



Plantes toxiques

Mais c'est naturel !

Oui, mais tout ce qui est naturel n'est pas forcément bon pour la santé ! Certaines plantes sont de redoutables poisons, d'autres sont irritantes, peuvent engendrer des brûlures ou alors sont allergisantes.

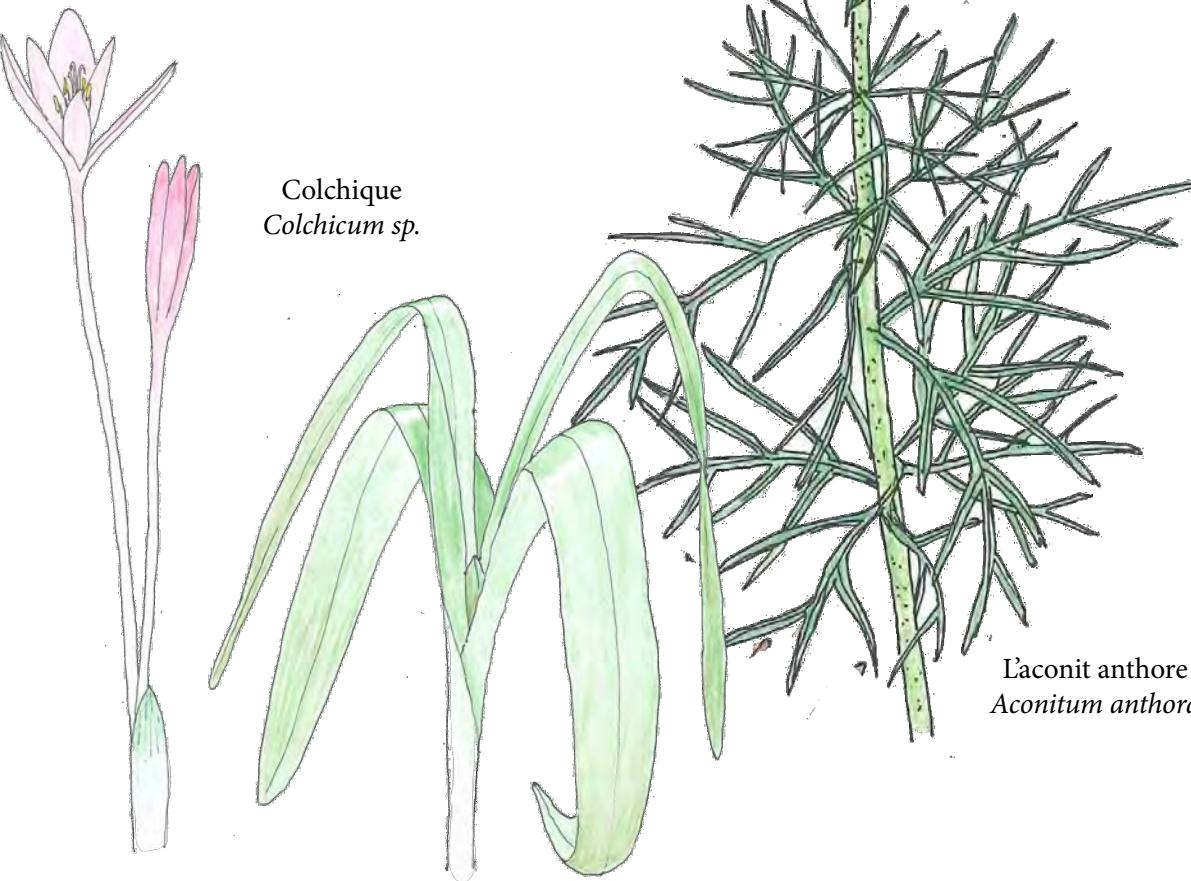
Même les plus innocentes peuvent provoquer des réactions problématiques dans certaines conditions. « La dose fait le poison » disait Paracelse.

Il ne faut pas non plus oublier nos animaux chez qui certaines plantes inoffensives pour nous peuvent être dangereuses pour eux.

Il est donc important de bien connaître les espèces qui nous entourent notamment si l'on souhaite consommer des plantes sauvages.



Colchique
Colchicum sp.

