

Sauge verveine

Dune- Pelouse

Salvia verbenaca L.

Lamiaceae

Principaux synonymes : *Salvia clandestina* Batt., *Salvia littoralis* Ferrary, *Salvia betonicifolia* Lam., *Sclarea verbenaca* (L.) Soják

NOMENCLATURE

Français : sauge verveine, sauge à feuille de verveine, orvale sauvage, prud'homme

Brezhoneg : louzoù kroaz

Cymraeg : saets gwyllt

English : wild clary, vervein sage, verbena sage

BOTANIQUE

La sauge à feuille de verveine est une plante vivace, velue et glanduleuse, plus au moins odorante qui s'élève jusqu'à 60 cm de hauteur. Ses tiges carrées, parfois pourprées, portent des feuilles opposées, ridées, rugueuses, découpées, d'un vert foncé. Ses fleurs aux lèvres bleues, violettes ou lilas, sont disposées en verticilles en étages autour de la tige.

La sauge à feuille de verveine aime les dunes et les pelouses du littoral.

ETHNOBOTANIQUE

Les tisanes de sauge à feuille de verveine sont utilisées pour le soin des rhumes, comme digestive et tonique stimulante.

Hachées, les feuilles sont appliquées en cataplasmes sur les plaies, ulcères et les abcès nettoyés, afin d'en hâter la cicatrisation.

Les feuilles de la sauge verveine servent à faire des tisanes et les fleurs sont parfois ajoutées aux salades.

CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

La plante contient une huile essentielle (terpinéol, camphre, thuyone, eucalyptol...), des composés phénoliques, flavonoïdes (apigénine, lutéoline, salvigénine) et tanins.

PROPRIÉTÉS PHARMACOLOGIQUES

La plante est antibactérienne, antifongique, anti-radicalaire, anti-oxydante, anti-inflammatoire, immuno-modulatrice et analgésique.

TOXICITÉ

La sauge verveine n'est pas toxique.

