

JULIETTE BRABANT-HAMONIC

Vieux remèdes en Normandie

———— Dessins DOMINIQUE MANSION ————



Éditions **OUEST-FRANCE**



Sommaire

- 4 -
Introduction
- 8 -
Le lait d'ail
- 10 -
Le bouillon de légumes
de la diète
- 12 -
La tisane de bourrache
- 13 -
Le vin de camomille
- 14 -
La tisane
de queues de cerises
- 15 -
Les brocolis de choux
- 16 -
Le cidre de cormes
- 17 -
L'eau d'orge,
fenouil et pomme
- 18 -
La compresse de fleurs
- 19 -
La tisane
à la feuille de frêne
- 20 -
La compresse
à la feuille de lierre
- 22 -
Le lait
de lierre terrestre
- 24 -
Le pétale de lis
- 25 -
L'huile de millepertuis
- 26 -
La tisane de patience
- 27 -
Le vin de pêche
- 28 -
Le bouillon de persil
- 30 -
Le cataplasme
de plantain
- 32 -
La tisane
de petite centaurée
- 33 -
Le sirop de radis noir
- 34 -
L'eau de riz
- 35 -
Le gargarisme
à la ronce
- 36 -
Le cataplasme de
sang-de-dragon
- 38 -
La liqueur de tanaisie
- 39 -
L'inhalation de thym
- 40 -
Le bain de tilleul
des enfants
- 41 -
La tisane de tilleul
- 42 -
La tisane
des quatre fleurs
- 44 -
La vulnéraire -
aurône
- 46 -
Glossaire
- 47 -
Bibliographie

Le bouillon de légumes de la diète



Navet

Diurétique, peu calorique et facile à digérer, contre la constipation et les accès fébriles.

Hippocrate, en Grèce, la conseillait déjà, et ses héritiers suivaient alors ses conseils: *Les docteurs ils étaient forts là-dessus, la diète, c'était le remède à tous les maux.* La menthe était le terme qui rassemblait

de nombreuses espèces, repiquées au jardin (*Mentha viridis*, *piperita*), dont la plupart venaient des chemins frais, comme *M. aquatica*, *baume de rivière*. On appelait encore *pouliot* la menthe à feuilles rondes dont on se souvenait du parfum (*M. rotundifolia* et *pulegium*) en souvenir, peut-être, de celui de l'Antiquité.

Dans nos campagnes, quelques siècles après le médecin de Cos et son école, le bouillon de légumes constituait la base commune pour

Remède

Quand on avait une bonne indigestion, une crise de Foie, vomissements, Fièvre, début de grippe, c'était la diète, ne prendre que bouillon de légumes et tisane de menthe ou tilleul, on trouvait que c'était souverain pour un redémarrage.



Carotte



Poireau

remédier à de nombreuses affections virales et gastriques. Adultes et enfants participaient de cette restriction temporaire et savamment distillée. Dans les internats, l'infirmerie était souvent tenue par une religieuse: *C'était le remède, quand il y en avait un qui avait la moindre chose, on commençait je ne sais quelle misère, la rougeole pas déclarée, une sœur prenait la température, et puis, allez, le lit et la diète...* En pharmacie, on préparait aussi des «bouillons», prescrits par le médecin dans le traitement des diarrhées des nourrissons.

Bouillon

1 à 3 poireaux (*Allium porum*) selon grosseur et saison, 2 petits navets (*Brassica napus*), 2 carottes moyennes (*Daucus carotta*). Faire bouillir à petit feu dans 2 litres d'eau additionnée de sel, passer.

La composition variait selon les écoles, présence ou absence de pommes de terre, abondance de poireaux, mais tout le monde s'accordait sur les consignes rigoureuses, *ne boire que le bouillon. Le lendemain on reprenait une petite alimentation douce, on mettait une pomme de terre, mangeait les légumes, des pommes cuites (Malus communis).*



Menthe à feuilles rondes

La compresse de fleurs



Grande
Camomille

Antiseptique, adoucissante, anti-inflammatoire, serait peut-être antibiotique, calmante.

Dans les jardins de nos grands-mères, se dessinent à partir de l'allée centrale les allées latérales jalonnées de planches rectangulaires de légumes. Les fleurs décoratives et nécessaires à l'emploi médical étaient placées en bordure. Lis blanc (*Lilium candidum*), camomilles, roses étaient cueillies, dès leur floraison, préparées et conservées dans bouteilles et flacons pour les différents soins. La compresse d'eau de rose, simple macération de pétales dans l'eau bouillie, et celle d'infusion de fleurs de camomille (taies blanches de *Tanacetum parthenium*), *c'était souverain pour laver les yeux rouges, qui coulent* (inflammations des yeux, paupières, abcès).