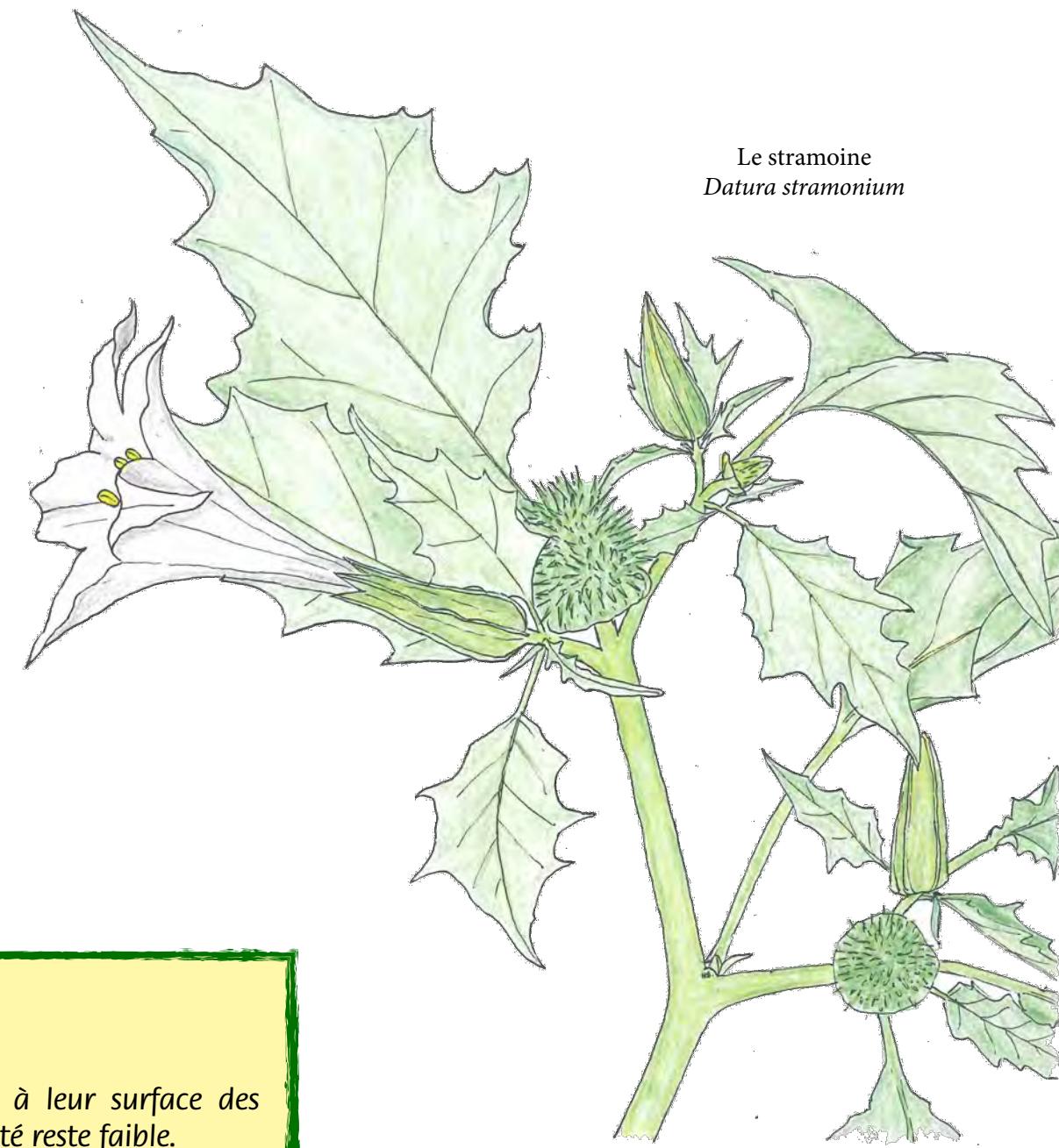


Par ingestion

Ce sont des plantes qui contiennent des substances nocives qui, lorsqu'elles sont ingérées, peuvent causer des effets toxiques allant de légers à potentiellement mortels. Même une petite quantité peut être dangereuse, surtout pour les enfants et les animaux domestiques.

On peut les consommer **par confusion** avec une espèce comestible (aconit, colchique, laurier rose) ou **par attrait** de leurs fruits (belladone, chèvrefeuilles) ou de leur propriétés (Stramoine, pavot).

Dans de rares cas, le **contact** de la sève avec une blessure de la peau peut aussi être responsable d'une intoxication.



