

KOBABY



Histoires illustrées sur
l'usage des
plantes médicinales
à Madagascar

KOBABY

Histoires illustrées sur l'usage des
plantes médicinales à Madagascar

KOBABY

Histoires illustrées sur l'usage des plantes médicinales à Madagascar



TEXTES écrits en malagasy par Jaozafy Jacquelin Bezandry Riler, Besico et Jonah, traduits en français et adaptés par Sophie Groeber, Nina Joé Maka et Jean-Pierre Nicolas.

DESSINS ET COULEURS : Andry Nirina Andriambololona (dit Nino), avec l'aide de Mozer et Steve.

Kobaby est un mot antakarana, c'est à dire un mot de la langue de la région nord de Madagascar. Il signifie « conservation » de ce que l'on considère comme important, nécessaire, précieux et irremplaçable, dans les domaines de la culture et de la biodiversité.

En effet, les richesses du patrimoine naturel sont en lien avec notre santé. Il est essentiel de les conserver.

Les plantes médicinales et leurs utilisations font partie de ces richesses qui aident à maintenir la santé et peuvent apporter une vie meilleure. On dit souvent, « *Les Malgaches meurent de faim en transportant un repas sur leur dos. Ils meurent de soif dans une pirogue qui flotte au dessus de l'étang.* ».

Cela signifie que, par manque de connaissances, les Malgaches ne savent pas utiliser leurs richesses, c'est-à-dire, en l'occurrence, les plantes qui les entourent et que la Nature leur offre.

Dans les mains des ignorants, ce qui est utile à la vie peut devenir poison. Dans les mains de ceux qui ont acquis la connaissance, la nature peut être utile à la santé.

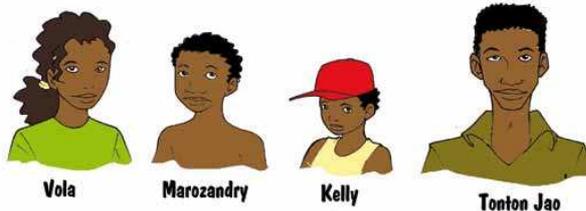
L'action de Jardins du Monde est comme un coup de tonnerre au début de la saison des pluies. C'est une alarme nous avertissant qu'il est temps pour nous de revaloriser sans tarder les richesses de la Nature. Elles sont à portée de main, faciles à trouver et coûtent peu cher. Pour nous, qui avons des difficultés d'accès aux médicaments en vente à la pharmacie, c'est une solution.



C'est l'histoire de Vola que nous allons vous raconter.

Sa famille vit en brousse dans le village de Masomamamy (*village qu'on voit de loin*) avec ses parents, sa mère Zalifa et son père Adanimaro ainsi que ses frères Marozandry et Kelly. Leur oncle Jao vient leur rendre visite. Vola a aussi une cousine et amie, Feno. Feno est guide touristique.

Oncle Lolo est le frère du père de Vola et de Kelly. Il est agent de santé communautaire et chef du village d'Ambohivotra (*les montagnes sauvées*).



Vola Marozandry Kelly Tonton Jao



Oncle Lolo Fely (le père de Zé) Zé Mboty



Masy Madame Soa Monsieur My



Comment Jao soigne Marozandry, malade de l'estomac.

Masomamangy est un village un peu isolé et enclavé. C'est le village natal de Jao. Quand son grand père qui l'a élevé est mort, sa sœur aînée est allée vivre avec son mari Adanimaro. Jao n'a pas pu rester. Il est allé en ville, à Diégo, pour trouver du travail. C'est ce que les gens faisaient à cette époque. Il est à la fois jardinier et gardien chez un vazaha (étranger). En cultivant des plantes, il s'est intéressé à leurs propriétés. Il a maintenant beaucoup de connaissances dans le soin avec les plantes. Marozandry a 17 ans. Il est le frs aîné de Zalifa et d'Adanimaro. C'est un enfant maladif. Malgré son âge, il reste encore petit. Il a déjà été voir de nombreux moasy (tradipraticiens), mais les remèdes qu'ils lui ont donnés n'étaient pas efficaces pour lui. Il a été voir un médecin, mais il n'a pas assez d'argent pour acheter les médicaments que le médecin lui a prescrits. Son ventre reste toujours ballonné. Il a une douleur au niveau de l'estomac. Seuls les vomissements le soulagent. En pleine nuit, il est réveillé. Il a du mal à respirer. Ces malaises fréquents le rendent malheureux.

8

Etre malade est un gros problème pour ceux qui n'ont pas assez d'argent. Mais malgré tout, avec plus de connaissances, on peut quand même trouver des solutions.

Jao s'approche de Marozandry et lui demande de parler de ses douleurs et de ses malaises.

Pendant longtemps, Marozandry lui parle de ses maux d'estomac.

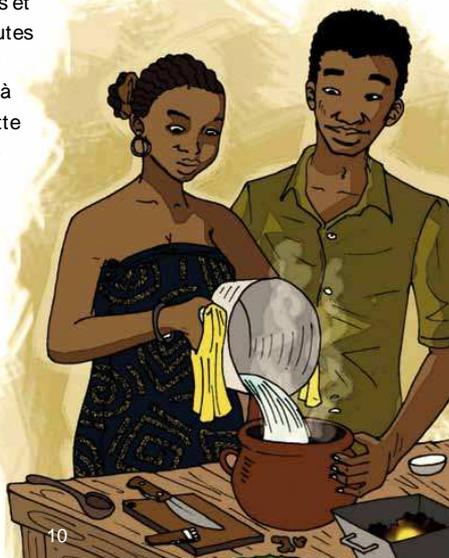
Après l'avoir écouté, Jao sort et demande à Zalifa où il peut trouver les plantes qu'il connaît pour préparer une tisane.

Il a besoin d'une feuille d'aloès (*Aloe vera*, sakoakenkigny), d'une banane verte de taille moyenne et de racines de curcuma (*Curcuma longa*, tamotamo). Il dit à Zalifa de mettre de l'eau à chauffer.

Pendant ce temps, Jao prépare les plantes. Il râpe deux doigts de la chair interne de la feuille d'aloès et l'intérieur de la banane verte. Zalifa lui donne une petite cuillerée de poudre de racine de curcuma qu'elle garde pour cuisiner.

Zao verse l'eau bouillante dans un récipient contenant les plantes et laisse infuser pendant 15 minutes avant de filtrer.

Il conseille à Zalifa de donner à boire à son frs un verre de cette tisane deux fois par jour entre les repas et un verre juste avant de se coucher. Elle devra faire cette tisane tous les jours jusqu'à ce que l'état de Marozandry s'améliore.



10

Mais quelle est la maladie de Marozandry ?

Le médecin dit qu'il ne s'agit pas d'une maladie du cœur, mais d'une maladie de l'estomac.

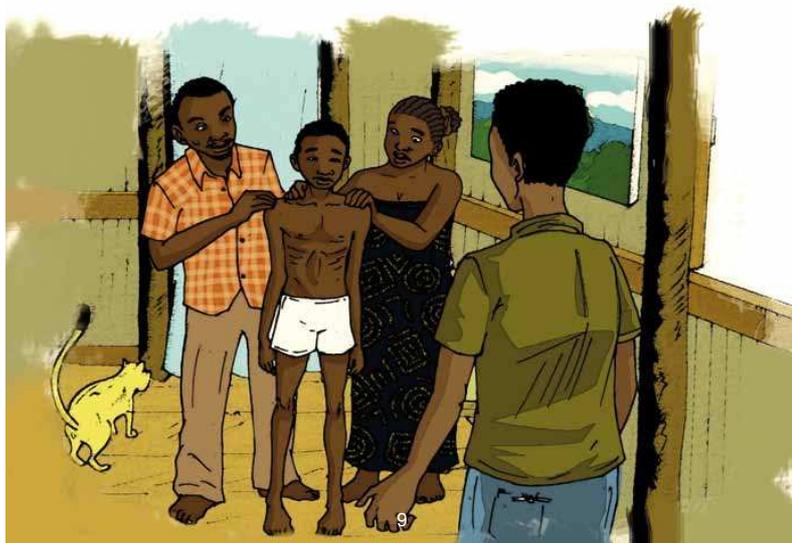
Quand Jao, qui travaille à Diégo apprend que son neveu est malade, il décide rapidement de lui rendre visite au village.

