutéoline, apigénine), des substances hormonales et des tanins.

PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

La verveine est antispasmodique, anti-inflammatoire, antinévralgique, digestive, antitussive, diurétique, diaphorétique, dépurative, sédative, soulage les règles douloureuses et excessives, facilite l'accouchement, elle est galactogène et vulnéraire.

USAGE THÉRAPEUTIQUE ET POSOLOGIE

Les parties aériennes de verveine sont utiles en cas de douleurs gastriques, de migraines, de rhumatismes, de névralgie, de fièvre, de cellulites douloureuses, de préparation à l'accouchement, de contusions, de plaies, furonculoses, brûlures et érythèmes. Infusion de 15 g de parties aériennes par litre. Une cuillerée à soupe par tasse. Boire 2 à 3 tasses par jour. Décoction concentrée en usage externe.

TOXICITÉ

La verveine n'est pas toxique aux doses thérapeutiques.