Le stramoine
Datura stramonium

Par contact

On peut distinguer :

- les plantes **urticantes**, elles possèdent à leur surface des poils urticants, comme l'ortie. Leur toxicité reste faible.
- les plantes **irritantes**, c'est généralement leur sève qui provoque une réaction de la peau. Beaucoup sont **photosensibilisantes** : L'exposition au soleil, après contact avec ces plantes, peut provoquer des réactions cutanées sévères, même plusieurs jours après le contact initial (Berce, angélique, rue, figuier).
- Les plantes **allergisantes** : elles produisent des allergènes, généralement sous forme de pollen, qui peuvent déclencher des réactions allergiques chez les personnes sensibles (Ambroisie, pariétaire, cyprès).

Ne pas oublier les pollutions et parasites

La proximité de pollution (bord de route, contamination du sol, etc.) ou la contamination par des parasites (douve, échinocoque) est également une source de toxicité chez des plantes normalement sans danger.

Légendes



Plantes produisant des substances allergènes (souvent dans leur pollen) qui produisent chez les personnes sensibles des réactions inflammatoires locales ou plus diffuses. Les troubles typiques sont une rhinite, des yeux rougis, une toux ou de l'asthme.

Allergisant



Plantes contenant des substances irritantes pour la peau à la suite d'un contact plus ou moins important. C'est souvent la sève ou le latex qui est responsable des irritations. Le trouble principal est une dermite de contact.

Irritant



Plantes contenant des substances qui ne sont irritantes pour la peau qu'après une exposition au soleil. C'est souvent la sève ou le latex qui est responsable des réactions. Les troubles principaux s'apparentent à des brûlures de la peau pouvant aller jusqu'au 2^e degré.

Irritant



Plantes contenant des substances toxiques pour l'organisme après ingestion. Les troubles sont généralement vomissements, diarrhée, confusion, convulsions.

Si un organe n'est pas précisé dans l'étiquette, c'est l'ensemble de la plante qui est toxique.

Toxique



Plantes contenant des substances toxiques pour l'organisme après ingestion. Les troubles sont généralement vomissements, diarrhée, confusion, convulsions pouvant entraîner la mort dans les cas les plus graves.

Si un organe n'est pas précisé dans l'étiquette, c'est l'ensemble de la plante qui est toxique.

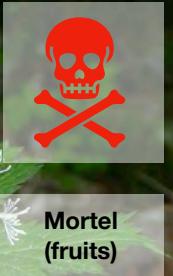
Mortel



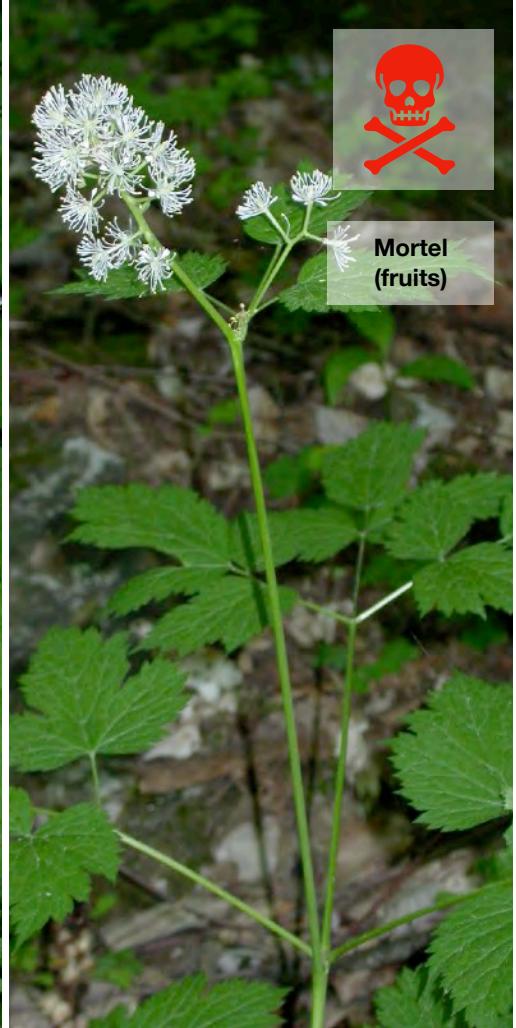
Aconits - *Aconitum sp.* - Ranunculaceae