Lorsque Jao arrive à Masomamangy, Adanimaro, son beau frère lui raconte tout à propos de la maladie de Marozandry.

« Voilà, dit-il, ton neveu a beaucoup maigri. Il ne lui reste plus que la peau sur les os ! Nous ne savons plus quoi faire ! Nous n'avons plus d'argent pour l'amener chez le médecin ou pour acheter des médicaments chez le pharmacien !

Que peut-on faire maintenant ? As-tu une idée ? Nous avons besoin d'aide. »

Jao est très inquiet devant la dégradation de l'état de santé de Marozandry. Cela le rend malheureux et le fait pleurer.



9

Deux semaines plus tard, Marozandry se sent beaucoup mieux.

Vola, est très contente. Elle félicite son frère et lui dit :

« Ecoute Marozandry, quand tonton Jao est passé, il m'a dit de prendre des notes sur les plantes médicinales qu'il a utilisées pour te soigner. Il m'a aussi donné une autre recette.

- De quelles plantes s'agit-il ? demande Marozandry.

- A part les plantes pour l'infusion qu'il a préparée avec maman ; il m'a dit de prendre d'autres plantes à cuire en décoction dans un litre d'eau. Il faut cueillir 10 sommités (c'est-à-dire l'extrémité des tiges) de bidens (*Bidens pilosa*, agnantraka), 10 feuilles de jute de Madagascar (*Urena lobata*, pâka) et aussi 10 sommités de balai doux (*Scoparia dulcis*, fama-fantsambo). On peut aussi prendre 10 feuilles d'arongana (*Harungana madagascariensis*) et 10 feuilles de nim (*Azadirachta indica*, voandelaka), répond Vola.



11

« Maman a toujours de la poudre de curcuma (*Curcuma longa*, tamotamo) que l'on peut rajouter à la décoction. Il m'a dit aussi que si tu as de fortes douleurs il faut ajouter 10 sommités de jean robert (*Euphorbia hirta*, kinonono) à la décoction. Il n'est pas obligatoire de prendre toutes ces plantes en même temps, mais il faut mettre au moins deux d'entre elles ensemble pour mettre dans la décoction.

Comme il nous a déjà montré quand il préparait l'infusion, il faut bien se laver les mains. On lave aussi les plantes parce qu'elles peuvent être couvertes de poussière.

En attendant que le litre d'eau bout, on coupe les plantes en très petits morceaux. Pour la décoction, qui est différente de l'infusion, on verse les plantes dans la marmite d'eau bouillante. On cuit les plantes à petit feu pendant 10 minutes en remuant de temps en temps.

Ensuite on retire la marmite du feu et on filtre le tout.



12

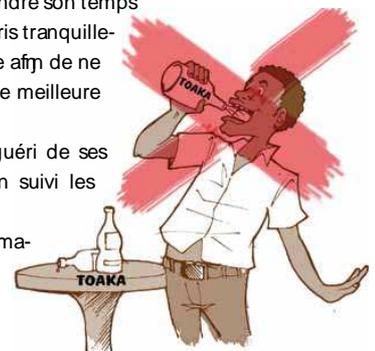


« Tonton Jao m'a dit qu'il faut boire deux verres de cette tisane entre les repas et un verre avant de dormir.

Il m'a dit aussi que les personnes qui ont mal à l'estomac doivent éviter de manger du piment, de boire des boissons gazeuses et bien sûr de l'alcool. Et il a ajouté qu'il faut bien prendre son temps pour manger le riz. Les repas sont pris tranquillement, en mâchant bien la nourriture afin de ne pas fatiguer l'estomac et d'avoir une meilleure digestion. »

Marozandry est maintenant bien guéri de ses maux d'estomac parce qu'il a bien suivi les consignes.

Il sait aussi comment éviter d'être malade et connaît l'importance des plantes médicinales.



13



Comment Vola apprend aux villageois à soigner la diarrhée.

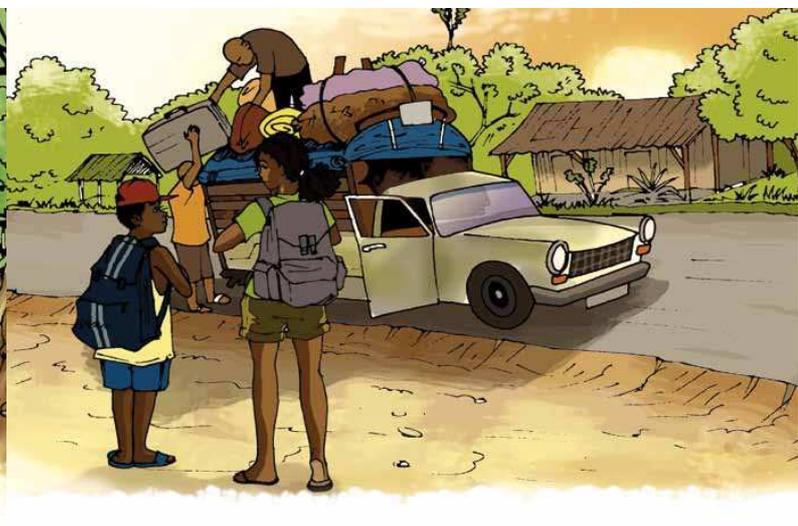
Pour Vola, depuis que son oncle lui a parlé des plantes médicinales, vivre avec les plantes et la nature est de plus en plus important. Attirée par la nature Vola choisit de s'orienter vers les sciences naturelles. Elle est admise en classe de première D au lycée à Diégo.

A Diégo, elle voit souvent sa cousine et amie Feno.

Feno est une jeune fille de 21 ans qui travaille dans le domaine du tourisme.

Au fil des rencontres, la relation entre les deux jeunes filles se renforce. Par son travail, Feno connaît beaucoup de plantes et leurs usages. Très souvent, elle en parle avec Vola qui ne demande que ça. Quand l'occasion se présente, Vola accompagne Feno dans la forêt où elle présente les plantes aux touristes. Ainsi, Vola accumule les connaissances.

14



Sa cousine lui dit :

« Ces connaissances te seront précieuses. C'est une opportunité pour t'orienter vers des études plus tard. »

Vola, très motivée passe en terminale et réussit son Bac D.

Elle choisit alors de suivre des études en sciences naturelles à l'université de Diégo. Quand elle est en deuxième année, son oncle Lolo l'invite à venir passer ses vacances chez lui à Ambohivotra.

Vola en parle à son petit frère Kelly qui lui aussi est en vacances. Comme il s'intéresse aussi à la nature, il demande à son oncle Lolo s'il peut accompagner sa sœur. L'oncle accepte, et Vola et Kelly partent ensemble pour Ambohivotra.

Arrivés au village, ils sont accueillis très chaleureusement.

« Les villageois étaient vraiment contents de ton passage l'an dernier, dit Lolo à Vola.

15

« Tu leur as bien expliqué la maladie du paludisme. Il n'y a pas eu d'enfants ni de femmes enceintes gravement malades cette année et les frères dues au paludisme ont diminué.

