

Les plantes sauvages toxiques en France (2e partie)

Jean Luc Dumas

Le Concombre d'âne (ou **Cornichon sauteur**) est une plante herbacée méditerranéenne de la famille des Cucurbitacées à tiges rampantes, poussant à basse altitude. Parmi ses feuilles, des fruits ovoïdes velus, bleu-vert, de 3 à 5 cm projettent leurs graines jusqu'à 10 mètres sous forte pression avec un liquide poisseux et irritant. Le poison, produit dans les racines mais présent partout dans la plante, provoque des irritations cutanées : il est donc conseillé de ne pas la toucher. *Fin septembre, lors d'une randonnée dans les monts du Vaucluse, notre curiosité a été attirée par cette plante vivace rampante aux tiges dressées et poilues, ressemblant à un semis de cornichons.*



Les Aconits sont des plantes vivaces herbacées montagnardes de 60 à 120 centimètres, dont les feuilles d'un vert sombre sont palmées avec des divisions lobées. Leurs fleurs semblent coiffées d'un casque. Elles contiennent des alcaloïdes toxiques, dont l'aconitine, puissant neurotoxique, poison mortel pour les humains et pour de nombreux animaux. **Eviter, absolument, de les cueillir.**

L'Aconit Napel (aussi appelé Casque de Jupiter), avec ses belles fleurs violettes, est considéré comme la plante la plus toxique d'Europe, quelle que soit la partie. Il suffit de 2 à 4 g de racine fraîche pour obtenir une dose mortelle. La victime la plus célèbre de l'aconit est Claude, le 4^{ième} Empereur Romain, empoisonné par son épouse. Utilisé dans l'Antiquité comme Arsenic végétal, notamment pour empoisonner les flèches. Il pousse un peu partout en France mais est moins présent dans l'Ouest.



L'Aconit Tue-Loup est fréquemment observé auprès de l'**Aconit Napel**, dont il se différencie par sa taille plus élevée et ses longues grappes de fleurs jaune pâle, au casque plus étroit. Depuis l'Antiquité cette plante a été utilisée pour empoisonner les flèches ou pour éliminer les animaux sauvages dont on voulait se protéger (chacals, tigres, renards, loups...) notamment en incorporant de la racine d'aconit à de la viande avariée, utilisée comme appât.



La **Digitale pourpre** ou **Grande Digitale** est fréquente en France sauf des régions méditerranéennes, hors Corse, où elle est très commune et les Landes. Elle pousse dans les clairières et chemins forestiers sur sols siliceux. Très vénéneuse, y compris par contact : 10 g de feuilles sèches et 40 g de feuilles fraîches sont mortels pour l'homme. On en extrait la **digitaline** ou **digitoxine**, utilisée comme tonocardiaque (traitement de la tachycardie et de l'arythmie cardiaque). De la même famille botanique, la digitale jaune et la digitale laineuse sont également toxiques.



En Europe, on recense environ 25 espèces de **Dauphinelles** ou **Pied-d'alouette**, plantes herbacées généralement vivaces, rarement annuelles ou bisannuelles. Beaucoup de dauphinelles ont des aires de répartition très restreintes et plusieurs figurent sur la liste des espèces menacées. Les feuilles sont profondément découpées en 3 à 7 lobes pointus et dentés. La hampe florale, dressée, affiche des dimensions variables selon l'espèce, oscillant de 10 cm pour certaines espèces alpines à 2 m pour les formes les plus imposantes des prairies. Les fleurs sont de teintes violettes, bleues, rouges, jaunes ou blanches. Toutes les parties de la plante contiennent des alcaloïdes, provoquant des vomissements, lorsqu'ils sont ingérés, et même, à forte dose, pouvant entraîner la mort ! Plusieurs espèces sont cultivées comme plantes d'ornement, sélectionnées pour leurs épis de fleurs denses et voyants.





