

Accompagnement de la femme



Les déséquilibres hormonaux, leurs conséquences
et les solutions en phytothérapie,
micronutrition et micro-immunothérapie



SOMMAIRE

❖ 1. Rappels fondamentaux

- ❖ Anatomie et biologie du système reproducteur féminin.
- ❖ Interactions hormonales essentielles et leur impact sur la santé.
- ❖ L'importance de la reconnexion au cycle ovulatoire pour une approche holistique de la santé féminine.

❖ 2. Dérégulation hormonale et dysovulation

- ❖ L'importance de la détoxification hormonale pour restaurer l'équilibre.
- ❖ Hyperœstrogénie : symptômes, impacts et stratégies de gestion.

❖ 3. Zoom sur les cas particuliers

- ❖ Syndrome prémenstruel (SPM) et Trouble dysphorique prémenstruel (TDPM)
- ❖ Syndrome des ovaires polykystiques (SOPK)
- ❖ Fibromes et Endométriose : comprendre et gérer ces conditions complexes.
- ❖ Papillomavirus (HPV) : prévention et prise en charge.



La micro-immunothérapie

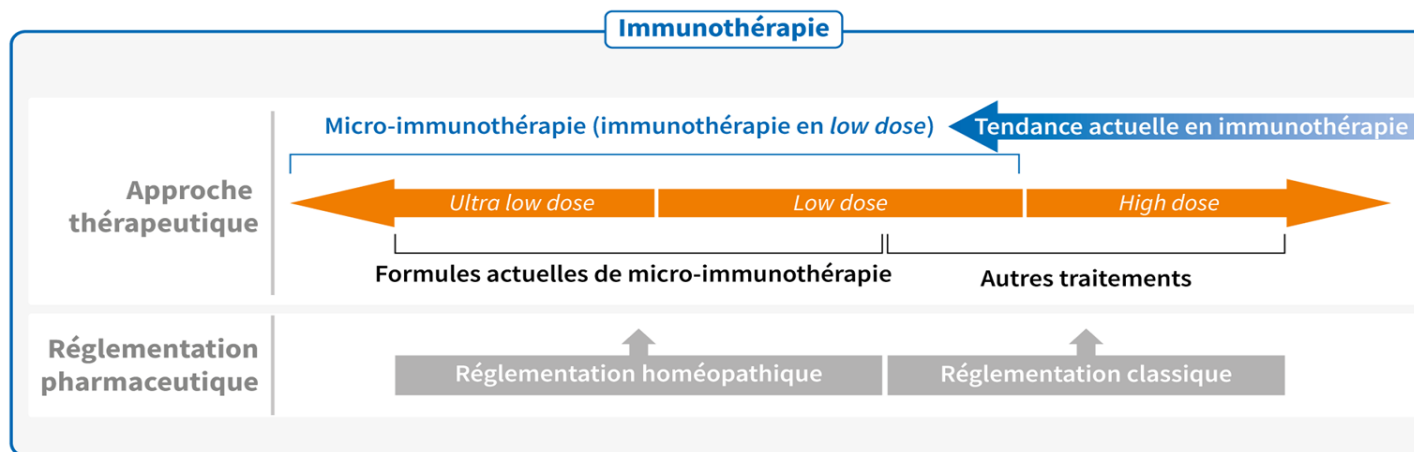
- ❖ La micro-immunothérapie utilise des substances immunomodulatrices de différents types, principalement des cytokines : interleukines, interférons, facteurs de croissance...



Elles ont un rôle dans la communication et la régulation : ce sont les **messagers intercellulaires** du système immunitaire.



Leur objectif est de fournir à l'organisme les éléments dont il a besoin pour réagir et **s'adapter par lui-même**.



ANATOMIE & PHYSIOLOGIE



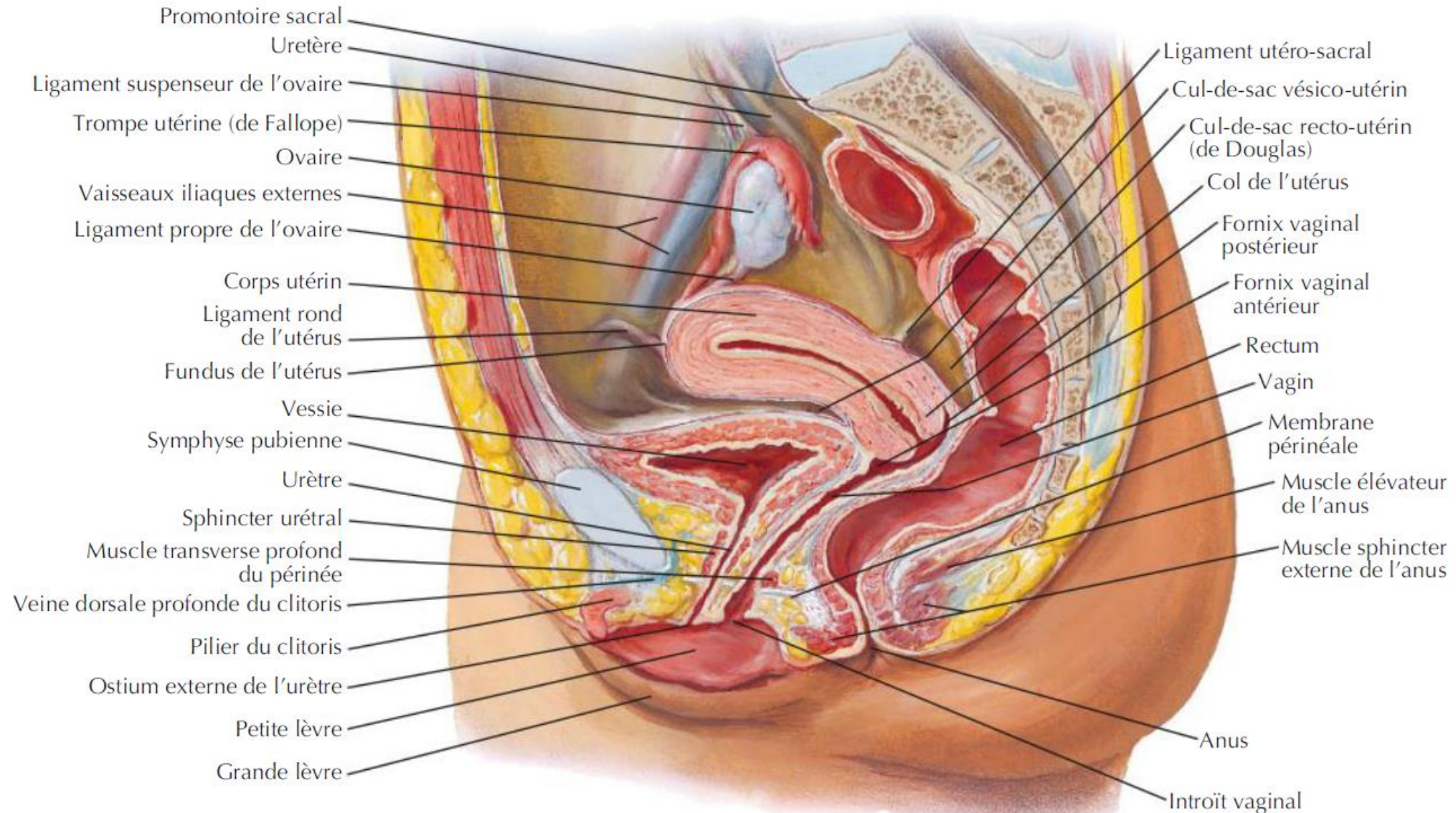
Quelques rappels et prérequis

- ❖ Organes génitaux internes
- ❖ L'environnement utérin
- ❖ Le microbiote vaginal
- ❖ Zoom sur le HPV

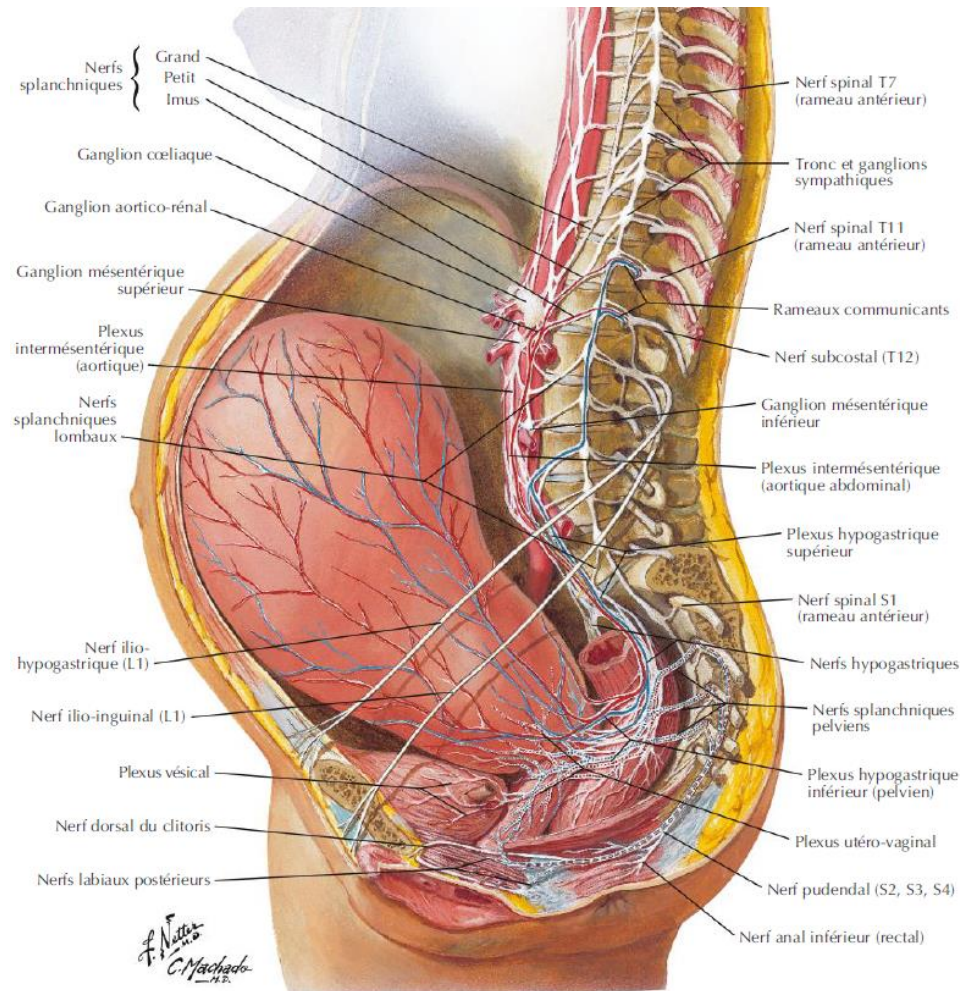


Structures internes

Coupe sagittale médiane



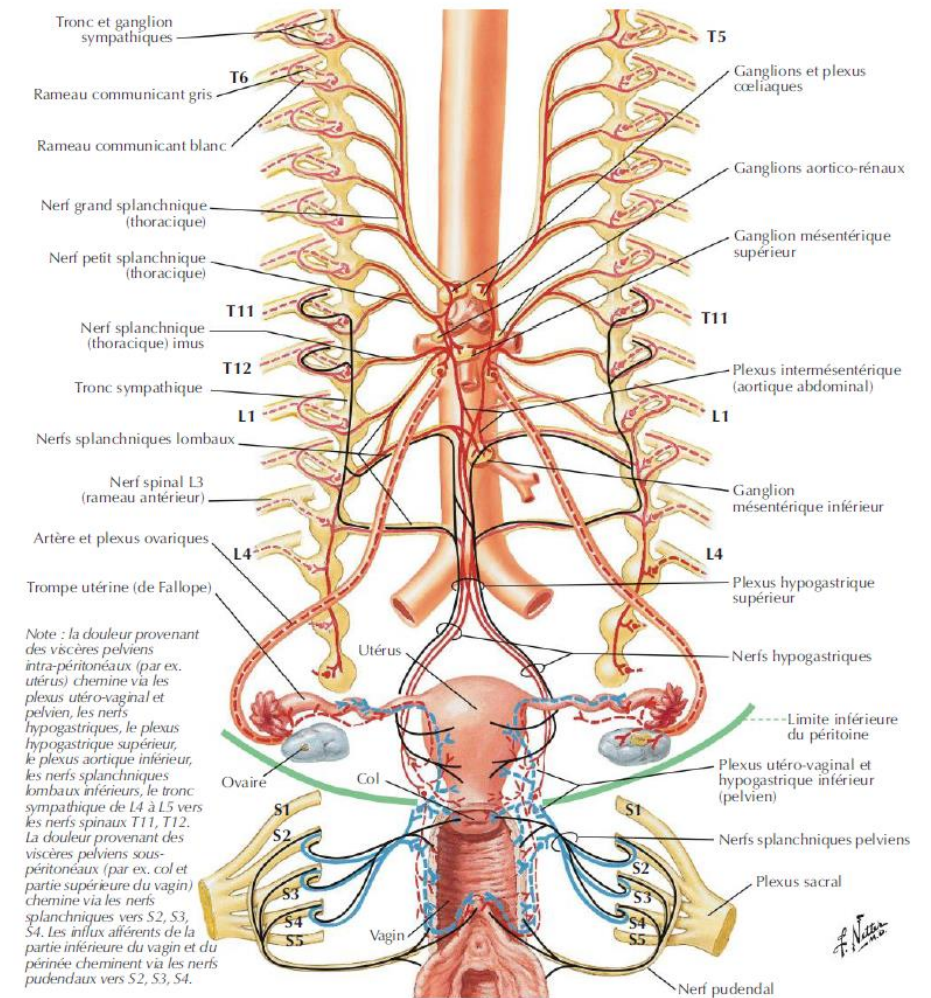
Innervation de l'utérus



— Fibras sensitivas do corpo e do fundo uterinos acompanhando as fibras simpáticas via os plexos hipogástricos versos T11, T12 (L1)
— Fibras motoras versos o corpo e o fundo uterinos (simpáticas)

..... Fibras sensitivas do colo e da parte superior do vagina acompanhando as fibras simpáticas pelvianas (parasimpáticas) versos S2, S3, S4
..... Fibras motoras versos a parte inferior do corpo uterino, o colo e a parte superior do vagina (parasimpáticas)

--- Fibras sensitivas da parte inferior do vagina e do períneo acompanhando as fibras somáticas via o nervo pudendo versos S2, S3, S4
--- Fibras motoras versos a parte inferior do vagina e do períneo via o nervo pudendo (somáticas)



Note : la douleur provenant des viscères pelviens intra-péritonéaux (par ex. utérus) chemine via le plexus utéro-vaginal et pelvien, les nerfs hypogastriques, le plexus hypogastrique supérieur, le plexus aortique inférieur, les nerfs splanchniques lombaux inférieurs, le tronc sympathique de L4 à L5 vers les nerfs spinaux T11, T12. La douleur provenant des viscères pelviens sous-péritonéaux (par ex. col et partie supérieure du vagina) chemine via les nerfs splanchniques vers S2, S3, S4. Les influx afférents de la partie inférieure du vagina et du péri-ne cheminent via les nerfs pudendo vers S2, S3, S4.