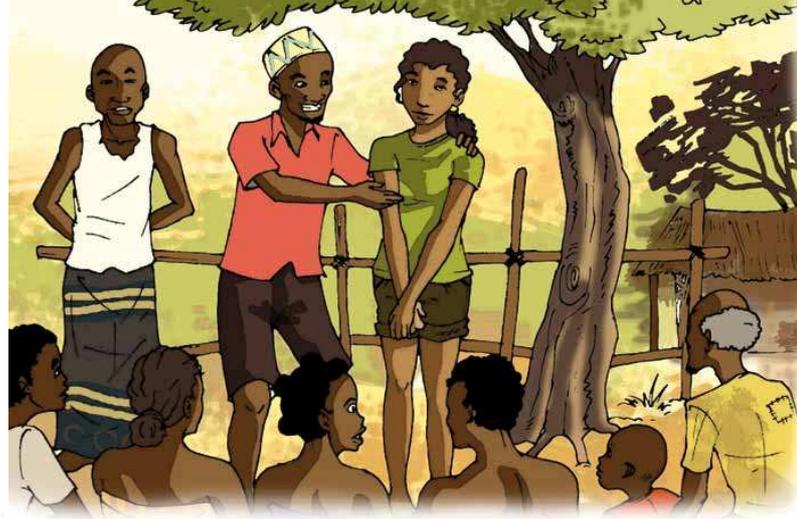
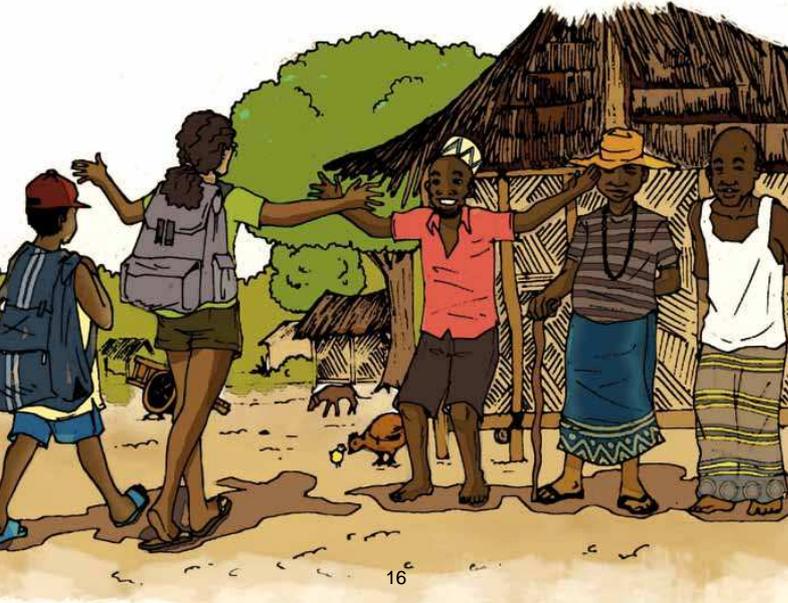
Ce que tu leur as raconté a changé la mentalité de tous au village. Je t'ai de nouveau invitée pour nous aider à soigner d'autres maladies. Puisque tu connais les plantes, tu pourras encore leur expliquer comment soigner leurs maladies.

J'ai déjà quelques personnes avec moi. Nous sommes prêts à travailler pour sensibiliser nos amis. Ils comprendront ainsi qu'ils ont autour d'eux des plantes non toxiques pour résoudre leurs problèmes de santé.

On aimerait bien cette année que tu nous expliques comment soigner les diarrhées avec les plantes disponibles au village. »

Vola est très heureuse de partager son savoir et accepte volontiers.

Lolo en parle autour de lui et les villageois décident de choisir un jour pour organiser une réunion de formation.



Au jour dit, Vola rencontre les personnes du village pour leur parler des plantes qui soignent la diarrhée.

Vola leur explique qu' « une personne en bonne santé va à la selle une ou deux fois par jour et ses selles sont moyennement dures. Le fait de péter quelques fois est bon pour la santé.

Quand on a mal au ventre, qu'on va trop à la selle, (quatre à six fois par jour) et que les selles sont molles ou liquides, c'est qu'on a une diarrhée.

Quand il y a du sang dans les selles et que le malade a en même temps de la fièvre, il s'agit d'un cas grave. Il faut alors l'amener au centre de santé. »

L'un des participants pose alors une question : « On sait très bien que les maladies sont venues pour tuer les gens, mais je veux savoir pourquoi la diarrhée est considérée comme une maladie grave.

Est ce qu'elle est transmissible ?



Vola lui répond :

« D'une part, la diarrhée empêche l'organisme d'absorber les éléments nutritifs dans les aliments consommés. C'est-à-dire de profiter de la nourriture que l'on mange. Alors le corps se fragilise, s'affaiblit, ce qui favorise la survenue d'autres maladies.

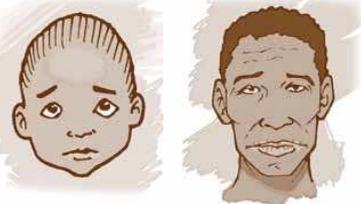
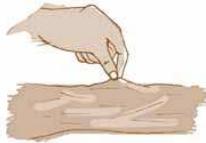
D'autre part, et surtout, le patient perd beaucoup d'eau quand il a la diarrhée, ce qui entraîne une déshydratation. On dit qu'une personne est déshydratée quand elle a perdu l'eau de son organisme.

On le voit parce qu'elle a les yeux enfoncés, la bouche sèche. Un bébé déshydraté a la fontanelle creuse. Le malade a une grande soif et ses urines sont foncées.

Quand on lui pince la peau, le pli s'efface lentement.

A force d'avoir la diarrhée, bien sûr, il s'amaigrit.

Tout cela indique qu'il s'agit d'un cas grave.

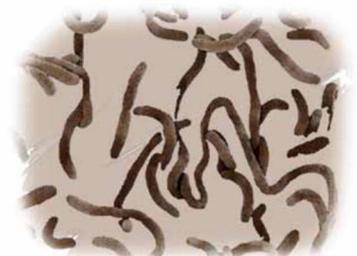
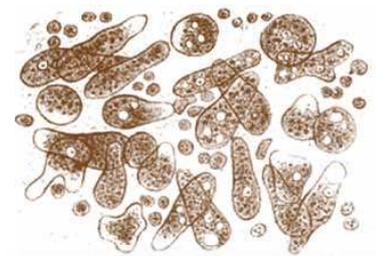


« Donc devant un malade qui a la diarrhée, surtout s'il s'agit d'un sujet fragile comme un enfant, un vieillard ou une femme enceinte, il faut agir rapidement.

- Nous savons très bien que la diarrhée est un mal de ventre, mais quelles peuvent être les causes de cette maladie ? demande tonton Lolo.

- Comme nous en avons déjà parlé l'an dernier, un grand nombre de maladies sont dues à une entrée de microbes dans l'organisme. La saleté provoque la diarrhée. Boire de l'eau sale, manger des aliments sales ou ne pas bien se laver les mains permet aux microbes d'entrer par la bouche, de se développer dans le ventre, ce qui provoque une diarrhée.

Il existe différentes sortes de microbes, rajoute Vola. Il y a les amibes qui provoquent une maladie que l'on appelle la dysenterie amibienne. Le vibron qui donne la diarrhée mortelle du choléra, et bien d'autres microbes encore.



« Parfois, la malnutrition entraîne une fragilité du corps. Les intestins ne fonctionnent plus normalement, ce qui provoque une diarrhée.

D'autres maladies aussi peuvent causer la diarrhée, ajoute Vola, comme la rougeole, le paludisme et bien d'autres.

Pour un bébé, un biberon malpropre ou des aliments mal digérés peuvent aussi causer une diarrhée. Je conseille aux mamans d'allaiter exclusivement leurs bébés au sein. »



Vola demande alors aux participants s'ils ont bien compris. Tous disent oui de la tête. Ils ont bien compris car Vola explique très bien.