L'*Actea spicata*, arbrisseau aux fleurs blanches et aux baies noires particulièrement toxiques, pousse dans les forêts humides en basse montagne, sur les sols calcaires. En cas d'ingestion, vomissements, diarrhées, tachycardie, céphalées, hypotension, vertiges, mort par défaillance cardio-vasculaire peuvent survenir.



L'*Adonis Vernalis*, petite plante herbacée à fleurs jaunes, pousse surtout sur les pelouses calcaires et les pentes rocailleuses. Les fleurs apparaissent vers les mois de mars/avril en plaine et mai/juin en montagne. Cette espèce est présente en France dans le Massif central, dans les grands Causses et aussi en Alsace. Ces racines, tiges et graines contiennent un alcaloïde, l'**adonidine**, pouvant provoquer vomissements, diarrhées, paralysie respiratoire et troubles cardiaques. La dose létale est de 0,6 g pour un homme.



La Ciguë (*Grande Ciguë*, *Petite Ciguë*, *Ciguë aquatique*), plante très toxique était le poison officiel des **Athéniens**, pour exécuter les condamnés à mort. La plus célèbre victime fut le philosophe **Socrate**. Des intoxications humaines accidentelles peuvent se produire par confusion de la plante et/ou de sa racine avec d'autres plantes comestibles comme le panais, le céleri, le navet, le cerfeuil des bois, la carotte et même, pour la plantule, avec le persil. L'odeur désagréable de la plante adulte, évoquant l'urine de souris ou de chat quand on la froisse, limite heureusement les risques d'ingestion.



La Belladone, plante vivace de grande taille, est caractérisée par des tiges robustes, ramifiée, légèrement velues, et de couleur rougeâtre. Elle atteint généralement entre 1,5 à 2 m de hauteur présentant un port dense et touffu. On rencontre cette espèce dans les clairières de bois humides d'altitude (Alpes, Jura, ...). Ses différents organes contiennent de l'atropine et d'autres substances à effet encore plus puissant. Les baies sont le plus souvent responsables d'intoxications, surtout chez l'enfant (le goût des baies est doux) qui peuvent aisément les confondre avec des **myrtilles**. Chez l'adulte, 10 à 15 baies ingérées peuvent provoquer la mort tandis que 2 à 3 baies suffisent à entraîner une intoxication grave chez l'enfant. Il existe également un risque d'intoxication humaine par consommation indirecte d'oiseaux ou d'escargots se nourrissant eux-mêmes de feuilles ou de fruits de Belladone, auxquels ces animaux sont insensibles.



Le **Daphné** (également connu sous le nom de morillon, camélée ou daphné des alpes) est un arbrisseau mesurant entre 40 et 120 cm, avec des tiges droites, en forme de baguettes souples terminées par des bouquets de feuilles minces et allongées. Ses fleurs rouges ou roses apparaissent en février, avant l'apparition des feuilles, et exhalent une délicieuse odeur. Les fruits rouges mûrissent de juillet à septembre. Le nom scientifique du **Daphné** fait référence à la figure mythologique

grecque, fille de Pénée courtisée par Apollon. Refusant de céder à ses avances, elle demanda à son père Pénée de la transformer en laurier rose. En grec, Daphné est le nom du laurier. Le nom arabe du Daphné, *Defla*, signifiant "poison mortel". L'ensemble de la plante est **toxique**, que ce soient les feuilles ou les fruits. La dose toxique correspond à l'ingestion de 4 à 5 fruits tandis que la dose létale pour un adulte se situe entre 10 et 20 fruits. Les fruits ont parfois été utilisés comme appâts pour empoisonner poissons, renards et loups.

