

Zeitschrift: Le pays du dimanche
Herausgeber: Le pays du dimanche
Band: 3 (1908)
Heft: 117

Artikel: Plantes et tisanes
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-257576>

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: 23.01.2026

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

POUR TOUT AVIS
et communications
S'adresser
à la rédaction du

LE PAYS DU DIMANCHE

Pays du dimanche
à
Porrentruy
—
TELEPHONE

Supplément gratuit pour les abonnés au PAYS

Plantes et tisanes

Bien de nos lecteurs et lectrices nous ont remercié de l'article que nous avons donné sur les plantes qui guérissent. Nous voulons revenir sur cette utile question et publier un état plus détaillé des plantes médicinales à se procurer en famille.

On rit souvent des remèdes de bonne femme, mais ce n'est pas toujours avec raison. Si la science manque, l'expérience n'est pas toujours sans valeur, et je connais des cas où des remèdes de bonne femme ont guéri là où le médecin officiel avait échoué. Je ne veux pas tirer de ces faits des arguments contre la médecine, je veux seulement en conclure que la jeune fille et la jeune femme sont dans leur rôle si elles reviennent aux traditions du passé et ne se déchargent pas complètement sur les autres des soins quotidiens de la santé.

Les simples, autrement dit les *plantes médicinales*, étaient autrefois recueillies avec zèle, au bon moment, triées avec soin, séchées à l'ombre, puis enfermées dans des poches en papier exactement étiquetées. Quand on en avait besoin, on puisait dans sa pharmacie, ce qui valait mieux que de courir chez l'herboriste.

Outre que l'on était sûr d'avoir des plantes bien choisies et bien conservées, on avait eu le plaisir de les cueillir soi-même, et cette occupation est charmante autant qu'instructive ; on se trouve toujours bien de regarder de près les œuvres de Dieu. Vraiment, aujourd'hui, la vie devient trop prosaïque.

Les plantes médicinales sont employées

sous trois formes principales : en *infusion*, en *décocction* et en *macération*. Pour l'*infusion*, on fait bouillir l'eau, on met la plante dedans, on retire du feu et on laisse quelques minutes avant de s'en servir. Pour la *décocction*, on fait bouillir la plante dans l'eau. Pour la *macération*, on fait séjourner la plante dans un liquide. Les *tisanes* sont en général des infusions, plus rarement des décocctions.

Voici la liste des plantes médicinales les plus usuelles :

Le *bouillon-blanc* (fleurs) se prend en infusion : deux pincées de fleurs pour un litre d'eau. C'est une tisane adoucissante, employée assez fréquemment dans les rhumes, les irritations de poitrine et les inflammations de la gorge.

La *bourrache* (feuilles et fleurs) est rafraîchissante et sudorifique (qui provoque la sueur) ; elle est employée dans les maladies inflammatoires, comme la rougeole. On fait des infusions avec les fleurs : une poignée pour un litre d'eau. Ces infusions doivent être passées et très sucrées. Avec la même quantité de feuilles, on fait de bonnes décocctions.

Les *fleurs de camomille* prises en infusions légères (une fleur pour une tasse), sont bonnes pour combattre les spasmes nerveux, les faiblesses d'estomac et les coliques. On peut les employer en macération : quinze ou vingt fleurs suffisent pour un litre d'eau.

Petite *centaurée* (fleurs). — C'est une plante tonique (poison), mais c'est aussi un très bon fébrifuge — qui combat la fièvre — calme les faiblesses d'estomac et les attaques de vers : 8 ou 16 grammes de ses

fleurs en infusion suffisent pour un litre d'eau.

Gentiane (racines). — Les racines de la gentiane s'emploient surtout en décocction : de 15 à 30 grammes pour un litre d'eau. La gentiane est prescrite contre les mauvaises digestions, la jaunisse, les affections scrofuleuses ou vermineuses.

Guimauve et *mauve* (racine, feuilles, fleurs). — Ce sont des plantes adoucissantes par excellence. On utilise la racine et les feuilles de la guimauve en décocctions. La mauve était connue autrefois et cultivée. Les Romains l'employaient comme aliment. D'après Pythagore, l'emploi fréquent de la mauve comme aliment déveillait les facultés intellectuelles et favorisait la pratique de la vertu. En général, les médecins de l'antiquité considéraient cette nourriture comme laxative. Aujourd'hui encore, dans certains endroits du midi de la France, on fait entrer la mauve dans un plat spécial, nommé *brèdes*, qui est entièrement composé de légumes.

On emploie fréquemment, non seulement les fleurs de mauve en infusion, mais aussi sa racine en décocction pour combattre les inflammations intérieures, surtout de la poitrine : pour une infusion, trois ou quatre pincées de fleurs dans un litre d'eau ; pour une décocction, 40 ou 50 grammes de racine et 60 grammes de sucre.

Les décocctions de mauves servent aussi pour des injections contre les inflammations de toutes sortes.

Lierre terrestre (feuilles et fleurs). — Les infusions de lierre terrestre sont recommandées dans les catarrhes pulmonaires.

Sureau (fleurs). — Les fleurs de sureau

dain, avec des têtes de mort, ils commencent une épouvantable partie de quilles.

Les crânes rebondissaient sur les dalles et roulaient sinistrement.

Van Felst voulut faire. Il fit un pas en arrière. Son pied heurta un anneau de fer scellé dans une dalle, et les spectres disparurent sans qu'il put voir où ils étaient partis.

Le bonhomme respirait déjà et se remettait de son épouvante lorsqu'il entendit un sifflement aigu et prolongé.

Il se retourna.

Un énorme serpent rampait et s'avancait vers lui, la gueule ouverte.

L'infortuné recula, mais de toutes parts, un, deux, dix serpents s'approchèrent.

Il fut bientôt entouré.

L'un d'eux l'enlaça, le serra... Nouveau Laocoon. Le bonhomme étouffait.

(A suivre.)

Feuilleton du Pays du dimanche 4

LA DEMEURE ENSORCELÉE

CONTE

par Henri Demesse

VI

Notre homme fit un pas en avant, mais l'obscurité était grande.

Il étendit la main pour ne pas se heurter. Bientôt il entendit un bruit inexplicable. Il prêta l'oreille... Le bruit cessa.

— C'est sans doute la pluie qui fouette les vitres, se dit-il... Marchons !

Il n'avait pas achevé ce mot : « Marchons », qu'un bruit de pas se fit entendre à ses côtés. A coup sûr, il ne s'était pas trompé. On marchait bien réellement-là, tout près de lui...

Les pas étaient lourds, mais cadencés, réguliers, égaux...

Reculer ?... Impossible !

Van Felst s'était, à tout hasard, muni d'une lanterne sourde.

Il l'alluma...

Alors d'épouvante ses cheveux se dressèrent sur sa tête.

Tout autour de lui, une multitude de spectres, vêtus de longs suaires, marchaient lentement, traînant des chaînes énormes sur les dalles d'une salle immense, remplie de squelettes blanchis.

Tout d'abord, les spectres s'approchèrent et firent mine de l'enlacer.

Van Felst recula, et, tout tremblant, vint jusqu'à la muraille tendue de velours noir. Sa main rencontra un point d'appui, il s'y cramponna, mais ce qu'il tenait céda, et subitement les spectres s'éloignèrent.

L'un d'eux, alors, aligna sur le sol quatre tibias pris à différents squelettes, et, sou-