



## La renouée du Japon (*Reynoutria japonica*)

par [booksofdante40](#)



Fleurs de renouée du Japon (anro0002 - wikimedia commons).

Sans doute pouvez-vous en ignorer le nom, mais il est impensable de ne pas avoir remarqué au moins une fois cette grande plante de 2 à 3 m de hauteur, qui se donne à voir un peu partout, poussant en colonies denses au pied des lieux frais et de bien des cours d'eau. La luxuriance de son feuillage n'a d'égale que la prodigalité de son système racinaire extrêmement développé, avec pour fonction, toujours, d'expulser de nouvelles pousses hors de terre. Elle possède de fortes tiges à nœuds, comme le bambou, creuses de la même manière et de très forte section à la base. Rougissant avec le temps, elles portent de très grandes feuilles alternes, ovales triangulaires ou cordiformes, avec une petite pointe à leur extrémité.

Si la floraison de la renouée du Japon ravit les abeilles (elle fleurit en septembre-octobre, c'est-à-dire à une époque où les mellifères indigènes se font rares), il se trouve que les fleurs formant ces panicules de couleur blanc crème sont quasiment stériles et ne produisent qu'à grand-peine quelques graines. Ce n'est donc pas grâce à ce moyen que la plante assure sa propagation. En ce sens, elle rappelle quelque peu la menthe poivrée qui ne forme aucune graine et qui assure sa reproduction par l'intermédiaire d'un efficace réseau souterrain. Et c'est là que ça se complique, et que les choses ne s'avèrent pas aussi simples. Reprenons-les donc depuis le début.

La renouée du Japon est, comme son nom l'indique, originaire d'Asie orientale, mais ne se cantonne pas qu'au seul archipel nippon, puisqu'elle apparaît aussi bien en Chine, en Corée qu'en Sibérie. C'est là-bas que le naturaliste suédois Carl Peter Thunberg (1743-1828) fit sa connaissance en 1775, année durant laquelle il se trouvait sur l'île artificielle de Dejima, au large de Nagasaki. Malgré l'extrême rigueur dont le Japon faisait alors preuve à l'égard des Occidentaux, Thunberg parvint tout de même à collecter des échantillons végétaux qu'il expédia à Amsterdam. Là, son ami le botaniste hollandais Maarten Houttuyn (1720-1798) décrivit, parmi le lot de plantes reçues, une renouée et lui donna le nom de *Reynoutria japonica* en 1777, en hommage au botaniste flamand Karel van Sint-Omaars (1533-1569), plus connu sous le nom de Baron van Reynoutre. Une cinquantaine d'années suivants ces faits, l'officier médecin d'origine bavaroise Philipp von Siebold (1796-1866) s'engagea auprès de la Compagnie des Indes orientales et débarqua lui aussi sur l'île de Dejima en 1823, avant d'en être expulsé six ans plus tard. Il eut cependant le temps de faire des collectes suffisantes, et en profita pour embarquer une renouée qu'il installa à son retour dans son jardin d'acclimatation de Leyde, avant de lui donner le nom de *Polygonum cuspidatum* en 1846. Pendant ce temps, la *Reynoutria japonica* de Thunberg dormait quelque part, car cette espèce, non seulement fut publiée en néerlandais mais dans une catégorie erronée, ce qui fit qu'elle tomba dans l'oubli, et ce jusqu'en 1901 ! Cela signifie que pendant la quasi totalité du XIX<sup>e</sup> siècle, l'Europe ne sut pas qu'elle avait accueilli deux plantes qui, bien qu'on leur ait accordées des noms différents pourraient bien être la même espèce. Bref, au milieu du XIX<sup>e</sup> siècle, la renouée de Siebold fut mise à la disposition du public dans le but d'agrémenter les parcs et les jardins : cette variété exotique rencontra un succès d'autant plus facilité qu'il était soutenu par force réclame. En effet, cette nouveauté végétale était vantée pour « sa vigueur, ses qualités ornementales, médicinales, alimentaires, fourragères, mellifères automnales ». De plus, on ajoutait « qu'elle protège les jeunes plantations du soleil (*sic*), fixe le sable des dunes et on précise même que ses tiges sèches font d'excellentes allumettes. Enfin, ultime argument, on l'assure 'inextirpable' », et pour cause !<sup>1</sup>. Mais à cette époque, il n'était pas encore question de s'inquiéter, la renouée japonaise de van Siebold étant un mâle stérile, jusqu'à ce que le chirurgien russe Heinrich Weyrich (1828-1863) fasse la rencontre avec une autre renouée sur l'île russe de Sakhaline en 1853 : *Polygonum sachalinense*. Celle-ci débarqua tout d'abord à Saint-Pétersbourg, puis en Europe dans les années 1860 et tout aussitôt s'échappa des jardins où l'on pensait naïvement l'avoir sagement claquemurée. Le gros hic, ce fut le coup de foudre retentissant qui se produisit entre la renouée de Weyrich et celle de Siebold qui se trouvait être fécondable par elle. De l'union des deux naquit un vigoureux hybride (sans doute dans les années 1880), de plus parfaitement compatible avec ses deux parents. L'on donna à ce nouvel arrivant le nom de *Reynoutria x bohémica*, non pas pour en souligner l'origine géographique, mais très certainement pour en évoquer le caractère vagabond. Bien plus compétitive que ses parents, cette renouée (que l'on peut confondre avec au moins quatre autres hybrides, tous chromosomiquement différents), s'appuie sur le bagage génétique que lui a légué la renouée de Siebold qui compte, elle, jusqu'à 88 chromosomes, ce qui, pour partir à la conquête du monde, offre

