

SAULE BLANC – SALIX ALBA



Généralités

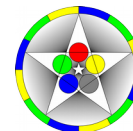
Le saule blanc est originaire du continent européen et pousse dans des lieux humides. Cette plante médicinale est également présente en Asie et en Amérique du Nord. Le saule blanc est utilisé depuis 2 500 ans pour soulager les personnes atteintes de douleurs articulaires et vaincre la fièvre. En Chine, il est consommé dès le Ve siècle avant notre ère comme antipyrétique et analgésique. Au I^{er} siècle, le médecin, pharmacologue et botaniste grec Dioscoride propose de consommer "des feuilles de saule, écrasées avec un peu de poivre et trempées dans du vin" dans le but de calmer les douleurs situées dans la région lombaire. Durant le Moyen Âge, le saule blanc est un produit dont l'usage est favorisé pour réduire les vomissements et traiter les verrues. En 1828, le pharmacien français Leroux parvient à isoler le principe actif du saule : la salicine. Dix ans plus tard, Piria élude sa transformation par le corps en acide salicylique. La synthèse de cette substance active crée l'aspirine.

L'écorce de saule blanc contient des tanins, des flavonoïdes (qui pourraient avoir des propriétés anti-inflammatoires) et des composés salicylés (en particulier la salicine). Dans l'organisme, la salicine est transformée en acide salicylique, substance anti-inflammatoire et antalgique (contre la douleur). Isolé chimiquement au début du XIX^e siècle, l'acide salicylique a commencé à être synthétisé en 1860. Un dérivé plus actif, l'acide acétylsalicylique, a ensuite été identifié à partir de la spirée (une plante également appelée « reine-des-prés ») et a, de ce fait, pris le nom d'aspirine. Une légende était née !

Arbres ou arbustes dioïques (les sexes sont séparés) à feuilles simples, soyeuses, avec des reflets argentés sur les deux faces, les saules se développent dans des zones humides, notamment à proximité des cours d'eau. Ils peuvent atteindre 25 m de hauteur. L'écorce est crevassée alors que les jeunes rameaux sont velus et flexibles. Se distinguant par leurs couleurs, les fleurs femelles sont vertes et les fleurs mâles sont jaunes. Elles sont regroupées en chatons. Les fleurs mâles ont 2-5 staminées. Ovaires uniloculaires, les fleurs femelles affichent des chatons duveteux durant la période printanière. Les fruits du saule blanc apparaissent sous forme de capsules de forme allongée.

Descriptif

Nom latin :	Salix Alba
Noms communs :	Saule Blanc, Osier Blanc, Sandre, Saule Argenté
Parties utilisées :	L'écorce
Principes actifs :	Dérivés salicylés entre 1 et 11% (glucoside de l'alcool salicylique, salicine/salicoside, salicortine), flavonoïdes (isoquercitroside, glycosyl naringétole, isosalipurposide), tanins catéchiques en proportion variable jusqu'à 20%, autres composés phénoliques en faible quantité (triandrine, vimaline, grandidentatine, syringoside, picéoside).



Indications et Propriétés

MENSTRUATIONS & BOUFFÉES DE CHALEUR & SUEURS NOCTURNES

Antispasmodique, le saule soulage les règles douloureuses. Attention toutefois, il sera déconseillé en cas de règles abondantes ou de blessure récente, car comme l'aspirine il aura pour effet de fluidifier le sang et donc d'augmenter le débit sanguin. Dans ce cas on lui préférera l'extrait hydroalcoolique de Sauge sclérée (Salvia sclarea).

DOULEURS ARTICULAIRES & ARTHROSE & ANTI-INFLAMMATOIRE

Les études les plus convaincantes sur les effets de l'écorce de saule blanc ont été menées sur des patients souffrant de douleurs lombaires. Cinq études portant sur environ 800 personnes, dont certaines contre placebo, semblent indiquer que l'écorce de saule blanc peut soulager ce type de douleur et diminuer le recours aux médicaments anti-inflammatoires. Des effets similaires, quoique moins marqués, ont été observés dans trois études portant sur les douleurs liées à l'arthrose.

L'Agence européenne du médicament reconnaît comme « cliniquement bien établi » l'usage de l'écorce de saule blanc dans « le traitement de courte durée des douleurs lombaires », et comme « traditionnel » son usage contre « les douleurs articulaires mineures, la fièvre liée au rhume et les maux de tête ».

La Commission E du ministère de la Santé allemand admet l'usage traditionnel de l'écorce de saule blanc contre « la fièvre, les douleurs rhumatismales et les maux de tête ».

Précautions

CONTRE-INDICATIONS

Les contre-indications de la consommation de produits contenant de l'écorce de saule blanc sont identiques à celles de l'aspirine. Il faut éviter leur consommation par des personnes allergiques aux salicylates, aux anti-inflammatoires non stéroïdiens, par des personnes souffrant d'ulcères de l'estomac ou du duodénum ou encore par des personnes sujettes aux hémorragies. Cette plante médicinale est déconseillée également aux personnes asthmatiques, malades des reins ou souffrant de goutte et, enfin, chez les femmes enceintes ou durant l'allaitement.

EFFETS INDÉSIRABLES

Les effets indésirables sont rares, même si un surdosage peut causer des réactions allergiques (urticaire, crise d'asthme, démangeaisons) et des troubles digestifs (diarrhées, nausées). Le saule blanc est une plante anaphrodisiaque qui réduit la libido.

INTERACTIONS

On ne note aucune interaction avec des plantes médicinales ou des compléments. Cependant, un risque théorique existe en cas d'utilisation avec des plantes qui fluidifient le sang.

Si aucune interaction avec des médicaments n'est notable, un risque théorique existe avec des médicaments comme l'aspirine ou les anti-inflammatoires non stéroïdiens.