

Le LIERRE & ses vertus : références sur l'Internet

Le lierre contient dans ses feuilles et dans son bois un principe actif : l'**hédérine**, reconnu comme un puissant calmant et décongestionnant.

Attention! il est préférable d'employer le lierre à l'extérieur, plutôt qu'à l'intérieur, car il a sur l'organisme humain un redoutable pouvoir de destruction des globules rouges.

Des feuilles pilées pour faire des emplâtres facilitent la **suppuration** des plaies et accélèrent leur guérison (Léonard de Vinci affirmait que les sangliers blessés se roulaient sur le lierre des forêts pour se soigner).

Des compresses imbibées d'une décoction concentrée de lierre grimpant (250 g de feuilles fraîches pour un litre d'eau, bouillies 10 mn, macérées 10 mn) décongestionneront et soulageront les parties du corps inflammées (cellulite, vergetures).

Contre les **cors** et les **durillons** : faire macérer un bol de feuilles fraîches coupées en petits morceaux dans un 1/2 litre de vinaigre bouillant pendant une nuit. Appliquer les feuilles macérées directement sur les cors et garder au moins 2 heures.

Contre la **migraine** : extirper le jus de quelques feuilles fraîches en les mixant, les mettre sur une compresse que l'on appliquera sur les tempes.

Contre les **rhumatismes**, les névralgies, les séquelles de phlébite, les douleurs des jambes gonflées, les névrites, la sciatique : faire un cataplasme avec 2 poignées de feuilles fraîches hachées, mélangées à 4 poignées de son et 1/4 de litre d'eau pour en faire un pâte homogène ; chauffer à feu doux pendant 10 minutes, étendre ensuite sur une gaze et garder en place pendant au moins demi-heure.

Enfin, pour **détacher** et **raviver** du **linge** de couleur foncée : faire bouillir 2 bonnes poignées de feuilles fraîches dans 1 à 2 litres d'eau pendant 15 minutes, laisser infuser 30 minutes, passer et ajouter ce liquide à l'eau de trempage du linge. Frotter légèrement et laisser tremper quelques heures. Pour du coton noir devenu grisaille, quelques poignées de lierre dans l'eau, porter à ébullition, rajouter le tissu, laissez bouilloter 5/6mn et le laisser dedans jusqu'à presque refroidissement complet, et ...pas besoin de teinture noire ! (tachka-apln-blog)

Tableau 3 - Plantes sauvages et cultivées du Québec pouvant servir au contrôle de la tavelure

<https://eap.mcgill.ca/agrobio/ab330-04.htm>

Nom français	Nom latin	Présence ou culture au Québec	Dilution efficace	Durée d'efficacité sèche
Lierre	Hedera helix	région de Montréal	1/128	3 mois

Les propriétés fongicides et douvicides ont été démontrées *in vivo* ; les propriétés amoebicides et leishmanicides ont été démontrées *in vitro*. De plus l'extrait de lierre est cytotoxique et antibactérien (*Bruneton, Pharmacognosia Phytochimie Plantes médicinales p.56*). Leur utilisation en topique était donc justifiées.

Pline recense 20 spp de lierre ; troublent l'esprit, purgent la tête, attaquent les nerfs, diurétiques, calment les maux de tête, contre les ulcères malins

<https://blog.defi-ecologique.com/lierre-biodiversite-rechauffement-climatique/>

<https://www.lechemindelanature.com/2016/11/18/lierre/>

<https://www.birdlife.ch/fr/content/facades-et-toits-vegetalises>