aux renouées un large éventail de possibilités (accroissement de la taille de la plante, vigueur végétative multipliée, etc.).

En France, elle ne semble s'être installée qu'en 1939. Fournier lui donnait le nom français de persicaire d'Orient. En 1947, il la savait très cultivée comme ornementale, mais il en remarqua aussi le caractère par trop envahissant, ce qui fait qu'aujourd'hui elle est présente dans les régions suivantes : Alsace-Lorraine, Nord, Picardie, Normandie, Bretagne, Franche-Comté, Rhône-Alpes. Seule la Provence semble lui résister et la Corse l'ignorer. L'Europe en fait également les frais, puisque cette plante – qu'il est parfaitement justifié de qualifier d'invasive (en France, c'est le statut que lui octroie l'arrêté du 24 avril 2015) – s'est répandue autant à sa portion occidentale que centrale. Sa dynamique d'expansion est, parmi toutes les plantes invasives, celle qui est la plus forte. « Vite et partout » pourrait être sa devise. Pourquoi donc ne se comporte-t-elle pas comme l'arbre aux papillons (*Buddleia davidii*) et [le raisin d'Amérique](#) (*Phytolacca americana*) ?

On trouve la renouée du Japon dans les zones alluviales, le long des cours d'eau pollués, sur les terres incultes pauvres et calcaires, les pentes volcaniques, les sols nus riches en métaux (aluminium, plomb, zinc, cuivre), les friches et zones industrielles en déclin, les décharges sauvages, les abords de zones goudronnées, les voies de chemin de fer, etc. Or, si la renouée ne pose pas de problème dans son biotope naturel asiatique, il n'en va pas de même en Europe (ainsi qu'en Amérique du Nord d'ailleurs). On parle de plante invasive dès lors qu'un végétal imprime un impact négatif sur la biodiversité de la zone dans laquelle il s'implante : une plante envahissante met donc en danger aussi bien la flore que la faune indigène. Et lorsqu'on observe comment se comporte la renouée, il est bien difficile de lui dénier ce statut, bien au contraire, tant elle exerce une forte pression sur les milieux aquatiques et subaquatiques entre autres, allant perturber tant les milieux naturels (lisières de forêt, d'autant si elles sont aussi peuplées par cet autre envahisseur venu d'Amérique du Nord, [le robinier](#)) qu'artificiels (Jean-Marie Pelt relate dans l'un de ses ouvrages le dépérissement d'une haie de thuyas dans laquelle la renouée s'était incrustée ; aujourd'hui, ces thuyas sont tous morts).



