

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2010)  
**Heft:** 14  
  
**Rubrik:** Le Jardin de Jacky

### **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:** 09.01.2026

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



## LE MARRONNIER D'INDE

### Un allié pour la circulation

On pourrait presque parler d'un remède de cheval. Les premiers à découvrir les vertus de cette plante ont été les palefreniers des sultans turcs. Elle soigne différents maux dont les insuffisances veineuses et les hémorroïdes.



**Jean-Jacques Descamps**  
Phyto-  
thérapeute

Ce faux châtaignier ne vient pas d'Inde comme son nom l'indique, mais d'Asie mineure. A cette époque, et on ne sait plus trop pourquoi, les chevaux étaient souvent frappés par des emphysèmes pulmonaires: en clair, une dilatation anormale et permanente des alvéoles pulmonaires. Certains équidés montraient même une cage thoracique très rigide. On appelait cette maladie vétérinaire la pousse.

On disait alors qu'un cheval était poussif. Aujourd'hui, on utilise encore parfois ce terme pour les humains en désignant ainsi leurs difficultés à respirer. Le mot *poussah* ou *poussa* désigne généralement un gros homme mal bâti et souffrant de dyspnée. Revenons au marronnier que les germanophones appellent Roskastanie, autrement dit le marronnier-de-cheval.

#### La science s'interroge

Les palefreniers des sultans turcs soignaient en effet les chevaux en leur faisant manger les fameux marrons. La science moderne ne sait pas expliquer cet usage, car si l'escine a des propriétés anti-inflammatoires incontestables et qu'elle augmente considérablement le tonus veineux, il y aurait eu de meilleures façons de traiter les emphysèmes pulmonaires du cheval, à l'époque. C'est sans doute au nom de la même bizarrerie animale que les bisons raffolent, eux aussi, de ces fruits.

En médecine et particulièrement en phytothérapie, on utilise le marron d'Inde dans le traitement des insuffisances veineuses et dans les troubles fonctionnels de la fragilité capillaire ou encore dans la symptomatologie hémorroïdaire.

#### Indiqué pour les varices

En clair, il est conseillé pour les varices, les jambes lourdes et les troubles de la circulation sanguine sans oublier les phlébites, ulcères chroniques et hémorroïdes.

#### C'est dans la poche

Un traitement au marronnier d'Inde est facile à suivre puisqu'il ne nécessite pas de préparation particulière. On peut le consommer tout simplement en actiplantes à raison de 10 à 15 gouttes matin, midi et soir dans un bon verre d'eau. Il n'y a pas de contre-indications connues.

Étonnant: les gens de la campagne connaissent depuis longtemps un moyen économique et naturel de ne pas souffrir d'hémorroïdes. Il suffirait de mettre un marron dans sa poche. L'effet d'osmose est supposé résoudre ainsi le problème qui, sans être mortel, est particulièrement inconfortable.