



## Hormonix TEINTURE

### SYNDROME PRÉMENSTRUEL

#### Menstruations irrégulières

NPN 80038019

FORMAT 50 ml

#### Chaque ml contient

Angélique	racine fraîche	<i>Angelica archangelica</i>	1:2	100 mg	Biologique
Framboisier	feuille fraîche	<i>Rubus idaeus</i>	1:3	80 mg	Biologique
Achillée	fleur fraîche	<i>Achillea millefolium</i>	1:3	67 mg	Biologique
Pimbina	écorce fraîche	<i>Viburnum opulus</i>	1:3	33 mg	Biologique
Actée noire	racine fraîche	<i>Actaea racemosa</i>	1:4	29 mg	Biologique
Réglisse	racine	<i>Glycyrrhiza glabra</i>	1:8	13 mg	Biologique

Alcool 35 % à 40 %, certifié biologique

#### POSOLOGIE

INTERVENTION : 1,5 ml, 3 à 4 fois par jour.

TRAITEMENT : 2,5 ml, 2 fois par jour.

#### MODE D'EMPLOI

Bien brasser avant l'utilisation. Prendre dans une gorgée d'eau, 15 à 30 minutes avant les repas ou au coucher. Utiliser pendant 4 à 6 semaines. Lors d'un traitement à long terme, donner à raison de 6 jours sur 7.

#### MODE D'ACTION

Hormonix est conçu pour équilibrer le système endocrinien féminin. Il rétablit l'équilibre hormonal, normalise le flot menstruel ainsi que les cycles ovulatoires et menstruels qui sont trop courts ou trop longs. On peut l'employer pour rétablir l'équilibre hormonal et normaliser le cycle menstruel après une période sous anovulant.

Hormonix atténue les symptômes prémenstruels comme les crampes, l'irritabilité et la tension nerveuse. On doit en faire usage pendant plusieurs cycles menstruels pour bénéficier de son action régulatrice, tonique et nutritive. On peut aussi le prendre ponctuellement, quelques jours avant les menstruations, pour soulager les symptômes ou déclencher les menstruations en retard. Hormonix est également utilisé pour soutenir le système hormonal et réduire les symptômes en période de préménopause.

**ANGÉLIQUE** : elle aide à normaliser les niveaux d'estrogènes grâce à son action phyto-estrogénique et ses effets sur le foie. Elle a un effet relaxant sur les muscles lisses et soulage les crampes menstruelles.

**FRAMBOISIER** : astringent, le framboisier a un effet tonique sur l'utérus et favorise son bon fonctionnement. Il réduit les menstruations trop abondantes et les crampes menstruelles en plus d'être nutritif.

**ACHILLÉE** : emménagogue, l'achillée stimule l'utérus et aide au déclenchement des menstruations qui retardent. Elle favorise l'équilibre hormonal, régularise le flot menstruel et atténue les symptômes de la période prémenstruelle et de la ménopause.

**PIMBINA** : plante antispasmodique par excellence, le pimbina est très efficace pour soulager les spasmes des muscles lisses et les crampes menstruelles. Il calme la tension prémenstruelle, est légèrement analgésique et apaise les douleurs liées au syndrome prémenstruel (migraines, crampes).

**ACTÉE NOIRE** : elle normalise les niveaux d'estrogènes, exerce une action antispasmodique et calme l'irritabilité nerveuse. Elle est particulièrement efficace contre l'irritabilité associée aux déséquilibres hormonaux et elle calme les troubles nerveux liés au SPM et à la ménopause. L'actée noire a aussi une action tonique sur l'utérus et les organes reproducteurs.

**RÉGLISSE** : elle est anti-inflammatoire, antispasmodique et elle agit sur le système endocrinien, plus particulièrement sur les glandes surrénales.

#### ASSOCIATIONS FAVORABLES

**FRAMBOISIER** en infusion pour tous les troubles du système reproducteur féminin.

**AVOINE** en infusion lors d'irritabilité, de tension nerveuse.

**MENSTRUUX** pour les crampes menstruelles.

**BOURSE À PASTEUR** lors de menstruations très abondantes ou hémorragiques.

**FÉMINITHÉ** en présence de kystes, SOPK, endométriose.

**DIVINITHÉ** comme tonique nutritif pendant la période prémenstruelle.

#### UTILISATIONS TRADITIONNELLES

**Système reproducteur féminin** : syndrome prémenstruel (crampes, irritabilité, tension nerveuse), déséquilibre hormonal, menstruations irrégulières, cycle menstruel trop court ou trop long, aménorrhée, symptômes liés à la ménopause ou la préménopause, bouffées de chaleur.

#### CONTRE-INDICATIONS

Consulter un praticien de la santé si les symptômes persistent ou s'aggravent et si vous souffrez d'ulcère gastroduodéal, de troubles du foie ou si des symptômes de troubles du foie se manifestent. Éviter l'exposition prolongée à la lumière du soleil ou à toute source de rayonnement ultraviolet. Ne pas utiliser pendant la grossesse ou l'allaitement. Ne pas utiliser en cas de troubles cardiovasculaires ou rénaux, diabète, œdème.

#### INTERACTIONS

Ne pas utiliser avec des médicaments d'ordonnance, y compris les antiacides et anticoagulants.