Tapis de tiges de renouée du Japon sur le site de la poudrerie d'Esqueredes (Pas-de-Calais) pollué par les nitrates et abandonné depuis une quarantaine d'années (F. Lamiot – wikimedia commons).

La propagation de la renouée s'explique grâce à plusieurs éléments de réponse. Tout d'abord, elle n'est menacée par aucun prédateur en Europe. Il est difficile de stopper une telle progression quand un maillon de la chaîne alimentaire – ici inexistant – n'est donc pas en mesure d'endiguer la croissance de la plante. Opportuniste, la renouée se développe au désavantage des populations de plantes endémiques qui, ainsi, reculent et sont forcées de quitter les terrains sur lesquels elle met avidement la main. De plus, aucun compétiteur sérieux ne s'oppose à elle, elle n'a donc rien à craindre d'une potentielle concurrence. Bien plus, ce sont les autres plantes qui ont tout à redouter d'un débarquement de la renouée, vu le caractère allélopathique dont elle est capable de faire preuve à leur égard, c'est-à-dire qu'elle secrète des substances chimiques inhibant la génération des autres plantes (ce n'est pas la seule à procéder ainsi ; dans la Nature, ces phénomènes sont légion). Pour cela, elle modifie aussi la flore bactérienne du sol à son avantage. En détruisant un biotope, c'est autant d'animaux (mammifères, amphibiens, reptiles, oiseaux, nombreux invertébrés ; - 40 % en ce qui concerne ces derniers) qui sont menacés par cette expulsion du fait de la raréfaction des espèces végétales jusqu'à présent indispensables à leur survie. Mais face à cette inévitable réaction en chaîne, il est possible d'objecter que se met en place un nouveau biotope, la Nature ayant, dit-on, horreur du vide.

Comment une plante dont la granification est quasiment nulle peut-elle prendre autant d'envergure ? Ce n'est certainement pas par la dispersion des semences par la plante. Aussi, plutôt que de regarder, nez en l'air, ce qu'il ne s'y passe pas, il faut aller chercher la solution sous terre : les parties aériennes de la renouée ne sont que la fraction émergée d'un système végétatif gigantesque.

En effet, le rhizome de la renouée, à plein développement, peut s'enfoncer à près de 3 m de profondeur et s'étaler sur pas loin de 20 ! On comprend comment ont procédé les renouées qu'on voit parfois de part et d'autre d'une route.

La renouée utilise d'autres vecteurs de propagation indirects : par voie fluviale, par exemple. Vivant près des berges, il suffit qu'une crue arrache un fragment de la plante pour que celui-ci aille s'implanter là où la furie des vagues l'aura transporté, parfois à des kilomètres de là (on considère qu'un morceau de rhizome d'une dizaine de grammes, portant un unique bourgeon, est capable de générer une nouvelle plante).

Très présente sur ce que l'on appelle les néo-sols, c'est aussi par le biais de l'intervention humaine involontaire que la renouée peut être efficacement transportée d'un lieu à l'autre (à l'occasion des déplacements de terre qu'exigent les activités de génie civil, par exemple).

Que faire pour stopper cette invasion et réduire ainsi son impact écologique sur la faune et la flore ?

- La fauche : si elle détruit la partie aérienne, il n'en reste pas moins que la partie vive de la plante est toujours là. Mauvaise méthode du fait que la plante est capable de réparer les dommages qui lui ont été causés en quelques jours. Si l'on fauche, il faut également faire attention à ce qu'il va advenir des tiges fauchées. Ne pas les éparpiller, elles se bouturent très facilement. Il faut donc détruire le résultat de la fauche, ou le laisser sur place, dans l'espoir qu'il ne soit pas transporté accidentellement par le vent, l'eau, etc. Cette méthode n'est pas envisageable dans le cas d'un traitement du sol par phytoremédiation : en effet, on ne peut laisser sur place la renouée fauchée, au risque qu'elle relargue dans le sol les polluants qu'elle en a extrait. Celle-ci doit donc être traitée en conséquence.
- L'extraction des rhizomes : elle est fastidieuse et surréaliste. La renouée est une véritable forteresse à l'instar du chiendent et compte sur son réseau de rhizomes traçants pour se mettre hors de portée des pelles et des pioches.