Nota : Depuis le 1 juillet 2021, les distributeurs ou vendeurs de végétaux ont l'obligation d'informer les acquéreurs de plantes vivantes présentant un risque pour la **santé humaine** par un document d'accompagnement indiquant la dangerosité de ces végétaux : <https://plantes-risque.info/plantes/>

L'Ambroisie à feuilles d'armoise, est une plante herbacée annuelle à fleurs vertes, originaire d'Amérique du Nord, désormais présente en Europe où elle envahit les zones rudérales agricoles. La majorité des départements français sont concernés. Cette espèce pionnière et nitrophile est connue pour la dispersion de son pollen pouvant provoquer des allergies chez les personnes sensibles (rhinite allergique). Elle est majoritairement présente dans la vallée du Rhône où l'assurance maladie estime le coût de ses effets entre 12 et 20 millions d'euros par an.

Autres plantes dont le pollen peut être allergisant : noisetier, aulne, bouleau, chêne, charme, cyprès, frêne, genévrier cadre, murier à papier, olivier, ainsi que différentes graminées comme l'ambroisie, l'armoise, le plantain, la baldingère, la canche, la fétuque, le fromental, et la pariétaire...

Le Sumac vinaigrier, arbuste originaire d'Amérique du Nord, a été introduit en Europe comme plante ornementale. Ses fruits acides servent parfois à fabriquer une sorte de limonade rose. Cet arbuste pousse surtout sur les pentes sèches et rocailleuses des terrains calcaires. Le latex du Sumac est toxique et son contact avec la peau peut provoquer des allergies ou des dermatoses.

Les Alocasias, plantes tropicales de plus en plus populaires, sont généralement cultivés en pot et en serre. On en dénombre 91 espèces originaires des régions allant de l'Asie tropicale et subtropicale à l'Australie orientale. La tige (un rhizome) contient des cristaux d'oxalate de calcium raphides ainsi que d'autres irritants susceptibles - en cas d'ingestion - d'engourdir et de provoquer un gonflement de la langue et du pharynx causant des difficultés respiratoires et de fortes douleurs de la gorge. Les parties inférieures contiennent encore plus de poison.

L'Agave d'Amérique est une espèce originaire d'Amérique du Nord. Très utilisé en horticulture, il existe maintenant sur tous les continents et est considéré comme invasif dans le sud de la France, notamment dans le Parc national des Calanques où des campagnes d'arrachage ont régulièrement lieu. La sève de cet agave, qui contient des huiles irritantes et des cristaux d'oxalate, peut provoquer des dermatoses. Celles-ci peuvent être combattues avec l'air chaud d'un sèche-cheveux en plusieurs passages sur les rougeurs ou démangeaisons, l'effet, très rapide, soulage énormément.

Le Datura wrightii. Cette plante herbacée très toxique, est parfois utilisée comme hallucinogène. Originaire du Mexique et du Sud-ouest de l'Amérique du Nord, elle est très vite exportée et étudiée dans les régions chaudes de la planète, en raison de sa beauté et des substances convoitées qu'elle contient. D'un port étalé et buissonnant, sa taille varie de 0,4 à 1,5 mètre de hauteur. Ses fleurs, en forme d'entonnoir, sont blanches, très souvent teintées de violet, et dégagent un parfum délicat. Ce Datura est réputé anciennement pour son utilisation divinatoire et hallucinogène lors de cérémonies par certaines tribus indiennes.

Les variétés de **Brugmansia** sont originaires des régions tropicales d'Amérique du Sud. Au stade végétatif initial, le jeune plant pousse vers le haut sur généralement une seule tige, jusqu'à ce qu'il atteigne sa première fourche principale à 80-150 cm de hauteur. Il ne fleurit qu'après avoir atteint cette fourche. Cultivées comme plantes ornementales en pot dans le monde entier, leur toxicité la plus courante se manifeste généralement par une pupille dilatée qui peut survenir notamment chez les enfants en se frottant les yeux avec la main après avoir touché la plante.