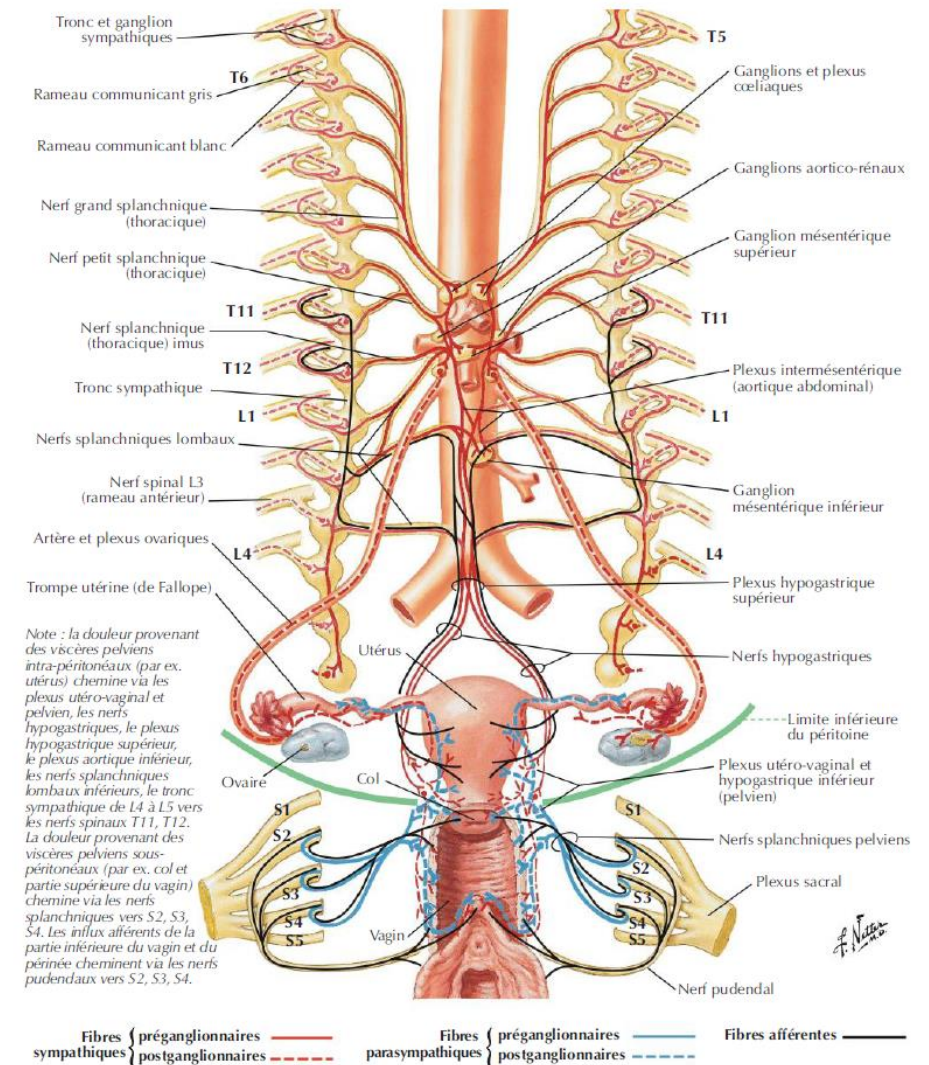
Fibras { pré-ganglionnaires — Fibras { pré-ganglionnaires — Fibras { pré-ganglionnaires —
sympáticas { post-ganglionnaires - - - parassimpáticas { post-ganglionnaires - - - parassimpáticas { post-ganglionnaires - - -
Fibras { pré-ganglionnaires — Fibras { pré-ganglionnaires — Fibras { pré-ganglionnaires —
sympáticas { post-ganglionnaires - - - parassimpáticas { post-ganglionnaires - - - parassimpáticas { post-ganglionnaires - - -
Fibras { pré-ganglionnaires — Fibras { pré-ganglionnaires — Fibras { pré-ganglionnaires —
sympáticas { post-ganglionnaires - - - parassimpáticas { post-ganglionnaires - - - parassimpáticas { post-ganglionnaires - - -

Innervation de l'utérus

Le SNV régule la contractilité du muscle utérin ainsi que la circulation sanguine à ce niveau.

L'innervation est donc impliquée dans :

- ❖ Les contractions utérines et l'accouchement
- ❖ Les ressentis douloureux
- ❖ Les changements hormonaux
- ❖ La symptomatologie des pathologies féminines :
endométriose, fibromes, SOPK...



Gestion du stress

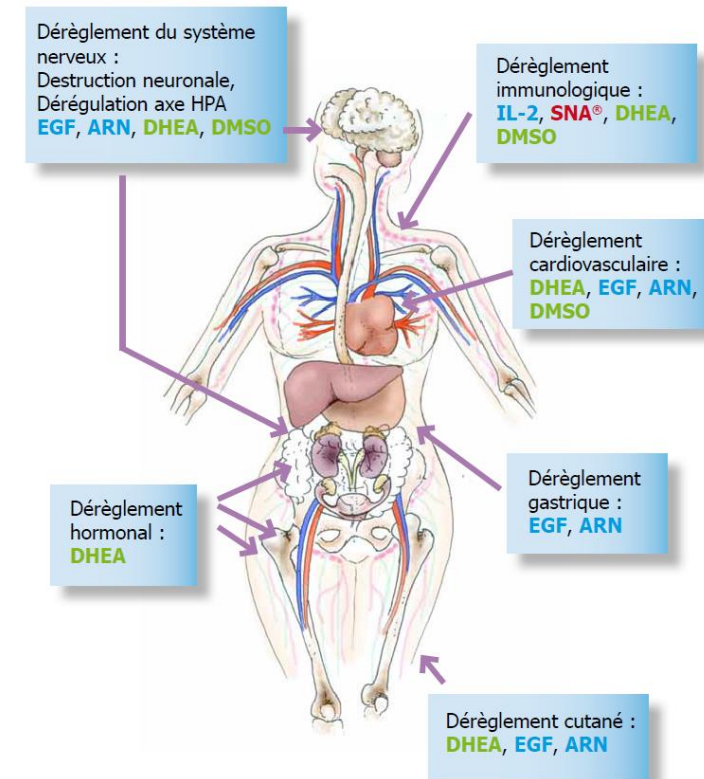
Lutter contre la fatigue physique et nerveuse

Bisglycinate et citrate de magnésium,
Taurine, vitamines B complexe
l-glycine, l-glutamine, l-citrulline, l-tyrosine
Coenzyme Q10, SOD (jus de melon), + cofacteurs
> **Terrains spasmodiques, équilibre nerveux, fatigue.**

Lutter contre le stress

Lactium®, extrait de Rhodiola Rosea,
l-glycine, l-glutamine, l-tryptophane, l-méthionine,
Bisglycinate de magnésium + cofacteurs
> **Action anxiolytique et antidépressive, régulatrice, revitalisante.**

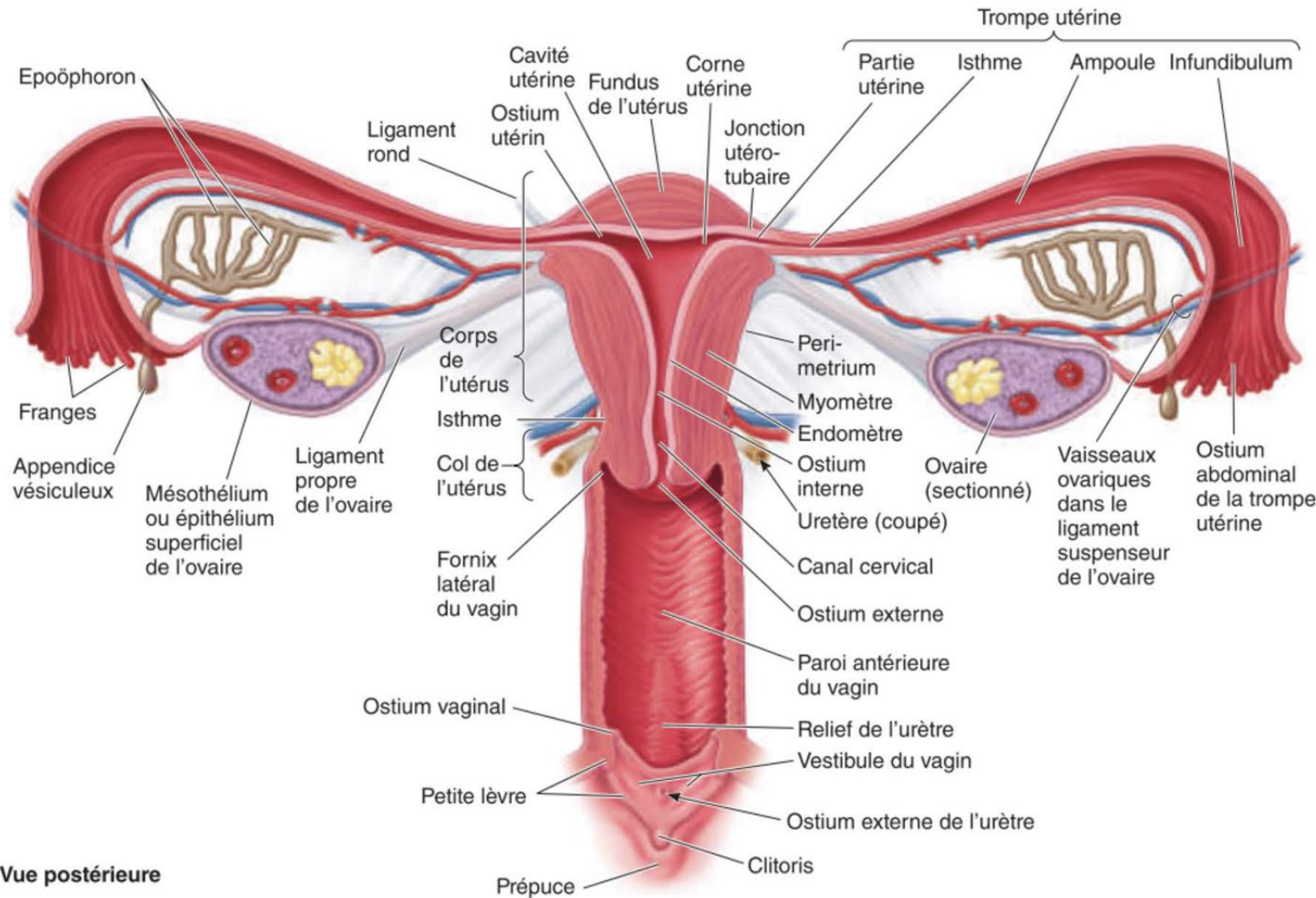
MISEN



Régulation de l'axe neuro-psycho-immuno-endocrinien

1 gél/j, pendant 1 mois puis les 10 premiers jours du cycle pendant 2 mois, à ajuster en fonction des profils et à renouveler si besoin

