



Menopausix TEINTURE

TROUBLES DE LA MÉNOPAUSE

Réduit les inconforts de la ménopause

NPN 80028971

FORMAT 50 ml

Chaque ml contient

Vitex	baie	<i>Vitex agnus-castus</i>	1:4	63 mg	Biologique
Actée à grappe noire	racine fraîche	<i>Actaea racemosa</i>	1:4	61 mg	Biologique
Avoine verte	tige verte en fleur	<i>Avena sativa</i>	1:3	51 mg	Biologique
Pimbina	écorce fraîche	<i>Viburnum opulus</i>	1:3	45 mg	Biologique
Gingembre	racine fraîche	<i>Zingiber officinale</i>	1:2	34 mg	Biologique
Agripaume	sommité fleurie fraîche	<i>Leonorus cardiaca</i>	1:2	32 mg	Biologique
Ginseng	racine fraîche	<i>Panax quinquefolium</i>	1:5	5 mg	Biologique
Alcool 45 % à 50 % certifié biologique					

POSOLOGIE

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

TRAITEMENT : 2 ml, 1 à 3 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. Pour les traitements à long terme, prendre 6 jours sur 7.

MODE D'ACTION

Ménopausix est un mélange spécifique pour faciliter la transition hormonale lors de la ménopause. En régulant le ratio œstrogène/progestérone, il a un impact direct sur les inconforts de la ménopause. Ménopausix soulage les bouffées de chaleur, les sueurs nocturnes, les crampes menstruelles et normalise les saignements menstruels trop abondants. Il agit sur le système cardio-vasculaire et régularise la tension artérielle, améliore la circulation sanguine et atténue les palpitations cardiaques. Ménopausix supporte également le système nerveux et soulage les symptômes nerveux associés aux changements hormonaux de la ménopause comme l'irritabilité, l'anxiété, et la tension. À la fois tonique et calmant, il améliore l'énergie sans épuiser l'organisme.

VITEX : régulateur hormonal, le vitex aide à réduire les symptômes de la ménopause (bouffées de chaleur, insomnie) en rétablissant le ratio œstrogène/progestérone. Il hausse les niveaux de progestérone en inhibant la sécrétion de prolactine. Le vitex atténue les symptômes prémenstruels, régularise le cycle menstruel et les saignements utérins inhabituels.

ACTÉE NOIRE : elle normalise les niveaux d'œstrogènes, est antispasmodique et calme l'irritabilité nerveuse. Elle est particulièrement efficace pour réduire l'irritabilité associée aux déséquilibres hormonaux et calme tous 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.

AVOINE VERTE : nutritive, l'avoine calme, normalise les échanges nerveux et favorise la reconstruction du système nerveux. Elle est indiquée lors de tension nerveuse, d'irritabilité ou de toute autre condition où le système nerveux a besoin d'être soutenu.

PIMBINA : plante antispasmodique par excellence, le pimbina est très efficace pour soulager les spasmes des muscles lisses et les crampes menstruelles. Légèrement analgésique, il atténue les douleurs liées au syndrome prémenstruel (migraines, crampes) et réduit la tension nerveuse de la période prémenstruelle et de la ménopause.

GINGEMBRE : il favorise la circulation sanguine, tonifie le cœur et le système reproducteur féminin. Le gingembre est antispasmodique et il stimule la digestion.

AGRIPAUME : on utilise l'agripaume lorsque les menstruations sont retardées, en cas de dysménorrhée et de troubles nerveux prémenstruels ou de la ménopause. Elle réduit l'anxiété, régularise le rythme cardiaque et calme les palpitations.

GINSENG : adaptogène, le ginseng améliore l'adaptation au stress, augmente l'énergie et favorise la santé cardio-vasculaire. Il équilibre le système endocrinien et apporte un soutien aux femmes en ménopause.

ASSOCIATIONS FAVORABLES

ACHILLÉE en teinture pour les bouffées de chaleur et troubles circulatoires.

AVOINE en infusion lors de troubles nerveux liés à la ménopause.

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

BOURSE À PASTEUR pour les saignements menstruels très abondants.

SCUTELLAIRE en teinture pour les troubles nerveux ou cardiovasculaires.

SOMMEILLETHÉ lors de troubles du sommeil.

UTILISATIONS TRADITIONNELLES

Système hormonal féminin (pré-ménopause et ménopause): déséquilibre hormonal, bouffées de chaleur, menstruations irrégulières, menstruations abondantes, angoisse, anxiété, tension nerveuse, troubles du sommeil, baisse de la libido, fatigue, acouphène, troubles circulatoires, hypertension artérielle légère, palpitations.

CONTRE-INDICATIONS

Consulter un praticien de la santé si vous souffrez de troubles du foie ou si les symptômes persistent ou s'aggravent ou pour un usage de plus d'un an. Ne pas utiliser pendant la grossesse ou l'allaitement.

INTERACTIONS

Éviter la prise simultanée avec des médicaments d'ordonnance.

RÉFÉRENCES

- AHPA. Botanical Safety Handbook, 2nd Edition. Boca Raton: CRC Press; 2013.
- Alternative Medicine Review. Monograph on Vitex agnus-castus. Volume 14, Number 1; 2009.
- 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.
- Brinkmann J., Brendler T. Herb Profile: Black Cohosh. Herbalgram Number 121 Feb-Apr; 2019.
- British Herbal Medicine Association. British Herbal Compendium Volume 2. Bournemouth: BHMA; 2006.
- Chevalier Andrew. Encyclopédie des Plantes Médicinales : Larousse-Bordas ; 1997.
- Christopher John R. School of Natural Healing. Provo: Christopher Publications; 1976.
- Connor J., Connor T., Marshall P.B., Reid A., Turnbull M.J. The pharmacology of Avena sativa. J. Pharm. Pharmac., 1975,27, 92-98; 1975.
- 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 Dispensatory. 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 Medicina; 2009.
- Gladstar Rosemary. Herbal Healing for Women. New York: Fireside; 1993.
- Guilde des Herboristes. Monographie de l'avoine. 2016.
- Health Canada. Monograph on Black Cohosh (Actaea racemosa); 2018.
- Health Canada. Monograph on Chaste Tree (Vitex agnus-castus); 2018.
- 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.
- McIntyre Anne. The Complete Woman's Herbal. New York: Henry Holt and Company; 1994.
- McQuade Crawford, Amanda. The Herbal Menopause Book. Freedom: The Crossing Press; 1996.
- Mills S., Bone K. Principles and Practice of Phytotherapy. St. Louis: Elsevier; 2000.
- Pengelly A., Bennett K. Appalachian Plant Monographs: Black Cohosh Actaea racemosa L. Appalachian Center for Ethnobotanical Studies; 2012.
- Romm Aviva. Botanical medicine for women's health. St. Louis; Churchill Livingstone; 2010.
- Upton Roy. Monograph: Black Cohosh rhizome, Actaea racemosa L. syn. Cimicifuga racemosa (L.) Nutt. American Herbal Pharmacopoeia; 2002.
- Van Die M. D., Bone K. M., Burger H. G., Reece J. E., Teede H. J. Effects of a Combination of Hypericum perforatum and Vitex agnus-castus on PMS-Like Symptoms in Late-Perimenopausal Women: Findings from a Subpopulation Analysis. The Journal of Alternative and Complementary Medicine, 15(9), 1045–1048.doi:10.1089/acm.2008.0539; 2009.
- 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.

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.

