

Mamaboost TEINTURE

TENSION NERVEUSE POSTPARTUM

Calme la tension

NPN 80017194

FORMAT 50 ml



Chaque ml contient					
Scutellaire	feuille fraîche	<i>Scutellaria lateriflora</i>	1:3	110 mg	Biologique
Ortie	feuille fraîche	<i>Urtica dioica</i>	1:3	98 mg	Biologique
Framboisier	feuille fraîche	<i>Rubus idaeus</i>	1:3	58 mg	Biologique
Pimbina	écorce fraîche	<i>Viburnum opulus</i>	1:3	33 mg	Biologique
Actée noire	racine fraîche	<i>Actaea racemosa</i>	1:4	21 mg	Biologique
Réglisse	racine	<i>Glycyrrhiza glabra</i>	1:8	10 mg	Biologique
Alcool 35 % à 40 %, certifié biologique					

POSOLOGIE

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

TRAITEMENT : 2 ml, 2 fois par jour.

MODE D'EMPLOI

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

MODE D'ACTION

Ce mélange est spécifiquement conçu pour les troubles post-partum ; il soutient la maman en phase de récupération et d'adaptation, aide à retrouver de l'énergie, réduit la tension nerveuse et rétablit l'équilibre endocrinien perturbé par l'accouchement. C'est sa combinaison de plantes toniques nutritives, nervines, astringentes et antispasmodiques qui le rend si efficace. Mamaboost améliore l'humeur et agit sur les blues post-partum, les symptômes dépressifs légers et l'insomnie. Ses plantes nervines et calmantes soutiennent le système nerveux et apaisent les états de tension, l'irritabilité et l'anxiété. Il soulage aussi les spasmes utérins et redonne du tonus à l'utérus et au plancher pelvien.

Mamaboost est également employé pour soulager les symptômes de la période prémenstruelle. Il calme la tension nerveuse et l'anxiété et atténue les symptômes dépressifs légers. Il aide aussi à soulager les crampes menstruelles grâce à ses plantes antispasmodiques.

SCUTELLAIRE : nerveuse, la scutellaire a un effet tonique et reconstruit sur le système nerveux. À la fois plante tonique et plante calmante durant les états aigus (insomnie, anxiété, angoisse), elle soutient le fonctionnement général du système nerveux. Elle tonifie le cœur et réduit les spasmes et tensions musculaires.

ORTIE : plante nutritive, l'ortie tonifie, redonne force et vitalité au corps. Elle stimule le métabolisme, revitalise l'organisme dans son ensemble et est recommandée dans toutes les conditions où il y a fatigue, faiblesse et épuisement. On l'emploie ici pour faciliter l'adaptation à la maternité, combattre l'anémie et compenser le manque de sommeil.

FRAMBOISIER : grand tonique du système reproducteur féminin, le framboisier nourrit, fortifie et équilibre ce système. Il redonne du tonus à l'utérus, au plancher pelvien et soulage les crampes menstruelles. Le framboisier est astringent et réduit les menstruations trop abondantes.

PIMBINA : plante antispasmodique par excellence, le pimbina est très efficace pour soulager les spasmes des muscles lisses du système digestif, les crampes menstruelles et les tranchées (contractions post-partum). 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, particulièrement dans les états associés aux déséquilibres hormonaux. 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

AVOINE en infusion pour les troubles nerveux post-partum.

VALÉRIANE teinture en cas de tranchées ou spasmes abdominaux.

ORTIE en infusion dans les cas d'anémie, fatigue ou épuisement.

FRAMBOISIER en infusion lors de prolapsus utérin.

MENSTRUUX dans les cas de crampes menstruelles ou digestives.

MENSTRUES lors de SPM, de crampes menstruelles.

UTILISATIONS TRADITIONNELLES

Troubles post-partum : blues post-partum, symptômes dépressifs légers, stress, anxiété, insomnie, fatigue, épuisement, migraine, spasmes utérins.

Système hormonal : syndrome prémenstruel (tension nerveuse, irritabilité, anxiété, migraine).

CONTRE-INDICATIONS

Consulter un praticien de la santé si les symptômes persistent ou s'aggravent, si vous souffrez de troubles du foie ou si des symptômes de troubles du foie se manifestent, pour un usage durant l'allaitement ou si l'usage se prolonge au-delà de 4 à 6 semaines. Ne pas utiliser pendant la grossesse. Peut provoquer de la somnolence. Faire preuve de prudence lors de la conduite de machinerie lourde, véhicule motorisé ou durant toute activité nécessitant de la vigilance.

INTERACTIONS

Éviter l'usage avec tous les médicaments d'ordonnance, avec l'alcool, les médicaments ou produits de santé naturels ayant un effet sédatif.

RÉFÉRENCES

- AHPA. Botanical Safety Handbook, 2nd Edition. Boca Raton: CRC Press; 2013.
- 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.
- Bove Mary. An Encyclopedia of Natural Healing for Children and Infants, 2nd Edition. Keats Publishing: New York; 2001.
- Bove Mary. Herbal Galactagogues. Southwest Conference on Botanical Medicine; 2016.
- British Herbal Medicine Association. British Herbal Compendium Volume 2. Bournemouth: BHMA; 2006.
- Brock C., Whitehouse J., Tewfik I., Towell T. American Skullcap (*Scutellaria lateriflora*): A Randomised, Double-Blind Placebo-Controlled Crossover Study of its Effects on Mood in Healthy Volunteers. *Phytotherapy Research*, 28(5), 692–698. doi:10.1002/ptr.5044; 2013.
- Christopher John R. School of Natural Healing. Provo: Christopher Publications; 1976.
- 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.
- Gray Beverley. *The Boreal Herbal*. Whitehorse: Aroma Borealis Press; 2011.
- 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.
- Mills S., Bone K. *Principles and Practice of Phytotherapy*. St. Louis: Elsevier; 2000.
- Mills E., Duguo J.-J., Perri D., Koren G. *Herbal Medicines in Pregnancy & Lactation*. Abingdon: Taylor&Francis; 2006.
- Pengelly A., Bennett K. *Appalachian Plant Monographs: Black Cohosh Actaea racemosa L.* Appalachian Center for Ethnobotanical Studies; 2012.
- Romm Aviva. *Naturally Healthy Babies and Children*. New York: Celestial Arts; 2003.
- 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.

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.

