



# Coleus forsteri (Mitché)

*Coleus forsteri* (Benth.) A.J. Paton

- Plantes médicinales
- Médicinales communes




Le mitché (*Coleus forsteri*) également connu sous les noms d'arnika kanak ou méamorü est traditionnellement utilisée pour traiter les symptômes grippaux et les ecchymoses.



## Identité

Nom scientifique	Noms Kanak
<b><i>Coleus forsteri</i> (Benth.) A.J. Paton</b>	<b>méâmöru (Ajië), hmitre (Drehu), mitre (Faga uvea), kwïboru (Drubea), hnizi (Nengone), puwâaro wâro (Paicî), néxwâmata (Xârâcùù)</b>
Famille	Autres noms communs
<b>Lamiacées</b>	<b>Plectranthus parviflorus Willd., Arnika kanak, Mitché, Hoanga (Vanuatu), Dranumi (Fidji)</b>
Statut Biogéographique	Milieu naturel d'origine
<b>Plante indigène</b>	<b>Forêt sèche</b>
Origine géographique	Statut IUCN
--	<b>Non évalué</b>
Distribution géographique	
<b>Pacifique sud-ouest</b>	

## Description

 Type de plante	Hauteur à maturité
<b>Herbacée</b>	<b>Moins de 50 cm</b>
 Couleur des feuilles	
<b>Vert</b>	
 Couleur des fleurs	
<b>Bleu</b>	

## Type et préparations

Type de plante médicinale	Type de préparations
<b>Commune</b>	<b>Application externe, Inhalation, Jus, Bain, Décoction, Infusion</b>
Type de médecine	Partie utilisées
<b>Traditionnelle Kanak, Familiale courante</b>	<b>Tige, Feuille</b>

## Propriétés

**Antibactérien,  
Cicatrisant,  
Antiseptique,  
Anti-inflammatoire,  
Astringent**

## Usages médicaux

**Yeux, oreilles,  
Affections  
respiratoires,  
Blessures, Douleurs,  
Purges, laxatifs,  
Troubles digestifs**

## Saisonnalité

Floraison	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Fruits	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Taille	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D



Mitché blanc, centre culturel Tjibaou (Nouméa) © Lincks

## Généralités

Le **mitché** (*Coleus forsteri*), aussi appelé **arnika kanak** ou **herbe à blessure** (1,2) appartient à la famille des **Lamiacées**. Son ancien nom scientifique était *Plectranthus forsteri*.

Le mitché une **espèce autochtone**, naturellement présente dans tout l'archipel calédonien, ainsi que dans les îles voisines. Elle pousse dans les milieux rocheux semi-ombragés du **littoral** ou à l'intérieur des terres à **basses altitude**, sur les chemins et lisières (1,3, 4). Le mitché est souvent plantée dans les jardins pour ses **propriétés médicinales**.

Cette plante est utilisée dans la **médecine traditionnelle kanak** ([voir la fiche "La médecine traditionnelle kanak"](#)) et dans les **médecines traditionnelles du Pacifique** où ses usages varient selon les régions. Voici quelques dénominations régionales de *Coleus forsteri* (2) :

- Miango (Papouasie Nouvelle-Guinée)
- Dranumi (Fidji)
- Hoanga (Vanuatu) (8)

## Une plante symbolique dans la culture kanak

Le mitché **symbolise la vie** dans la culture kanak, car chaque bouture de tige peut donner naissance à une nouvelle plante (5).

Lorsqu'une famille **annonce la naissance d'un enfant** à l'oncle maternel (celui qui est chargé de lui insuffler symboliquement le souffle de vie), elle annonce le sexe de l'enfant en lui donnant une tige de mitché liée un autre élément :

- à une **sagaie** quand il s'agit d'un **garçon**
- à une **écorce de niaouli** s'il s'agit d'une **filles**.

L'offrande est accompagnée d'une étoffe d'écorce, des ignames et une longueur de monnaie.