L'**If commun**, ou **If à baies**, est une espèce de conifères non résineux. Longévif et poussant lentement, il peut atteindre 25 m de haut, mais la plupart des individus sont plus petits. Le bois d'if était très utilisé au Moyen Âge pour la confection des arcs et des arbalètes, les Anglais, en firent le *longbow* (arc long anglais), dont l'utilisation fut décisive en 1346 lors de la bataille de Crécy. Toutes les parties de l'arbre, sauf l'arille rouge entourant la graine, sont très toxiques. Les fleurs des pieds femelles sont verdâtres et forment des fruits, rouge vif, qui, jadis étaient consommés en confiture, puisque, seule la chair du fruit n'est pas toxique ! La graine, quant à elle, est mortelle pour les mammifères qui la mâcheraient. De nombreux cas d'empoisonnements mortels sont signalés dans la littérature.



La **Rue officinale** (appelée aussi **Rue des jardins** ou **Rue fétide**), sous-arbrisseau très ramifié et ligneux à la base, peut atteindre 70 cm à 100 cm de hauteur. Ses feuilles vert glauque, semi-persistantes, sont un peu charnues. Ses fleurs, petites, de couleur jaune verdâtre, sont regroupées en corymbe. Dégageant une forte et pénétrante odeur rappelant le coco (régλισse + citron), cette plante toxique fut utilisée autrefois pour ses propriétés abortives en raison des très violentes contractions abdominales qu'elle provoque, causant l'expulsion du fœtus mais également des hémorragies entraînant souvent la mort de la mère. Un contact avec la plante suivi d'une exposition au soleil peut provoquer une dermatite aiguë. Il convient de bien nettoyer au savon la peau touchée avant toute exposition au soleil, ou de protéger la partie de peau touchée d'un vêtement.



La **Bryone dioïque** ou **Navet du Diable**, plante herbacée vivace à fleurs grimpantes des haies par ses vrilles et ses feuilles palmées, est l'une des rares cucurbitacées spontanées dans les régions tempérées avec le concombre d'âne. Cette plante est vénéneuse par ses baies rouges et sa racine. L'absorption de 15 baies, attrayantes par leur couleur, suffirait à provoquer la mort d'un enfant, et 40 seraient mortelles pour un adulte. La bryone peut provoquer des dermatites (plus ou moins irritantes) par simple contact cutané.



La **Jusquiame Noire** est une plante annuelle ou bisannuelle, à odeur désagréable dont la tige est velue et visqueuse. Les nombreuses feuilles sont molles et douces au toucher. La fleur est en corolle tubulée, terminée par cinq larges lobes arrondis de couleur jaune pâle, avec des nervures pourpres ou violettes. Toxique, elle pousse dans les terrains en friche ou labourés, souvent près de la mer ou à proximité de bâtiments agricoles. Les symptômes de l'intoxication sont identiques à ceux du datura ou de la belladone. Les surdosages peuvent entraîner spasmes, hallucinations, tachycardie, perte de conscience et arrêt respiratoire. La toxicité bien réelle est cependant très rarement observée. Il a été signalé une confusion de la racine avec celle du persil.

L'Echo des Toits N° 16 - Compléments d'information et ERRATUM

L'**huile de ricin** est une huile végétale non alimentaire extraite des graines de **ricin**. Ces graines contiennent deux substances qui sont un poison pour l'être humain : la ricine et la ricinine. Selon un document de l'université de Limoges, la ricine serait 6 000 fois plus toxique que le cyanure. En revanche, l'huile extraite des graines ne contient pas ces substances toxiques, puisqu'elles ne sont pas solubles dans l'huile. L'huile n'est donc ni toxique, ni dangereuse. En médecine naturelle, cette huile est utilisée depuis longtemps comme purgatif.

ERRATUM :

Inversion de photos pour les informations concernant les asperges, lire :



Asperge sauvage



Asperge des bois

La **liste des plantes toxiques** de cet article (EDT 16 & 17) n'est pas exhaustive, elle présente les plantes toxiques les plus dangereuses et les plus communes à notre environnement (jardinage, balades, randonnées...).

Sources : Wikipédia ; Fleurs sauvages familières et méconnues – Éditions Debraisieux