



## Lierre

Hedera helix L. - Famille des Araliaceae

## **▶** DESCRIPTION **◆**

C'est une plante ligneuse rampante ou grimpante, pouvant évoluer en buisson, suivant les lieux où elle pousse et les tailles qu'elle subit.

- ▶ Ses feuilles sont alternes, persistantes, coriaces et luisantes. Les tiges rampantes présentent des feuilles découpées en 3 ou 5 lobes tandis que les feuilles des tiges verticales (nonaccrochées à un support) sont entières de forme losangique.
- ▶ Ses fleurs sont jaune verdâtre, regroupées en ombelles ; La corolle a cinq pétales et le calice est réduit à cinq pointes. Seules les tiges verticales sont florifères.
- ▶ Ses fruitss ont charnus (drupes) devenant noirs à maturité. Son nom français « lierre » est issu du latin hedera, de haerere signifiant « s'attacher ».

## USAGES

Bien que toutes les parties de la plante soient considérées comme toxiques, il était autrefois très utilisé en médecine populaire.

Aujourd'hui, le lierre entre dans la composition de crèmes amincissantes, lotions capillaires, shampoings, ainsi que divers médicaments pour lutter contre la toux et l'asthme. Les feuilles de lierre ont été indiquées pour un usage cicatrisant et adoucissant en cas d'affections dermatologiques (crevasses, gerçures, écorchures), dans les pathologies des voies respiratoires et en cosmétologie comme adjuvant anti-cellulite des régimes amincissants.

Cependant, le contact prolongé ou répété avec le Lierre peut induire une réaction allergique : dermatite, érythème, vésicules. Ces réactions sont favorisées par l'humidité et l'ensoleillement.

## ▶ ÉCOLOGIE & HABITAT ◀

Jeune, il est attiré par l'ombre (arbres, murs) qu'il colonise puis gravit pour rechercher ensuite la lumière et se reproduire.

Il habite la plupart des forêts européennes en dehors des montagnes. Il préfère les humus doux et abonde dans les forêts caducifoliées où il peut entièrement couvrir le sol. Contrairement à une idée autrefois répandue, le lierre n'est pas du tout un parasite. C'est un "arbre sans tronc", il a besoin d'un support (arbre ou mur) pour s'élever en s'attachant par des crampons.







Hedera helir par Ullians Roubaudi - Tela Botanica (cc by-aa) ; 2/ Hedera helir par Alain Bigou - Tela Botanica (cc by Variat et levil accidente (cc by-aa) et et levil Tecca Carlos Botanica (cc by-aa)