Rosa
centifolia

Compresse

Faire bouillir doucement dans l'eau une pincée de pétales de roses pâles (*Rosa centifolia*), une pincée de fleurs de camomille, une pincée de fleurs de mauves (*Malva sp.*) une pincée de fleurs de bleuets (*Centaurea cyanus*), une pincée de fleurs de chélidoine (*Chelidonium majus*). Laisser tiédir, imbiber un morceau de toile ou de coton et appliquer.



Bleuet
(*Centaurea cyanus*)



Mauve musquée
(*Malva moschata*)

La tisane à la feuille de frêne



Diurétique, tonique, amaigrissante, fait baisser les douleurs articulaires, contre la constipation.

Si le frêne (*Fraxinus excelsior*) suscite encore pour certains la mémoire de la mythologie scandinave, l'*Edda* et les traditions vikings, ce sont les feuilles dont l'usage en boisson pétillante, dépurative, le cidre de frêne, persiste à marquer le souvenir. Paquets tout préparés vendus chez l'herboriste, le pharmacien et même à la boulangerie : *ça remplaçait le cidre pour les personnes âgées et les enfants*. Les feuilles, dont l'infusion avait la renommée d'être dépurative, *mais ne pas trop en boire, ça affaiblit*, pouvaient également être appliquées en cataplasme sur les douleurs et les maux de reins. On recueillait pour cet emploi la sève qui suintait d'un morceau de son bois mis à brûler et on l'appliquait directement à bonne température à l'emplacement des rhumatismes et de l'arthrite.

Cidre de frêne

1 litre d'eau, 10 g de feuilles de frêne, 5 g de levure de bière, 10 g d'acide tartrique, 1 kg de sucre semoule, dissoudre l'acide et le sucre dans l'infusion des feuilles, quand la température a baissé, ajouter la levure de bière, mettre en bouteille.



Le bain de tilleul des enfants

**Antispasmodique, sédatif, émollient de la peau,
facilite l'endormissement, combat la fièvre.**

Le tilleul (*Tilia cordata*, *T. platyphyllos*), tiyeû, tey', tè (Atlas linguistique et ethnographique normand), arbre sacré dans les pays nordiques, « avait des propriétés bénéfiques. On croyait que, planté auprès d'une maison, il protégeait ses hôtes contre les maléfices. Beaucoup de paroisses normandes, parmi les plus anciennes, portent le nom du tilleul. D'autres – ce qui revient au même – s'appellent Le Theil ou Le Thil » (J. Fournée). *Le tilleul, c'était pour faire baisser la fièvre, les gens en ramassaient, ils n'achetaient pas beaucoup, on ramassait, on faisait sécher dans un sac en toile ou en papier. Les fleurs cueillies en boutons sont toujours recommandées aux bébés atteints d'une forte température, c'est un rempart*

contre le danger des convulsions en faisant baisser la fièvre et il les calme, *c'est bon pour les enfants nerveux. Il est également recommandé contre certaines affections de la peau, dartres, démangeaisons.*

Bain
Mettre plusieurs
poignées de fleurs
dans l'eau tiède,
laisser tremper
et donner le bain.





La tisane de tilleul

**Antispasmodique, calme l'action des nerfs,
aide la digestion, émollient, facilite le som-
meil.**

Quand on était malade, c'était le tilleul (*Tilia cordata*, *T. platyphyllos*). L'équation était simple, il était réservé aux états fébriles qui signaient la maladie, aux enfants et personnes âgées. Arbre Saint-Jean, considéré comme bénéfique, les fleurs odorantes étaient cueillies de préférence ce jour-là, *quand il est en bouton, le laisser sécher sur une toile à l'ombre*, « il répand autour de lui l'odeur de la tisane qui annihile d'avance les spectres de la nuit » (P. Gascar). *C'est très bon pour dormir. J'en prends seulement si j'ai besoin, parce que ça amaigrit le sang. Il faut en prendre, mais pas trop, ça purgerait trop le sang.*

Calmant, sédatif, mais selon les dires des témoins il était dangereusement affaiblissant, car les forces corporelles et morales, l'énergie vitale pouvaient être atteintes par un abatement néfaste à la somme de travail que tout un chacun se devait d'accomplir. *Il fait passer la fièvre, mais ne pas en abuser, il appauvrit.*

Infusion

Mettre des fleurs dans une tasse, verser de l'eau bouillante, adoucir de miel, prendre le soir.

