

Dryopteris cristata (L.) A. Gray, 1848

Identifiants : 12118/drycri

Association du Potager de mes/nos Rêves (<https://lepotager-demesreves.fr>)

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 13/05/2024

- Classification/taxinomie traditionnelle :
 - Règne : Plantae ;
 - Division : Pteridophyta ;
 - Classe : Filicopsida ;
 - Ordre : Polypodiales ;
 - Famille : Dryopteridaceae ;
 - Genre : Dryopteris ;
- Synonymes : Polypodium cristatum L ;
- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : crested woodfern (crested wood fern) ;
- Rusticité (résistance face au froid/gel) : zone 4-8 ;



- Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :

Parties comestibles : rhizome, racine^{{{(0+*) (traduction automatique)}}} | Original : Rhizome, Root^{{{(0+*)}}}



ATTENTION : bien que nous n'ayons trouvé aucun rapport pour cette espèce, un certain nombre de fougères contiennent des carcinogènes, donc une certaine prudence est recommandée ; la plante fraîche contient de la thiaminase, une enzyme qui prive le corps de son complexe de vitamines B ; en petites quantités, cette enzyme ne nuira pas aux personnes ayant une alimentation adéquate et riche en vitamine B, bien que de grandes quantités puissent causer de graves problèmes de santé. ; l'enzyme est détruite par la chaleur ou par un séchage complet, donc la cuisson de la plante éliminera la thiaminase ; cependant, il y a eu des rapports pour d'autres espèces de fougères suggérant que même les frondes cuites peuvent avoir un effet nocif à long terme. Une certaine prudence est donc conseillée. **ATTENTION** : bien que nous n'ayons trouvé aucun rapport pour cette espèce, un certain nombre de fougères contiennent des carcinogènes, donc une certaine prudence est recommandée^{{{(5(K)}}} ; la plante fraîche contient de la thiaminase, une enzyme qui prive le corps de son complexe de vitamines B ; en petites quantités, cette enzyme ne nuira pas aux personnes ayant une alimentation adéquate et riche en vitamine B, bien que de grandes quantités puissent causer de graves problèmes de santé. ; l'enzyme est détruite par la chaleur ou par un séchage complet, donc la cuisson de la plante éliminera la thiaminase^{{{(5(+))}}} ; cependant, il y a eu des rapports pour d'autres espèces de fougères suggérant que même les frondes cuites peuvent avoir un effet nocif à long terme. Une certaine prudence est donc conseillée^{{{(5(K)}}}.

- Note médicinale : ****
- Usages médicaux : La fougère mâle est l'un des traitements les plus populaires et les plus efficaces contre les vers de bande. Les tiges des racines sont anodynes, antibactériennes, anti-inflammatoires, antivirales, astringentes, expectorantes, fébrifugeuses, sudorifiques, vermifuges et vulnérables [218, 222, 238]. La racine contient de la «filicine», une substance qui paralyse les ténias et autres parasites internes et qui a été utilisée comme un anti-ver [238]. C'est l'un des traitements les plus efficaces connus pour les ténias - son utilisation doit être immédiatement suivie d'un purgatif non huileux tel que le sulfate de magnésium afin d'expulser les vers du corps [238]. Une purge huileuse, telle que l'huile de ricin, augmente l'absorption de la racine de fougère et peut être dangereuse [238]. La racine est également prise en interne dans le traitement des hémorragies internes, des saignements utérins, des oreillons et des maladies fébriles [238]. La racine est récoltée à l'automne et peut être séchée pour une utilisation ultérieure, elle ne doit pas être conservée plus de 12 mois [238]. Ce remède doit être utilisé avec prudence et uniquement sous la supervision d'un praticien qualifié [238]. La racine est toxique et le dosage est critique [238]. Voir également les notes ci-dessus sur la toxicité. À l'extérieur, la racine est utilisée dans le traitement des abcès, des furoncles, des anthrax et des plaies [238]. ;

- **Illustration(s) (photographie(s) et/ou dessin(s)):**



Par Lindman, C.A.M., Bilder ur Nordens Flora Bilder Nordens Fl. vol. 3 (1922) , via plantillustrations

- **Liens, sources et/ou références :**

- ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : [5https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Dryopteris+cristata](https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Dryopteris+cristata) ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/tro-26600145 ;

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" (en anglais) ;

dont biographie/références de ⁰"FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

Mackinnon, A., et al, 2009, Edible & Medicinal Plants of Canada. Lone Pine. p 380