



## Estomix TEINTURE

### INDIGESTION ET NAUSÉES

#### Calme l'estomac

NPN 80016555

FORMAT 50 ml

Chaque ml contient						
Pissenlit	racine fraîche	<i>Taraxacum officinale</i>	1:2	99 mg	Biologique	
Chardon béni	feuille fraîche	<i>Cnicus benedictus</i>	1:2	91 mg	Biologique	
Framboisier	feuille fraîche	<i>Rubus idaeus</i>	1:3	73 mg	Biologique	
Gentiane	racine séchée	<i>Gentiana lutea</i>	1:6	31 mg	Biologique	
Pimbina	écorce	<i>Viburnum opulus</i>	1:3	30 mg	Biologique	
Fenouil	graine	<i>Foeniculum vulgare</i>	1:3	15 mg	Biologique	
Réglisse	racine séchée	<i>Glycyrrhiza glabra</i>	1:8	6 mg	Biologique	
Alcool 30 % à 35 %, certifié biologique						

#### POSOLOGIE

**INTERVENTION** : 1-2 ml, 1 à 4 fois par jour, pour 3 jours ; dose maximale 4 ml par jour.

**TRAITEMENT** : 0,5-1 ml, avant ou après les repas, 2 à 3 semaines.

#### MODE D'EMPLOI

Pour traiter les nausées ou la digestion lente, prendre le composé non dilué pour plus d'efficacité. Diluer la teinture dans un peu d'eau lorsque l'estomac est irrité. Lors d'un traitement à long terme, donner à raison de 6 jours sur 7.

#### MODE D'ACTION

Tonique amer, Estomix traite les troubles digestifs, favorise la digestion et soulage les nausées. Son action est principalement dirigée sur les fonctions et la santé de l'estomac. Pour soigner adéquatement l'estomac, il est nécessaire d'utiliser un extrait équilibré entre ses actions toniques (froides, stimulantes) et calmantes (antispasmodique, cicatrisant, anti-inflammatoire). La production d'enzymes digestifs doit être adéquate, mais ces sécrétions et leur action digestive doivent prendre place dans un estomac à la muqueuse intacte et non irritée. Ce composé stimule les sécrétions de l'estomac, du foie et du pancréas, améliorant la digestion, stimulant l'appétit, calmant les spasmes, le hoquet, les nausées, les crampes et les ballonnements. On retrouve aussi dans ce composé des plantes antispasmodiques et carminatives qui favorisent la détente de l'estomac et de l'œsophage.

**PISSENLIT** : plante amère douce, elle est stomachique, hépatique et cholagogue. Son inuline nourrit la muqueuse gastrique tandis que ses principes amers stimulent la production et la circulation de la bile et les mouvements digestifs.

**CHARDON BÉNI** : tonique de l'estomac, c'est une plante amère résineuse, qui stimule les glandes salivaires et les sécrétions gastriques. Anti nauséuse et antispasmodique, elle ouvre les voies digestives, favorise le mouvement et relâche les tensions gastriques, biliaires et hépatiques.

**FRAMBOISIER** : astringente douce, la feuille de framboisier calme la muqueuse gastrique irritée. Son action anti diarrhéique et astringente douce la rend intéressante pour les indigestions.

**GENTIANE** : amère stimulante, elle élève la production des suc digestifs. Son action commence dans la bouche (sa grande amertume agit immédiatement sur les glandes salivaires) et se poursuit dans l'estomac. Elle est particulièrement indiquée dans

les cas d'atonie digestive. Son caractère excessivement actif est équilibré dans ce mélange par les autres composés plus modérés, qui lui permettent d'agir sans blesser.

**PIMBINA** : une puissante plante antispasmodique de l'abdomen. Astringente, elle réduit les gonflements et les écoulements associés aux troubles digestifs.

**FENOUIL** : plante carminative, le fenouil est une aromatique modérée, qui stimule l'action digestive de façon modérée. Elle est un antispasmodique tonique, qui relâche les tensions et relance doucement les processus digestifs. On emploie le fenouil doux, moins amer et par conséquent moins stimulant.