Le mitché (et parfois d'autres labiacées introduites ou autochtones) porte divers noms dans les **langues kanak** (1,2,5) :

- *méâmöru* (Ajië et nyelâyü),
- *hmitre wië*, *hmitre i papale*, *hmitre madra* (rouge) (en Drehu) (Plantes Maré)
- *hnizi gada* (= blanc, mitché à tige verte) et *hnizi dridr* (= noir, mitché à tige violacée en Nengone)

Le mitché est aussi cultivé **avec les ignames** pour **favoriser leur croissance** (6).

## Description

*Coleus forsteri* présente diverses caractéristiques botaniques présentées ci-après (3,4) :

Allure générale

- **Herbe pérenne** (ou un petit arbrisseau plus ou moins prostré) pouvant atteindre **50 cm de hauteur**
- Tiges **plus ou moins rampantes**
- Deux variétés principales :
  - le **mitché blanc** (tiges vertes, réservée aux enfants)
  - le **mitché rouge** (tiges rouges-violacées, considéré comme plus fort)

Feuilles

- **Opposées**, minces ou un peu épaisses
- Pétiole grêle de 3 cm de long
- Pubescentes, glanduleuses et de **forme deltoïde**
- **Légèrement dentelées sur les côtés**



Mitché (*Coleus forsteri*) © Lincks

Fleurs



- Fleurs de couleur **bleues ou bleu pâle**
- Grappes de 6 à 10 fleurs disposées en **faux épis terminaux** (environ 25 cm de long)

## Fruits

- **Petites capsules rondes**, dures, qui restent fermées à maturité et **deviennent noires**.

## Saisonnalité

- Floraison plutôt en **saison chaude**

## Précautions d'usages

⚠ **Modérer sa consommation en cas de grossesse et chez les enfants.**

Avant tout usage de plante médicinale, **lisez attentivement la fiche Agripédia "Précautions d'usage des plantes médicinales"**, car certaines plantes sont toxiques, même à faible dose et un mauvais usage pourrait mettre votre santé en danger.

Quelques règles de bon sens :

- L'utilisation des remèdes présentés dans nos fiches **ne se substitue aucunement à un avis**

**médical**, ni aux conseils d'un **guérisseur traditionnel** (tradithérapeute) ;

- En cas de symptômes persistants ou anormaux, **consultez un professionnel de santé** ;
- N'utilisez pas une plante quand vous avez un **doute sur son identification botanique** ou alors demandez une identification formelle à quelqu'un de votre entourage qui s'y connaît vraiment, un botaniste, un tradithérapeute, un herboriste ou un pharmacien.

## Vertus générales

Les principales vertus du mitché (2)

- **Astringente** : resserre les tissus et stoppe le saignements
- **Carminative** : facilite la digestion et réduit les ballonnements
- **Antiseptique** : empêche la prolifération des bactéries et réduit le risque d'infection des plaies
- **Cicatrisante** (accélère la guérison des plaies)
- **Anti-inflammatoire** : réduit l'inflammation et douleurs, soulage les états grippaux

## Composition chimique

Le **mitché** contient plusieurs composés aux propriétés **antimicrobiennes et anti-inflammatoires** :

- Diterpènes quinones (*activité antimicrobienne*) (Wellsow et al., 2006).
- Polyphénols, diterpénoïdes et esters bioactifs de l'acide caféique (Grayer et al., 2003 ; Kubínová et al., 2013).
- Extraits cyclohexane et éthanolique : activité anti-inflammatoire (7)

## FEUILLES

### Soins du nourrisson

⚠ *Pour tout soins aux nourrissons il est préconisé de consulter un médecin et/ou un tradipraticien. Il est également préférable d'éviter l'utilisation du mitché sur les très jeunes nourrissons.*

- le jus extrait des feuilles est instillé dans les yeux, la bouche et les narines des **nouveau-nés** pour **dégager ses voies respiratoires et digestives** (2).
- Il est aussi utilisé pour laver les **yeux irrités** (2).
- Décoctions de feuilles et de tiges pour **purger les bébés** (Nouvelle-Calédonie, centre de la Grande Terre) (2).