Clématites - *Clematis* - Ranunculaceae



Actée en épis - *Actaea spicata* L.- Ranunculaceae



Anémones - *Anemona* sp. - Ranunculaceae



Mortel
(surtout
fruits à
faible dose)



Belladone - *Atropa bella-donna* L. - Solanaceae



Mortel



Colchique - *Colchicum* - Colchicaceae



Mortel



Arum d'Italie - *Arum italicum* Mill. - Araceae



Mortel
(fruits,
racine)



Bryone dioïque - *Bryonia dioica* Jacq. - Cucurbitaceae



Toxique



Sureau Yèble - *Sambucus ebulus* L. - Adoxaceae



Mortel



Grande ciguë - *Conium maculatum* L. - Apiaceae



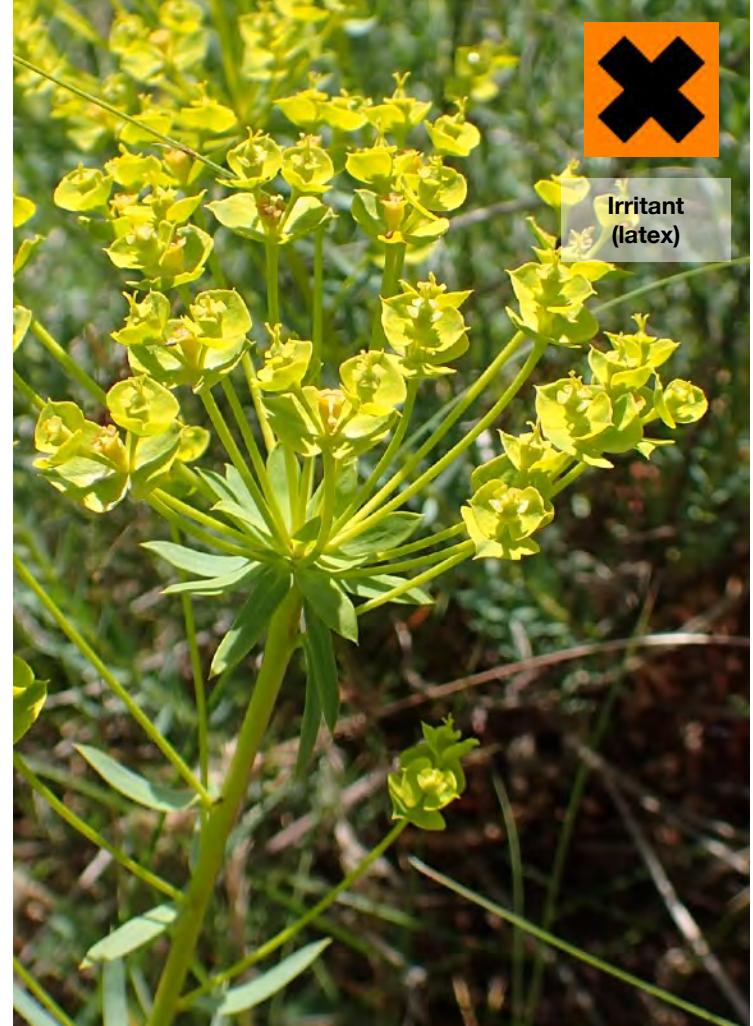
Mortel
(graines)
Autres
parties
toxiques

Cytise des Alpes - *Laburnum alpinum* (Mill.) Bercht. & J.Presl - Fabaceae

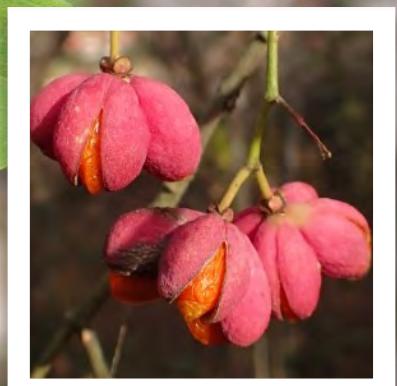


Mortel
(Fruits)