Vola reprend en leur posant une question :

« Connaissez-vous les moyens de se protéger contre la diarrhée ?

- Il faut que tout soit propre. Le corps, les mains et tout ce qu'on introduit dans la bouche. Bien sûr aussi la maison et ses alentours, répond Zé, une jeune participante très attentive.

- Il ne faut pas manger les restes de repas trop vieux, bien couvrir la nourriture pour éviter que les mouches se posent dessus, dit à son tour le père de la jeune Zé.



20

« Il faut bien vérifier la présence ou non des signes de déshydratation. Si c'est un cas grave, il faut de suite amener le malade au centre de santé. Si il n'y a pas de signes de déshydratation, il faut agir pour l'éviter. On prépare alors ce que l'on appelle un sirop de réhydratation. Pour cela il faut mettre un litre d'eau à bouillir. On mélange dans l'eau une cuillerée à café de sel et huit cuillerées à café de sucre. Si on a des citrons, on peut ajouter un peu de jus de citron.

Les enfants en boiront un verre toutes les trois heures et après avoir été à la selle et les adultes boiront ce sirop de réhydratation à volonté, répond Vola à la question de My.

- On donne la même chose aux nourrissons ? demande Zé.

- Non, dit Vola. Pour les nourrissons, on donne à boire un demi-verre à la cuillère toutes les trois heures et après chaque selle liquide. Si un nourrisson a une diarrhée accompagnée de fièvre, on le baignera souvent à l'eau froide pour faire baisser sa température. Il faut continuer l'allaitement maternel et aller au centre de santé.

- Si le malade vomit le sirop que fait-on ? interroge Kelly.

- Si le malade vomit, on lui donne le sirop petit à petit, une cuillerée toutes les cinq à dix minutes, répond Vola.



22

« Boire de l'eau propre, bouillie ou javellisée ! rajoute Oncle Lolo.

- Se laver les mains à l'eau et au savon avant de manger et après avoir été aux toilettes », renchérit My.

Des bravos animent les participants pour féliciter la participation et l'intervention du vieux Fely.

Vola rajoute à toutes ces recommandations.

« Il faut bien laver les ustensiles de cuisine. Il ne faut pas déféquer partout. Il faut que tous utilisent les latrines installées dans le village. Il faut enlever les déchets des animaux domestiques et vider les eaux stagnantes.

- Ceci aussi pour éviter la naissance des moustiques, complète Kelly.

- Et si on a la diarrhée, que doit-on faire ? demande My.



21

« Mais dans ce cas cela peut être grave. Il faut faire boire le malade à la maison et l'amener rapidement au centre de santé.

Qui peut me dire quand un malade ne présente aucun signe de déshydratation ? demande Vola.

- Moi ! dit Zé. Le malade ne présente aucun signe de déshydratation, si lorsqu'on pince sa peau sur le bras, la peau revient rapidement à sa place.

- Très bien ! dit Vola. Quoi encore ?

- Quand on voit que sa bouche est humide, que son urine est normale et qu'il n'a pas perdu de poids, rajoute Zé.

- Bravo ! dit Vola avant d'ajouter, quand un malade de la diarrhée n'a pas de signes de déshydratation on peut utiliser des tisanes de plantes médicinales pour le soigner.

Je vais vous en citer quelques unes que vous connaissez bien. On les trouve facilement aux alentours du village et dans les jardins. »

Vola a bien préparé son intervention auprès des gens du village en amenant les plantes qui soignent la diarrhée. Elle les présente au groupe.



23

« Pour soigner la diarrhée, vous pouvez prendre ces plantes pour préparer une décoction dans un litre d'eau.

Dix sommités (extrémités des tiges) de jean robert (*Euphorbia hirta*, kino-nono), dix feuilles de goyavier (*Psidium guajava*, gavo) ou deux doigts d'écorce de pommier cajou (*Anacardium occidentale*, mabibo) que voici. Vous pouvez aussi choisir six feuilles de manguier (*Mangifera indica*, manga), six feuilles de pois d'Angole (*Cajanus cajan*, ambatry), dix feuilles de basilic (*Ocimum gratissimum*, rômba) et aussi deux doigts d'écorce de cannelle (*Cinnamomum verum*, darasiny). »

Elle étale les plantes sur la natte devant elle et les montre à tous.

« Tout le monde connaît ces plantes ? interroge Vola.

- Oui ! répondent tous en cœur les villageois.

- Très bien ! dit Vola. Je continue à vous donner la recette. Bien sûr, vous lavez bien ces plantes et vous les coupez en petits morceaux pendant que le litre d'eau est en train de bouillir.

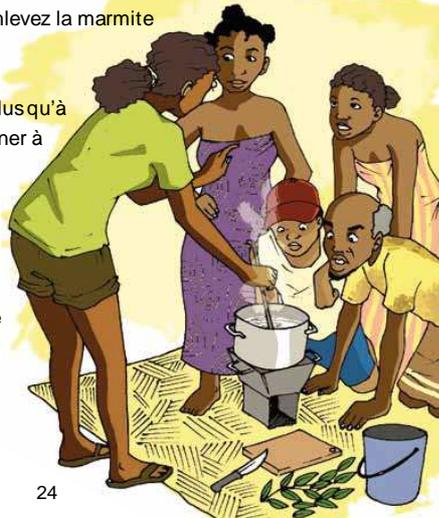
Quand l'eau bout, vous y mettez au moins trois espèces différentes parmi ces plantes. Vous laissez cuire à feu doux pendant dix minutes en remuant de temps en temps.

Une fois que c'est prêt, vous enlevez la marmite du feu et mettez le couvercle.

- C'est prêt ? demande Fely.

- Presque ! dit Vola. Il ne reste plus qu'à filtrer la préparation et à la donner à boire au malade.

Pour prévenir la déshydratation, il est important de rajouter à la décoction une cuillère de sel et huit cuillerées de sucre avec un peu de jus de citron.



24

« Tu peux même y ajouter du sucre et du sel, comme dans le sirop de réhydratation, c'est très bien ! Surtout pour les jeunes enfants. Ah ! J'oubliais ! dit Vola. S'il y a un peu de sang dans les selles, je conseille de rajouter à la décoction la pulpe d'une banane verte lors de la préparation. Mais si le sang est abondant, il faut amener rapidement le patient à l'hôpital.

Attention ! si, chez le malade qui a de la diarrhée, il n'y a pas d'amélioration au bout de trois jours, il faut l'amener au centre de santé.

- Autrefois on buvait de l'argile et du charbon de bois pilés avec de l'eau ou délayés dans une tisane. Est-ce que c'est bien ? demande la mère de Zé.

- Oui, c'est très bien aussi si vous prenez la tisane ou l'eau avec l'argile et le charbon à jeun, lui répond Vola. Voilà, avec tout ça j'espère qu'il n'aura plus de diarrhées au village !

- Non ! bien sûr que non ! répond l'assemblée.

- Et si jamais quelqu'un a une diarrhée, nous savons maintenant bien la soigner, dit le père de Zé avant d'ajouter,

Un grand merci pour tous ces conseils Vola ! »



26

« Tout le monde a bien compris ? demande Vola.

- Oui ! C'est très clair !

- Donc je continue. Aux nourrissons, on donne à boire un demi verre de tisane à la cuillère au moins toutes les trois heures et après chaque selle liquide.

Aux enfants, on donne à boire un verre toutes les trois heures et après chaque selle liquide.

Les adultes boiront la tisane à volonté.

Quand toute la tisane est bue, on refait la préparation.

Je vous donne encore quelques conseils :

si le malade vomit, on lui fait boire la tisane petit à petit à la cuillère toutes les cinq ou dix minutes.