## Traitement des rhumes, toux, gripes

- Feuilles (mitché rouge) chauffées à la flamme, puis écrasées pour **extraire le jus** et instillation dans le nez, la tête penchée en arrière. Traitement répété plusieurs fois de suite (3).
- **Infusion** de feuilles utilisée en **bain** ou en **inhalation** (2).
- **Décoction** de feuilles absorbée chaude ou froide (2).

## Plaies et blessures

- Jus des feuilles appliqué sur les **plaies et les coups** (ecchymoses, entorses) (2).
- Plante frottée sur les **zones douloureuses** (Maré). Plus efficace avec le mitché rouge (2).

- Jus des jeunes feuilles (chauffées et écrasées) appliquée sur les **coupures et plaies** (2).

## Autres

- Jus des feuilles instillé dans le nez pour traiter les **saignements de nez** et les **maux de tête** (2).
- Décoction pour soulager les **yeux irrités** (Fidji) (2).
- Jus des feuilles et jeunes tiges utilisé contre la **toux** et les **vomissements de sang** (Nouvelle-Calédonie) (2).
- Macération de 4 bourgeons utilisée comme **tonique rafraichissant** (Poindimié en Nouvelle-Calédonie) (2).
- Décoction de feuilles pour soulager les **troubles de la vessie et des reins** (Fidji) (2).

## TIGES

- Jus de tige mâchée et craché sur les **plaies infectées** (Papaousie Nouvelle-Guinée) (2).
- Jus des feuilles et des jeunes tiges est utilisé contre la **toux** et les **vomissements de sang** (Nouvelle-Calédonie) (2).



*Partage de savoirs sur les usages médicinaux du mitché, centre culturel Tjibaou (septembre 2023) © Lincks*



## Auteurs

Publié : Février 2025

### Rédaction de la fiche

- Estelle Bonnet-Vidal (Lincks)

### Relecture

- **Mariko Matsui** (Institut Pasteur Nouvelle-Calédonie)
- David Bruy (IRD)

### Citation bibliographique recommandée

Bonnet-Vidal E., Matsui M., 2025. Fiche "**Coleus forsteri (Mitché)**". In Agripedia.nc [En ligne] (consulté le jour/mois/année)

Voir également [FAQ "Comment citer cette référence bibliographique ?"](#)

## Sources

- (1) Lormée N., Cabalion P., Hnawia É., 2011. **Hommes et plantes de Maré**, îles Loyauté, Nouvelle-Calédonie. IRD éditions, p 151-152.
- (2) Limousin P., 2014. **Arnika kanak**. In Oceania planta medica, flore de Kanaky, vol. II - Panacées alimentaires - p 208-209
- (3) Suprin B., 2019. **Mitché**. In « Les plantes marginales comestibles en Nouvelle-Calédonie p79
- (4) **Coleus forsteri** (Benth.) A.J.Paton. Endemia.nc consulté le 21.02.2025
- (5) ADCK, 1998. **Le guide des plantes du chemin Kanak**, p12-13
- (6) MacKee H.S., 1985. **Les plantes introduites et cultivées en Nouvelle-Calédonie**. Paris : MNHN. Flore de la Nouvelle-Calédonie et Dépendances, vol hors-série.159 p.
- (7) Nicolas M., Lasalo M., Chow S., Antheaume C., Huet K., Hnawia E., Guillemin GJ., Nour M., Matsui M., 2023. **Anti-inflammatory activities of Coleus forsteri (formerly Plectranthus forsteri) extracts on human macrophages and chemical characterization**. Frontiers in Pharmacology, section Ethnopharmacology, 13:1081310
- (8) Cabalion Pierre, Morat Ph. **Introduction à la végétation, à la flore et aux noms vernaculaires de l'île de Pentecôte** (Vanuatu). In: Journal d'agriculture traditionnelle et de botanique appliquée, 30<sup>e</sup> année, bulletin n°3-4, Juillet-décembre 1983. pp. 197-248



**Mariko Matsui**  
Institut Pasteur de Nouvelle-Calédonie  
27/03/2023  
<https://www.institutpasteur.nc/>, [institutpasteur.nc](https://www.institutpasteur.nc/)