Corroyère à feuilles de myrte - *Coriaria myrtifolia* L. - Coriariaceae



Euphorbes - *Euphorbia*- Euphorbiaceae



Mortel

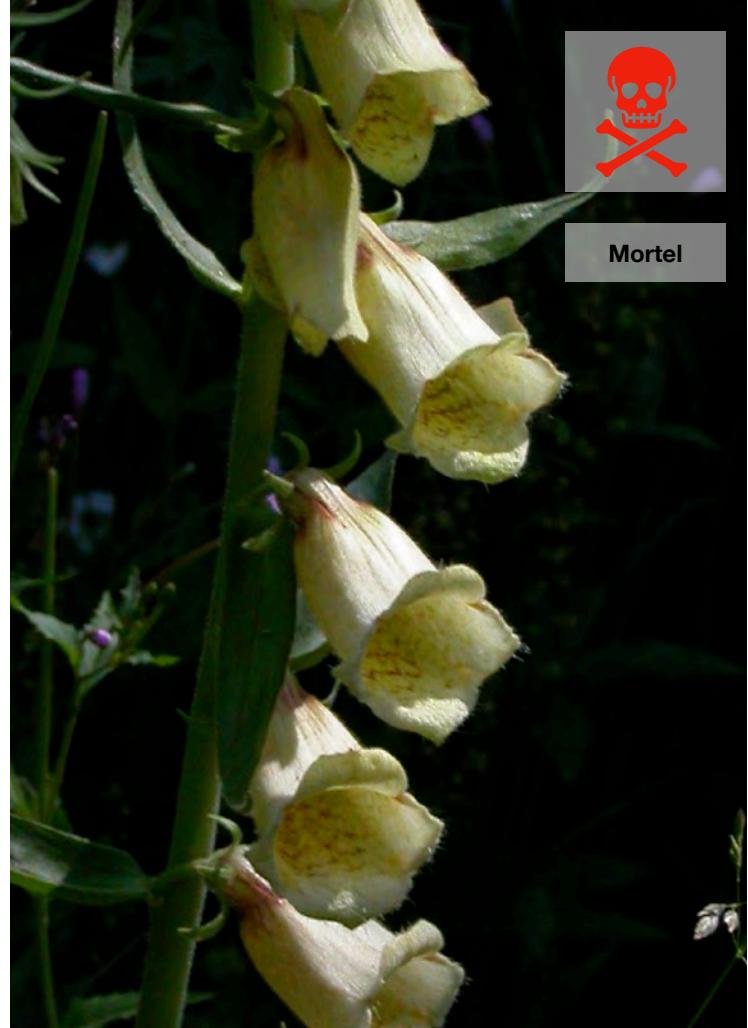
Fusains - *Euonymus* - Celastraceae



Daphnés - *Daphne* - Thymelaeaceae



Stramoine - *Datura stramonium L.* - Solanaceae



Mortel

Digitales - *Digitalis* - Plantaginaceae



Mortel

Morelle douce-amère - *Solanum dulcamara* L. - Solanaceae



Irritant
(latex)



Chélidoine élevée, herbe à la verrue - *Chelidonium majus* L. - Papaveraceae



Mortel
(fruits)



Chèvrefeuilles - *Lonicera* - Caprifoliaceae



Mortel



Gui - *Viscum album* L. - Santalaceae



Toxique
(Fruits)



Chèvrefeuilles - *Lonicera* - Caprifoliaceae



Mortel (sauf
arille sans
la graine)

If - *Taxus baccata* L. - Taxaceae



Mortel

Jusquiame - *Hyoscyamus* - Solanaceae



Mortel
(Uniquement
l'amande à
l'intérieur du
noyau ou
pépins)

Pruniers, abricotiers, amandiers, pommiers, poirier, sorbiers - Rosaceae



Mortel à
faible dose

Laurier-Rose - *Nerium oleander* L. - Apocynaceae



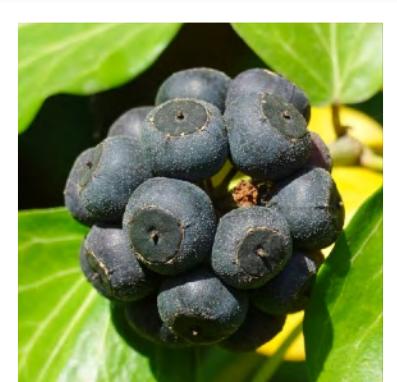
Nerprun purgatif - *Rhamnus cathartica* L. - Rhamnaceae