L'utérus

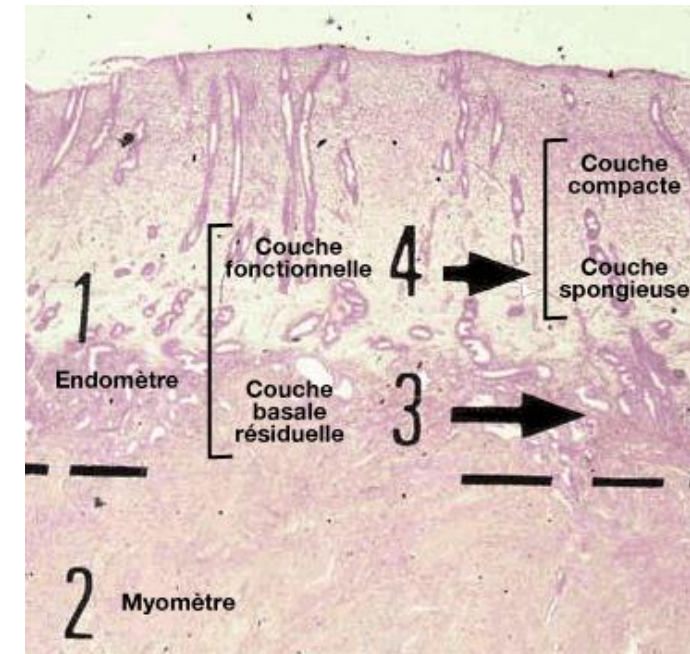
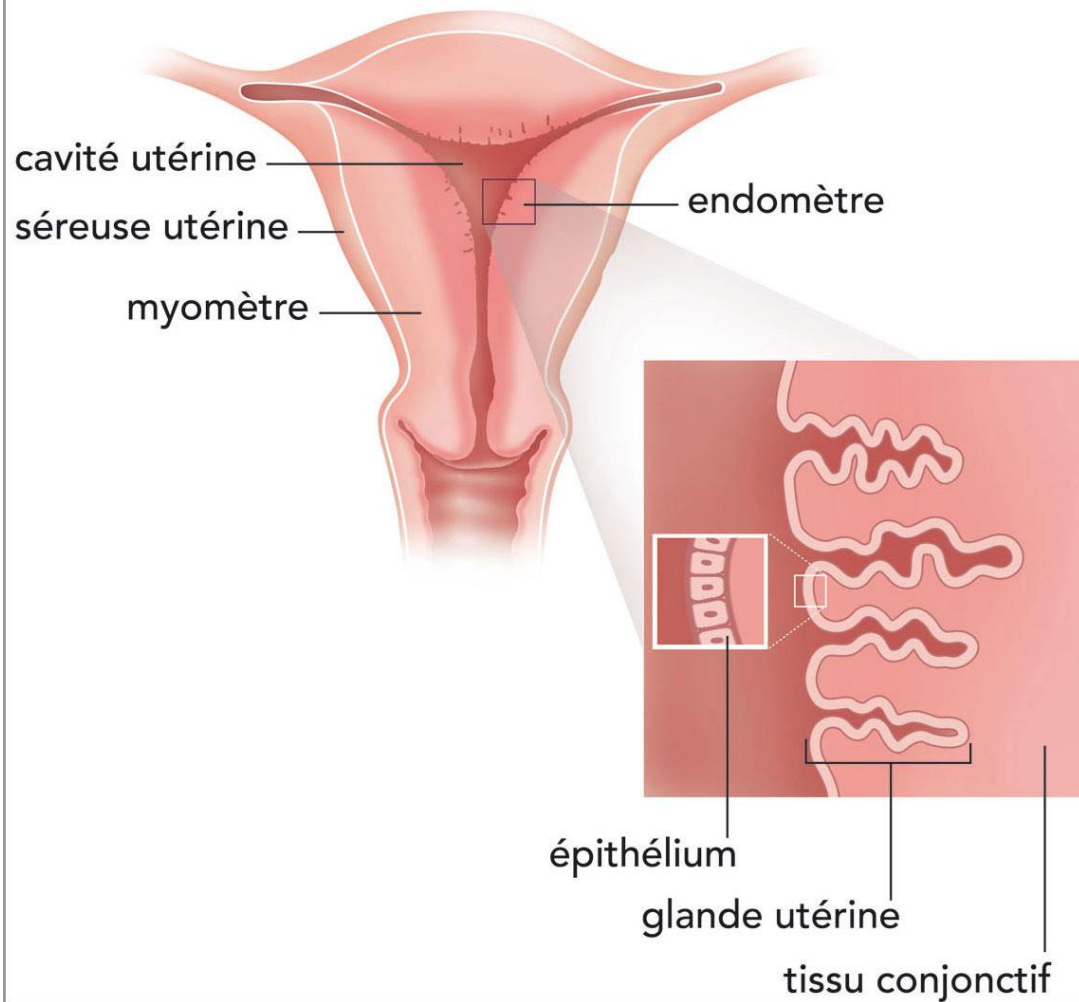


(B) Vue postérieure

- ❖ **Rôles de l'utérus** : équilibre hormonal, détoxification, conception
- ❖ Le **cycle ovulatoire** est un indicateur de santé hormonale
- ❖ **Exploration du SRF** :
 - **Vagin** : canal élastique de la vulve à l'utérus
 - **Utérus** : col, corps, fundus
 - **Périmètre** : Couche externe
 - **Myomètre** : Couche musculaire intermédiaire
 - **Endomètre** : Couche interne, se renouvelle chaque mois sous l'influence hormonale
 - **Trompes de Fallope** : relie ovaires et utérus. Site de fécondation
 - **Ovaires** : production d'hormones et d'ovocytes

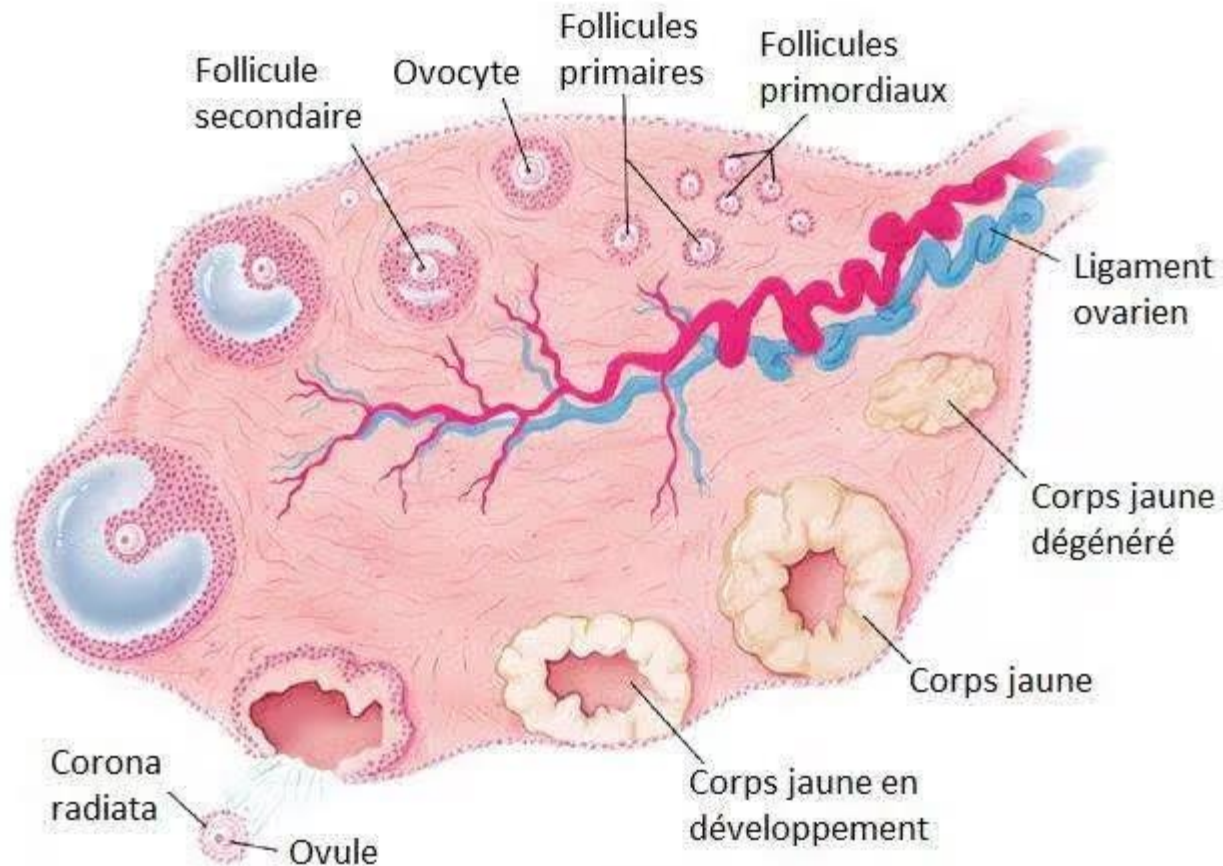
L'endomètre

Le corps de l'utérus et l'endomètre



- ❖ **Couche basale** : couche profonde qui contient des cellules souches et reste en place tout au long du cycle
- ❖ **Couche fonctionnelle** : zone spongieuse + zone compacte. Se développe et se desquame lors des menstruations
- ❖ **Problématiques** : endométrite, endométriose

Ovaires



Ovaires :

- ❖ **Cortex** : abrite les follicules ovariens
- ❖ **Médulla** : tissu conjonctif avec vaisseaux sanguins, lymphatiques et nerfs

Développement folliculaire :

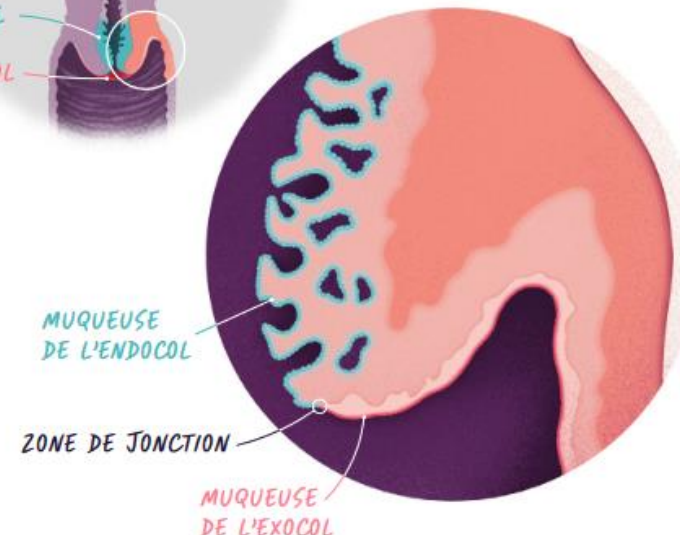
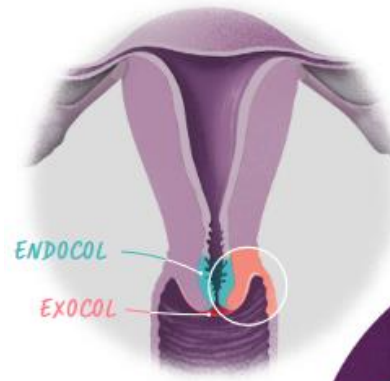
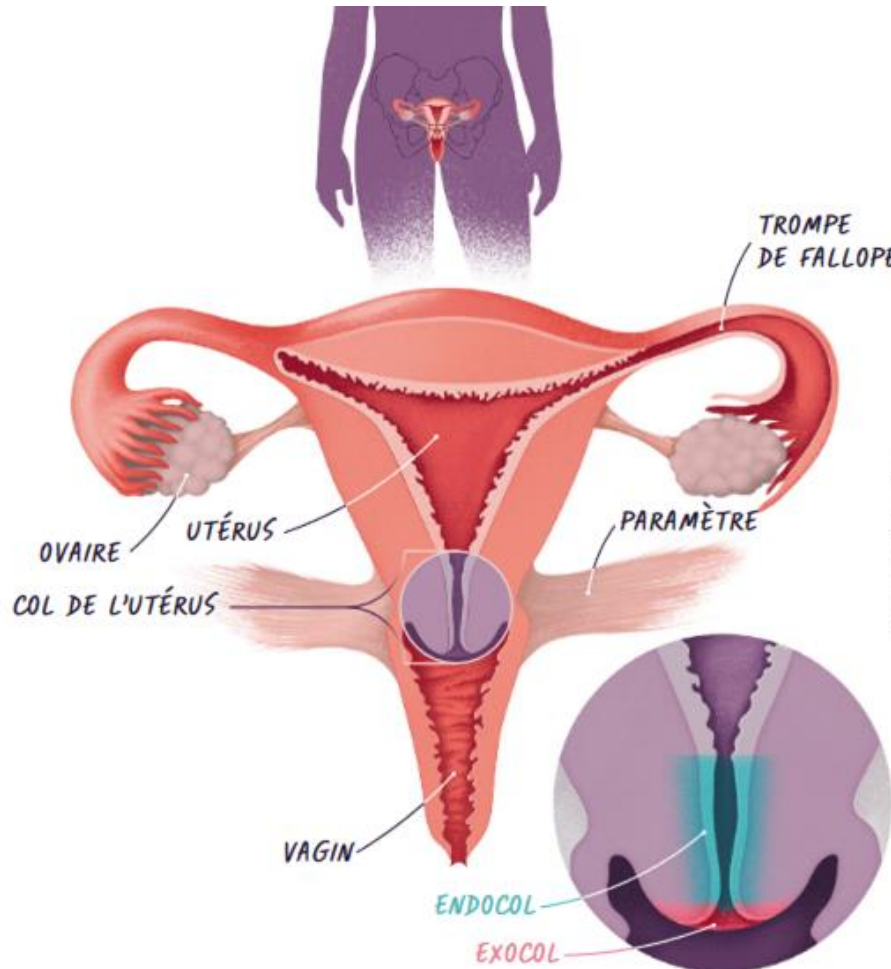
- ❖ Pic de densité folliculaire à **20 semaines de gestation** : 6-7 millions de follicules
- ❖ **Naissance** : 1-2 millions de follicules
- ❖ **Puberté** : 300 000 à 500 000 follicules
- ❖ **Vie reproductive** : environ 350 follicules ovulés → atrophie folliculaire du reste
- ❖ **Ménopause** : 1 000 follicules restant. Chute des niveaux d'œstrogènes et de progestérone

Pathologies associées :

- ❖ Kystes ovariens
- ❖ Syndrome des ovaires polykystiques (SOPK)
- ❖ Cancers ovariens

Le col de l'utérus

Ne pas confondre **leucorrhées** et **glaise cervicale**.