**RÉGLISSE** : à la fois sucrée et amère, la réglisse est anti-inflammatoire et antibactérienne, favorisant la nature flexible, humide et saine de la muqueuse de l'estomac. Elle adoucit l'effet tonique des plantes astringentes de ce mélange.

#### ASSOCIATIONS FAVORABLES

**MENTHE POIVRÉE** en teinture ou en infusion dans les cas de ballonnement, flatulence, spasme, indigestion. Prendre 10 à 20 gouttes, 1 à 3 fois par jour.

**ORME ROUGE** en poudre dans les cas d'irritation du tube digestif. Mêler 1 c. à table dans de l'eau ou du jus. Ne pas tamiser.

**COLONITHÉ** dans les cas d'irritation du tube digestif. Prendre 1 à 3 capsules par jour, avec infusion de plantain.

#### UTILISATIONS TRADITIONNELLES

**Système digestif** : colique, hoquet, atonie des intestins, constipation, crampe intestinale, colite ulcéreuse, gastroentérite, diarrhée, ballonnement, mal des transports, manque d'appétit, anorexie, indigestion, brûlements d'estomac, ulcère gastrique ou duodéal, dyspepsie, reflux gastrique.

#### CONTRE-INDICATIONS

Consulter un praticien de la santé si les symptômes persistent, pour un usage de plus de 8 semaines ou pour un usage durant la grossesse. Consulter en cas de maladies du foie ou de la vésicule biliaire, ou en cas d'obstruction intestinale. Ne pas utiliser en cas d'ulcère gastrique ou duodéal (la gentiane est trop stimulante).

#### INTERACTIONS

Éviter l'usage avec tous les médicaments d'ordonnance.

## RÉFÉRENCES

American Herbal Pharmacopoeia. AHP: Santa Cruz; 2000.

Blumenthal, Goldberg, Brinckmann. Herbal Medicine: Expanded Commission E Monographs. Newton: Integrative Medicine Communications; 2000.

Bradley Peter R. British Herbal Compendium. Volume 1. Bournemouth: BHMA; 1996.

Brinker Francis. Herb Contraindications and Drug Interactions. Third Edition. Sandy: Eclectic Medical Publications; 2001.

Chandler Frank. Herbs-Everyday Reference for Health Professionals. Ottawa: Canadian Pharmacists Association; 2000.

De Smet Peter, Keller K., Hansel R., Chandler F. Adverse Effects of Herbal Drugs. Berlin: Springer-Verlag; 1997. Vol. 2.

ESCAP. Monographs on the Medicinal Uses of Plant Drugs. Exeter: Centre for Complementary Health Studies; 1996.

Felter H.W., Lloyd J.U. King's American Dispensatory. Sandy: Eclectic Medical Publications; 1983. Volume 1.

Florion d'Or; Le pissenlit de A à Z

Hobbs, Christopher. Milk Thistle: The Liver Herb. Botanica Press; 1992

Hoffmann David. Medical Herbalism. Rochester; Healing Arts Press; 2003.

Leung Albert Y., Foster S. Encyclopedia of Common Natural Ingredients Used in Food, Drugs and Cosmetics. New York: Wiley-Interscience Publication; 1996.

Marles R.J., Clavelle L., Monteleone et al. Aboriginal plant use in Canada's Northwest Boreal Forest. Vancouver: UBC Press; 2000.

Mc Guffin Michael et al. Botanical Safety Handbook. Boca Raton: CRC Press; 2013

Moerman Daniel E. Native American Ethnobotany. Portland: Timber Press; 1999.

Mowrey, Daniel. Next Generation Herbal Medicine; Keats Pub; 1991

Romm Aviva. Botanical medicine for women's health. St. Louis; Churchill Livingstone; 2010.

Winston David, Kuhn Merrily A. Herbal Therapy & Supplements. Philadelphia: Lippincott; 2000.

Plantes fraîches biologiques du jardin.

Fabriqué selon les bonnes pratiques manufacturières.

SANS additif, colorant, sucre ajouté, gluten, soya ni OGM.

Kasher, végane et non irradié.

