

**Zeitschrift:** Bulletin pédagogique : organe de la Société fribourgeoise d'éducation et du Musée pédagogique  
**Herausgeber:** Société fribourgeoise d'éducation  
**Band:** 37 (1908)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Nos plantes médicinales [suite]  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1039558>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 18.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

les extenseurs du dos, ce qui fatigue beaucoup ; en même temps la poitrine est contractée, ce qui nuit à la respiration.

5. C'est une faute que de pencher la tête en avant ; faire relever et porter en arrière le menton. Alors le dos se redresse et la poitrine, s'élevant, s'amplifie.

6. Les débutants qui éprouvent des difficultés à prendre la position correcte ont souvent l'habitude de relever les épaules tout en les rejetant en arrière : l'instituteur commandera : *Relevez la tête !* plutôt que : *Epaules en arrière.*

7. Ne pas faire garder longtemps la position ; elle devient vite très fatigante.

(A suivre.)

G. S.

---

## Nos plantes médicinales

(Suite.)

---

### FAMILLE DES BERBÉRIDÉES

EPINE-VINETTE (*Berberis vulgaris* L) — Vinetier ; pat. Tzeiro-fu. — Arbrisseau de 2 m. et plus, à écorce cendrée, à bois jaune, formant un buisson touffu, épineux. Fleurs jaunes, odorantes, en grappes pendantes plus longues que les feuilles. Baies d'un rouge vif, à suc acide. — Fl. mai-juin.

Partout sur les collines sèches, dans les bois, les buissons.

La seconde écorce, et surtout celle de la racine, est amère, tonique et légèrement purgative ; ses baies rouges servent à préparer une limonade préférable à celle de citron, très utile dans les cas de fièvres inflammatoires, typhoïdes ou bilieuses. La décoction acidulée des feuilles forme une bonne tisane rafraîchissante.

La racine et les tiges sont, en outre, employées pour teindre en jaune la laine, le fil, le coton et les cuirs. Le suc des baies donne avec l'alun une laque d'un beau rouge. Enfin on prépare avec ces fruits écrasés, macérés dans l'eau avec du sucre brut et quelques aromates, une piquette agréable.

A côté de toutes ces qualités, l'Epine-Vinette a un défaut. C'est sur ses feuilles que se développe le champignon microscopique qui, transporté par un insecte, donne naissance à la rouille du blé.

Nous ne saurions terminer cet article sans mentionner le curieux exemple qu'offre cet arbrisseau de la sensibilité des plantes. Si l'on en touche une étamine avec la pointe d'une épingle elle se contracte et se pose sur le pistil.

## FAMILLE DES PAPAVERACÉES

PAVOT (*Papaver somniferum L.*) — Originaire de l'Orient, le Pavot est tout à la fois une plante d'ornement, une plante oléagineuse et une plante médicinale. Les capsules fournissent l'opium, ce narcotique par excellence dont on tire la morphine.

L'opium est incontestablement un des médicaments les plus précieux. Il devient utile dans tous les cas où l'on veut agir sur l'appareil des sensations. A petite dose, de 2 à 5 cg. il apaise les douleurs et procure le sommeil; au delà, il jette dans la stupeur et peut amener la mort. Il combat l'insomnie (les rhumatismes, la goutte) et les douleurs névralgiques en général. Son emploi devant être laissé au médecin, nous ne nous étendrons pas davantage sur les services que peut rendre cette précieuse subsistance.

L'infusion des têtes de Pavot (1 ou 2 capsules par litre d'eau) contient de l'opium. Des nourrices coupables ou des mères ignorantes la donnent aux enfants pour leur procurer un calme trompeur; de nombreux accidents sont résultés de cette pratique. Pour les adultes, cette infusion peut s'employer en fomentation dans les cas d'inflammation, d'irritation, ou en lavement contre les coliques, la dysenterie, la diarrhée, mais toujours avec de grandes précautions.

COQUELICOT (*Papaver Rhoeas L.*) — Pavot coq, Ponceau. — Cette jolie plante est assez connue pour nous dispenser de la décrire. Elle est très commune dans les moissons de la plaine qu'elle décore de ses grandes fleurs rouges.

Elle fournit à la médecine ses pétales dont on emploie l'infusion (3 à 4 pincées par litre d'eau) à titre de calmant dans le catarrhé pulmonaire, la coqueluche, les coliques des enfants. La décoction des capsules est plus énergique, et peut, dans quelques cas, remplacer avantageusement l'opium.

CHÉLIDOINE (*Chelidonium majus L.*) — Grande Eclaire, Herbe aux verrues, Herbe à la cigogne. — Racine fusiforme, chevelue, d'un brun-rougeâtre; tige de 4 à 7 dm. fragile, garnie de longs poils, portant des feuilles alternes, molles, glauques, amples, à segments ovales crenelés, et terminée par une ombelle de 5 à 6 petites fleurs jaunes à 4 pétales. Fruit en forme de silique. — Fl. mai-septembre.