Parisette à quatre feuilles - *Paris quadrifolia* L. - Melanthiaceae



Mortel



Lierre grimpant - *Hedera helix* L. - Araliaceae



Toxique



Marronnier d'Inde - *Aesculus hippocastanum* L. - Sapindaceae



Rhododendron ferrugineux - *Rhododendron ferrugineum* L. - Ericaceae



Ricin commun - *Ricinus communis* L. - Euphorbiaceae



Robinier faux acacia - *Robinia pseudoacacia* L. - Fabaceae



Sceau-de-Salomon - *Polygonatum* - Asparagaceae



Tamier commun - *Dioscorea communis* (L.) Caddick & Wilkin - *Dioscoreaceae*



Troène commun - *Ligustrum vulgare* L. - *Oleaceae*



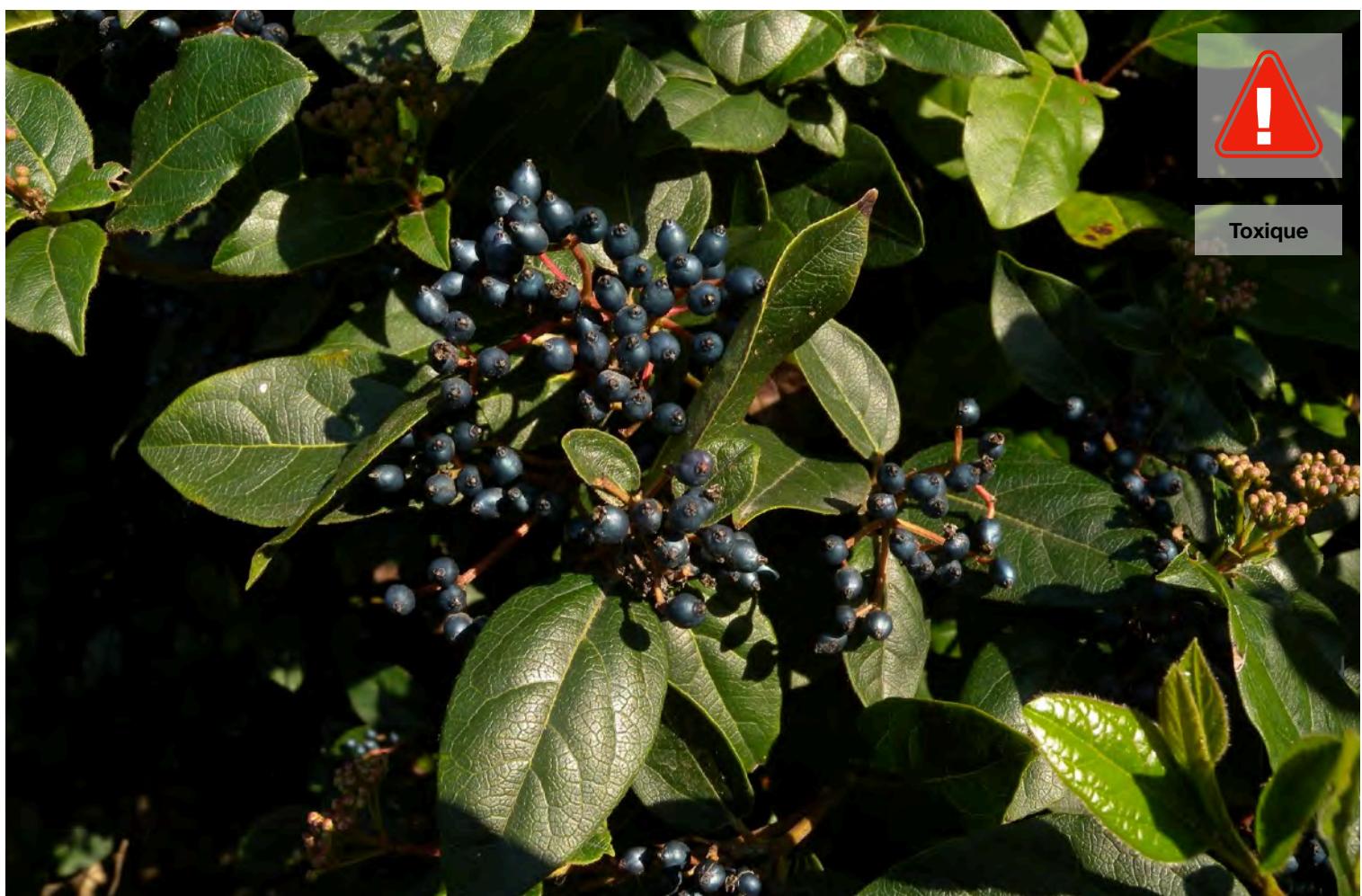
Mortel



Vératre de Lobel - *Veratrum lobelianum* Bernh. - *Melanthiaceae*



Toxique



Viorne tin - *Viburnum tinus* L. - *Viburnaceae*



Épine-vinette - *Berberis vulgaris* L. - Berberidaceae



Buis toujours vert - *Buxus sempervirens* L. - Buxaceae



Panais cultivé - *Pastinaca sativa* L. - Apiaceae



Berces - *Heracleum* - Apiaceae



Irritant



Rues - *Ruta* - *Rutaceae*



Irritant