D'un point de vue mécanique, la destruction de cette plante est donc un pari perdu d'avance.

- Traitements phytocides : ils sont complexes et hasardeux. L'usage des herbicides est interdit à moins de 5 m des cours d'eau. Or, comme la plante vit en bordure de rivière très souvent, elle est donc inattaquable dans ce cas (on peut se demander si, malicieuse, elle n'est pas au courant de la chose tant elle dénote autant d'intelligence).
- Technique préventive : repérage de la plante au début de sa vie végétative et extraction complète.

Bref, pour l'heure aucune technique n'a prouvé son efficacité, même si des rumeurs (non étayées de preuves scientifiques) laissent entendre que l'ortie pourrait être la solution : elle semble être une tueuse de renouée. A suivre...

Je n'ai cependant pas l'impression que cet acharnement ait porté ses fruits. Ce serait comme de gratter une plaque de psoriasis qui, toujours, reviendrait se former, encore et encore. Les frappes chirurgicales ne fonctionnent pas contre la renouée. Mais en quoi donc la renouée du Japon est-elle si irritante ? En raison de l'incapacité de l'homme à en venir à bout ? Du fait qu'elle défie les plans (sur la comète) que l'on a établis à son sujet ? En effet, elle tient tête à l'homme et le place en situation d'échec, et cet homme-ci n'apprécie guère ce qu'il pourrait considérer comme une effronterie. Mais cet homme n'est-il pas en train de poser son regard sur cette situation par le plus petit bout de la lorgnette ? Dans son aire d'origine, la renouée du Japon s'installe sur des terrains auxquels on confierait à grand-peine rutabagas et topinambours. Elle s'y comporte comme une pionnière, peuplant éboulis et rives de torrents, c'est-à-dire des milieux perpétuellement remaniés, très éloignés dans leur caractère des bucoliques bordures d'étangs assoupis sous l'air torpide de l'été que n'entrebâille que le pensif coassement d'une grenouille solitaire – respirez ! – happant l'air de temps à autre afin de s'en gargariser les cordes vocales.

Cependant, après une implantation en un lieu donné qui peut durer plusieurs années, la renouée abandonne derrière elle « un sol transformé capable de se végétaliser et disparaît petit à petit en faveur d'autres espèces [...]. Serait-elle l'indicatrice d'un problème plus profond ? Car cette plante étonnante adore la pollution, et s'installe à l'origine dans des milieux dévastés pour dépolluer le sol et rétablir un équilibre dans l'écosystème »<sup>2</sup>. (C'est ni plus ni moins qu'une plante soignée ! L'on n'en doutera plus à la lecture de la seconde partie.) Ce qui explique qu'elle joue un rôle important en phytoremédiation. Si l'on peut considérer que la renouée s'implante plus particulièrement en des lieux qui sont comme des épines fichées dans le pied afin de nous les rendre encore davantage visibles – la décharge sauvage peu glorieuse, le délitement du tissu industriel européen et ses « cadeaux » empoisonnés, bien d'autres activités humaines écologiquement irresponsables – eh bien, il est permis de voir en la renouée une rédemptrice, du moins la mère qui range le foutoir de la chambre de ses gosses. Le message qu'une plante nous adresse est toujours plus grand que notre capacité à le recevoir, bien plus étendu que la minuscule bribe que nous sommes capables d'en saisir.

Dans son livre *Healing Lyme*, l'Américain Stephen Harrod Buhner avance l'hypothèse que la renouée a pris possession des territoires où s'est propagée la maladie de Lyme, dans un temps coïncidant. Je ne crois pas trop à l'immédiate simultanéité des deux événements, mais j'avoue que cette plante, qui se montre ici et là avec autant d'insistance, ne prodiguerait pas tant d'énergie si elle n'avait rien à nous dire, puisqu'un organisme vivant ne consent jamais pour rien l'effort qu'il produit.



