

PLANTES DANGEREUSES

LES RECONNAÎTRE POUR MIEUX SE PROTÉGER

La **berce du Caucase**, le **panais sauvage** et l'**herbe à puce** sont des plantes dont la sève contient des substances toxiques qui, activées par la lumière et les rayons ultraviolets, rendent la peau extrêmement sensible au soleil, causant ainsi des dommages aux cellules cutanées. Bien que ces plantes ne possèdent pas les mêmes caractéristiques, les lésions qu'elles peuvent causer et les mesures à prendre en cas d'exposition sont similaires. Démystifions un peu ces trois plantes.

BERCE DU CAUCASE

La berce du Caucase est une plante très toxique qui se répand rapidement, particulièrement dans les milieux frais et humides tels qu'en bordure des fossés, des routes, des cours d'eau et dans les prés. Ne pas confondre avec la berce laineuse, qui lui ressemble beaucoup, mais qui n'est pas envahissante et ne pose pas de risque pour l'environnement et la santé.

Caractéristiques de la plante

- **Dimensions de la plante adulte** : 2 à 5 m de hauteur.
- **Feuilles** : jusqu'à 1,5 m de largeur et 3 m de longueur, très découpées et robustes, comportant de 1 à 3 folioles.
- **Tige** : robuste, creuse, recouverte de poils blancs rudes, verte marbrée de couleur framboise à violet.
- **Fleurs** : pousse sur une même tige en formant des ensembles de fleurs blanches de forme arrondie (25 à 50 cm de diamètre).



PANAIS SAUVAGE

Le panais sauvage est très abondant dans le sud du Québec. On le retrouve dans différents types d'endroits tels que les bords de routes, les voies ferrées, les sentiers et les champs abandonnés. Le panais sauvage préfère les sols secs, mais il tolère également les sols humides.

Caractéristiques de la plante

- **Dimensions de la plante adulte** : 0,5 à 1,5 m de hauteur.
- **Feuilles** : composées en paires, avec des folioles grossièrement dentées qui poussent à l'opposé les unes des autres sur la tige. La foliole terminale est toutefois composée de 3 lobes.
- **Tige** : verte et lisse de 2,5 cm d'épaisseur et légèrement poilue.
- **Fleurs** : vert jaunâtre formant des grappes en forme de parasol et larges de 10 à 20 cm. Elles se transforment en fin de saison en graines rondes et brunes.
- **Odeur** : très forte odeur, semblable au panais ou au navet.



Crédit photo : MDDELCC

HERBE À PUCE

L'herbe à puce est une plante indigène présente dans plusieurs régions du Québec. On la retrouve en bordure des chemins, dans les lisières de forêt, les secteurs en régénération, les fossés et les endroits ensoleillés. Notez que si l'herbe à puce est brûlée, les voies respiratoires peuvent être atteintes et causer une inflammation grave aux poumons.

Caractéristiques de la plante

- **Dimensions** : généralement de 20 cm à 1 m, parfois sous forme d'arbuste grimpant.
- **Feuilles** : regroupées par trois folioles (« Feuilles par trois, méfie-toi ! »), luisantes ou mates selon la saison.
- **Couleur** : vertes au printemps et en été, rouges ou orangées à l'automne.
- **Fruits** : petites baies blanchâtres à la fin de l'été.



