

Herbe à la puce ou herbe à poux? Bien les reconnaître pour mieux se protéger

Par Valérie Garceau, Infirmière clinicienne

Étudiante à la maîtrise en santé publique

Bien qu'elles soient souvent confondues, l'herbe à la puce et l'herbe à poux sont bien différentes. D'apparences distinctes, elles provoquent tous les deux des réactions allergiques qui nécessitent des interventions adaptées à leurs particularités. Il importe donc de bien savoir les reconnaître pour prévenir leurs conséquences sur la santé. Voici quelques points importants pour mieux les identifier et intervenir efficacement pour s'en débarrasser.



Herbe à puce (gauche) et herbe à poux (droite).

Crédit Photo : Pascale Ménard, Espace pour la vie

	Herbe à la puce	Herbe à Poux
Nom latin	Toxicodendron radicans	Deux variétés au Québec : Ambrosia trifida et Ambrosia artemisiifolia
Description de la plante	<p>Plante vivace Peut se présenter sous plusieurs formes : Buissonnante, rampantes ou grimpantes.</p> <p>Feuillage lustré changeant de couleur au fil des saisons (rouge foncé au printemps, vert foncé en été et multicolore en automne) Les feuilles peuvent être lisses ou légèrement dentelées.</p>	<p>Plante annuelle</p> <p>Le feuillage est similaire à celui d'une carotte, bien découpées, vert uniforme avec 3 lobes.</p> <p>Ses fleurs se retrouvent au sommet et sont de couleur jaune.</p> <p>Mesure de 10 cm à 2 mètres</p> <p>Présente de mai à octobre, mais produit du pollen lors de sa floraison en vers mi-juillet</p>

	Mesure de 20 cm à près d'un mètre.	
Réaction(s).	<p>Réactions cutanés (dermite de contact allergique) au contact physique avec la sève vénéneuse de l'herbe à puce.</p> <p>Les symptômes se manifestent habituellement 24 à 48 heures et dure généralement 7 à 10 jours.</p> <p>Vive démangeaison, rougeur, enflure et formation de cloques.</p> <p>La sève peut demeurer sous les ongles. Il faut donc bien se laver les mains et les ongles pour éviter d'étendre la dermite à d'autres parties du corps en se grattant.</p>	Rhinite saisonnière (toux, congestion et écoulement nasale, démangeaisons et écoulement des yeux, etc) causée par le pollen
Où la retrouver	Les terrains boisés, en forêt, en bordure des routes ou des cours d'eau.	Les terrains faible en densité végétale tel que le bord des routes, les terrains vagues, les gazons brûlés par le calcium, etc.
Comment réduire la propagation	<p>En portant des gants, vous pouvez détruire le plant et ses racines en l'arrachant et en travaillant le sol.</p> <p>Il ne faut pas composter ni brûler les résidus de la plante : L'inhalation de fumée dégagée par la combustion pourrait entraîner une réaction inflammatoire pulmonaire sévère. Il est plutôt conseillé de jeter la plante dans un sac à ordures ou de l'enterrer très profondément dans le sol.</p> <p>En dernier recours, utilisez un pesticide à faible impact dont l'ingrédient actif est le chlorure de sodium.</p>	<p>Arracher la plante et ses racines avant le mois d'août pour l'empêcher de fleurir.</p> <p>Réensemencer des sites infestés avec des espèces plus compétitrices (ex : sarrasin, pâturin, trèfle, etc).</p> <p>Améliorer la qualité du sol en utilisant un terreau ou de l'engrais.</p>

Prévention	<p>Éviter tout contact physique avec la plante en portant des gants et en nettoyant adéquatement les vêtements et les outils utilisés.</p> <p>Lavez-vous bien les mains et les ongles en cas de potentiel contact.</p> <p>Si vous avez des animaux de compagnie, évitez également que ceux-ci entre en contact avec la plante.</p>	<p>Lorsque vous sortez à l'extérieur, évitez de fréquenter les lieux qui sont propices à une forte concentration de pollens (ex : parc).</p> <p>Évitez de sortir à l'extérieur lors des moments où la concentration de pollen risque d'être élevées (entre 7h et 13h, par temps chaud ou sec, lorsque le temps est venteux).</p> <p>Ne pas faire sécher vos vêtements sur la cordes à linges lors de la saison des allergies saisonnières.</p> <p>Utilisez plutôt l'air climatisé en mode recirculation de l'air ambiant plutôt que d'ouvrir les fenêtres.</p> <p>Consultez votre pharmacien ou votre médecin si vous désirez vous renseigner sur les traitements pharmacologiques contre les allergies saisonnières et les traitements de désensibilisation.</p>
------------	--	---

Cet article a été rédigé dans un but informatif seulement. Si vous avez des questions concernant votre état de santé, veuillez consulter votre médecin ou appelez Info-Santé 811.

Références :

Agence de développement de réseaux locaux de services de santé et de services sociaux de l'Estrie. (Date N.D). Gouvernement du Québec. Disponible en ligne : http://extranet.santemonteregie.qc.ca/depot/document/2967/affiche_herbe_a_poux_herbe_a_puce.pdf

Gouvernement du Québec. (2022). Reconnaître et limiter l'herbe à poux. Disponible en ligne : <https://www.quebec.ca/habitation-et-logement/milieu-de-vie-sain/reconnaitre-et-limiter-l-herbe-a-poux>

Gouvernement du Québec. (2022). Reconnaître et éliminer l'herbe à la puce. Disponible en ligne : <https://www.quebec.ca/habitation-et-logement/milieu-de-vie-sain/reconnaitre-et-eliminer-l-herbe-a-la-puce>

Gouvernement du Québec. (2022). Rhinite Saisonnière (rhume des foins). Disponible en ligne : [Rhinite saisonnière \(rhume des foins\) | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](https://www.quebec.ca/rhinite-saisonniere-rhume-des-foins)

Espace pour la vie. (2022). Carnet horticole et botanique : herbe à poux ou herbe à puce?
Disponible en ligne : <https://espacepurlavie.ca/herbe-poux-ou-herbe-puce>