



Les sentiers sont maintenant ouverts : vous voilà prêt pour des randonnées dans la nature. Montagne nous voilà... Pour se protéger contre cette horde de cyclistes fous, la montagne a ses protecteurs : l'herbe à la puce, (bois de chien) ou Poison Ivy en anglais.

Aucune plante vénéneuse n'est mieux connue de nom, en Amérique, que l'herbe à la puce et cependant, il est étonnant de constater combien peu de personnes peuvent la distinguer avec certitude.



Les feuilles sont rougeâtres lorsqu'elles font leur apparition au printemps, deviennent graduellement vertes en été et prennent diverses teintes de jaune, d'orange ou de rouge à l'automne.

L'herbe à la puce croît plus généralement dans les lieux ouverts, les champs, le bord des chemins, les berges sableuses, pierreuses ou rocailleuses et pousse en touffes à la lisière des bois et dans les clairières. C'est une plante vivace.

Il n'y a pas d'empoisonnement sans contact. Les symptômes se développent habituellement de 24 à 48 heures après un contact avec la sève. Le poison est une huile non volatile produite lorsqu'une partie de la plante est meurtrie. Les probabilités de contracter une dermatite au printemps et au début de l'été est plus probable car les feuilles sont tendres. La sève peut se déposer sur la peau par contact direct avec la plante ou par contact avec des objets contaminés tels que des chaussures, des vêtements, des outils ou des animaux. Par temps chaud et humide, la sève devient inerte en moins d'une semaine, mais par temps sec, elle peut conserver longtemps sa virulence.

Le degré de sensibilité au poison varie considérablement, non seulement d'une personne à l'autre, mais aussi au cours de la vie d'une personne. Cette sensibilité n'est pas congénitale, de sorte qu'on ne peut contracter cette dermatite au premier contact avec la plante. Plusieurs expositions sont nécessaires pour sensibiliser la plupart des gens. En général, les enfants sont plus sensibles que les adultes, et les personnes à peau claire réagissent davantage que ceux dont l'épiderme est très pigmenté.



Aucun humain n'est cependant totalement immunisé. Certaines personnes deviennent allergiques à de petites quantités de poison, tandis que d'autres ne réagissent qu'à de grandes quantités. Des gens apparemment immunisés ont été affectés gravement après s'être frottés la peau avec des feuilles. Il n'existe actuellement **aucune** méthode efficace d'immunisation.

Le plus raisonnable des remèdes populaires et sans effet semble être l'usage du « soda à pâte » (la petite vache). Il est important de laver avec soin les parties que l'on suppose avoir été en contact avec la sève avec du savon et de l'eau froide. L'eau chaude a tendance à dilater les pores de l'épiderme, ce qui pourrait permettre à la résine de pénétrer encore plus profondément dans la peau. On peut remplacer le savon par du vinaigre (2 cuillerées à soupe dans 1 tasse d'eau) ou par de l'alcool (1/2 tasse dans 1/2 tasse d'eau). Le lavage de la peau n'empêchera pas la réaction allergique de se produire, mais il empêchera probablement la propagation du poison aux parties non contaminées du corps. Consulter si les irritations persistent plus de 7-10 jours.

L'herbe à la puce est répandue dans toutes les provinces canadiennes, sauf Terre-Neuve. Alors à moins d'y déménager notre club, faudra faire avec.