Partout dans les lieux incultes, ombragés, les décombres, le pied des murs.

Toutes les parties de la chélidoine sont utiles : on la récolte de préférence un peu avant la floraison. A l'état frais elle a une odeur désagréable d'œuf couvé. Sa tige renferme un suc jaune, caustique, âcre et amer qui contient de la gomme-gutte. La racine est surtout active.

A la dose de 60 à 90 gr., le suc frais de chélidoine tue un chien de taille moyenne. C'est un poison narcotico-âcre qui agit d'abord en irritant les organes de la digestion, puis en produisant le narcotisme ou assoupissement accompagné de délire, d'hallucinations.

L'activité de cette plante, employée avec précaution, la rend fort utile dans les engorgements, l'hydropisie, les scrofules, la goutte, les dartres. Elle est excitante, diurétique, purgative et vomitive. On donne dans ces divers cas 5 à 6 gr. de suc frais dans 700 gr. environ de petit-lait, à prendre chaque jour en plusieurs doses. Comme purgatif ou vermifuge, on mêle le suc à du jaune d'œuf ou à de la graine de lin ; la quantité varie de quelques gouttes à une cuillerée à café ; cette dernière dose agit souvent comme éméto-cathartique. Le suc étendu d'eau forme une lotion détersive et excitante pour les ulcères de mauvaise nature ; il peut aussi rendre des services comme antiparasitaire. Quant à son emploi contre les verrues, il est peu efficace et produit l'inflammation des parties voisines.

Lorsqu'on ne peut pas avoir le suc frais, on administre l'infusion ou la décoction de plante sèche à la dose de 15 à 30 gr. par litre d'eau à prendre par tasses dans les 24 heures. Si l'on emploie la racine, on diminue la dose de près de moitié.

### FAMILLE DES FUMARIACÉES

FUMETERRE (*Fumaria officinalis* L.) ; pat. Dzenilletta dè biâ (petite poule de blé). — Plante annuelle à tige rameuse, diffuse ; feuilles très découpées à segments linéaires, très glauques ; fleurs irrégulières, petites, nombreuses, purpurines, en épis plus ou moins lâches ; 4 pétales, le supérieur prolongé en éperon. Fruit globuleux, monosperme. — Fl. mai-octobre.

Champs, lieux cultivés, murs, décombres. Commune à la plaine, plus rare dans la montagne.

Plante amère, tonique, dépurative et légèrement vermifuge. On l'emploie avec avantage dans le traitement des maladies des viscères, des scrofules et des maladies de la peau qui ne réclament pas de remèdes spéciaux, comme les dartres. Elle convient très bien aux enfants atteints de faiblesse des organes digestifs, de croûtes de lait, d'affections vermineuses. Dans ce dernier cas, elle ne serait pas assez énergique pour débarrasser rapidement l'intestin des vers.

On récolte la Fumeterre un peu avant l'éclosion des fleurs et on la dessèche promptement. On peut prendre soit le suc frais à la dose de 60 à 100 gr., seul ou mêlé au petit-lait, soit l'infusion ou la décoction de 30 à 60 gr. de la plante sèche par litre d'eau, de bière ou de vin.

### FAMILLE DES CRUCIFÈRES

CRESSON DE FONTAINE (*Nasturtium officinale* R. Br.). — Pat. crinson. — Il n'est guère besoin de décrire cette plante si connue et si commune dans les ruisseaux et près des sources, quoiqu'elle soit généralement confondue avec la Cardamine amère, de la même famille, du même habitat et jouissant des mêmes propriétés. Cette dernière a des tiges dressées, plus grêles, des fleurs beaucoup plus grandes et des siliques plus longues.

Le cresson contient du fer, de l'iode, du soufre, des phosphates; il est donc riche en minéraux. Il est stimulant, diurétique, diaphorétique et antiscorbutique, utile dans les engorgements de la rate, dans les scrofules, certaines hydropisies, et dans une foule de maladies chroniques. Si l'on ne mange la plante en nature, le suc exprimé est la meilleure préparation; on le donne à la dose de 60 à 150 gr. coupé avec du lait ou du petit-lait. On le mâche pour raffermir les gencives ramollies et ulcérées par le scorbut. Il est avantageux d'employer en même temps que le cresson les boissons ou les plantes acidules : cidre, oseille, Epine-Vinette.

Ce que nous venons de dire du cresson se rapporte également à la Cardamine amère, à la Cardamine des prés aux fleurs d'un blanc rosé ou lilas, si commune dans les prés, au Cochlearia officinal, Herbe à la cuiller qui ne se rencontre, en Suisse, qu'en deux ou trois points de l'Oberland bernois et au Spitel Ganter au-dessus du Lac-Noir, au cresson amphibie qui se trouve aux alentours du lac de Morat.

