

Hedera helix L., 1753

(Lierre grimpant)

Identifiants : 41971/hedhel

Association du Potager de mes/nos Rêves (<https://lepotager-demesreves.fr>)

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 07/05/2024

- **Classification phylogénétique :**

- **Clade : Angiospermes ;**
- **Clade : Dicotylédones vraies ;**
- **Clade : Astéridées ;**
- **Clade : Campanulidées ;**
- **Ordre : Apiales ;**
- **Famille : Araliaceae ;**

- **Classification/taxinomie traditionnelle :**

- **Règne : Plantae ;**
- **Division : Magnoliophyta ;**
- **Classe : Magnoliopsida ;**
- **Ordre : Apiales ;**
- **Famille : Araliaceae ;**
- **Genre : Hedera ;**

- **Synonymes français : lierre rampant, lierre commun, lierre, bourreau des arbres, herbe de Saint-Jean ;**

- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Ivy, English ivy, Algerian ivy, Baltic Ivy, Common Ivy ;**

- **Rusticité (résistance face au froid/gel) : -29°C ;**

- **Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :**

non comestible et/ou toxique



Précautions :

néant, inconnus ou indéterminés.

- **Note médicinale : *****

- **Usages médicaux : Remède naturel contre la bronchite : infuser 1 c. à thé comble (0,3 g) de feuilles séchées dans 150 ml d'eau bouillante durant dix minutes. Boire jusqu'à trois tasses par jour^{(((PASSEPORTSANTÉ.NET} ;**

- **Illustration(s) (photographie(s) et/ou dessin(s)):**



De gauche à droite :

Par Esser, P.H.H., *Giftpflanzen Deutschlands (1910) Giftpfl. Deutsch., via plantillustrations*

Par Thomé, O.W., *Flora von Deutschland Österreich und der Schweiz (1886-1889) Fl. Deutsch., via plantillustrations*

• **Liens, sources et/ou références :**

- **Tela Botanica** : : <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-30892> ;
- **"Dave's Garden" (en anglais)** : <https://davesgarden.com/guides/pf/go/1637/#b> ;
- **PASSEPORTSANTÉ.NET** : <https://www.passeportsante.net/fr/Actualites/Dossiers/DossierComplexe.aspx?doc=5-remedes-naturels-contre-bronchite-p3> ;
- **Wikipedia** :
 - https://fr.wikipedia.org/wiki/Lierre_grimpant (en français) ;
 - https://en.wikipedia.org/wiki/Hedera_helix (source en anglais) ;
 - https://de.wikipedia.org/wiki/Gemeiner_Efeu (source en allemand) ;
- ⁵ **"Plants For a Future" (en anglais)** : <https://www.pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Hedera+helix> ;

dont classification :

- **"The Plant List" (en anglais)** : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-96659 ;
- **GRIN (en anglais)** : <https://npg.ars-grin.gov/details.pl?taxonometrydetail?id=300252> ;

Le lierre grimpant Utilisé depuis de nombreuses décennies dans un cadre médicinal, le lierre grimpant est reconnu depuis 1988 par la Commission E allemande pour le traitement des infections et des inflammations des voies respiratoires, de même que les symptômes de la bronchite chronique. Quelques essais cliniques ont permis de conclure à l'efficacité possible de cette plante à soulager les symptômes des bronchites aiguës et chroniques, notamment en augmentant l'apport d'air dans les poumons et en réduisant les excès de toux. ; Posologie : Infusion. Infuser 1 c. à thé comble (0,3 g) de feuilles séchées dans 150 ml d'eau bouillante durant dix minutes. Boire jusqu'à trois tasses par jour. Capsules de poudre de feuilles séchées. Prendre l'équivalent de 300 mg de poudre par jour. Extrait fluide (1:1). Prendre 0,3 ml par jour. Teinture (1:5). Prendre 1,5 ml par jour. Extraits normalisés. On trouve aujourd'hui des extraits normalisés de feuilles séchées de lierre grimpant, souvent incorporés à des sirops qui peuvent renfermer d'autres ingrédients actifs. Suivre les indications du fabricant. Enfants. Réduire de moitié les dosages qui précèdent. ; <https://www.passeportsante.net/fr/Actualites/Dossiers/DossierComplexe.aspx?doc=5-remedes-naturels-contre-bronchite-p2>