Il faut que le malade qui a la diarrhée continue de manger et de boire pour ne pas s'affaiblir.

Il est conseillé d'éviter de manger des aliments gras, des piments et des fruits comme les litchis et les mangues. Par contre, manger des bananes vertes, de la papaye, des carottes et du riz est bon pour soigner la diarrhée, complète Vola.

- Et l'eau de riz ? c'est bon je crois ? dit Mboty.

- Oui, tu as tout à fait raison Mboty. »



25



Comment Vola soigne les maux de tête de son petit frère Kelly en lui proposant des plantes médicinales.

Ce matin, Kelly s'est réveillé avec un fort mal de tête. Il en parle à Vola. Celle-ci lui répond qu'il y a beaucoup de maladies qui peuvent donner des maux de tête.

« As-tu le nez qui coule ? As-tu le nez bouché ? questionne Vola.

Tu peux avoir une sinusite qui te donne mal à la tête. Je peux alors te conseiller des plantes pour te soigner.

- Non, ce n'est pas ça ! Je respire bien ! lui répond Kelly.

- As-tu le corps chaud et trembles-tu ? C'est peut être la fièvre du paludisme ?

- Non plus ! je n'ai pas de fièvre.

- Tu me rassures, sinon, je t'aurais dit d'aller voir un agent de santé.

Souvent les maux de tête sont les signes de maladies.

27



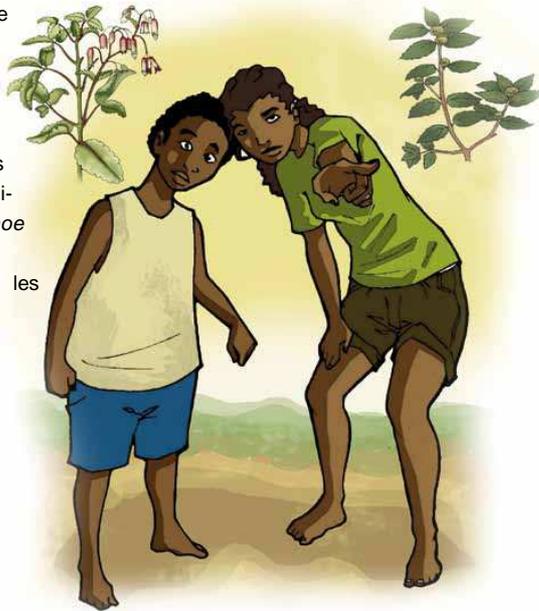
« Par exemple, quand ils sont accompagnés d'un bourdonnement d'oreille, c'est peut être le signe d'une hypertension. Certaines femmes ont mal à la tête pendant leurs règles. Mais ce n'est pas ton cas !

- Bien sûr que non ! Tu veux m'embêter là ! répond Kelly en faisant une grimace. Peux-tu me conseiller des plantes à la frj !? ajoute-t-il agacé.

- Quand on a mal à la tête depuis plusieurs jours, il est conseillé d'aller voir un agent de santé avant d'utiliser des plantes médicinales. Comme tu as mal depuis ce matin simplement, je vais te conseiller quelques plantes que notre oncle Jao m'a indiquées pour soigner les simples maux de tête sans autres signes de gravité.

Je te propose d'aller ramasser douze sommités (extrémités des tiges) de jean robert (*Euphorbia hirta*, kinonono) et six sommités de bemaïmbo (*Ageratum conyzoides*) dans le champ que tu vois là bas.

A ton retour, en passant dans le jardin, tu cueilleras six feuilles de sodifafagna (*Kalanchoe pinnata*). Est-ce que tu les connais ?



28

« Oui bien sûr ! Tu nous les as montrées quand nous étions en vacances chez tonton Lolo. Et je n'ai pas oublié.

- Très bien. Tu sais aussi comment faire une décoction ?

- Mais oui bien sûr ! J'ai bien regardé quand tu préparais la décoction pour le soin des diarrhées. Mais je ne connais pas la dose ici pour soigner mon mal de tête.

- C'est simple, on conseille de boire trois fois par jour et à jeun un demi-verre pour les enfants et un verre pour les adultes.

- Et je prends combien, moi ?! Un verre comme un adulte ? Je ne suis plus un petit garçon !

- Oui, si on veut... Des fois j'en doute...mais bon ! Là tu pourras prendre un peu plus qu'un demi-verre. C'est d'accord !

- Merci Vola ! Mais arrête de te moquer de moi. »



29



Comment Vola conseille des plantes médicinales pour soigner la frèvre.

Vola vient au village d'Ambohivotra pour acheter du riz et le ramener à Diégo. Son oncle Lolo l'accueille et lui dit que beaucoup de personnes dans le village ont eu de la frèvre ces derniers temps. Il lui demande si elle peut profiter de son passage au village pour expliquer à tous ce qu'elle a appris à l'université sur la maladie qu'est la frèvre et dire si au village il y a des plantes pour soigner cette maladie.

Vola est d'accord, bien sûr ! Elle doit partager ce qu'elle connaît avec les personnes du village qui n'ont pas eu la chance d'aller à l'université. Lolo charge alors Zé de faire le tour des maisons du village pour dire que Vola parlera de ce qu'elle connaît de la frèvre auprès des personnes qui le souhaitent dans la soirée.

Après le travail, tout le monde se rassemble sous un manguier pour écouter Vola. Vola, après avoir remercié les personnes de s'être libérées et d'être disposées à l'écouter, commence ses explications :

« La frèvre est le signe de plusieurs maladies. Je vais ici vous parler de quelques unes ; mais quand on a de la frèvre il ne faut pas hésiter à aller prendre conseil auprès d'un agent de santé qui identifiera de quel type de frèvre il s'agit. Toutes les frèvres ne peuvent pas être soignées par des plantes médicinales. Par exemple, pendant la saison sèche, si une personne a le corps chaud avec des maux de tête et une raideur de la nuque, qu'elle a aussi un regard fixe, il faut tout de suite aller au centre de santé, puis à l'hôpital. Cette frèvre peut être le signe d'une méningite.

La frèvre est une maladie grave, surtout chez les enfants. Une température trop élevée peut provoquer des convulsions. Il faut donc réagir rapidement et faire descendre la frèvre le plus vite possible.

- Oh la la ! c'est grave ça ! Qu'est ce qu'on peut faire Vola ? demande Masy, un jeune homme du village.

- Dans ces cas il faut utiliser du paracétamol par exemple. Les médicaments chimiques agissent plus rapidement que les plantes.

- Merci Vola ! C'est la saleté qui apporte tous les microbes responsables de toutes ces maladies, continue Masy.



30

31

« Cela veut dire que la première chose à faire c'est maintenir la propreté n'est ce pas ?

- Oui bien sûr, répond Vola.

- Et tu connais les microbes qui donnent de la fièvre ? poursuit Masy.

- Ils sont très nombreux ! Et à chaque sorte de microbe correspond une maladie. La fièvre peut arriver à la suite d'une maladie infectieuse comme une bronchite ou une diarrhée mal soignées. C'est aussi le signe de maladies comme la dengue, le chikungunya, le paludisme ou la typhoïde.

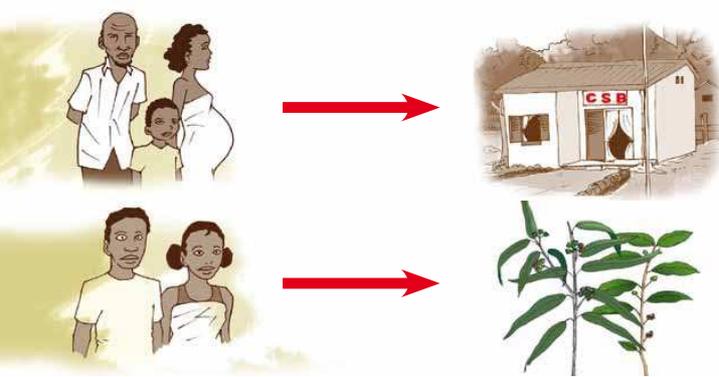
- Je comprends maintenant pourquoi il faut soigner à temps toutes les maladies pour éviter les complications, dit Kelly qui a fait le voyage avec sa sœur.

