



## Sureau baie TEINTURE

RHUME ET GRIPPE  
Antioxydant

NPN 80076129

FORMAT 50 ml

### Chaque ml contient

Sureau noir	baie fraîche	<i>Sambucus nigra fructus</i>	1:1	981 mg	Biologique
Alcool 10 % à 15 %, certifié biologique					

### POSOLOGIE

INTERVENTION : 2 ml, 4 fois par jour.

TRAITEMENT :

Adulte : 2 ml, 4 fois par jour.

Adolescent 10-14 ans : 1 ml, 4 fois par jour.

Enfant 4-9 ans : 0,5 ml, 4 fois par jour.

### MODE D'EMPLOI

Diluer la teinture dans une gorgée d'eau. Brasser avant l'utilisation. Lors d'un traitement à long terme, donner à raison de 6 jours sur 7.

### MODE D'ACTION

La baie de sureau contient des polyphénols, principalement des flavonoïdes (isoquercétine, rutine, anthocyane : cyanidine 3-glucoside, cyanidine 3-sambubioside), des triterpènes ( $\alpha$  et  $\beta$ -amyrin, acides oléanolique et ursolique), des minéraux (K, Ca, P, Fe), des vitamines (A, C, P) et des huiles volatiles. Elle contient également des glucosides (sambunigrine), des acides (chlorogénique, citrique, malique), des tanins et des mucilages.

La baie de sureau est un puissant antiviral actif sur plusieurs pathogènes (Influenza A et B, herpès simplex, zona, Epstein-Barr), recommandé pour combattre les rhumes et gripes. On a démontré que les flavonoïdes contenus dans les baies bloquent l'adhésion des virus aux récepteurs cellulaires, ce qui inhibe la prolifération virale. Son utilisation dans le traitement du rhume et de la grippe permet de réduire significativement la durée de l'infection. On a pu observer une amélioration des symptômes moins de 24 heures après l'apparition initiale de l'infection avec la prise de baie de sureau.

Son action immunomodulatrice permet de fortifier le système immunitaire et d'en améliorer la réponse tant chez les sujets sains que ceux combattant une infection. La baie de sureau stimule la production de certaines cytokines qui activent les phagocytes et facilitent leur déplacement vers les tissus inflammés pour favoriser la guérison. Les vertus anti-inflammatoires de ses anthocyanes expliquent son effet marqué sur la réduction des courbatures, de la douleur et de la fièvre chez les individus atteints de la grippe.

La baie de *Sambucus nigra* est également reconnue pour ses vertus antiseptiques et expectorantes. Elle est utilisée dans le traitement des affections de la gorge et des voies respiratoires supérieures. Anticatarrhale, elle réduit la sécrétion de mucus et contribue à libérer les bronches, à réduire la congestion et l'écoulement nasal liés aux infections virales et à la fièvre des foins.

Les anthocyanes contenues dans la baie de sureau sont une excellente source d'antioxydants. Ces composés contribuent

à neutraliser les radicaux libres et améliorent la protection des cellules face au stress oxydatif, réduisant ses effets néfastes sur la santé.

Altérative, la baie de *Sambucus nigra* augmente la circulation sanguine au niveau des tissus, améliore le métabolisme et les processus de détoxification. Il en résulte une action bénéfique sur les troubles de la peau tels que l'eczéma, l'acné et les furoncles.

### ASSOCIATIONS FAVORABLES

DRASTIX dans les cas de rhume et grippe.

PULMONATHÉ dans tous les cas d'affection des voies respiratoires.

SIROP DE PLANTAIN dans les cas d'affection des voies respiratoires.

GRIPPETHÉ en infusion dans les cas de rhume et grippe.

ORME ROUGE en infusion dans les cas d'amygdalite et de laryngite.

ASTRAGALE en teinture, en prévention, pour fortifier l'immunité.

### UTILISATIONS TRADITIONNELLES

**Systèmes immunitaire et respiratoire :** rhume, grippe, congestion nasale chronique accompagnée de surdité, sinusite, allergie, trouble respiratoire, amygdalite, laryngite, mal de gorge, mononucléose, herpès, zona.

**Autres usages :** rhumatisme, mal de tête, mal de dents, régulation de la tension artérielle, hyperglycémie, diurétique, anémie, névralgie, cancer, maladies infantiles.

### HISTORIQUE

Le sureau était utilisé comme médecine dans l'Égypte et la Grèce ancienne. Hippocrate mentionne le sureau comme purgatif en l'an 400 av. J.-C. tandis que Dioscorides (60 apr. J.-C.) parle de ses vertus médicinales, suite à un voyage dans l'Empire romain.

Le sureau était largement utilisé dans les premières écoles de médecine italienne; les hôpitaux européens servaient de la confiture de baies à leurs patients au début du 19<sup>e</sup> siècle. Du vin chaud était vendu dans les rues de Londres jusqu'à la fin du 19<sup>e</sup> siècle. En Amérique, plusieurs tribus des Premières Nations utilisaient les baies pour les intégrer à leur alimentation lors des voyages et des sorties de chasse. Les Iroquois en faisaient usage en cataplasme pour baisser la fièvre causée par les oreillons et le jus de baie de sureau était utilisé par les Cherokee pour traiter les rhumatismes.

