

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 21 (1991)
Heft: 9

Rubrik: Docteur nature : une poire pour la soif (de guérir)

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: 15.01.2026

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

Une poire pour la soif (de guérir)

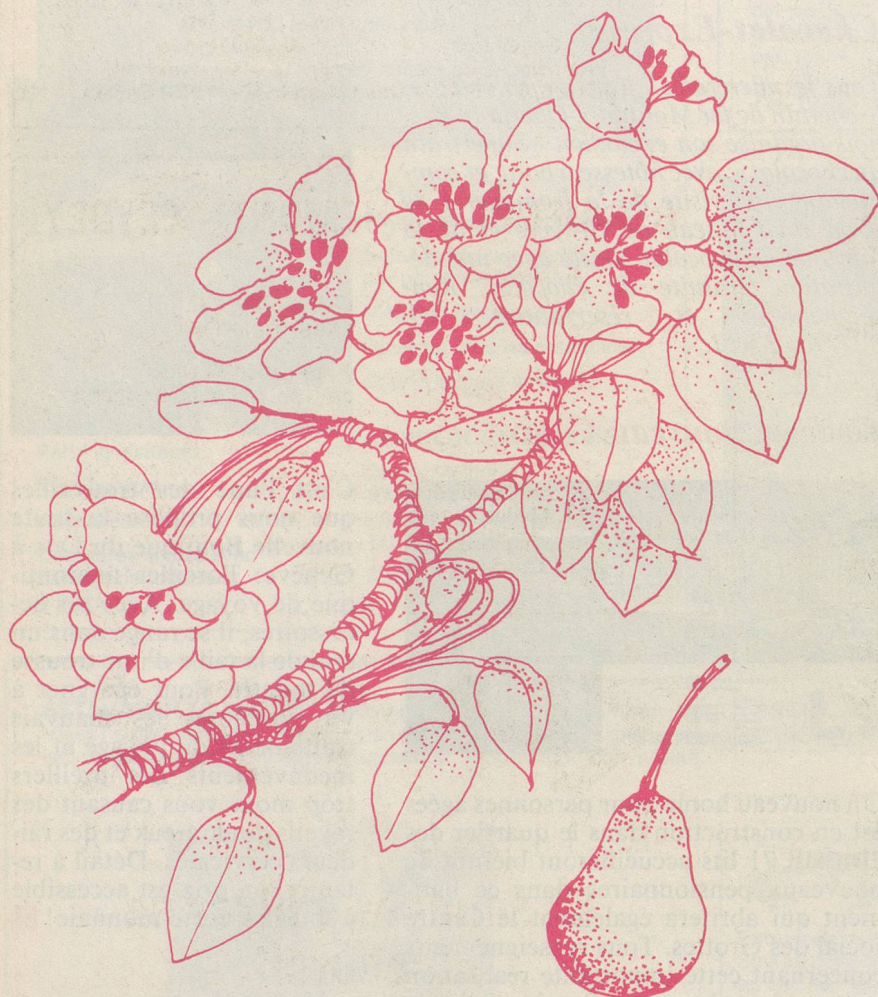


Illustration de Lizzie Napoli

Pour couper la poire en deux, nos ancêtres les plus conciliants devaient éprouver les pires difficultés: elle était minuscule. Le *Pyrus Calleryana*, qui fait éclater sa blancheur florale toute mousseuse dans nos bois de mai jusqu'à 1600 mètres, a des poires naines de 2 à 3 centimètres, grosses comme des pois bruns, criblées de lentilles respiratoires, charnues mais amères et pleines de granules pierreuses.

Les poiriers sauvages n'ont plus pour amateurs que les gastronomes de l'école buissonnière. Aujourd'hui, les poires de table rivalisent de poids et de jus, de la «Passe-Grassane à la Williams». La poire des temps modernes est aussi précieuse dans l'armoire à pharmacie des malades que le buffet des bons vivants. Elle s'intéresse aux rhumatismes goutteux, mais elle se passionne pour les infections urinaires: calculs, colibacillose, cystite, oligurie (urine en «manque»), relèvent de ce bon docteur de la verge et du verger. D'autant que son sucre est assimilé par les diabétiques.

L'écorce du poirier fait tomber la fièvre et resserre les tissus: elle est assez astringente pour assainir les plaies et les ulcères en lavages et en pansements. Comptez

30 g d'écorce pour un litre d'eau bouillante en décoction.

Elle est moins utilisée aujourd'hui – ce qui n'enlève rien à ses qualités antiputrides.

Les feuilles – surtout des branches neuves – sont diurétiques. Anti-inflammatoires et désinfectantes autant que l'écorce, elles sont, au surplus, pleines de bonne volonté sédative.

Rien de ce qui est urinaire ne leur est étranger. Non seulement elles diminuent l'acide urique, mais elles sont utiles contre les maladies de la vessie: l'urine augmente de débit et s'éclaircit. Elles intéressent les prostatiques: les douleurs diminuent et le besoin de faire pipi – la miction – se raréfie. Faites infuser 30 minutes une quantité égale (50 g) de feuilles de poirier et de pelures de pommes séchées dans un litre d'eau. En boire à volonté.

Le fruit est un médicament-dessert excellent en cure: 1 kg par jour entre les repas. La poire est parfois difficile à digérer. Mais si les gastronomes la préfèrent crue, les constipés l'aiment mieux cuite à l'eau, au four ou en compote. La poire, riche en tanin, est un fruit dépuratif et diurétique, astringent intestinal, reminéralisant nutritif, antasthénique – et permis aux diabétiques. Boisson fermentée, le poiré a autant d'amateurs que le cidre, auquel il est d'ailleurs souvent mélangé. Que les nerveux n'en abusent pas: c'est un mousseux excitant. Mais le jus de poire fermenté est assez diurétique pour éliminer les sérosités de l'hydropisie.

Pour faire du poiré, concassez des fruits pressés pour donner un résidu: le marc. Arrosez-le d'eau et pressez-le une deuxième fois. La fermentation est celle du vin. S'il a moins de 3% d'alcool, il n'a pas le droit de s'appeler «poiré», mais seulement «boisson» ou «jus de poire». C'est la fermentation complète en fûts qui fixe son nom: «poiré doux» s'il a été mis en bouteille avant la fermentation, «poiré bouché» – mousseux ou non, mis en bouteille après. Moins alcoolisé que le vin, ce «frère» du cidre peut être bu avec profit par ceux qui souffrent de calculs urinaires ou de goutte.

Alors, vive la poire! Il ne faut pas se contenter de «la garder pour la soif». Sauf pour la soif de guérir. ■