- Merci Vola, mais que peut-on faire avec ceux qui sont déjà malades, dit Mboty.

- Avant tout, il faut savoir qu'elle est exactement la maladie responsable de la fièvre, lui répond Vola.

- Est ce qu'il existe des plantes utilisables pour soigner ces maladies comme nous avons déjà vu avant pour la diarrhée ? demande Fely, qui veut en savoir plus .

- Les plantes médicinales sont un peu lentes à agir, répète Vola. Pour soigner la fièvre, surtout pour les enfants, il faut agir rapidement.



32



« Pour moi c'est très clair dit l'oncle Lolo.

- Pour moi aussi. J'ai tout compris ! s'exclame Zé.

- C'est très bien. Cela me fait plaisir que vous soyez bien attentifs. Je vais maintenant vous montrer les plantes qui font baisser la fièvre. Vola sort de son panier une brassée de plantes et les pose sur la natte devant elle.

« Vous avez ici des feuilles de sadany (*Stachytarpheta jamaicensis*), d'eucalyptus (*Eucalyptus* sp., kininy) et de thé malgache (*Aphloia theiformis*, ravimbafotsy). Ici le bas des tiges de citronnelle (*Cymbopogon citratus*, sitirônely) et des rhizomes de gingembre (*Zingiber officinale*, sakaitany).

Pour le soin de la fièvre, vous allez faire une décoction dans un litre d'eau où vous ajouterez au moins deux espèces de plantes différentes. Vous pouvez choisir entre dix feuilles de sadany, six feuilles d'eucalyptus, six feuilles de thé malgache, une grosse tige de citronnelle et un morceau de rhizome de gingembre gros comme deux doigts. Si vous voulez, on peut tous répéter ces noms pour bien les mémoriser », propose Vola.

Tous reprennent les noms des plantes en cœur.

« C'est très bien ! Qui peut me dire comment on fait la décoction ?

- Moi dit Zé ! toujours très attentive. Pour préparer le remède, je mets un litre d'eau à chauffer. Je lave les plantes et je les coupe en très petits morceaux.

34

« Donc, dans le cas de fièvre chez les enfants en particulier, il vaut mieux recourir aux médicaments chimiques, ceux que l'on trouve à la pharmacie comme le paracétamol, lui répond Vola.

- Je comprends bien pour le soin de la fièvre chez les enfants, mais chez les grandes personnes, peut-on utiliser des plantes ? demande Zé.

- Oui chez les adultes par contre on peut utiliser certaines plantes, lui répond Vola. Certaines maladies comme la dengue et le chikungunya guérissent après beaucoup de temps, mais la fièvre a besoin d'être traitée. On peut utiliser le paracétamol. L'aspirine reste toujours à éviter et certains malades choisissent eux les plantes.

J'allais oublier. Ici comme pour les diarrhées, il faut aussi veiller à ce que le malade ne soit pas déshydraté. On lui donnera à boire très souvent.

Si le malade est déshydraté, s'il s'agit d'une personne fragile, d'un enfant, d'un vieillard ou d'une femme enceinte, il ne faut pas hésiter à les conduire au centre de santé.

- Et si c'est une forte fièvre, on l'amène à l'hôpital ? demande Zé.

- Oui, tout à fait, il faut agir vite, lui répond Vola. Avez-vous d'autres questions ?



33



« Quand l'eau bout, j'enlève un peu de charbon pour diminuer le feu. Je jette les plantes dans l'eau, je remue et je cuis à petit feu. Dix minutes après je filtre et je couvre.

- Très bien ! dit Vola.

- Et combien de verres boit-on pour soigner la fièvre ? demande Monsieur My.

- Les adultes boivent un verre de cette décoction toutes les deux heures. Ils peuvent aussi faire des bains de vapeur ou des inhalations comme le conseille la tradition.

- Merci et quelle est la posologie pour les enfants ? réplique Masy.

- Comme je l'ai dit tout à l'heure, Masy, les enfants sont fragiles. Comme le sont les femmes enceintes et les vieillards.

Il faut bien faire attention avec eux. La fièvre peut être grave, il faut les soigner rapidement. Les plantes agissent trop lentement. Pour eux, on utilise toujours les médicaments chimiques comme le paracétamol. As-tu bien compris ?



35

« Oui, merci Vola ! lui répond Masy.

- On doit toujours surveiller un malade qui a de la fièvre. Il faut empêcher les crises convulsives chez les enfants. En plus du traitement par les médicaments, on peut appliquer une serviette mouillée sur son corps pour le rafraîchir et on n'oublie pas de lui donner à boire du sirop de réhydratation pour éviter la déshydratation.

- Peux-tu rappeler ce qu'est un sirop de réhydratation ? demande Fely ?

- Moi je sais, je peux lui répondre Vola ? dit Zé en levant le doigt.

- Oui, très bien, viens près de moi et adresse toi à tout le groupe. »

Zé s'approche toute fièvre près de Vola, se tient bien droite et s'adresse à tous.

« On fait bouillir un litre d'eau. On verse dedans une cuillerée de sel et huit cuillerées de sucre. Un peu de jus de citron et on remue tout ça. On donne ce sirop à boire au malade et s'il vomit on le lui donne petit à petit à la cuillère toutes les cinq ou dix minutes, poursuit Zé.

- Je vois que tu as compris et cela me fait bien plaisir. Faisons un grand bravo tous ensemble pour féliciter Zé. » dit Vola.

Des braves et des applaudissements s'élèvent alors du groupe.

Bravo ! Bravo ! Bravo !



36

« Nous allons vous distribuer des moustiquaires. Ces moustiquaires vont vous protéger contre les piqûres des moustiques qui transmettent une maladie que l'on appelle le paludisme. Nous avons la chance que Vola soit parmi nous aujourd'hui. Elle va nous parler de cette maladie grave qu'est le paludisme. »

Vola se lève, remercie Soa et salue toute l'assemblée.

« Merci Soa. Bonjour à toutes et à tous. Madame Soa et oncle Lolo, agents de santé communautaire connaissent bien cette maladie. Ils en parleraient aussi bien que moi. Je vais vous expliquer ce que l'on m'a appris à l'université et ensuite, je leur redonnerai la parole.

- Oui très bien, disent les personnes présentes, très attentives et avides d'apprendre.

- Comme vous l'a dit madame Soa, le paludisme se transmet par la piqûre d'un moustique. Le moustique est lui-même parasité par un microbe que l'on appelle *Plasmodium*. Quand le moustique nous pique, il injecte le microbe du *Plasmodium* en même temps que sa salive dans notre sang. Le *Plasmodium* va ensuite se développer rapidement dans notre corps ce qui provoque cette maladie grave que l'on appelle le paludisme.



38



Comment Vola propose des plantes pour soigner la fièvre du paludisme.

Nous sommes mardi à Ambohiavotra. Personne ne va aux champs aujourd'hui, parce que c'est un jour fady. La tradition interdit d'aller travailler la terre au village.

Les agents de santé communautaire, oncle Lolo et sa collègue Madame Soa, ont choisi ce jour là pour distribuer des moustiquaires imprégnées que le centre de santé leur a données.

Oncle Lolo, aussi chef du village, rassemble tout le monde sous le manguiers près du bureau du fokontany (administration du village).

Tout le monde s'empresse d'arriver, sachant que les agents de santé communautaire et Vola vont leur donner de bons conseils concernant la santé de tous.