Effets protecteurs du col de l'utérus :

- ❖ **Mécanique** : glycoprotéines fibrillaires de la glaire qui refoulent les bactéries
- ❖ **Chimique** : enzymes antibactériennes
- ❖ **Immunologique** : production d'IgA et d'IgM

Pathologies associées :

- ❖ **Polypes**
- ❖ **Infection à HPV** → +/- dysplasie cervicale → +/- cancer du col de l'utérus

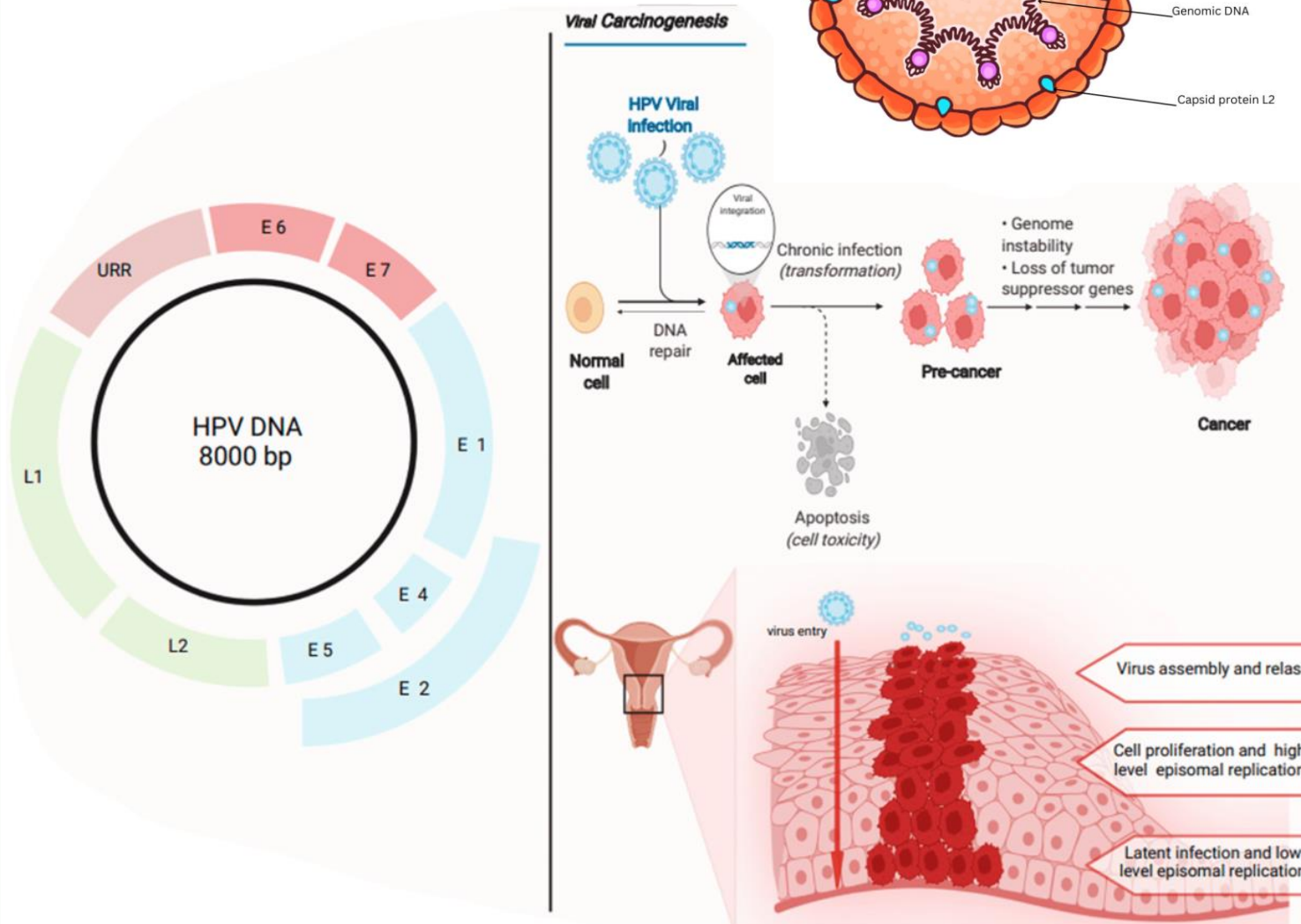
Zoom sur le HPV

❖ Types de HPV :

- **HPV-16, 18** : hautement oncogènes
- **HPV-6, 11** : faiblement oncogènes, responsables de condylomes
- **HPV-1, 2, 3** : cutanés, responsables de verrues

❖ Les lésions :

- **ASC-US** : anomalie bénigne (suivi recommandé par frottis)
- **CIN 1** : dysplasie légère (résolution possible)
- **CIN 2, 3** : pré-cancer, suivi par biopsie ou conisation
- **Cancer du col** : invasion locale possible



Le microbiote vaginal

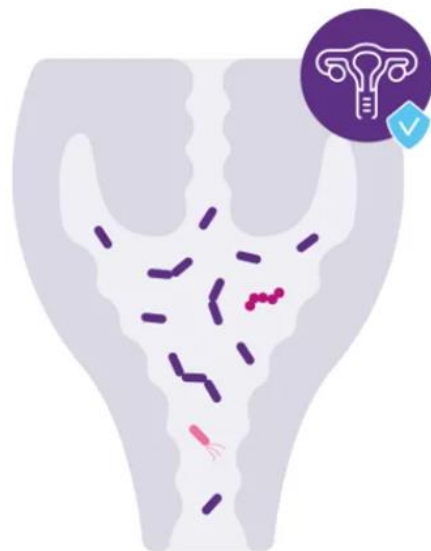
IFMi

Institut Français de
Micro-immunothérapie

LORICA
LABORATOIRE

COMPOSITION DU MICROBIOTE VAGINAL

le microbiote vaginal est équilibré lorsque sa diversité est faible !



rôle de défense

- bouclier contre les microbes
- production de substances antimicrobiennes
- stimulation du système immunitaire
- protège l'intégrité de la muqueuse
- favorise la sécrétion de mucus
- maintien d'un pH acide protecteur

MON MICROBIOTE VAGINAL, J'EN PRENDS SOIN



groupe 1
Lactobacillus crispatus



groupe 2
Lactobacillus gasseri



groupe 3
Lactobacillus iners

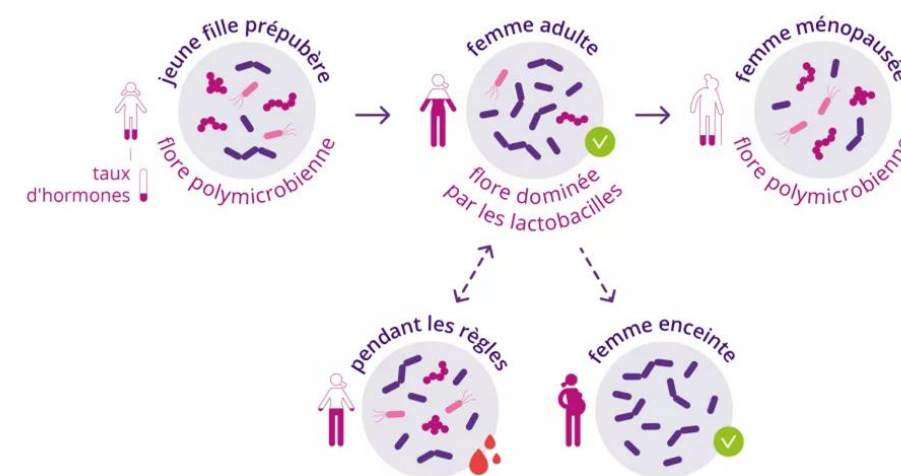


groupe 4
flore polymicrobienne



groupe 5
Lactobacillus jensenii

BIOCODEX
Microbiota Institute



BIOCODEX
Microbiota Institute

BIOCODEX
Microbiota Institute

Prévention et gestion du HPV

PAPI

Régénérer et rééquilibrer le microbiote intestinal

21 milliards de bactéries lactiques et propioniques
8 souches saprophytes + oligosaccharides + Boswellia
Collagène hydrolysé, colostrum, lactoferrine, glutamine, glycine, Q10...
Cofacteurs, vitamines, minéraux, oligo-éléments..

> **Régénération du microbiote, réparation de la muqueuse, immunité, digestion, rééquilibrage du terrain**

Stimuler le système immunitaire et les fonctions antioxydantes

Alkylglycérols, astaxanthine (algue rouge), Vit. A, C, E, D3 et ZINC

> **Stimulation immunitaire, synthèse leucocytaire, antitumorale**

MICRO-IMMUNOTHÉRAPIE		Formule PAPI
Composition de la formule PAPI : IL1, IL-2, INF-a, CsA, ARN, et SNAs		
Les substances immunomodulatrices en faibles doses permettent de moduler à la hausse, à la baisse, ou de maintenir leur activité biologique dans l'organisme.		
LES OBJECTIFS DE LA FORMULE		✓ Faire régresser les verrues et éviter l'apparition de nouvelles. ✓ Réduire le risque de transmission. ✓ Soigner les verrues sans créer de lésions sur les zones contiguës. ✓ Éviter les traitements chirurgicaux. ✓ Traiter en prévention du développement des troubles associés.
LES ACTIONS DE LA FORMULE		✓ Favoriser l'immunosurveillance en renforçant l'immunité à médiation cellulaire et la présentation antigénique. ✓ Empêcher le virus de se multiplier et d'infecter d'autres cellules. ✓ Contrôler l'infection persistante en limitant l'inflammation chronique.

Soutien du SI lors des infections à HPV et des troubles liés :
condylomes ano-génitaux et dysplasies cervicales...

