



# Le millepertuis

Depuis des siècles, le millepertuis compte parmi les plantes médicinales les plus importantes. Cependant, ce n'est que depuis quelques décennies, que la science moderne a découvert ses propriétés euphorisantes et que celui-ci peut être utilisé dans le traitement de la dépression.

## TEXTE: RÉDACTION

Le millepertuis (*Hypericum perforatum* L.) fleurit au solstice d'été, lorsque les jours sont les plus longs. C'est d'ailleurs l'une de ces journées lumineuses qui a donné son nom allemand à la plante: la Saint-Jean (24 juin).

Cette plante vivace peu exigeante peut atteindre jusqu'à 80 centimètres de haut. Outre sa tige à deux tranchants et ses fleurs jaune vif, elle se caractérise par ses feuilles. A contre-jour, elles semblent perforées (du latin perforatum) en raison de leurs nombreuses glandes sébacées. Un autre trait distinctif est le liquide rouge qui s'écoule lorsque les bourgeons et les fleurs fraîches sont écrasés. «Sang du Seigneur» et «Herbe de sang», deux anciens noms de cette plante médicinale, font allusion à ce phénomène. Les appellations «Herbe de Walpurgis» et «Herbe aux sorcières» rappellent quant à elles les rites et coutumes associés au solstice d'été.

## Un ancien remède revisité

Hippocrate (vers 460–360 av. J.-C.) décrivait la plante comme un remède éprouvé pour la cicatrisation des plaies, tandis que Dioscoride (40–90 apr. J.-C.) la recommandait en cataplasme pour soigner les brûlures et la sciatique. Pour Paracelse (1493–1541), elle était même «une substance universelle pour l'être humain tout entier».

Cependant, l'effet antidépresseur du millepertuis n'a été découvert qu'aux alentours de 1985. Il serait plus juste de parler de redécouverte, car la plante était déjà recommandée contre la déprime dans le Livre de pharmacopée de Lorsch vers 795, et Hildegarde de Bingen avait souligné son effet sur la mélancolie (bile noire).

Le millepertuis a été récompensé à deux reprises: comme «Plante médicinale de l'année 2015» et «Plante médicinale de l'année 2019». L'hypericine hydrosoluble et l'hyperforine liposoluble sont des composants clés de l'effet antidépresseur (euphorisant). Elles améliorent la transmission du signal au niveau des terminaisons nerveuses importantes (synapses). L'extrait entier est considéré comme le principe actif. Étant donné qu'une teneur élevée en hyperforine peut entraîner des

interactions médicamenteuses, il peut être judicieux d'utiliser des extraits de millepertuis à faible teneur en hyperforine.

Les flavonoïdes tels que l'hypéroside, le rutoside et l'isoquercitrine sont responsables des effets cicatrisants et antioxydants. Aujourd'hui encore, l'huile de millepertuis (huile rouge) est extraite des fleurs de millepertuis et utilisée comme remède cicatrisant pour les armoires à pharmacie. On s'en sert en cataplasme, en liniment ou encore en usage interne.

*Hypericum perforatum* est cultivé pour la production de médicaments. Les médicaments modernes à base d'extraits standardisés de millepertuis comptent aujourd'hui parmi les remèdes les plus importants pour traiter la dépression légère à modérée. <

## Sources

Teedrogen und Phytopharmaka, ISBN 978-3-8047-2369-6 | Heilsame Wildpflanzen, ISBN 978-3-258-07977-6 | nhv-theophrastus.de | zellerag.ch

Sponsored by Zeller

## Humeur en dérive ? remotiv® !



Ceci est un médicament autorisé.  
Lisez la notice d'emballage.  
Max Zeller Söhne AG  
8590 Romanshorn

0825/3108

zeller 