Une fois son kabary (discours) terminé, Lolo passe la parole à sa collègue Soa.

37

« Ah ! je comprends ! Et c'est pour cela que l'on a une forte fièvre ? réplique Zé.

- Oui, exactement, dit Vola. En même temps on a une sensation de froid, de gros frissons et on a mal partout. Après il arrive qu'on sue beaucoup.

- Oui, c'est bien ça ! Je m'en rappelle bien dit le père de Zé qui a souvent eu des crises de paludisme. Et est ce que c'est grave ? poursuit-il.

- Oui ! le paludisme est une maladie très grave, dit Vola. Quelques jours après que les microbes soient rentrés dans le corps, ils se multiplient et détruisent le foie, les globules rouges du sang et attaquent le cerveau, ce qui peut provoquer la mort. Le sang s'appauvrit et le malade a une anémie. Il est très faible, pâle. Quand on lui abaisse les paupières, elles sont blanches. L'intérieur des mains, surtout chez les enfants est aussi très pâle.

- Oh ! c'est vraiment grave alors dit Mboty, en se prenant la tête dans les mains.



39

« Oui dit Madame Soa, prenant la parole en regardant Vola, qui approuve d'un signe de la tête. La fièvre du paludisme est très grave, surtout pour les enfants, pour les femmes enceintes et pour les vieillards. Ces malades doivent venir nous voir, moi ou Lolo. Nous leur ferons un test pour confirmer si cette fièvre est bien celle du paludisme. On leur donnera des médicaments chimiques. Du paracétamol, pour faire baisser leur fièvre et d'autres comprimés pour soigner le paludisme.

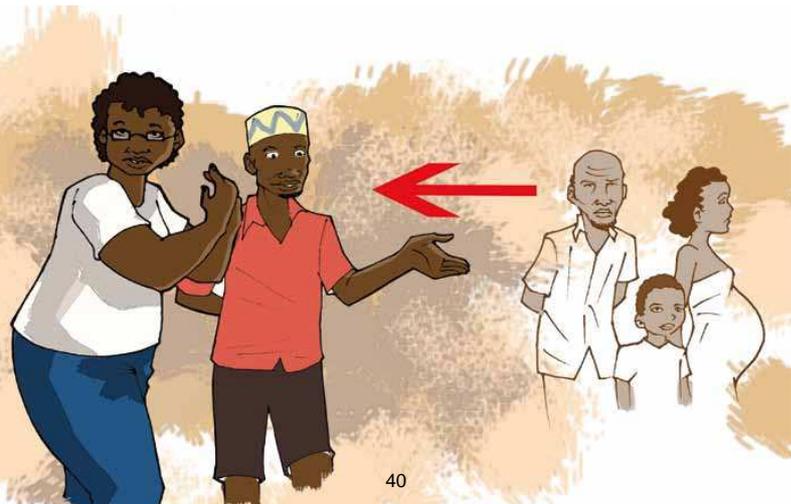
- C'est vraiment grave pour les femmes enceintes ? s'inquiète Fely.
- Oui c'est grave, lui répond Madame Soa. Elles peuvent perdre leur bébé.
- Moi je prends des plantes médicinales quand je suis malade du paludisme, lance le père de Zé.
- Oui, il existe de bonnes plantes médicinales pour le soin du paludisme, répond Vola. Mais uniquement pour les adultes. Je peux vous en conseiller quelques unes si vous le souhaitez.
- Oh oui ! cela nous aiderait bien. Comme cela je verrai si ce sont les mêmes plantes que j'utilise quand je suis malade ! », s'exclame le père de Zé.



Vola sort de son panier une brassée de plantes et l'étale devant elle sur la natte.

« Voici une plante que vous connaissez bien, c'est le nim (*Azadirachta indica*, voandelaka). C'est une bonne plante médicinale et aussi une plante qui écarte les insectes. Qui ne la connaît pas ?

- Nous la connaissons tous, il y en a là-bas ! dit le père de Zé, montrant du doigt l'arbre près des papayers.
 - Bien ! dit Vola. Il faut 20 petites feuilles de nim pour un litre. Vous les cuirez en décoction comme vous savez le faire.
 - Oui, maintenant nous savons bien préparer les décoctions.
 - Il y en a d'autres que vous connaissez sans doute, continue Vola. Comme tsiangadifady (*Vernonia cinerea*) que l'on trouve dans les champs et le thé malgache (*Aphloia theiformis*, ravimbafotsy) que l'on trouve en brousse. Pour ceux qui ne les connaissent pas, je vous les montre ici. »
- Vola prend une plante dans chaque main et fait le tour du groupe.
- « Bien, je continue. Vous mettez l'une ou l'autre, ou les deux à cuire avec le nim.



« Quelle quantité ? demande Mboty.

- La même quantité que pour le nim, c'est-à-dire 20 feuilles. Les femmes enceintes et celles qui allaitent, tout comme les jeunes enfants ne prendront pas de plantes médicinales. Comme je l'ai dit, s'ils sont malades, vous les menez tout de suite auprès de Madame Soa ou d'oncle Lolo. Pour le thé malgache, vous pouvez en boire dans la quantité habituelle. Vous pouvez aussi mélanger les trois plantes dans la décoction. Les adultes boiront le litre de décoction, petit à petit, au cours de la journée. Bien ! maintenant, je vais vous montrer d'autres plantes que vous connaissez très bien. »

Vola sort de son panier une poignée de brède mafane (*Acmella oleracea*, agnamafana).

« Ah bon ! en plus d'être bonne avec le riz, en brèdes, ça nous soigne du paludisme ? demande le père de Zé, perplexe.

- Eh oui, lui répond Vola. Et en plus vous pouvez aussi mettre cette plante ci dans le romazava. »

Elle replonge sa main dans le panier et en sort une poignée de bidens (*Bidens pilosa*, agnantraka). Tout le monde s'exclame.



« Attendez ! voici encore une plante que vous utilisez dans la cuisine, dit Vola en sortant des rhizomes de curcuma (*Curcuma longa*, tamotamo). Celle-ci aide beaucoup le foie du malade qui est atteint par le paludisme.

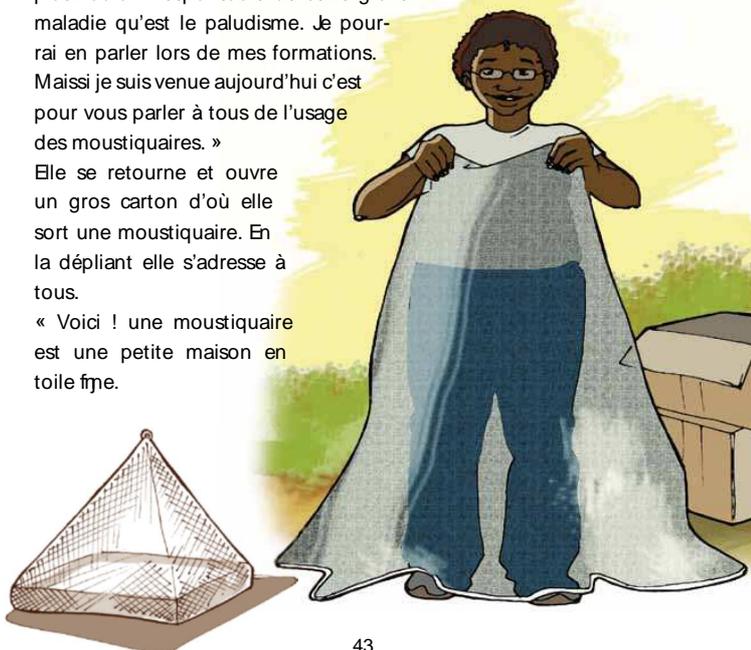
- C'est très facile alors, s'exclame Zé. On mange ces brèdes et du cari tous les jours et on ne sera jamais malade du paludisme.
- Très bien lui répond Vola. Il faut en manger quand on est malade. On peut en manger régulièrement aussi, mais malheureusement ça ne suffit pas pour éviter d'avoir le paludisme.
- Que faut-il faire d'autre ? »

Vola se tourne vers Madame Soa et dit :

« Je vais laisser la parole à Madame Soa qui vous parlera de prévention. - Merci Vola, je ne savais pas que nos brèdes avaient une action contre le plasmodium responsable de cette grave maladie qu'est le paludisme. Je pourrai en parler lors de mes formations. Mais je suis venue aujourd'hui c'est pour vous parler à tous de l'usage des moustiquaires. »

Elle se retourne et ouvre un gros carton d'où elle sort une moustiquaire. En la dépliant elle s'adresse à tous.