*Reynoutria*

*japonica*

**La renouée du Japon en phytothérapie**

Après tout ce qui vient d'être exposé, c'est sans surprise qu'on apprendra que la pratique phytothérapeutique s'enquiert tout d'abord de la partie végétative souterraine de cette plante : en effet, le rhizome séché est largement préféré aux feuilles. C'est du moins ainsi qu'elle est originellement employée en Asie. Par exemple, au Japon, où on lui donne le nom d'*inadori* (= « ôte douleur »), on confectionne une infusion à base de racines sèches, le thé d'*inadori*. De même pour la médecine traditionnelle chinoise qui emploie cette plante sous le nom médicinal de *Shimangcao*.

L'étude attentive de la racine rhizomateuse de la renouée du Japon a permis d'en extraire, dès 1963, un polyphénol de la classe des stilbènes, le trans-resvératrol, « molécule photosensible qu'une simple exposition à la lumière suffit à transformer de manière irréversible dans son isomère cis. C'est un composé instable supportant aussi assez mal la chaleur et les milieux oxydants »<sup>3</sup>. L'on comprend mieux pourquoi la plante dissimule cette substance dans ses rhizomes souterrains qui poussent au frais, près des rivières et des berges humides. En moyenne, l'on en trouve 3 à 4 g pour 1000 g de racine, ce qui place la renouée bien au-delà du raisin et du vin, autres sources alternatives de resvératrol, découvertes plus tardivement.

La renouée du Japon ne saurait bien évidemment pas se réduire au seul trans-resvératrol. Elle contient encore de l'acide oxalique, des lignanes, des flavonoïdes, ainsi qu'une substance à laquelle on accordait autrefois le nom de cuspidatine (ou polygonine), qui, par dédoublement, fournit de l'émodyne, de la classe des anthraquinones. C'est cette émodine que l'on retrouve dans une autre renouée asiatique, *He Shou Wu* (*Polygonum multiflorum*), plante empreinte de mystère et qui pourrait, dit-on, accorder un bonus de longue vie à qui l'ingérerait. Par communauté moléculaire, on en a déduit un peu vite que les propriétés et usages de l'une pouvaient se transposer à l'autre. C'était d'autant plus tentant que cette autre renouée prévaut pour sa capacité à abaisser les taux de cholestérol et de glycémie sanguins. On lui attribue encore de potentiels effets face au bacille de la tuberculose, au paludisme et aux signes extérieurs de vieillesse. Mais, mefiat ! Déjà que le resvératrol semble balader les chercheurs, n'allons pas aussi vite en besogne, et ne chargeons pas la bête d'un poids qu'elle ne peut supporter.

### Propriétés thérapeutiques

- Anti-oxydante, protectrice cellulaire contre le stress oxydatif (Sachons que « le resvératrol est une phytoalexine, c'est-à-dire une substance induite par un stress environnemental ou pathogène [...] et destinée à contenir localement les dégâts du pathogène »<sup>4</sup>. C'est une astuce que met en œuvre la vigne pour se protéger du mildiou par exemple.), photoprotectrice
- Support du système immunitaire (immunomodulante exactement), favorisant le maintien d'un métabolisme équilibré
- Support du système cardiovasculaire, protectrice vasculaire, hypotensive, inhibitrice de l'oxydation du LDL



- Anti-inflammatoire, analgésique
- Digestive, laxative, antidiarrhéique
- Antipyrétique
- Antibactérienne, antifongique
- Diurétique
- Expectorante
- Chimioprotectrice du cancer (?)
- Neuroprotectrice

### Usages thérapeutiques

- Troubles de la sphère cardiovasculaire et circulatoire : assurer une circulation sanguine saine, artériosclérose, excès de cholestérol (LDL) et de glycémie, angiogenèse, hypertension, petite hémorragie
- Troubles de la sphère hépatique : diabète, hépatite, ictère
- Troubles de la sphère gynécologique : leucorrhée, aménorrhée
- Troubles locomoteurs : arthrite rhumatoïde, arthrite de Lyme, douleurs articulaire et musculaire telles qu'on les rencontre chez les malades de Lyme, maintien de la masse osseuse
- Infection (bactérienne, fongique)
- Affections cutanées : brûlure, furoncle, morsure, inflammation de la peau, vieillissement cutané
- Bronchite chronique
- Neurodégénérescence

**Note :** le récent emballement au sujet de l'épidémie de coronavirus a au moins permis de mettre en évidence que cette autre renouée chinoise dont nous avons parlé plus haut, était impliquée dans l'inhibition de la fixation des coronavirus aux récepteurs ACE2 (ou enzyme de conversion de l'angiotensine 2) de l'organisme.