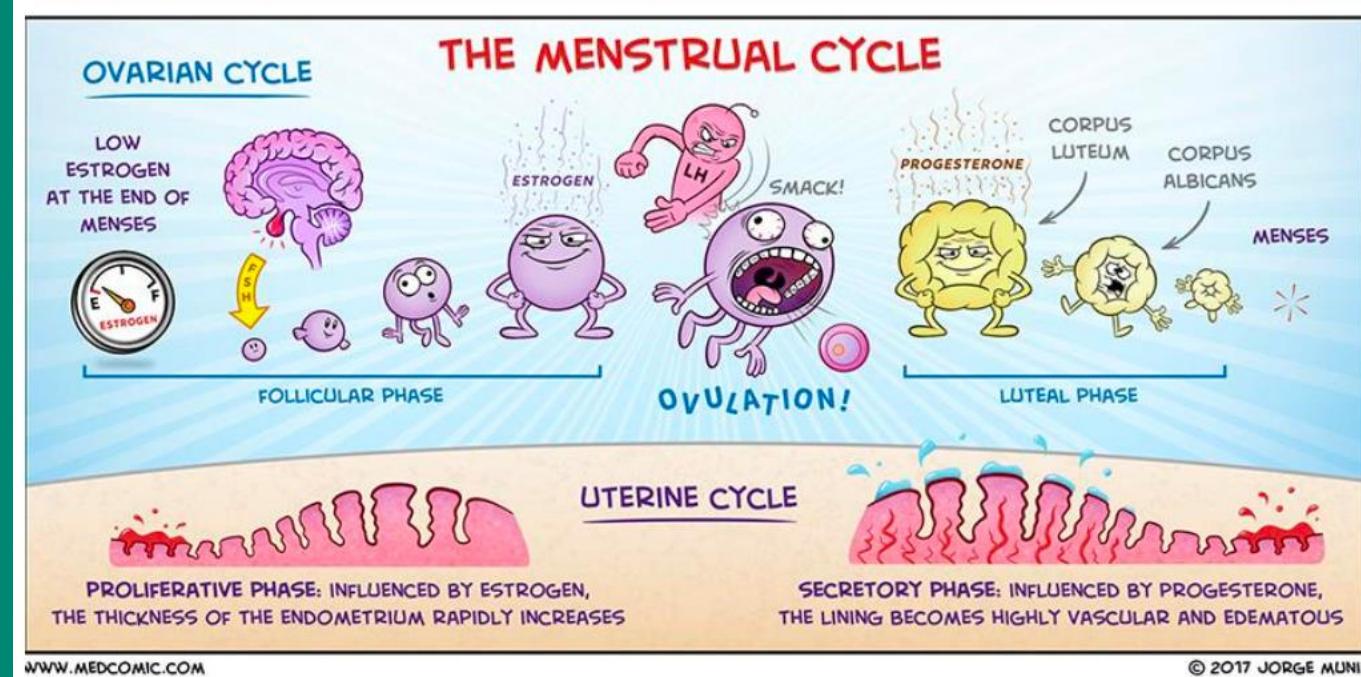
1 gél/j, pendant 6 mois minimum

NB : A combiner avec C1 en cas de risque de néoplasie de type CIN 2 ou CIN 3

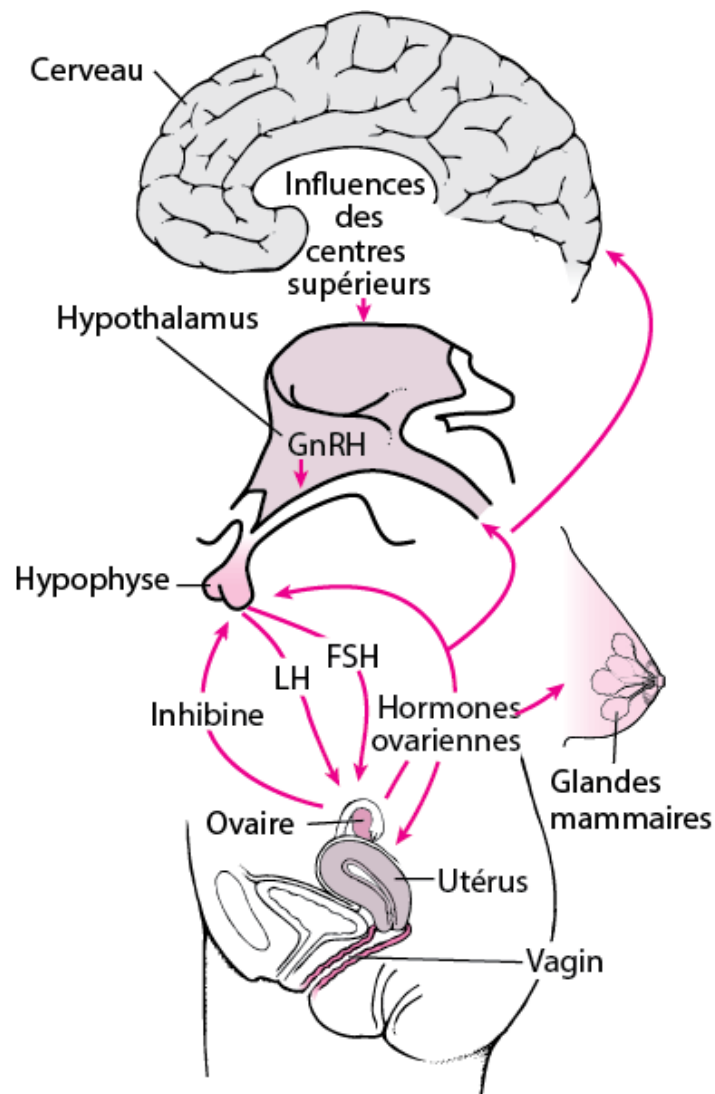
+/- Lactobacillus gasseri en ovule vaginal

Le cycle ovulatoire

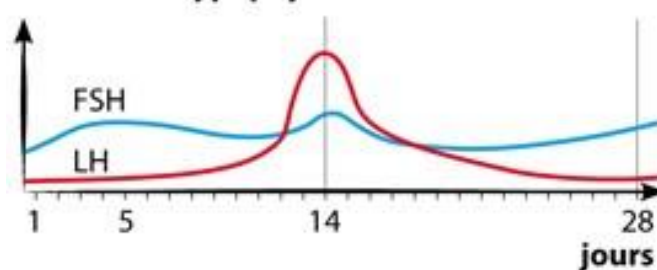
- ❖ Phase folliculaire
- ❖ Phase ovulatoire
- ❖ Phase lutéale



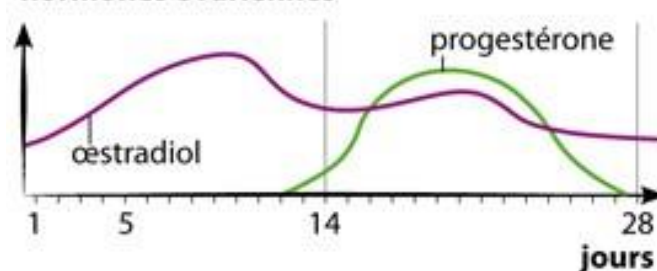
Cycle ovulatoire



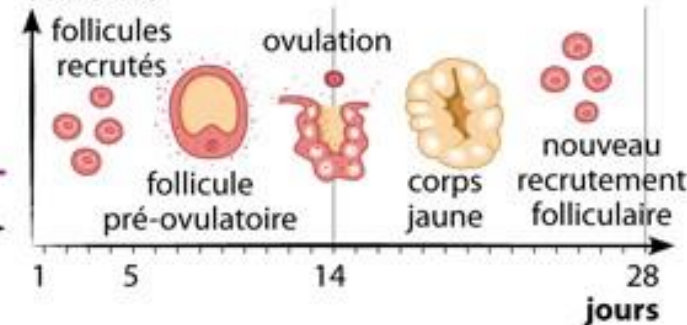
hormones hypophysaires



hormones ovariennes



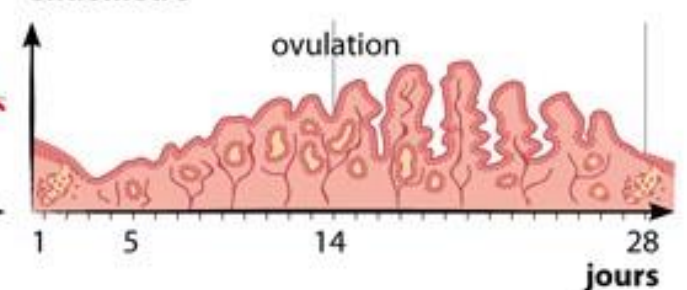
follicules



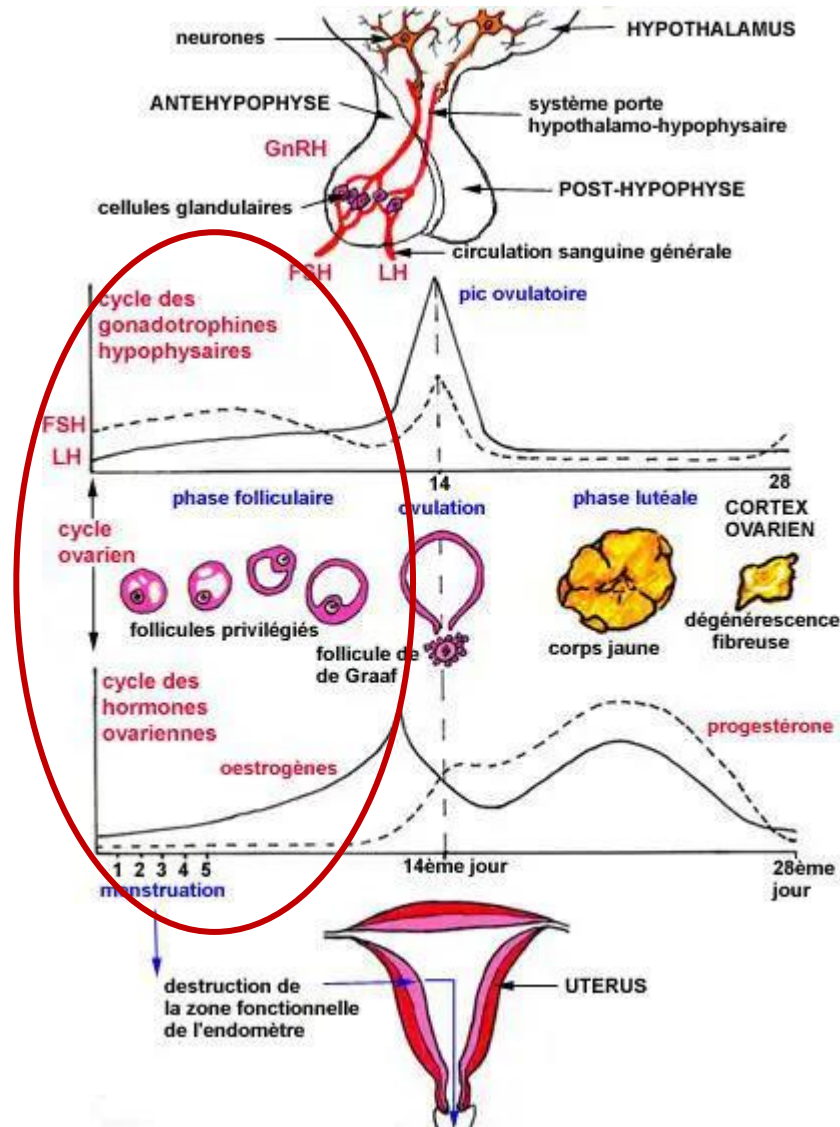
courbe de température



endomètre



Phase folliculaire



Début : Premier jour des menstruations

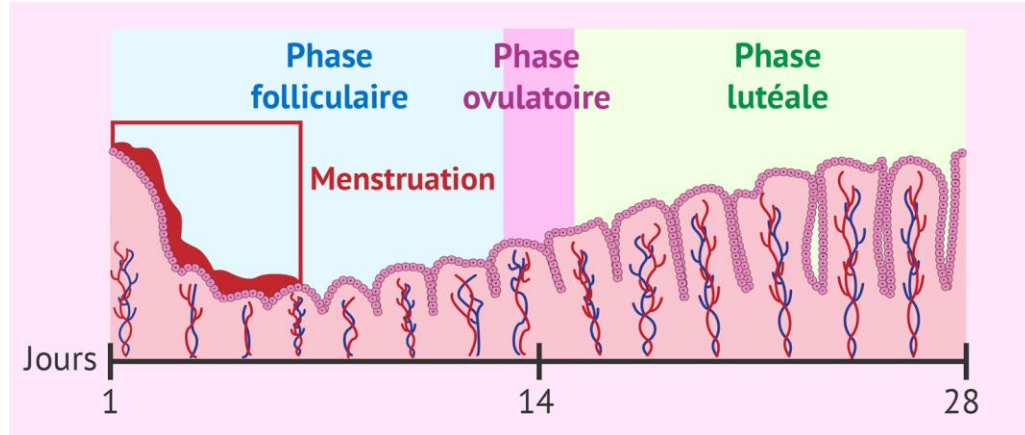
Durée : jusqu'à la phase ovulatoire (~J14)

Objectif : Préparer un follicule pour l'ovulation

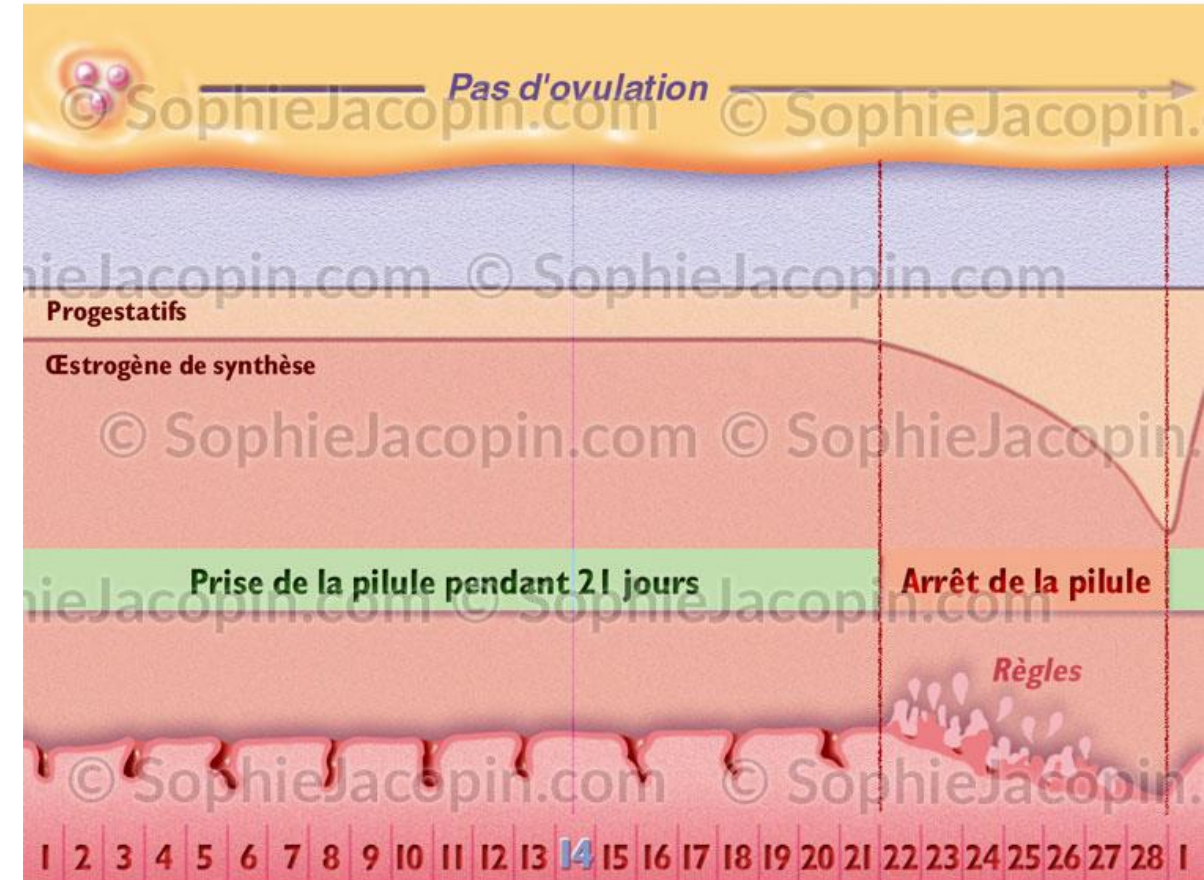
Processus :

- ❖ Sécrétion de FSH (hormone folliculo-stimulante) → Maturation des follicules ovariens
- ❖ Production d'œstrogènes par les follicules ovariens en maturation → **rétrocontrôle négatif** de la FSH et de la LH
- ❖ Augmentation importante des œstrogènes → **rétrocontrôle positif** avec pic de GnRH, FSH, LH → maturation d'un follicule préparé pour ovuler

