

Chiendent du littoral

Elymus pycnanthus (Godr.) Melderis

Poaceae

Principaux synonymes : *Elytrigia acuta* (DC.) Tzvelev, *Agropyron littorale* Dumort.

NOMENCLATURE

Français : chiendent du littoral

Brezhoneg : treuz yeot

English : marchwellit arfor

Español : sea couch, tick quackgrass

BOTANIQUE

Le chiendent des sables est une plante vivace, à souche traçante, pouvant atteindre 1 mètre de hauteur. Ses feuilles d'un vert glauque sont enroulées en alêne vers l'extrémité. Ses fleurs en épillets sont imbriquées sur deux rangs.

Le chiendent des sables forme des touffes dans les sables du haut de plage.

ETHNOBOTANIQUE

Les rhizomes de chiendent (en particulier *Elymus repens* (L.) Gould), ont été recommandés depuis l'Antiquité pour augmenter le volume des urines et dissoudre les calculs rénaux. La décoction de ses rhizomes servait aussi pour soulager les douleurs de la prostate et soigner les jaunisses.

Le rhizome de chiendent, a été consommé par les populations de la Préhistoire et en temps de famine. Séché, réduit en poudre et parfois ajouté à la farine, il était consommé en bouillie. Haché et grillé, il a remplacé le café. On réduisait la décoction de ses rhizomes pour en faire une sorte de mielat servant à sucrer les boissons. D'autres en ont fait des alcools et des bières d'un goût agréable.

Les rhizomes de chiendent ont servi à confectionner des brosses.



CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

Le rhizome de chiendent (*Elymus repens* (L.) Gould) contient des polysaccharides (12 à 15 % de fructosane - triticine), mucilages, une huile essentielle (agropyrene), des polyols, des saponosides, des sels de potasse et de la silice.

PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

Le rhizome de chiendent (*Elymus repens* (L.) Gould) est antiseptique, anti-inflammatoire, diurétique, dépuratif, émoullient, cholagogue, fébrifuge, vermifuge et antibiotique.



TOXICITÉ

Le chiendent n'est pas toxique.

