



L'ORIGAN

(ORIGANUM VULGARE L.)



PRÉSENTATION GÉNÉRALE



Famille botanique

L'origan est une plante herbacée vivace de la famille des lamiacées. L'origan possède des tiges rougeâtres à feuilles velues et ses fleurs sont roses ou pourpres.



Exigences pédoclimatiques

La culture de l'origan est possible dans tous types de sols. Les sols calcaires lui conviennent bien mais certaines variétés peuvent être sensibles au manque de fer (chlorose ferrique). La plante s'adapte bien aux sols secs et aux situations ensoleillées.¹



Origine géographique

Cette plante se retrouve notamment en Europe du Sud, dans le bassin méditerranéen, en Asie Occidentale et en Inde.



Un peu d'histoire

L'origan a d'abord été utilisé comme **plante dans les cérémonies** (cérémonie d'embaumement chez les Egyptiens, plante utilisée dans les couronnes des mariés comme symbole de bonheur...). **Son utilisation comme plante médicinale remonterait à l'Antiquité grecque**, elle aurait été prescrite aux malades souffrant de flatulences et de troubles gastriques. La teinture aurait diminué les démangeaisons des animaux galeux². L'origan est enfin utilisé en cuisine comme **plante aromatique** dans les « herbes de provence »³. Seules les régions de l'extrême sud de l'Europe (Italie par exemple) l'utilisaient en cuisine⁴.

PROPRIÉTÉS ANTIOXYDANTES

Constituants antioxydants : polyphénols (flavonoïdes ; non-flavonoïdes : acides phénoliques comme l'acide rosmarinique), **huile essentielle riche en terpènes phénoliques** (thymol, carvacrol selon les races chimiques)

Parties de la plante concernée : feuille et fleur

Expérimentations :

• **Chez l'animal**

Avec une forte dose de poudre d'origan ou de romarin (20 000 ppm) ou avec l'association de ces deux plantes, Botsoglou *et al.* (2009)⁶ ont rapporté, chez le rat, une **diminution de l'état d'oxydation induit par un stress oxydatif expérimental**.

• **Sur les denrées d'origine animale**

La protection de la viande contre le processus d'oxydation a été testée dans différentes études impliquant l'origan. D'après Brenes et Roura (2010)⁶, plusieurs huiles

DANS LA MÊME COLLECTION

FICHE ARTICHAUT
(*Cynara scolymus* L.)

FICHE BARDANE OFFICINALE
(*Arctium lappa* L.)

FICHE CASSIS
(*Ribes nigrum* L.)

FICHE MÉLISSSE
(*Melissa officinalis* L.)

FICHE ROMARIN
(*Rosmarinus officinalis* L.)

FICHE SAUGE OFFICINALE
(*Salvia officinalis* L.)



Teneur attendue dans le cadre de la Pharmacopée Européenne (2014)

L'origan doit renfermer *a minima* 25 ml/kg d'huile essentielle et la somme des teneurs en carvacrol et thymol doit être au minimum de 60% dans l'huile essentielle⁸.

Expérimentations

• Chez l'animal

Alagawany *et al.*⁹ ont rédigé une synthèse sur les applications de l'*Origanum vulgare* et de ses dérivés en nutrition humaine, chez les ruminants et les poissons. Cette revue traite plus précisément de l'impact de l'ingestion d'origan sur la fermentation du rumen, la digestibilité et la production des nutriments chez les ruminants, l'activité antiparasitaire de l'origan et son activité antibactérienne.

Selon ces auteurs, l'origan est plus globalement « antioxydant, antidiabétique, anti-inflammatoire, antimicrobien, antiviral, antiparasitaire, anti-néoplasique, and immunomodulateur. »

• En laboratoire

Plusieurs huiles essentielles (...) dont l'huile essentielle d'origan (...) **inhibent le développement de nombreuses bactéries pathogènes** comme des streptocoques, des salmonelles, des coliformes ou *C. perfringens* associés aux entérites nécrotiques, mais inhibent peu celui de bactéries bénéfiques comme des bifidobactéries ou des lactobacilles qu'elles peuvent même stimuler (Ouweland *et al.* 2010)¹⁰.

• Chez l'animal

Chez les porcelets pendant la période post-sevrage, les effets de deux concentrations différentes d'huile essentielle d'origan microcapsulée (OEO) et de poudre d'ail violet sur les biomarqueurs de l'état oxydatif, du stress et de l'inflammation, ainsi que sur le gain moyen quotidien et l'indice de consommation, ont été évalués par Rivera-Gomis *et al.* (2020)¹¹.