### Modes d'emploi

- Décoction de rhizome sec et fragmenté : comptez une cuillère à soupe pour un litre d'eau en décoction durant au moins quinze minutes. Passé ce délai, exprimez avant de consommer.
- Poudre de rhizome en dilution dans un liquide (eau, jus de fruit, lait de coco). L'on trouve aussi cette poudre dans des capsules gastro-résistantes toutes prêtes.
- Extrait de plante fraîche.
- Extrait hydroglycériné.
- Cataplasme de feuilles fraîches contuses.

- Resvératrol en gélules simples (cf. la marque Solgar, par exemple) ou bien en complexe avec rhodiola, grenade, etc. (cf. Oxynium de SFB laboratoires).

### **Précautions d'emploi, contre-indications, autres informations**

- Si la renouée est utilisée en Asie, tant comme plante médicinale qu'alimentaire, il n'est pas recommandé d'en faire les mêmes usages en France à l'issue d'une cueillette, car elle pousse la plupart du temps sur des sols artificiels non exempts de produits polluants (herbicides, pesticides, métaux lourds ; parmi ces dernières substances, ce sont les rhizomes qui les concentrent prioritairement, puis les feuilles, enfin les jeunes pousses). Ce qui est fort dommage, car cela nous prive d'en déguster les pousses tendres, crues comme cuites, comme cela se pratique au Japon, où une cuisson à la vapeur les apparente aux turions d'asperge.
- Les prises régulières de resvératrol ou de renouée du Japon par voie interne sont à proscrire en cas d'hypothyroïdie, puisque le resvératrol à lui seul entrave le bon fonctionnement du système immunitaire. On l'interdira chez la femme enceinte, la femme allaitant, l'enfant de moins de douze ans. Dans tous les autres cas, l'on se méfiera des usages prolongés et/ou des doses trop appuyées.

- 
1. *La Garance voyageuse* n° 106, été 2014, p. 36.
  2. Site de [Yvette Bernard](#).
  3. Wikipédia.
  4. *Ibidem*.



Jeunes tiges de renouée du Japon (anro0002 - wikimedia commons).

Ce site  
gratuit est  
financé par  
la  
publicité. [En  
savoir plus](#)

Do you know which  
astronomer observed a  
Supernova in 1604?



[booksofdante40](#) | 28 mai 2021 à 08:42 | Étiquettes : [comment lutter contre la renouée du Japon ?](#), [renouée du Japon](#), [renouée du Japon botanique](#), [renouée du Japon propagation](#), [renouée Japon anti-inflammatoire](#), [renouée Japon anti-oxydante](#), [renouée Japon composition](#), [renouée Japon histoire](#), [renouée Japon maladie de Lyme](#), [renouée Japon mode d'emploi](#), [renouée Japon phytothérapie](#), [renouée Japon plante dépolluante](#), [renouée Japon plante invasive](#), [renouée Japon plante médicinale](#), [renouée Japon Propriétés](#), [renouée Japon resvératrol](#), [Renouée Japon usage](#), [Reynoutria japonica](#) | Catégories: [Les plantes](#), [Phytothérapie](#) | URL: <https://wp.me/p2SVqZ-2eT>

[Commentaire](#)

[Voir tous les commentaires](#)

[Résilier l'abonnement](#) pour ne plus recevoir d'articles de [Books of] Dante.

Modifiez vos préférences d'envoi sous [Gestion des Souscriptions](#).

**Problème de clic?** Copiez et collez cette URL dans votre navigateur:

<https://booksofdante.wordpress.com/2021/05/28/la-renouee-du-japon-reynoutria-japonica/>

Merci d'avoir choisi  [WordPress.com](#)