

La scabieuse des prés ou scabieuse des champs (*Knautia arvensis* syn. *Scabiosa arvensis*) appartient à la famille des Dipsacacées, et se fait appeler, dans le langage populaire, fleur des veuves ou mors du diable car elle symbolise, dans le langage des fleurs, le souvenir du disparu et la tristesse. Le genre *Knautia* compte une quarantaine d'espèces d'annuelles et de vivaces semblables aux scabieuses (*Scabiosa*), qui poussent naturellement dans les sols calcaires des prairies, fourrés et forêts d'Europe, du Caucase, de Russie et de l'Iran à l'Asie Centrale.



## La scabieuse des prés

*Knautia arvensis*, scabieuse des prés ou scabieuse des champs est donc une plante vivace, à l'excellente rusticité, pouvant mesurer entre 30cm et plus d'un mètre de hauteur, avec une profonde racine pivotante. Elle forme une touffe aux tiges érigées souples et soyeuses dans leur partie basse. Les feuilles pubescentes, vert terne, de 5 à 25cm de long sont simples ou pennatifides, mais persistantes. Tout l'été, des capitules de petites fleurs bleutées ou rosées à 4 pétales (les scabieuses en comptent 5, ce qui permet de distinguer les deux genres) apparaissent au sommet des tiges : elles mesurent 3 à 4cm de diamètre, ont le sommet plat et les bractées de l'involucre sont couvertes de soies douces. Elles sont mellifères et nectarifères, comme les scabieuses.

La vie des scabieuses des prés n'est pas forcément très longue mais elles se ressèment spontanément. La scabieuse des champs contient des principes amers et des tanins. Elle doit son nom à sa réputation de guérir la gale puisqu'en latin *scabies* définit cette maladie cutanée.

### Les vertus médicinales de la scabieuse des prés

Sudorifique et dépurative, on l'employait également pour traiter la teigne, le charbon et les manifestations cutanées de la syphilis.

En cas de début de grippe, rhume et affection respiratoire, ses qualités expectorantes étaient appréciées. Elle était également qualifiée de sialogène, c'est-à-dire qu'elle stimulait la sécrétion de salive.

Les fleurs et les feuilles sont les parties utilisées de la scabieuse des prés : vous la ramasserez dans les prés et lisières de bois, éloignés de champs traités. Elle se présente et s'utilise de différentes façons : en infusion : 20 à 30 g de fleurs et feuilles séchés / 1 litre d'eau (1 tasse avant chaque repas), à faire infuser 10mn,

en décoction : 50 g de fleurs et feuilles séchés / 1 litre d'eau, à faire bouillir 3mn, et laisser infuser 10mn, pour une utilisation externe en lotion et compresse sur bobos cutanés,

en sirop : 75 g de fleurs et feuilles séchés sur lesquels vous versez 1 litre d'eau bouillante. Passer après 6h d'infusion et ajouter 1,5 kg de sucre. Faire bouillir jusqu'à ce que la consistance devienne sirupeuse.

en suc frais : à appliquer sur les maux cutanés.

### Différence entre *Scabiosa*, *Knautia*, *Succisa* et *Cephalaria*

Plusieurs plantes se ressemblent beaucoup et prêtent à confusion : la vraie scabieuse (*Scabiosa*), la knautie (*Knautia*), les *Cephalaria* (*Cephalaria gigantea* syn. *Scabiosa gigantea*) et les *Succisa* (*Succisa pratensis* syn. *Scabiosa succisa*) ! Pas simple...

Le genre *Knautia* compte une quarantaine d'espèces parmi lesquelles la scabieuse des prés ou scabieuse des champs (*Knautia arvensis*) mais également la Knautie de Macédoine (*Knautia macedonica* syn. *Scabiosa rumelica*), vivace aux capitules globuleux de 2 à 3cm de diamètre rouge pourpré (60 à 80cm)...

*L'utilisation des plantes pour se soigner doit se faire en demandant préalablement conseil à un médecin, pharmacien ou herboriste. Les femmes enceintes, les personnes atteintes de maladies chroniques et graves ou prenant des médicaments, doivent consulter un médecin avant de faire de l'automédication pouvant entraîner des effets indésirables, notamment des interactions médicamenteuses.*