Les menstruations



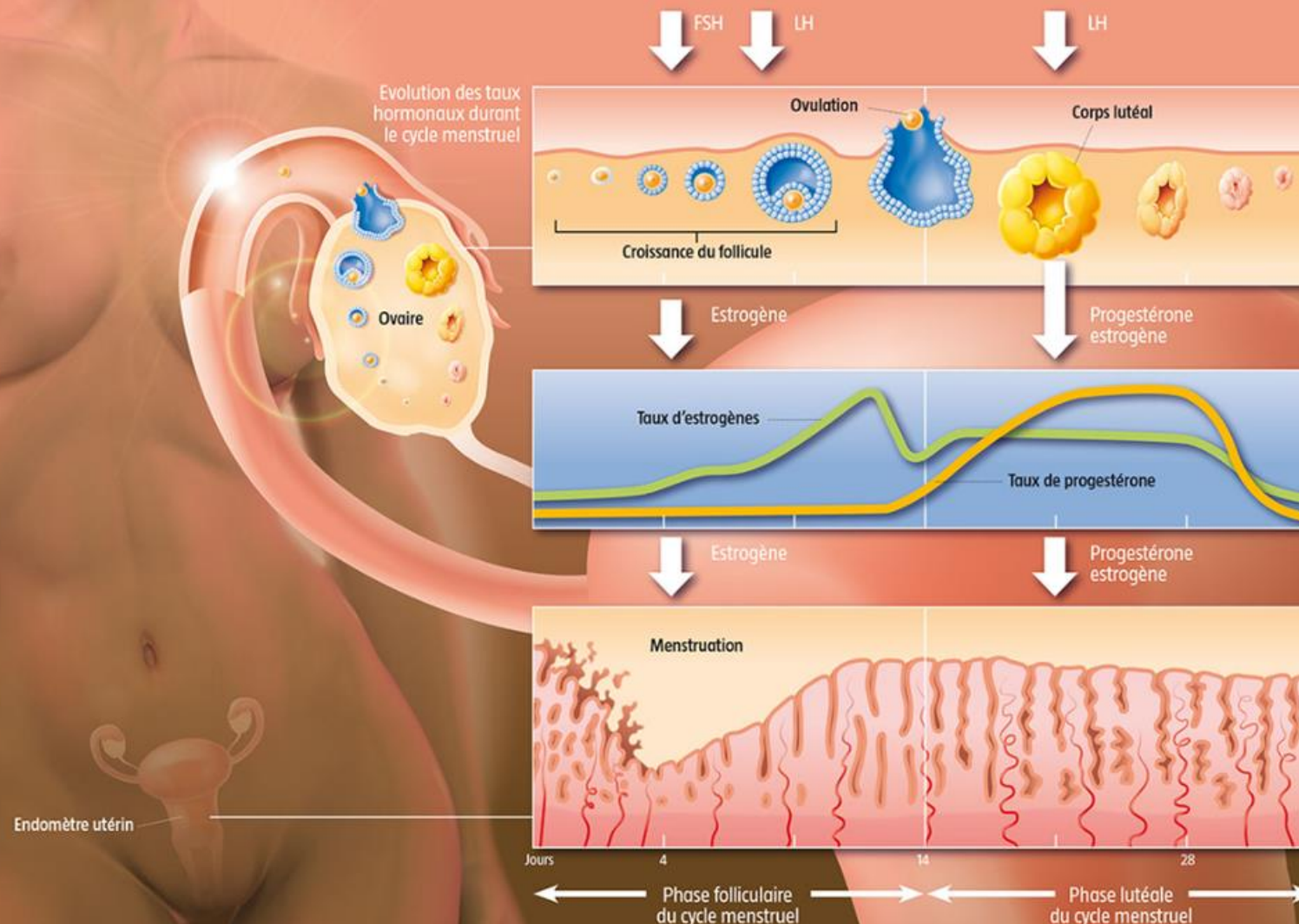
- ❖ **Menstruation** = desquamation de l'endomètre, qui accompagne les premiers jours de la phase folliculaire
- ❖ **Epaisseur** : augmentée par les œstrogènes, freinée par la progestérone → Plus il y a une hyperœstrogénie (absolue ou relative) plus les règles seront abondantes.
- ❖ **Règles sous pilule** ≠ menstruations, = hémorragies de privation. La pilule régule les saignements mais ne régule pas les cycles naturels.



Œstrogènes et phase ovulatoire

ESTROGÈNES ET CYCLE OVARIEN

Les œstrogènes sont des stéroïdes sécrétés essentiellement par les ovaires, et à un moindre degré par le cortex surrénal, les testicules et le placenta. Elles existent sous trois formes : l'œstrone, l'œstriol et la principale d'entre elles : l'œstradiol. Le taux circulant d'œstradiol est variable au cours de la vie d'une femme : relativement bas jusqu'à la puberté, il s'élève dès l'apparition du cycle menstruel pour revenir à un taux très bas à la ménopause. Au cours même du cycle, le taux est variable : pendant la phase folliculaire (pour l'ovaire) ou proliférative (pour l'endomètre), soit du 5^e au 14^e jour du cycle, le taux d'œstradiol augmente régulièrement pour atteindre un pic au moment de l'ovulation. Durant cette phase, les ovaires, stimulés par la FSH (sécrétée par l'hypophyse), libèrent de l'œstradiol qui permet à la muqueuse endométriale de se régénérer et de proliférer après la phase menstruelle (située entre le 1^{er} et le 5^e jour). Dans la deuxième partie du cycle (du 14^e au 28^e jour), soit au cours de la phase lutéale (pour les ovaires) ou sécrétoire (pour l'endomètre), les œstrogènes sont sécrétés de façon moindre et leur sécrétion est associée à celle de la progestérone dont le rôle est de transformer la muqueuse endométriale afin de la rendre apte à la nidation.

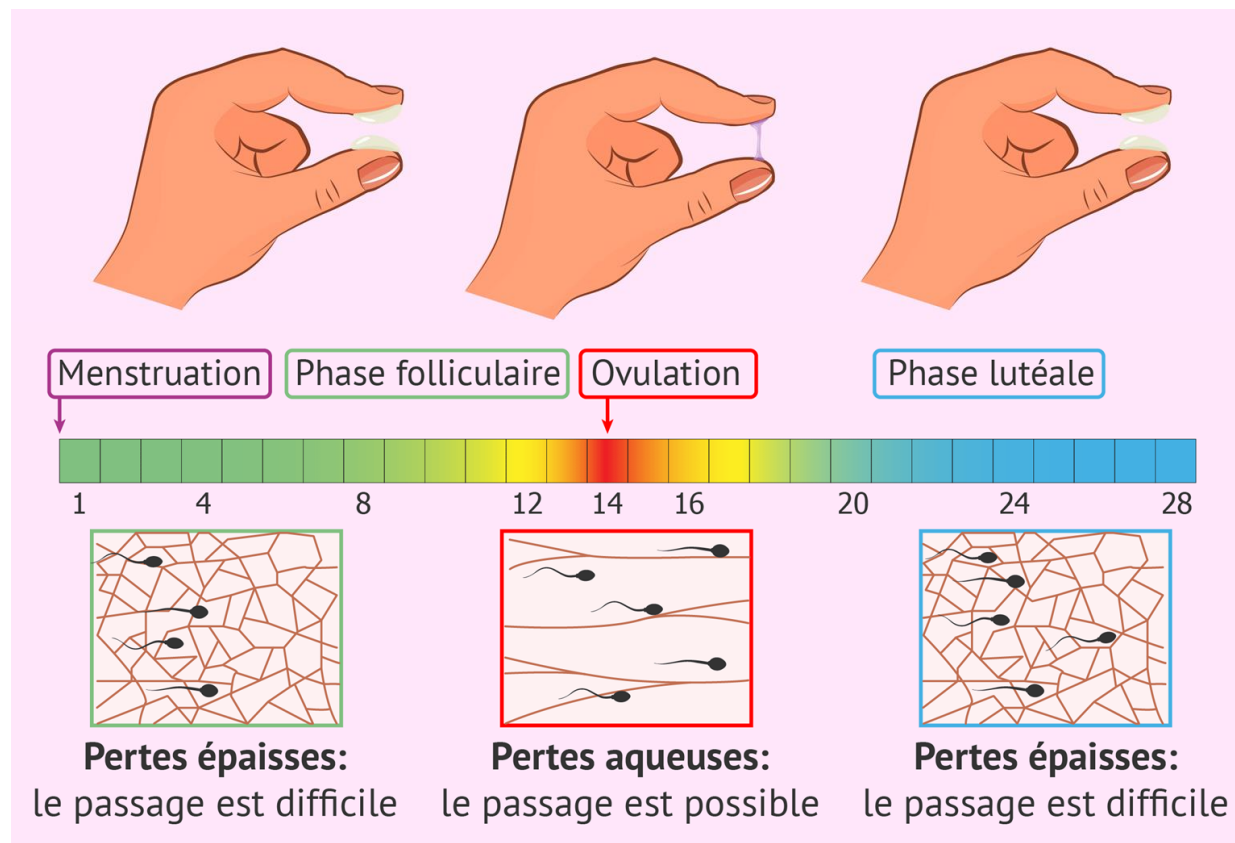


AUTRES ACTIONS

Les œstrogènes ont également une action sur l'organisme :

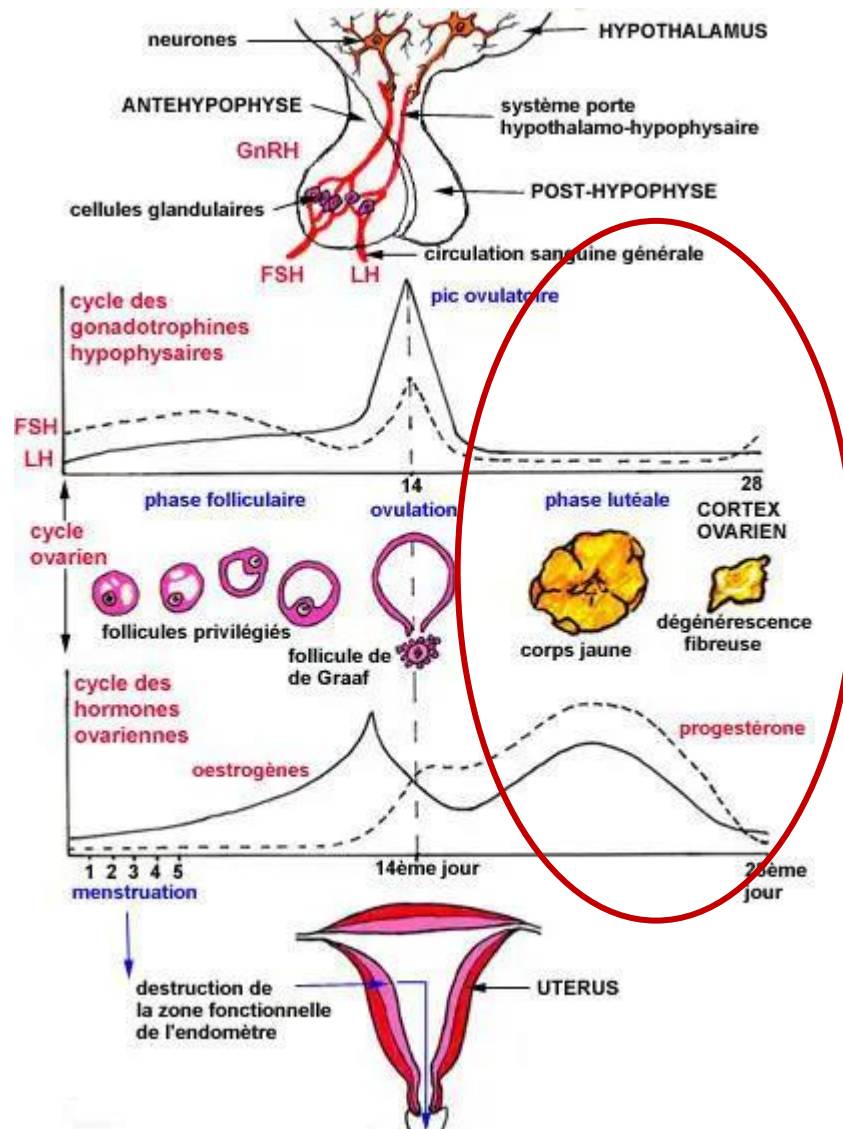
- Elles permettent le développement des caractères sexuels secondaires : seins, organes génitaux externes (vulve, vagin) et internes (utérus et trompes), pilosité.
- Elles stimulent la production de glaire cervicale aqueuse et les mouvements des franges des trompes de l'utérus.
- Elles stimulent la répartition de la masse graisseuse dans la région du bassin et des cuisses.
- Elles stimulent l'allongement des os longs et la féminisation du squelette, particulièrement du bassin.
- Elles favorisent la fabrication de protéines dont le rôle est primordial dans la constitution des muscles, des os, du collagène de la peau...
- Elles féminisent le cerveau.
- Elles augmentent le taux sanguin de HDL-cholestérol et diminuent celui de LDL-cholestérol.
- Elles stimulent la captation des spermatozoïdes dans les voies génitales (grâce à leurs effets sur les sécrétions du vagin, de l'utérus et des trompes) ; durant la grossesse, elles stimulent également la multiplication des cellules myométriales, la croissance de l'utérus, l'augmentation du volume des seins et des organes génitaux externes.

Glaire cervicale et jour sommet



Connaître le jour sommet est indispensable en cas de recommandation d'analyses hormonales !

