

Plantes pouvant aider à la lutte contre le choléra

Par Marilise Rouzier, Biologiste

Haiti est frappée par une épidémie de choléra, maladie très contagieuse touchant une population déjà fragilisée et due à une bactérie très agressive, le *Vibrio cholerae*. Cette maladie cause une déshydratation sévère qui peut en quelques heures emporter le malade si rien n'est entrepris. Le Ministère de la Santé publique a déjà fait sortir plusieurs notes et conseils à la population et il est très important de suivre ces recommandations à la lettre, en particulier en ce qui concerne les mesures d'hygiène, l'ajout de chlore à l'eau et la consommation de sérum oral dès les 1ers symptômes de la maladie (selles fréquentes, blanchâtres et très liquides, vomissements, coliques et fièvre). Dès les 1eres signes, Il faut aussi se rendre au centre de santé le plus proche. Voila également quelques plantes pouvant aider à diminuer l'activité de l'intestin sous l'action de la bactérie et à perdre moins d'eau par les selles en se rendant au centre. On peut aussi utiliser certaines de ces plantes à titre préventif afin de diminuer l'impact de la bactérie sur l'organisme.

- **Goyave** - Cette plante est très connue un peu partout dans le monde tropical contre la diarrhée en général. De récentes publications indiquent qu'elle peut être d'une grande aide en cas d'épidémie de choléra. Elle agit de différentes façons:

- Elle ralentit les mouvements intestinaux et diminue le nombre de selles

- Elle a une action antibactérienne et s'attaque à la bactérie responsable de la maladie (*leVibrio cholerae*) à la manière d'un antibiotique

- Elle diminue sensiblement les pertes d'eau due à l'action de la toxine bactérienne sur l'organisme et permet une récupération plus rapide
Une façon de tirer profit de son action est de faire bouillir pendant 5 à 10 minutes 5 à 6 feuilles de goyave dans 3 tasses d'eau ou on aura ajouté une petite poignée de riz et de boire une tasse de la préparation avant de se rendre au centre de santé. Les autres habitants de la maison qui ne sont pas atteints par la maladie peuvent aussi boire ce thé pendant quelques jours à titre préventif.

- **Girofle** - Les clous de girofle ont aussi une action démontrée contre le *Vibrio cholerae*. On peut faire bouillir pendant 5 minutes 6 à 8 clous de girofle dans 1 verre d'eau et demi et boire. A titre préventif, on peut aussi mettre d'avantage de girofle dans la nourriture.

- **Ail**- C'est un bon désinfectant qui aide à assainir les intestins. Faire bouillir 2 dents d'ail haché dans une tasse d'eau pendant 2 ou 3 minutes et boire. On peut aussi cuisiner en ayant la main légère avec l'ail.

- **Grenade** - Récemment, la pelure de grenade a montré en expérimentation une forte action contre le bacille responsable du choléra. La plante devient rare dans le pays, mais ceux qui ont la chance d'en avoir peuvent préparer un thé en faisant bouillir un morceau de pelure du fruit dans 2 tasses d'eau.

- **Nime** - Les feuilles de nime ont une action démontrée contre le

Vibrio cholerae. Comme en expérimentation, il a été prouvé que l'extrait alcoolique est plus efficace que l'extrait à base d'eau, on pourrait faire la préparation suivante et la garder sous la main afin de pouvoir s'en servir pour une urgence: Prendre quelques feuilles fraîches de nime, les laver, les hacher finement et les mettre dans un bocal (format bocal de confiture du commerce). Recouvrir les feuilles d'alcool buvable (alcool à liqueur). Agiter vigoureusement et laisser reposer pendant quelques jours. Cette préparation peut être utilisée aux premiers symptômes de la maladie à raison d'une grande cuillerée du produit dans un peu d'eau.

- **Gingembre:** selon les recherches faites, le gingembre a une action contre la substance toxique émise par la bactérie; il a aussi une action contre les vomissements; boire un thé préparé en faisant bouillir pendant quelques minutes 3 à 4 rondelles de gingembre dans une tasse d'eau et aussi se servir de gingembre comme épice dans les bouillies.

On aurait tous intérêt à avoir sous la main quelques unes de ces plantes pour pouvoir s'en servir à titre préventif ou en cas d'urgence, à n'importe quel moment du jour ou de la nuit