### CONTRE-INDICATIONS

Consultez un praticien de la santé si les symptômes persistent, ou durant la grossesse ou l'allaitement.

### INTERACTIONS

Aucune connue.

## RÉFÉRENCES

- Alternative Medicine Review.** Monograph on Sambucus nigra (Elderberry), Volume 10, Number 1; 2005.
- Barak V., Mumcuoglu M.** The Effect of Sambucol on the Immune System (Cytokines Production). Minnesota Elderberry Cooperative: Jerusalem; 2013.
- Barnes J., Anderson L.A., Phillison J.D.** Herbal medicines, 3rd Edition. London: Pharmaceutical Press; 2007.
- Bone, Kerry.** A clinical Guide to Blending Liquid Herbs. St. Louis: Churchill Livingstone; 2003.
- Blumenthal, Goldberg, Brinckmann.** Herbal Medicine: Expanded Commission E Monographs. Newton: Integrative Medicine Communications; 2000.
- Blumenthal, Mark.** The ABC Clinical Guide to Herbs. Austin: American Botanical Council. 2003.
- Bove Mary.** An Encyclopedia of Natural Healing for Children and Infants, 2nd Edition. Keats Publishing: New York; 2001.
- Brinker Francis.** Herb Contraindications and Drug Interactions. Third Edition. Sandy: Eclectic Medical Publications; 2001.
- Charlebois D.** Elderberry as a Medicinal Plant. ASHS Press: Alexandria; 2007.
- 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 Remedies for Children's Health. Storey Publishing: North Adams; 1999.
- Gladstar Rosemary.** Medicinal Herbs. North Adams: Storey Publishing; 2012.
- Gray A.M., Abdel-Wahab Y.H.A., Flatt P.R.** The Traditional Plant Treatment, Sambucus nigra (elder), Exhibits Insulin-Like and Insulin-Releasing Actions In Vitro. Journal of Nutrition: Coleraine; 2000.
- Green James.** The Herbal Medicine-Maker's Handbook. The Crossing Press: Freedom; 2000.
- Hoffmann David.** Medical Herbalism. Rochester; Healing Arts Press; 2003.
- Houghton P., Mukherjee P.K.** Evaluation of Herbal Medicinal Products. Pharmaceutical Press: London; 2009.
- Kong Fan-kun.** Pilot Clinical Study on a Proprietary Elderberry Extract: Efficacy in Addressing Influenza Symptoms. Singapore: Online Journal of Pharmacology and Pharmacokinetics Volume 5: 32-43; 2009.
- Krawitz C., Mraheil M.A., Stein M., Imirzalioglu C., Domann E., Pleschka S., Hain T.** Inhibitory activity of a standardized elderberry liquid extract against clinically-relevant human respiratory bacterial pathogens and influenza A and B viruses. BMC Complementary and Alternative Medicine 11:16: Giessen; 2011.
- Mahmoudi M., Ebrahimzadeh M.A., Dooshan A., Arimi A., Ghasemi N., Fathiazad F.** European Review for Medical and Pharmacological Sciences Antidepressant activities of Sambucus ebulus and Sambucus nigra. European Review for Medical and Pharmacological Sciences: Tabriz; 2014.
- Mars Brigitte.** Elder. New Canaan: Keats Publishing Inc.; 1997.
- Mc Guffin Michael et al.** Botanical Safety Handbook. Boca Raton: CRC Press; 2013.
- Romm Aviva.** Botanical medicine for women's health. St. Louis; Churchill Livingstone; 2010.
- Tiralongo E., Wee S.S., Lea R.A.** Elderberry Supplementation Reduces Cold Duration and Symptoms in Air-Travellers: A Randomized, Double-Blind Placebo-Controlled Clinical Trial. Nutrients: Queensland; 2016.
- Tobyn G., Denham A., Whitelegg M.** The Western Herbal Tradition. Churchill Livingstone. 2011.
- Van Wyk B.-E., Wink M.** Phytomedicines, Herbal Drugs and Poisons. Chicago: Kew Publishing; 2014.
- Williamson E., Driver S., Baxter K.** Stockley's Herbal Medicines Interactions. Grayslake: Pharmaceutical Press; 2009.
- Williamson E.M.** Potter's Herbal Cyclopedia. Essex: The C.W. Daniel Company Limited; 2003.
- Wu X., Cao G., Prior R.L.** Absorption and Metabolism of Anthocyanins in Elderly Women after Consumption of Elderberry or Blueberry. Journal of Nutrition: Little Rock; 2002.
- Zakay-Rones Z., Thom E., Wollan T. Wadstein J.** Randomized Study of the Efficacy and Safety of Oral Elderberry Extract in the Treatment of Influenza A and B Virus Infections. Jerusalem: The Journal of International Medical Research; 32: 132 – 140 132; 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.