VELAR (*Sisymbrium officinale* Scop., *Erysimum officinale* L.) — Tortelle, Herbe au chantre. — Tige de 50 à 60 cm., très rameuse à rameaux très étalés. Feuilles roncées-pinnatifides; fleurs très petites, jaunâtres, en épi grêle. Siliques étroitement appliquées sur l'axe. — Fl. mai-septembre.

Lieux incultes, bords des chemins; çà et là.

Aujourd'hui dédaigné le Vélar a été employé contre les enrrouements et l'extinction de la voix et mérite son ancienne réputation. C'est une des rares plantes de cette famille qui ne perd pas ses propriétés par la dessiccation. Toutefois, il vaut mieux l'employer fraîche. On prend le suc à la dose de 15 à 30 gr.; on prépare l'infusion avec 30 à 60 gr. par litre d'eau.

MOUTARDE NOIRE (*Sinapis nigra* L., *Brassica nigra* Koch.) — Plante ann. à tige dressée, rameuse de 80 à 120 cm., hérissée inférieurement. Feuilles hérissées, lyrées et lobées. Sépales étalés, fleurs jaunes. Siliques de 15-21 mm., dressées et serrées contre l'axe. — Fl. juin-août.

Champs, chemins, cultures, décombres. Commune dans la Gruyère.

Les graines sont surtout employées à cause de leurs propriétés excitantes. Elles servent à préparer les sinapismes. Ceux-ci se font en délayant la farine de moutarde dans l'eau tiède ou froide, car l'huile volatile qui constitue son principe spécial se développe à la température de 10 à 30 degrés. Se garder d'ajouter du vinaigre. La farine récemment moulue agit plus rapidement que celle qui est ancienne. On emploie les sinapismes pour produire une excitation générale dans les fièvres de mauvaise nature, alors qu'au mouvement fébrile a succédé une prostration extrême et inquiétante; dans la paralysie, l'apoplexie, etc.

On fait aussi usage de bains sinapisés locaux; dans ce cas, il faut préalablement jeter la farine de moutarde dans un peu d'eau froide; puis, lorsque les yeux commencent à être irrités quand on les maintient

au dessus de la surface, on ajoute la quantité convenable d'eau chaude. Les bains de pieds ainsi préparés agissent très efficacement contre les maux de tête.

La graine de moutarde pulvérisée et mêlée à du vin blanc est très utile dans le scorbut. On la prend en décoction de 15 gr. dans 150 gr. d'eau, dans la fièvre putride maligne, et aussi dans la période de calme des fièvres intermittentes, l'angine, le rhumatisme chronique. L'huile douce que l'on retire des semences est purgative à la dose de 60 gr. et anthelmintique (qui chasse les vers). Lorsqu'on a besoin d'un vomitif prompt et sûr, comme dans les cas d'empoisonnement, on administre une cuillerée de farine de graine de moutarde dans un verre d'eau. On en fait aussi un bon gargarisme contre l'angine tonsillaire.

(A suivre.)

---

## ÉCHOS DE LA PRESSE

---

*Du Journal des instituteurs :*

Parmi les causes qui expliquent la désertion des champs, il en est une que nous avons, nous instituteurs, le devoir et le moyen de faire disparaître : je veux parler de l'indifférence que manifestent les paysans pour les beautés naturelles qui les entourent, pour les phénomènes mystérieux qui se produisent sous leurs yeux. Le cultivateur n'aime pas réellement la terre qui lui donne le pain ; ou s'il l'aime, c'est d'un amour intéressé. Il travaille souvent à contre-cœur, la solitude lui pèse, et il maudit le sort qui l'a placé au mancheron d'une charrue.

Il vit en aveugle dans un milieu où tout lui parle, où il pourrait jouir, s'il le voulait, d'un bonheur sans mélange. Les métamorphoses de la plante, les changements de décor qui se produisent à chaque saison, la larve qui devient papillon, l'oiseau qui recueille les matériaux de son nid, le rocher qui surgit et se dresse vers les nues, rien de cela ne le touche. Il ne sait pas feuilleter le livre de la nature ; il n'éprouve à aucun degré le sentiment de l'admiration.

D'où vient que l'habitant de la campagne est froid vis-à-vis de la nature ? C'est que, lorsqu'il allait à l'école, on lui parlait rarement de ces merveilles ; on n'attirait jamais son attention sur les lois harmonieuses qui règlent jusqu'aux plus petits détails, dans l'œuvre immense de la création.

Eh bien, cette lacune, il faut la combler. Nous devons montrer et faire apprécier aux futurs cultivateurs les magnificences naturelles qui se présentent à leurs yeux à tout instant et qu'ils