TABLEAU COMPARATIF

	Berce du Caucase	Panais sauvage	Herbe à puce
Danger	Sève phototoxique	Sève phototoxique	Huile allergène (urushiol)
Où la retrouve-t-on?	Fossés, rivières, milieux humides	Bords de route, champs, emprises	Lisières de forêt, chemins forestiers, milieux ouverts
Hauteur	2 à 5 m	0,5 à 1,5 m	20 cm à 1 m (ou plante grimpante)
Feuilles	Très grandes et très découpées	Feuilles dentées ressemblant au céleri	Toujours en groupe de 3 folioles
Fleurs	Grosses ombelles blanches	Ombelles jaunes	Petites fleurs verdâtres puis baies blanches
Quand est-elle dangereuse?	Contact + soleil	Contact + soleil	Dès le contact avec la plante ou un objet contaminé
Symptômes	Brûlures, ampoules	Brûlures, ampoules	Rougeurs, démangeaisons, cloques
Premiers soins	Laver, couvrir du soleil	Laver, couvrir du soleil	Laver rapidement peau, vêtements et outils
Consulter?	Oui si brûlure importante	Oui si brûlure importante	Oui, si la lésion s'est étendue ou apparaît à plusieurs endroits sur le corps ou atteint les zones sensibles (ex. visage, yeux)

RECONNAÎTRE LES LÉSIONS

Les lésions causées par la berce du Caucase, le panais sauvage et l'herbe à puce sont semblables. Lorsque la sève entre en contact avec la peau et est activée par les rayons du soleil ou les rayons UV artificiels, elle peut provoquer une inflammation cutanée caractérisée par :

- Une rougeur et une enflure de la peau.
- Des cloques et des ampoules étendues et suintantes.
- Des brûlures superficielles ou plus graves (1er ou 2e degré).

QUOI FAIRE EN CAS D'EXPOSITION

Voici quelques mesures à prendre lorsqu'une personne a été exposée à l'une de ces plantes.

Si la sève entre en contact avec la peau

- Éliminer la sève le plus rapidement possible en évitant de l'étendre :
 - Éponger la région touchée avec un papier absorbant sans frotter.
 - Laver la région atteinte au savon et rincer abondamment à l'eau.
 - Se laver les mains.
- Changer de vêtements et les laver pour éviter de contaminer d'autres parties du corps ou des objets. Retirer les vêtements avec précaution en les retournant à l'envers.
- Éviter d'exposer à la lumière les zones atteintes, y compris à la lumière artificielle, en les couvrant avec des gants, des pantalons longs, des manches longues, et ce, pour une durée de 2 à 7 jours.
- Se protéger avec de l'écran solaire pour les six prochains mois.

S'il y a une brûlure

- Éviter toute exposition au soleil pendant au moins une semaine.
- Utiliser un écran solaire pendant six mois.
- Communiquer avec Info-Santé au 8-1-1 pour plus d'information sur le traitement des brûlures ou consulter un médecin.

Si les yeux sont atteints

- Rincer les yeux abondamment à l'eau claire pendant au moins dix minutes.
- Porter des lunettes de soleil foncées pour éviter l'exposition à la lumière.
- Consulter un médecin le plus tôt possible.

BONNES PRATIQUES SUR LE TERRAIN

Avant les travaux

- Identifier les plantes présentes
- Porter manches longues et pantalon
- Porter des gants
- Avoir de l'eau et du savon disponibles

Après les travaux

- Laver les mains
- Nettoyer les outils
- Laver les vêtements contaminés
- Signaler la présence de plantes dangereuses

POUR EN SAVOIR PLUS

- <https://www.youtube.com/watch?v=YiMYLtYpgzQ>
- <https://www.quebec.ca/habitation-territoire/milieu-de-vie-sain/reconnaitre-et-eliminer-la-berce-du-caucase>
- <https://santesaglac.gouv.qc.ca/conseils-sante/sante-et-environnement/plantes-allergenes-et-envahissantes-2/panais-sauvage-ce-qu'il-faut-savoir/>
- <https://www.quebec.ca/habitation-territoire/milieu-de-vie-sain/reconnaitre-et-eliminer-l-herbe-a-la-puce>
- <https://santesaglac.gouv.qc.ca/conseils-sante/sante-et-environnement/plantes-allergenes-et-envahissantes-2/panais-sauvage-ce-qu'il-faut-savoir/>

Pour toute question sur le sujet, contactez votre conseiller(ère) en prévention.