Phase lutéale



Début : Après l'ovulation

Durée : Jusqu'aux menstruations

Objectif : Préparer l'utérus à une éventuelle grossesse

Processus :

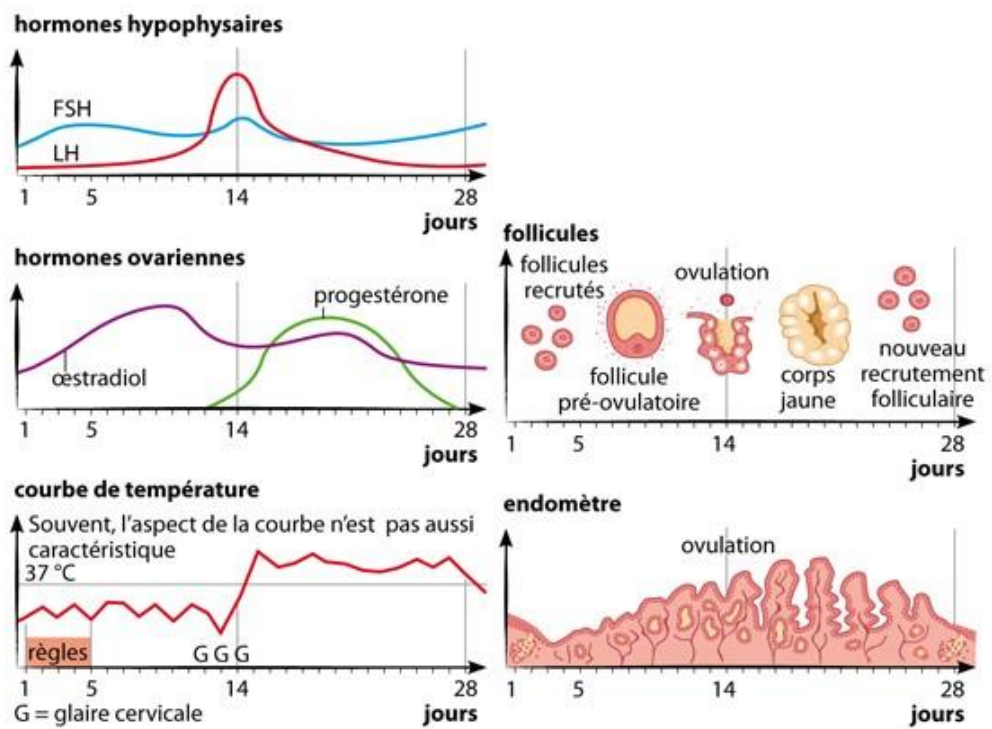
- ❖ Transformation du follicule en corps jaune
- ❖ Sécrétion de progestérone + épaissement de la muqueuse utérine
- ❖ 7 jours après l'ovulation, le taux de progestérone est à son maximum. **Attention aux bilans si l'ovulation a lieu plus tôt ou plus tard que J14 ! (concerne 80% des femmes)**

Œstrogènes /vs/ progestérone

Aspect	Œstrogènes	Progestérone
Production	Follicules ovariens, placenta (pendant la grossesse), tissu adipeux	Corps jaune, placenta (pendant la grossesse)
Régulation du cycle	Stimule la croissance de l'endomètre pendant la phase folliculaire	Stabilise et prépare l'endomètre pour l'implantation d'un embryon
Seins	Stimule la croissance des canaux galactophores	Stimule le développement des glandes mammaires
Glaire cervicale	Rend la glaire cervicale claire, élastique et perméable aux spermatozoïdes	Épaissit la glaire cervicale, créant une barrière contre les spermatozoïdes
Température corporelle	Pas d'effet significatif	Augmente la température corporelle basale d'environ 0,5°C
Métabolisme osseux	Stimule la croissance osseuse, réduit la résorption osseuse - favorise l'apoptose des ostéoclastes	Aide à maintenir la densité osseuse
Peau	Améliore l'élasticité, l'hydratation, et réduit les rides	Stabilise la production de sébum
Émotions et humeur	Peut augmenter la sensibilité émotionnelle et l'anxiété	A un effet anxiolytique et favorise la sérénité
Système cardiovasculaire	Protège contre les maladies cardiovasculaires, améliore le profil lipidique	Peut avoir des effets mineurs sur les lipides sanguins
Système nerveux central	Stimule les neurones, améliore la mémoire et la cognition	Favorise la production de GABA, un neurotransmetteur inhibiteur, contribuant à l'apaisement

Système immunitaire	Modulatrice, peut influencer les réponses inflammatoires	A un effet modulateur sur le système immunitaire, favorisant une réponse équilibrée
Balance hydrique	Peut favoriser la rétention d'eau	A un effet diurétique, réduisant la rétention d'eau
Effet sur les muscles	Augmente la masse musculaire maigre	Contribue à la récupération musculaire et à la réparation des tissus
Lipides sanguins	Améliore le profil lipidique, augmente le HDL et diminue le LDL	Peut légèrement augmenter le LDL et diminuer le HDL
Régulation de la glycémie	Favorise la fonction des cellules Beta, qui sécrètent l'insuline. Peut augmenter la résistance à l'insuline en excès	Stabilise la glycémie, améliore la sensibilité à l'insuline
Appareil reproducteur	Stimule la croissance des organes reproducteurs, prépare l'utérus pour l'ovulation	Prépare l'endomètre pour l'implantation, maintient la grossesse
Cognition et mémoire	Améliore la mémoire et la cognition	Soutient la fonction cognitive, influence les neurotransmetteurs
Sensations sexuelles	Augmente la libido et la sensibilité sexuelle	Peut moduler la libido, influençant la réactivité sexuelle
Thyroïde	Pas d'effet direct significatif	Stimule l'activité thyroïdienne, augmentant le métabolisme
Système digestif	Favorise une meilleure absorption des nutriments - Favorise la sécrétion du GLP1 au niveau de l'intestin grêle - Glycogénolyse au niveau hépatique	Influence la motilité intestinale, peut ralentir la digestion

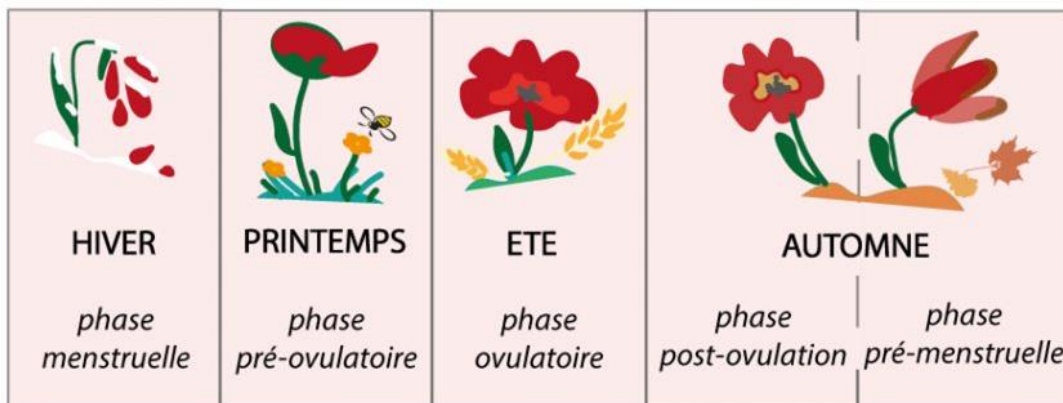
En résumé...



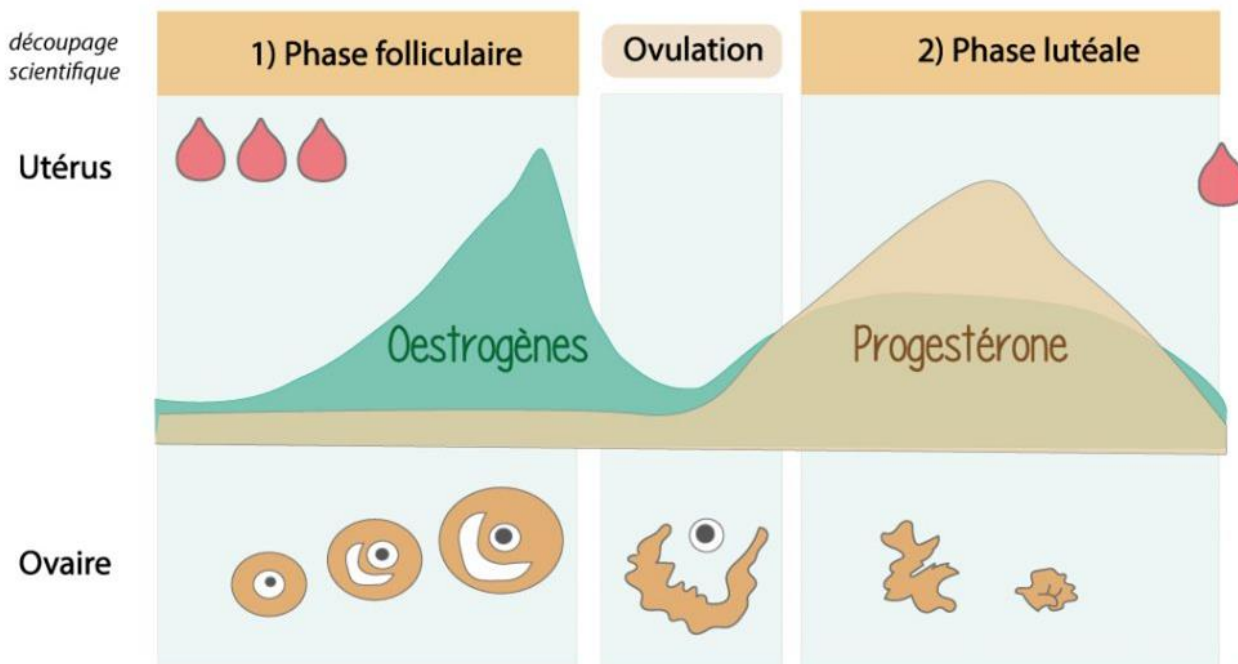
Phase	Pré-ovulation	Ovulation	Post-ovulation
Cycle Hypothalamo-Hypophysaire	Phase Folliculaire : Sécrétion de FSH pour le développement des follicules ovariens.	Ovulation : Pic de LH stimule la libération de l'ovocyte du follicule dominant.	Phase Lutéale : Sécrétion de LH maintient le corps jaune, qui produit de la progestérone.
Cycle Ovarien	Phase Œstrogénique : Augmentation de la production d'œstrogènes par les follicules en développement.	Ovulation : Libération de l'ovocyte mature par le follicule dominant.	Phase Œstroprogestative : Le corps jaune produit de la progestérone et des œstrogènes.
Cycle Utérin	Période Proliférative : Épaississement de l'endomètre sous l'influence des œstrogènes.	Ovulation : Transition entre les phases proliférative et sécrétoire de l'endomètre.	Phase Sécrétoire : L'endomètre devient glandulaire et sécrétoire, prêt pour une éventuelle implantation embryonnaire.

Reconnexion au cycle... et à soi !

découpage
plus fin selon
la physiologie



découpage
scientifique



Hiver (Être – Yin) :

- ❖ Repos, intériorité, autocompassion.
- ❖ **Ressources** : lâcher prise, autocompassion, prise de recul...
- ❖ **Challenges** : accepter de ne pas être dans l'action et la productivité, prendre soin de soi

Printemps (Faire - Yang) :

- ❖ Action, motivation, multitâches.
- ❖ **Ressources** : courage, motivation, efficacité, polyvalence, organisation...
- ❖ **Challenges** : ne pas se disperser, accueillir l'Autre

Été (Être - Yin) :

- ❖ Libido, confiance, soin des autres.
- ❖ **Ressources** : accueil, empathie, patience...
- ❖ **Challenges** : ne pas s'oublier

Automne (Faire - Yang) :