Dans l'ensemble, les doses d'OEO et de poudre d'ail à 0,4% n'ont pas entraîné d'inflammation, de stress ou de changements négatifs des biomarqueurs oxydatifs chez les porcelets pendant la période post-sevrage et ont donné de meilleures performances de production que les régimes témoins. Des doses élevées d'OEO et de poudre d'ail étaient inefficaces et pourraient affecter négativement les animaux. Par conséquent, les résultats de cette étude mettent en évidence l'importance de la dose utilisée notamment en supplémentation.

• Chez l'Homme

Aucune évaluation clinique n'a été réalisée chez l'homme, en dehors d'un essai sur une pommade contenant de l'origan, cette pommade diminuant la contamination des cicatrices post-chirurgicales.¹²

essentielles (...) dont celles d'origan exercent chez le poulet des propriétés antioxydantes dans la viande et le gras abdominal. Sampaio GR (2012)⁷ a démontré le bénéfice de la combinaison d'antioxydants naturels (sauge + origan voire miel) sur la baisse d'oxydation des lipides pendant le stockage réfrigéré de viande de poulet cuite.

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 **feuille** comme médicament d'usage traditionnel avec deux indications :

- soulager **les troubles gastro-intestinaux spasmodiques légers** tels que les ballonnements et les flatulences, par administration orale,
- soulager la peau irritée autour des narines, par application locale.

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

- **troubles digestifs** (lenteur à la digestion, ballonnements...),
- **affections bronchiques aiguës bénignes.**

En usage local, trois indications traditionnelles sont possibles :

- **traitement d'appoint adoucissant et antiprurigineux** (= qui limite les démangeaisons) de certaines affections dermatologiques (crevasses, écorchures, gerçures) et contre les piqûres d'insectes,
- **diminution de la douleur dans les affections de la bouche et du pharynx,**
- **nez bouché ou rhume.**

Bibliographie

- ¹ ITEIPMAI - Techniques de production- ORIGAN-dernière mise à jour Juin 2009
- ² Garnier, G., Bézanger-Beauquesne, L., & Debraux, G. (1961). Ressources médicinales de la flore française (Vol. 1 2). Vigot frères éd.
- ³ Bruneton, 2016. Pharmacognosie, Phytochimie, Plantes médicinales. 5^{ème} édition
- ⁴ Chauvet, M. (2018). Encyclopédie des plantes alimentaires. Belin
- ⁵ Botsoglou N.A., Taitzoglou I.A., Botsoglou E., Zervos I., Kokoli A., Christaki E., Nikolaidis E., 2009. Effect of long-term dietary administration of oregano and rosemary on the antioxidant status of rat serum, liver, kidney and heart after carbon tetrachloride-induced oxidative stress. *J. Sci. Food Agric.*, 89, 1397-1406
- ⁶ Brenes A., Roura E., 2010. Essential oils in poultry nutrition: main effects and modes of action. *Anim. Feed Sci. Technol.*, 158, 1-14
- ⁷ Sampaio GR, Saldanha T, Soares RA, Torres EA, 2012 - Effect of natural antioxidant combinations on lipid oxidation in cooked chicken meat during refrigerated storage. *Food Chem.* 2012 Dec 1;135(3):1383-90
- ⁸ Pharmacopée Européenne, 2014. 8^{ème} édition. 1880.
- ⁹ Alagawany, M., M. E. A. El-Hack, M. R. Farag, H. M. Shaheen, M. A. Abdel-Latif, A. E. Noreldin, et A. F. Khafaga. « The Applications of Origanum Vulgare and Its Derivatives in Human, Ruminant and Fish Nutrition - a Review. » *Annals of Animal Science* 20, no 2 (2020): 389-407. <https://doi.org/10.2478/aoas-2020-0004>
- ¹⁰ Ouweland A.C., Tiihonen K., Kettunen H., Peuranen S., Schulze H., Rautonen N., 2010. In vitro effects of essential oils on potential pathogens and beneficial members of the normal microbiota. *Vet. Med. (Praha)*, 55, 71-78
- ¹¹ Rivera-Gomis, J., C. Peres Rubio, C. Martínez Conesa, J. Otal Salaverri, J. J. Cerón, D. Escibano Tortosa, et M. J. C. Pablo. « Effects of Dietary Supplementation of Garlic and Oregano Essential Oil on Biomarkers of Oxidative Status, Stress and Inflammation in Postweaning Piglets. » *Animals* 10, no 11 (2020). <https://doi.org/10.3390/ani10112093>
- ¹² Bruneton, 2016. Pharmacognosie, Phytochimie, Plantes médicinales. 5^{ème} édition