

Valériane officinale (*Valeriana officinalis* L.)

Bouillon, grande valériane des bois, guérit-tout, herbe à chats, à douleurs, à la femme meurtrie, à la meurtries, à saint-georges, aux coupures, de saint-sébastien, du loup, notre-dame, valériane commune, des près, sauvage. Valériano, valérienne sauvage.

Common Valerian

Feuilles et tiges :

- feuilles opposées, toutes divisées en 7-25 segments, dentées.
- tige d'une hauteur pouvant varier de 60 à 150 cm, striée, pubescente, surtout aux nœuds.

Fleurs et fruits :

- petites fleurs, blanches ou rosées réunies en corymbe.
- petits fruits glabres.
- floraison estivale.

Habitat et distribution :

- habitat naturalisé près des jardins.
- distribution générale au Québec.

Saviez-vous que ...

La valériane officinale a une saveur amère et une odeur forte qui attire les chats. Au contact de la plante, ils deviennent soit euphoriques, soit agressifs.

C'est un antispasmodique puissant et un excitant du système nerveux. L'emploi de la valériane dans le traitement des chocs nerveux s'est fortement développé durant la guerre.

Références :

- Marie-Victorin, F.E.C. 1995. *Flore Laurentienne*. 3^e éd. Montréal : Les Presses de l'Université de Montréal.
- Newcomb, Lawrence et Gordon Morrison. 1983. *Guide des fleurs sauvages du Québec et de l'Est de l'Amérique du Nord*. Acadie : Broquet inc.
- Lacoursière, Estelle et Julie Therrien. 1998. *Fleurs sauvages du Québec*. Montréal : Les Éditions de l'Homme.
- Fleurbec. 1977. *Plantes sauvages des villes et des champs*. Saint-Henri-de-Lévis, Québec : Fleurbec