Figuier d'Europe - *Ficus carica L.* - *Moraceae*



Angélique des bois - *Angelica sylvestris* L. - Apiaceae



Orties - *Urtica* - Urticaceae



Toxique



Ellébore fétide - *Helleborus foetidus* L. - Ranunculaceae



Toxique
(surtout
bulbes)



Dame-d'onze-heures - *Ornithogalum umbellatum* L. - Asparagaceae



Allergisant



Pariétaire de Judée - *Parietaria judaica* L. - Urticaceae



Allergisant



Ambroisie à feuilles d'armoise - *Ambrosia artemisiifolia* L. - Asteraceae



Mortel



Petite ciguë - *Aethusa cynapium L.* - Apiaceae



Renoncules - *Ranunculus* - Ranunculaceae



Irritant
(sève)
et toxique





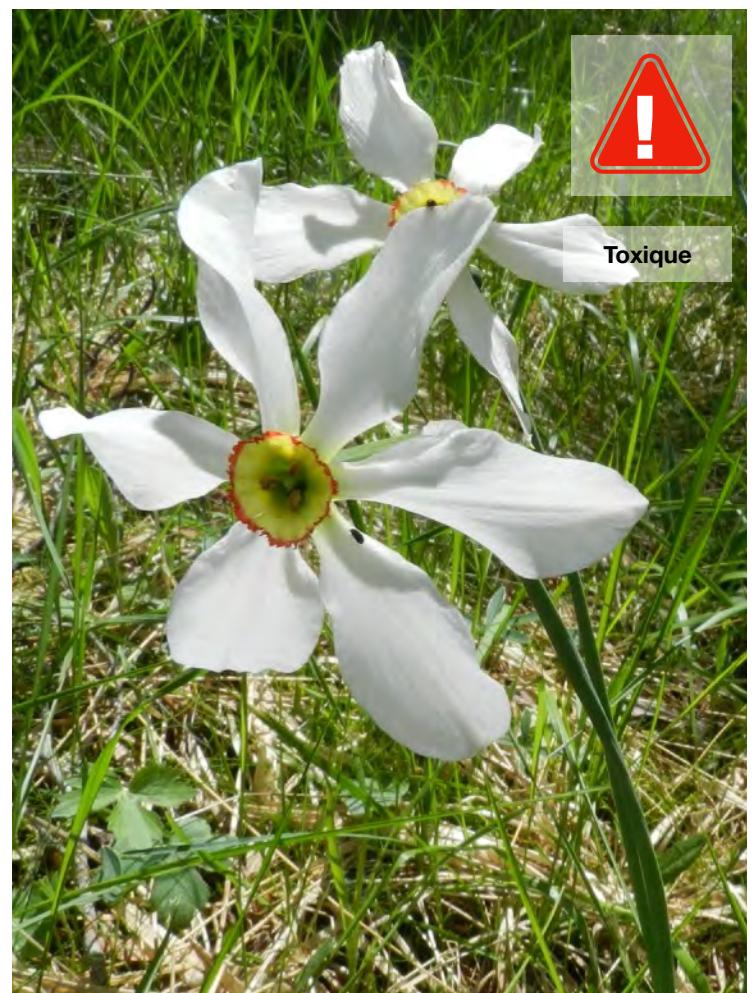
Raisin d'Amérique - *Phytolacca americana L.* - *Phytolaccaceae*



Pavots - *Papaver.* - *Papaveraceae*



Morelle noire - *Solanum nigrum* L. - Solanaceae



Narcisses, Jonquille - *Narcissus* - Amaryllidaceae



Lis - *Lilium* - Liliaceae



Muguet - *Convallaria majalis* L. - Asparagaceae



Chênes - *Quercus* - Fagaceae



Cyprès toujours vert - *Cupressus sempervirens* L. - Cupressaceae