## RÉFÉRENCES

- AHPA. Botanical Safety Handbook, 2nd Edition. Boca Raton: CRC Press; 2013.
- Al-Snafi, Ali Esmail. Therapeutic Properties of Medicinal Plants: A Review of Medicinal Plants with Central Nervous Effects (Part 1). International Journal of Pharmacology & Toxicology / 5(3), 2015, 177-192; 2015.
- Barnes J., Anderson L.A., Phillipson J.D. Herbal medicines, 3rd Edition. London: Pharmaceutical Press; 2007.
- Blumenthal, Goldberg, Brinckmann. Herbal Medicine: Expanded Commission E Monographs. Newton: Integrative Medicine Communications; 2000.
- Bone Kerry. A clinical Guide to Blending Liquid Herbs. St. Louis: Churchill Livingstone; 2003.
- Boon H., Smith M. The Complete Natural Medicine Guide to the 50 Most Common Medicinal Herbs. Toronto: Robert Rose; 2004.
- British Herbal Medicine Association. British Herbal Compendium Volume 2. Bournemouth: BHMA; 2006.
- Christopher John R. School of Natural Healing. Provo: Christopher Publications; 1976.
- Duke James A. The Green Pharmacy. Pennsylvania: Rodale Press; 1997.
- ESCAP. Monographs: The Scientific Foundation for Herbal Medicinal Products, Second Edition. New York: Thieme; 2003.
- Felter H.W., Lloyd J. U. King's American Dispensary. Portland: Eclectic Medical Publications; 1983.
- Fetrow, C. W., Avila, Juan R. Professional's Handbook of Complementary and Alternative Medicines. Springhouse: Lippincott Williams and Wilkins; 2004.
- Foster S., Johnson L. R. Desk Reference to Nature's Medicine. Washington: National Geographic Society, 2006.
- Gagnon C., Lanctôt-Bédard V. Materia Medica: Flora Medica; 2009.
- Gladstar Rosemary. Herbal Healing for Women. New York: Fireside; 1993.
- Guilde des Herboristes. Monographie de l'avoine. 2016.
- Health Canada. Monograph on Catnip; 2008.
- Hoffmann David. Medical Herbalism. Rochester; Healing Arts Press; 2003.
- Holmes Peter. The Energetics of Western Herbs, Vol. 1 & 2, 3rd Edition. Boulder: Snow Lotus Press; 1997.
- Kircher Tamara. Herbs for the Soul. London: Thorsons; 2001.
- Mills S., Bone K. Principles and Practice of Phytotherapy. St. Louis: Elsevier; 2000.
- Moghadam Z.B., Rezaei E., Gholami R.S., Kheirkhah M., Haghani H. The effect of Valerian root extract on the severity of premenstrual syndrome symptoms. J Tradit Complement Med. 2016 Jul; 6(3): 309–315. doi: 10.1016/j.jtcme.2015.09.001; 2016.
- Nadaoka I., Yasue M., Sami M., Kitagawa Y., Koga Y. Oral administration of Cimicifuga racemosa extract attenuates psychological and physiological stress responses. Biomedical Research 33 (3) 145-152; 2012.
- Peirce Andrea. Practical Guide to Natural Medicines. New York: American Pharmaceutical Association; 1999.
- Romm Aviva. Botanical medicine for women's health. St. Louis; Churchill Livingstone; 2010.
- Stargrove M.B., Treasure J., McKee D.L. Herb, Nutrient and Drug Interactions. St. Louis: Mosby Elsevier; 2008.
- Tilgner Marie S. Herbal Medicine from the Heart of the Earth, 2nd Edition. Pleasant Hill: 2009.
- Upton Roy. Monograph on Cramp Bark (Viburnum opulus). American Herbal Pharmacopoeia; 2000.
- Upton Roy. Monograph: Black Cohosh rhizome, Actaea racemosa L. syn. Cimicifuga racemosa (L.) Nutt. American Herbal Pharmacopoeia; 2002.
- Weiss R.F., Fintelmann V. Herbal Medicine, 2nd Edition. New York: Thieme; 2000.
- Wichtl Max. Herbal Drugs and Phytopharmaceuticals. Boca Raton: CRC Press; 1994.
- Williamson E.M. Potter's Herbal Cyclopaedia. Essex: The C.W. Daniel Company Limited; 2003.
- Williamson E., Driver S., Baxter K. Stockley's Herbal Medicines Interactions. Grayslake: Pharmaceutical Press; 2009.
- Winston D., Maimes S. Adaptogens. Rochester: Healing Arts Press; 2007.
- Wood Matthew. The Practice of Traditional Western Herbalism. Berkeley: North Atlantic Books; 2004.
- Zepelin Henneicke-von, Hans-Heinrich. 60 years of Cimicifuga racemosa medicinal products Clinical research milestones, current study findings and current development. Wien Med Wochenschr (2017) 167:147–159 DOI 10.1007/s10354-016-0537-z; 2017.

Plantes fraîches biologiques du jardin.  
 Fabriqué selon les bonnes pratiques manufacturières.  
 SANS additif, colorant, sucre ajouté, gluten, soya ni OGM.  
 Kacher, végane et non irradié.

