

Les anémones et pulsatilles

Attention danger !

Autrefois confondues par les botanistes en un même genre, les anémones et les pulsatilles sont des plantes vivaces et herbacées de la famille des Renonculacées. Il existe 120 espèces d'anémones dans le monde et 15 espèces de pulsatilles, toutes dans l'hémisphère nord, surtout en altitude. Leurs fleurs régulières (une seule par tige) et hermaphrodites, possèdent de nombreuses étamines et des pièces pétaloïdes appelées tépales, au moins 5 chez les anémones, 6 ou 7 chez les pulsatilles. Les pulsatilles sont duveteuses et leurs styles s'allongent à la fructification tandis qu'ils restent courts chez les anémones.

Dans les Alpes, leur floraison printanière, synchrone de celle des pensées, couvre les pelouses montagnardes de belles couleurs (blanche, violette, jaune) après la fonte des neiges (pentes de l'Iseran, vallée d'Avérole). L'anémone hépatique (*hepatica nobilis*), dont les feuilles trilobées évoquent un foie, illustre la théorie des signatures de Paracelse en étant utilisée en médecine phytothérapique pour soigner les maladies hépatiques. Elle fleurit au mois de mai sous les mélèzes du plateau de Bessans, faisant du sous-bois calcaire et humide un magnifique tapis de fleurs roses et blanches. L'anémone ou « fleur de vent » (vent = *anemos* en grec) doit son nom à son attirance pour les expositions ventées et du fait que le vent disperse ces graines plumeuses sur de longues distances. Certaines anémones comme l'anémone pulsatile (*pulsatilla vulgaris*), proche de l'anémone des montagnes (*pulsatilla montana*) ne s'épanouissent que lorsque le soleil brille, protégeant leurs pollens de la pluie en refermant leurs pétales violets.



Anémone pulsatile

Les Renonculacées illustrent magnifiquement la dualité entre la toxicité des plantes et leurs vertus médicinales. En effet, elles contiennent toutes à l'état frais une lactone irritante, la proto-anémone, à l'origine d'intoxications du bétail. À cette famille appartiennent par exemple, les redoutables Aconit napoléon et Aconit tue-loup qui fleurissent l'été dans nos belles montagnes. Il faut donc, pour pouvoir utiliser les anémones et les pulsatilles, les faire sécher pour que la proto-anémone devienne de l'anémone (camphre d'anémone)

dépourvue de toxicité. Si la proto-anémone provoque localement rougeurs, démangeaisons et boursouflures de la peau et des muqueuses, elle possède aussi des propriétés antibactériennes et antifongiques. Ainsi, les cataplasmes de feuilles fraîches broyées, rubéfiants et antiseptiques, peuvent être utiles en cas de rhumatismes, d'ulcères atones (détersion des vieux ulcères des chevaux en médecine vétérinaire) ou de teignes. Ingérée, la proto-anémone est toxique pour le système nerveux et provoque vomissements, diarrhées, hématurie, étourdissements, convulsions et paralysies.



Aconit napel

L'usage médicinal est dicté par les propriétés antispasmodiques de la plante entière. Nous prendrons comme exemple l'anémone pulsatile, elle est utilisée pour lutter contre : spasmes nerveux divers notamment des organes génitaux (ovarite, orchite), spasmes gastro-intestinaux, coryza et toux spasmodiques (coqueluche, asthme), éréthisme cardio-vasculaire, *règles douloureuses* (d'origine utérine), *migraines*, névralgies et certaines névroses.

Il faut être un véritable expert pour pouvoir utiliser de telles plantes sans danger, leur cueillette à usage familial est donc déconseillée. De plus, certaines espèces sont rares et protégées comme l'anémone des alpes (*pulsatilla alpina*) et l'anémone des montagnes.



Driade à huit pétales

Il ne faut pas confondre les fleurs d'anémones et de pulsatilles avec celle de l'innocente dryade à huit pétales ou chênnette (*dryas octopetala*) qui possède des feuilles caractéristiques en forme de feuilles de chêne. Cette dernière appartient en effet à la famille des Rosacées et est dénuée de toute toxicité. On élabore avec ses feuilles le « thé suisse », boisson tonique, digestive, apéritive, et anti-diarrhéique. Il suffit de cueillir des feuilles avant la floraison, de les sécher et de les couper. On met alors 20 g de ces feuilles dans 1 litre d'eau bouillante et on en boit 2 tasses par jour.

Vous pouvez vous soigner avec des Renonculacées grâce à l'utilisation de préparations d'herboristerie telles que tisanes (5 gr d'anémone pulsatile par litre d'eau, boire 2 à 3 tasses par jour de cette tisane pour soigner les pathologies spasmodiques ; 30 à 60 g d'anémone hépatique par litre d'eau, boire 2 ou 3 tasses par jour, pour soigner le foie), alcoolatures, poudres de racines, eaux distillées d'anémone (dartres, *tâches de rousseur*), poudres de fleurs séchées d'anémone pulsatile (migraines), granules homéopathiques...