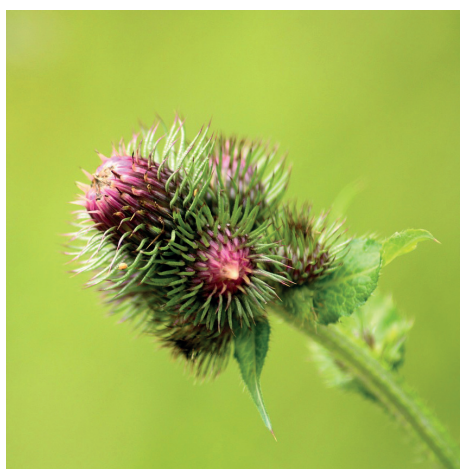




LA BARDANE OFFICINALE

(ARCTIUM LAPPA L.)



PRÉSENTATION GÉNÉRALE



La bardane est une plante bisannuelle de la famille des astéracées. Ses fruits caractéristiques sont recouverts de petits crochets.



La bardane préfère les sols profonds, riches en matière organique, et contenant une bonne proportion de sable grossier.¹



Originaires d'Europe et d'Asie, la bardane pousse désormais dans toutes les zones tempérées du monde. On la cultive en Europe et en Extrême-Orient.²



La bardane est aussi appelée vulgairement « herbe aux teigneux » en raison de son utilisation ancestrale sur les problèmes de peau. La phytothérapie y recourt aussi pour ses propriétés diurétiques³. Ses racines sont également consommées (au Japon notamment) crues ou cuites.

PROPRIÉTÉS ANTIOXYDANTES

Constituants antioxydants : polyphénols (flavonoïdes ; non-flavonoïdes : acides phénoliques dont acide caféique, chlorogénique..., lignanes dont arctiine, arctigénine...), **terpènes**

Parties de la plante concernée : racine, feuille, fruit⁴

Expérimentations :

Weronika Skowrońska *et al.* (2021)⁵ ont démontré *in vitro* le pouvoir anti-oxydant de la bardane.

DANS LA MÊME COLLECTION

FICHE ARTICHAUT
(*Cynara scolymus* L.)

FICHE CASSIS
(*Ribes nigrum* L.)

FICHE MÉLISSE
(*Melissa officinalis* L.)

FICHE ORIGAN
(*Origanum vulgare* L.)

FICHE ROMARIN
(*Rosmarinus officinalis* L.)

FICHE SAUGE OFFICINALE
(*Salvia officinalis* L.)



INTÉRÊTS GÉNÉRAUX « SANTÉ »

Indications thérapeutiques

D'après l'HMPC émanant de l'EMA (Agence Européenne du Médicament)

En santé humaine, l'HMPC a classé la **racine** comme médicament d'usage traditionnel avec trois indications, par voie orale :

- augmentation du volume urinaire (effet **diurétique**) dans les troubles urinaires mineurs,
- **perte temporaire d'appétit**,
- traitement des **états séborrhéiques** de la peau (= peau grasse).

D'après la Note Explicative de l'ex-agence française du médicament (1998), il est possible de revendiquer pour la racine les indications suivantes :

- **états séborrhéiques** de la peau (= peau grasse), par voie orale ou locale,
- faciliter l'élimination digestive et urinaire, par voie orale.

Pour la **feuille**, une seule indication est admise : **traitement d'appoint adoucissant et antiprurigineux** (= qui limite les démangeaisons) **de certaines affections dermatologiques** (crevasses, écorchures, gerçures) et contre les piqûres d'insectes, avec administration par voie orale⁶.

Expérimentations

Seules des expérimentations *in vitro* ou sur l'animal ont été menées. Aucune étude clinique n'a été réalisée.

Qiong Gao *et al.* (2020)⁷ ont étudié *in vitro* l'effet anti-inflammatoire de l'arctigénine et l'arctiine, deux substances bioactives majeures de la bardane.

L'arctigénine présente de puissantes activités anti-inflammatoires (...) via la modulation de plusieurs cytokines. Cependant, des études pharmacocinétiques ont démontré (...) l'hydrolyse importante de l'arctigénine dans le foie, l'intestin et le plasma, ce qui pourrait entraver son efficacité in vivo et clinique après administration orale. De nouvelles voies d'administration sont à étudier.

Wang *et al.* (2019) ont réalisé une revue scientifique sur les intérêts de la bardane.

Selon ces auteurs, les espèces d'Arctium posséderaient « des propriétés bioactives telles que des effets anticancéreux, antidiabétiques, antioxydants, hépatoprotecteurs, gastroprotecteurs, antibactériens, antiviraux, antimicrobiens, antiallergiques et anti-inflammatoires. »⁸

Bibliographie

- ¹ ITEIPMAI - Techniques de production - Bardane - dernière mise à jour Janvier 1998
- ² Bruneton, 2016. Pharmacognosie, Phytochimie, Plantes médicinales. 5^{ème} édition
- ³ <https://www.vidal.fr/parapharmacie/phytotherapie-plantes/bardane-arctium-lappa.html> - consulté en octobre 2022
- ⁴ Bruneton, 2016. Pharmacognosie, Phytochimie, Plantes médicinales. 5^{ème} édition
- ⁵ Weronika Skowrońska, Sebastian Granica, Magdalena Dziedzic, Justyna Kurkowiak, Maria Ziaja, Agnieszka Bazylo, 2021 - Arctium lappa and Arctium tomentosum, Sources of Arctii radix: Comparison of Anti-Lipoxygenase and Antioxidant Activity as well as the Chemical Composition of Extracts from Aerial Parts and from Roots. Plants (Basel). 2021 Jan 2;10(1):78
- ⁶ Bruneton, 2016. Pharmacognosie, Phytochimie, Plantes médicinales. 5^{ème} édition
- ⁷ Gao Q, Yang M, Zuo Z., 2018 - Overview of the anti-inflammatory effects, pharmacokinetic properties and clinical efficacies of arctigenin and arctiin from Arctium lappa L. Acta Pharmacol Sin. 2018 May;39(5):787-801
- ⁸ Wang D, Bădărau AS, Swamy MK, Shaw S, Maggi F, da Silva LE, López V, Yeung AWK, Mocan A, Atanasov AG, 2019 - Arctium Species Secondary Metabolites Chemodiversity and Bioactivities. Front Plant Sci. 2019 Jul 9;10:834