« Voici ! une moustiquaire est une petite maison en toile fine.



« On la suspend au dessus du lit et on la bloque sous le matelas une fois que l'on est allongé sur le lit. Ainsi, les moustiques ne peuvent pas entrer la nuit et nous piquer.

- C'est tout ? demande Fely.

- Non, ce n'est pas tout. Il faut aussi éviter que les moustiques prolifèrent dans le village. Il faut nettoyer autour des maisons, comme on le fait ici à Ambohiavotra, et assécher les saques afin qu'il n'y ait pas d'eau stagnante. De cette manière les moustiques qui pondent leurs œufs dans l'eau seront obligés d'aller plus loin. Lolo as-tu autre chose à rajouter ? demande Madame Soa en se tournant vers l'oncle Lolo.

- Oui. Les moustiquaires diminuent le risque d'avoir le paludisme mais on peut quand même être piqué et être malade. Le paludisme est une maladie très grave. Si cela vous arrive vous devez venir nous voir. Selon votre état, nous vous dirons d'aller à l'hôpital où l'on trouve des comprimés gratuits qui vont tuer le microbe responsable du paludisme. »

Le vieux père de Zé prend la parole pour remercier et féliciter Madame Soa, oncle Lolo et Vola pour leurs interventions.

« Merci beaucoup ! Maintenant nous ne devrions plus être malades du paludisme.



44

« Nous savons comment le prévenir et comment le soigner.

Vous voyez les jeunes ! Il faut manger des brèdes en romazava, c'est très bon pour la santé. D'ailleurs, je commence à avoir faim ! »

Il se lève et se tourne pour partir.

« Attendez ! dit Madame Soa. Je vais vous distribuer les moustiquaires qui sont dans les cartons. Pouvez-vous vous mettre en file ? »

Tout le monde se lève et les jeunes se bousculent pour être devant.

« Attendez ! place aux vieux ! » dit le père de Zé en écartant les jeunes et en s'avançant devant Madame Soa.

Il prend la moustiquaire que Madame Soa lui tend, signe le reçu en la remerciant et part en sautillant et en chantant :

« Fini le paludisme ! Fini le paludisme ! Fini le paludisme... »



45

Le plus pauvre est celui qui est ignorant.

Nous ne sommes pas esclaves de la pauvreté.

Nous pouvons toujours nous enrichir en écoutant les autres et en partageant nos connaissances.

Nous avons toujours à apprendre de la nature.

Le progrès n'est pas de négliger ou de détruire la nature, ni de délaïsser et d'abandonner notre culture. Toutes ces richesses nous appartiennent. Nous devons au contraire être respectueux des plantes et des connaissances de nos anciens. Les sciences naturelles nous permettent de comprendre les plantes et leurs usages médicinaux, d'améliorer nos connaissances et de mieux les transmettre d'une génération à l'autre.



46

47

REMERCIEMENTS

L'association Jardins du Monde tient à remercier l'ensemble des personnes qui ont contribué à la réalisation de cet ouvrage. Ces histoires illustrées serviront de support aux actions de formation et de diffusion des savoirs en matière de plantes médicinales.

Le personnel, les volontaires et les bénévoles de Jardins du Monde :

Andry Nirina Andriambololona, Sophie Groeber, Jaozafy Jacquelin Bezandry Riler, Nina Jbé Maka, Jean-Pierre Nicolas, Jean-Yves Pape, Evelyne Quemeneur, Franco Dany Tsiresy et Patrick Velo pour leurs contributions.

Bernadette Lallouet pour la correction de cet ouvrage.

Ainsi que toutes les personnes ayant participé aux nombreuses enquêtes ethnobotaniques nécessaires à la réalisation de ce document.

Nos partenaires financiers :

Le Groupe Clarins
La fondation Nature & Découvertes
Le Conseil régional de Bretagne
Le Conseil général du Finistère



48



© Jardins du monde

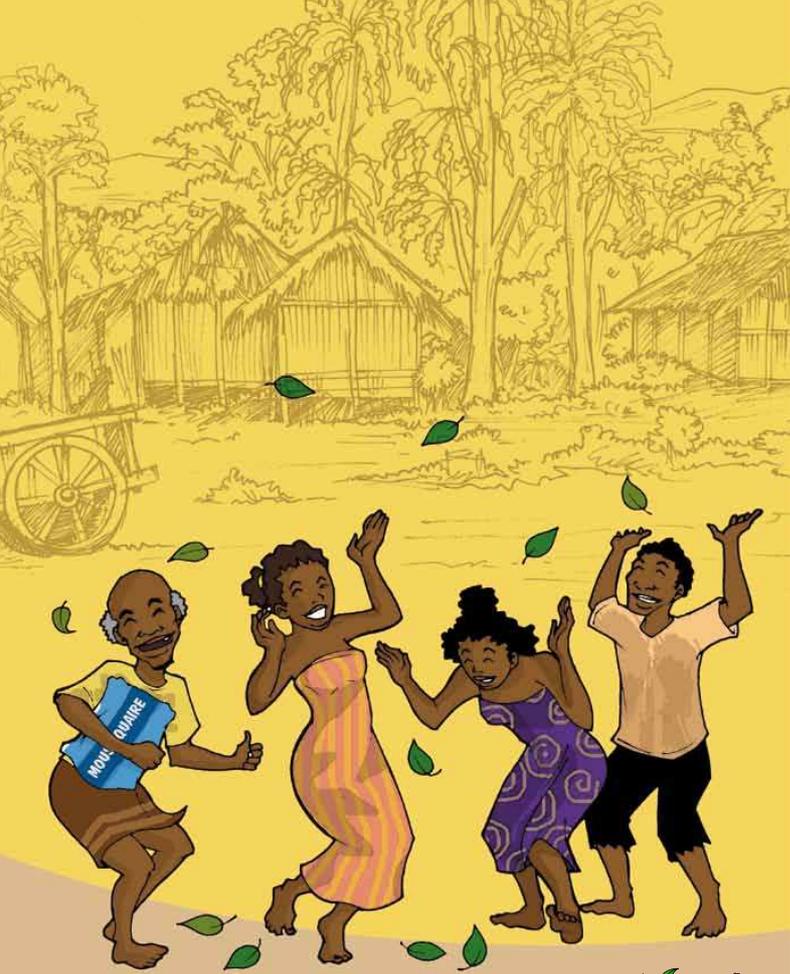
Editions Jardins du monde 15, rue saint Michel - 29 190 Brasparts
Imprimé sur les presses de Goble imprimeur, Saint Thonan, France.



10-31-1238 / Certifié PEFC / Ce produit est issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées. / pefc-france.org

ISBN : 978-2-8543726-1-7
Dépôt légal : mai 2015

49



Association Jardins du Monde
Immeuble PARAKH
4, av du Général de Gaulle
201 - ANTSIRANANA

www.jardinsdumonde.org
032 41 544 48

