

Jardins de plantes médicinales

La culture des plantes médicinales assure leur préservation pour notre propre usage et pour les générations futures. De nombreux fruits comestibles fournissent aussi des remèdes: la banane,



l'ananas, la mûre, le fruit de la passion, la papaye. Il y a aussi des plantes comestibles dont on tire des médicaments: l'oignon, l'ail, l'arachide, le chou, le piment, le café, la citrouille, le tournesol, la patate douce, le riz, le maïs, le gingembre, le poivre noir et le sésame (*Sesamum indicum*).

D'autres plantes sont cultivées seulement pour leurs vertus thérapeutiques et sont essentielles dans un jardin de plantes médicinales. Les variétés de plantes changent suivant les

pays mais on peut trouver le souci africain (*Tagetes erecta*), la tephrosia (*Tephrosia vogelii*), la pervenche (*Vinca rosea*), la pomme épineuse (*Datura stramonium*), l'arbre annato (*Bixa orellana*), la tithonia (*Tithonia diversifolia*) et la mauve africaine (*Hibiscus sabdariffa*). Evitez de ramasser ces plantes sauvages trop souvent afin de ne pas mettre leur survie en danger.

Haies de protection

Avant de planter les plantes médicinales, plantez des haies le long des courbes de niveau pour empêcher l'érosion du sol, fertilisez la terre et fournissez de l'ombre. Les rangées devraient être séparées de 2 à 4 mètres sur les terrains en pente et de 5 mètres sur les terrains plats. Les espèces utiles comprennent:

- _ le jonc odorant ou le lemon grass (*Cymbopogon citratus*), une plante médicinale
- _ la laucène (*Leucaena leucocephala*), une légumineuse qui améliore la qualité du sol
- _ *Cassia spectabilis* qui pousse très bien à partir de boutures d'un mètre
- _ le pois du Congo ou d'Angole, ou l'ambrevade (*Cajanus cajan*)
- _ moringa (*Moringa oleifera*) qui produit des feuilles comestibles et un haricot riche en protéines, vitamines et minéraux.

Chaque année, au début de la saison des pluies, taillez les haies à une hauteur d'un mètre environ et enterrez les feuilles dans la terre.

Arbres

Plantez des arbres fruitiers autour ou le long du jardin. Suivant la terre, le climat et l'altitude, ajoutez manguiers, tamarins, orangers, papayers, goyaviers et avocatiers. Tous ces fruits sont riches en vitamines A et C. Plantez des neems si le climat le permet: ils ont de nombreuses vertus thérapeutiques, insecticides et autres. Ils poussent bien, même en climat sec.

Plantation

Si possible, cultivez deux jardins: un pour la **démonstration** et un pour la **production**.

Pour le jardin de production, il est utile de prévoir une pépinière pour préparer les graines et les boutures. Il vaut mieux semer toutes les deux rangées ou mélanger les différentes plantes médicinales comme elles poussent à l'état sauvage. De cette façon, les plantes se font mutuellement de l'ombre et on peut ainsi les récolter, même pendant la saison sèche. C'est votre expérience qui vous enseignera si les plantes poussent mieux en plein soleil ou à l'ombre et si elles ont besoin de peu ou de beaucoup d'eau. Observez avec attention les endroits où elles poussent bien à l'état sauvage.

Jardin de démonstration

Réservez un petit morceau de terrain pour faire un jardin de démonstration que vous pourrez utiliser pour l'enseignement du personnel médical, des guérisseurs traditionnels, des écoliers et des professeurs. Plantez un pied de chaque plante utilisée en médecine traditionnelle. Placez ce jardin près de la route, par exemple près de l'entrée d'une clinique ou d'un hôpital de façon à ce que tout le monde le remarque au passage.

Étiquetage des plantes

Dans le jardin de démonstration, chaque plante devrait porter une étiquette avec son nom d'origine, son nom scientifique et ses usages. De vieilles plaques de fer et des seaux en plastique découpés en morceaux feront de bonnes étiquettes permanentes si vous écrivez avec un marqueur indélébile. Le nom scientifique est important car les visiteurs d'un autre pays ou même du village voisin connaissent peut-être cette plante, mais sous un nom local totalement différent.

*Informations fournies par le Dr Keith Lindsey et le Dr Hans-Martin Hirt,
Anamed, Schafweide 77, 71364 Winnenden, Allemagne*

Sources : Anamed, Tear Fund, Pas à Pas N°48