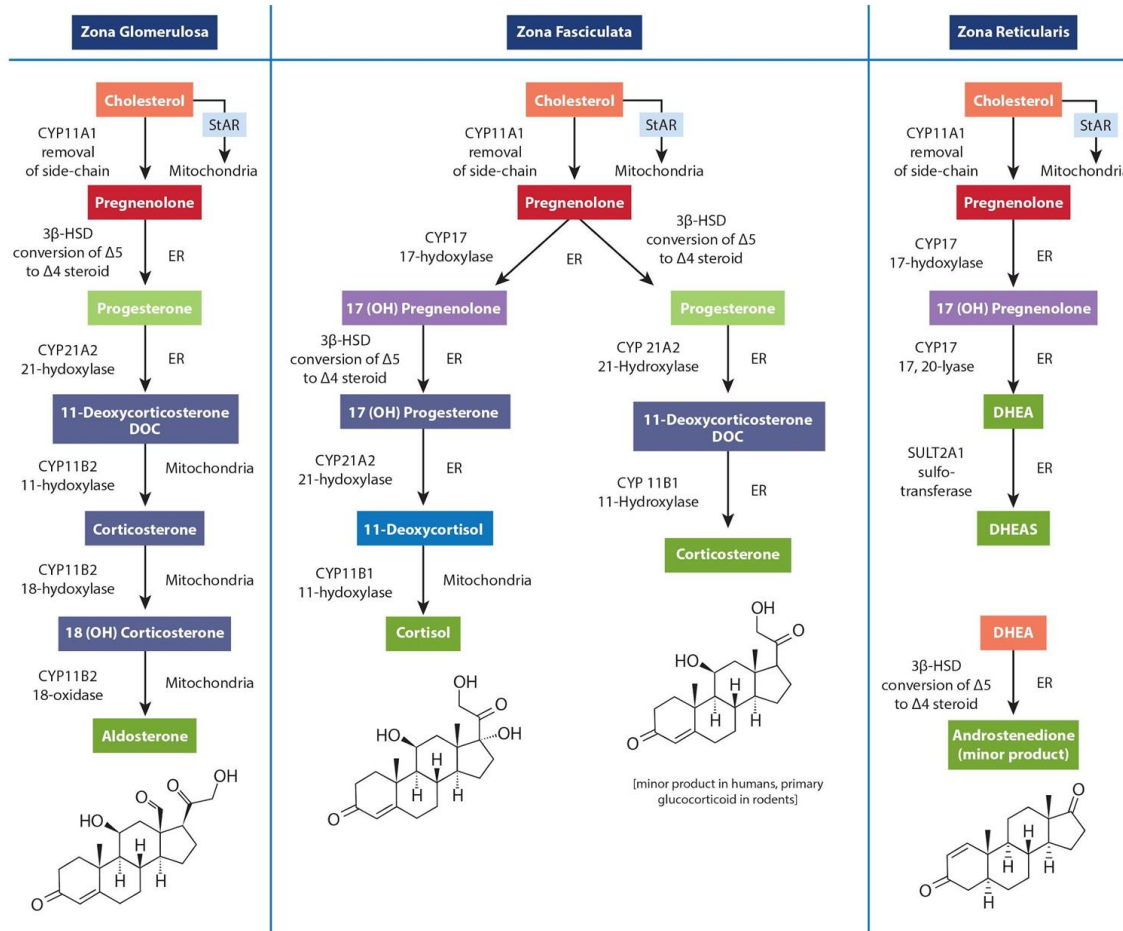
- ❖ Ralentissement, créativité, analyse.
- ❖ **Ressources** : hypersensibilité, analyse, ordre, tri, rationalité, affirmation de soi...
- ❖ **Challenges** : ne pas agir impulsivement

Les œstrogènes

- ❖ Relation hormones - récepteurs
- ❖ Origines et élimination des œstrogènes
- ❖ Zoom sur l'action immunitaire des œstrogènes



Les origines des œstrogènes



❖ **Cholestérol → prégnénolone :**

→ **androgènes** (précurseurs des œstrogènes)

→ ou **cortisol** (en cas de stress)

❖ **Aromatase** = enzyme de conversion des androgènes en œstrogènes.

❖ **Sites de production :**

- **Ovaires :** Principal site chez les femmes en âge de procréer.
- **Glandes surrénales et tissu adipeux :** Production post-ménopause.

Attention :

- **Aux interactions hormonales :** Stress, insuline, hormones thyroïdiennes influencent la production d'œstrogènes.
- **Aux femmes avec plus de tissu adipeux :** Surveillance du foie, de l'intestin, et des plantes phyto-œstrogéniques.
- **Aux perturbateurs endocriniens**

Œstrogènes et immunité

CD4⁺ T cells

- ↑ IL-4 and T_H2-cell responses (high oestrogen levels)
- ↑ IFN γ and T_H1-cell responses (low oestrogen levels)
- ↑ T_{Reg}-cell numbers
- ↑ CCR1 and CCR5 expression
- ↓ TNF production

NK cells

- ↓ Cytotoxic activity

Dendritic cells

- ↑ Differentiation of cDCs from BMDCs; ↑ IL-12 production
- ↑ Expansion of IFN γ -producing killer DCs from mature splenic DCs
- ↑ Expression of IL-6, IL-8 and CCL2 by immature DCs

B cells

- ↓ Negative selection of naive B cells
- ↑ Survival of autoreactive B cells
- ↑ IgM and IgG production

Monocytes and macrophages

- ↓ IL-1 β , IL-6 and TNF production

Neutrophils

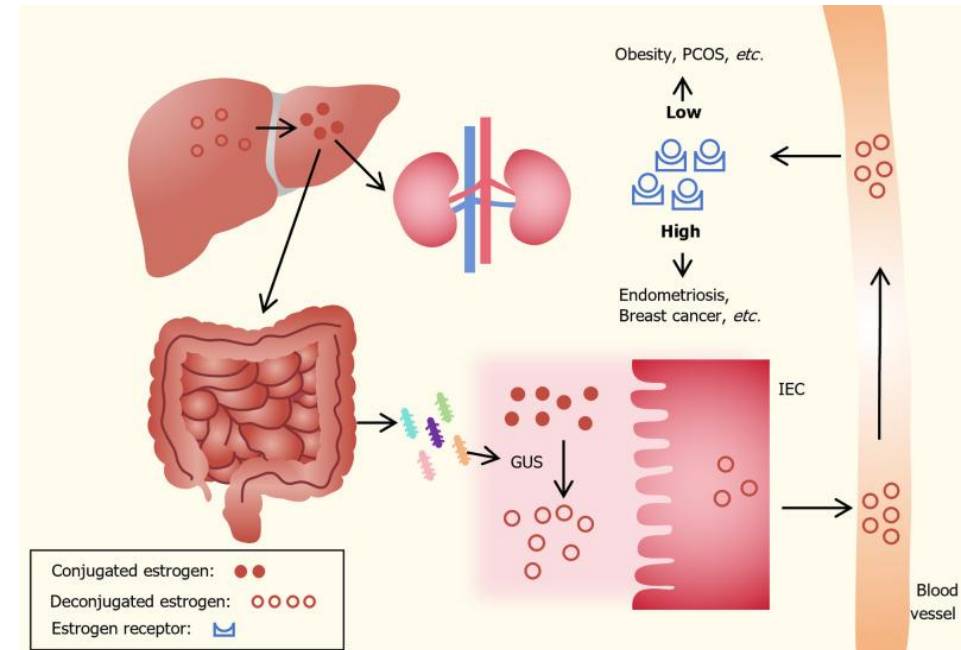
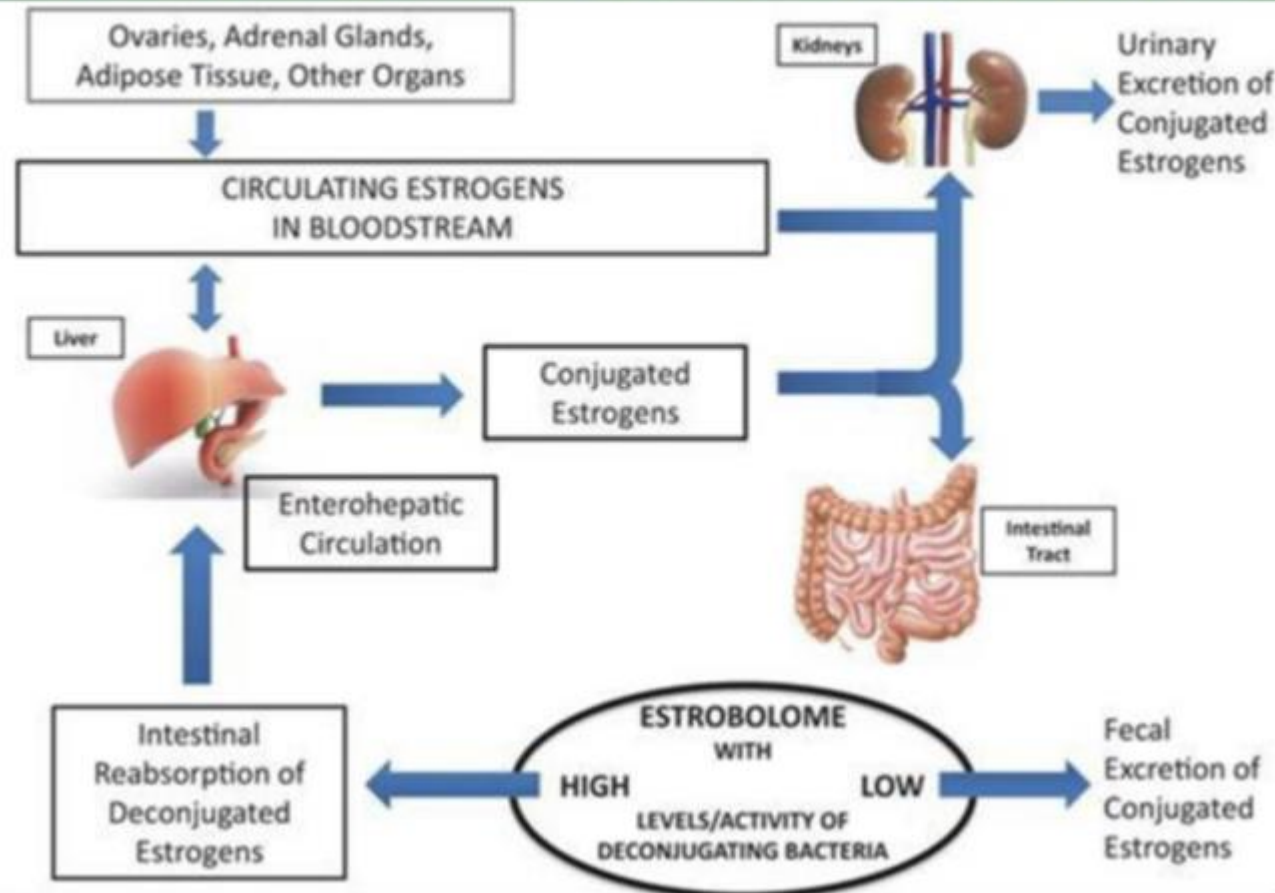
- ↑ Anti-inflammatory activity
- ↓ Chemotactic activity

17 β -oestradiol

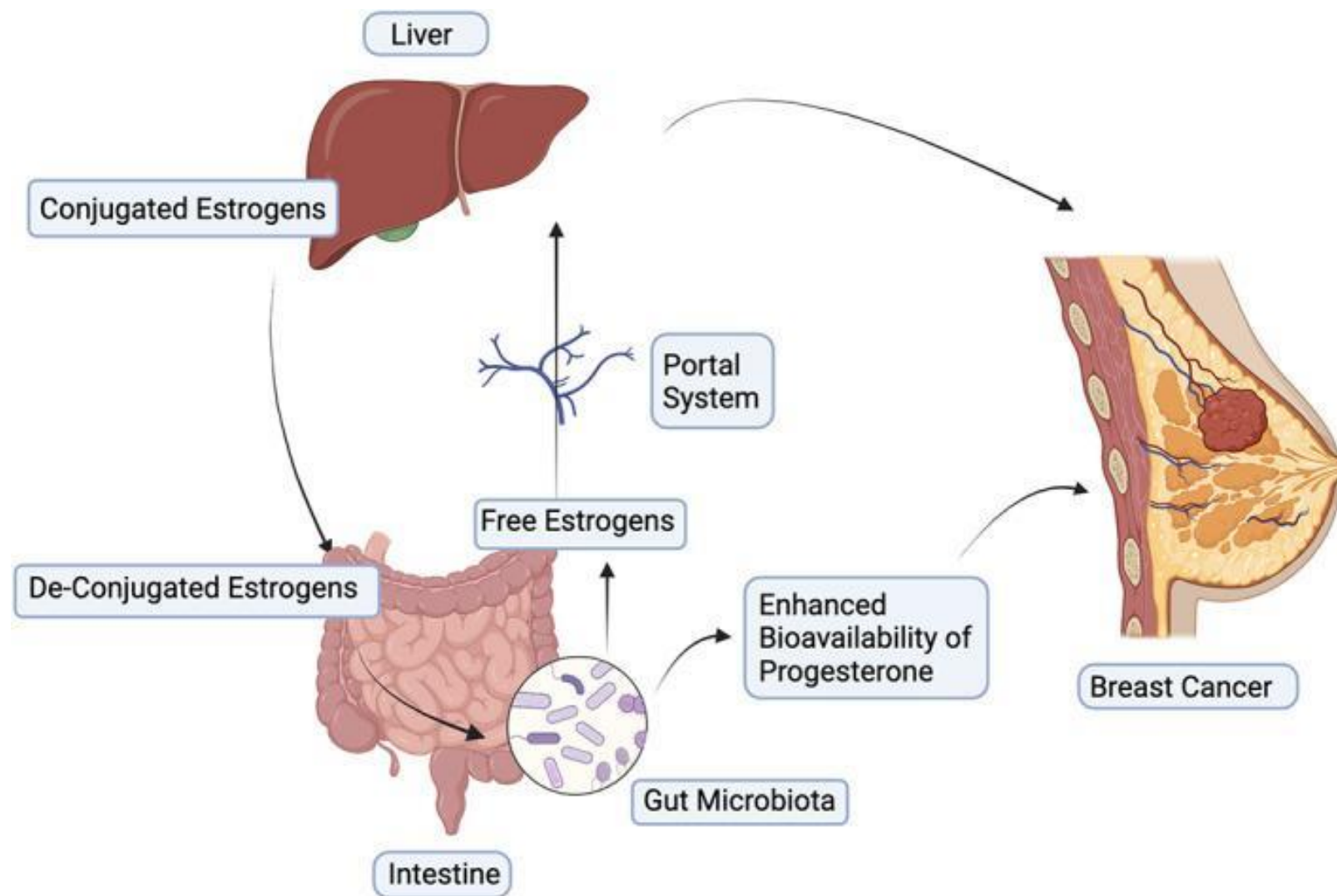
LORICA
LABORATOIRE

Estrobolome et β -glucoronidase

ESTROBOLOME MODULATION OF CIRCULATING ESTROGENS



Axe microbiome – cancer du sein



[Cancer Rep \(Hoboken\)](#). 2023 Nov; 6(11): e1847.

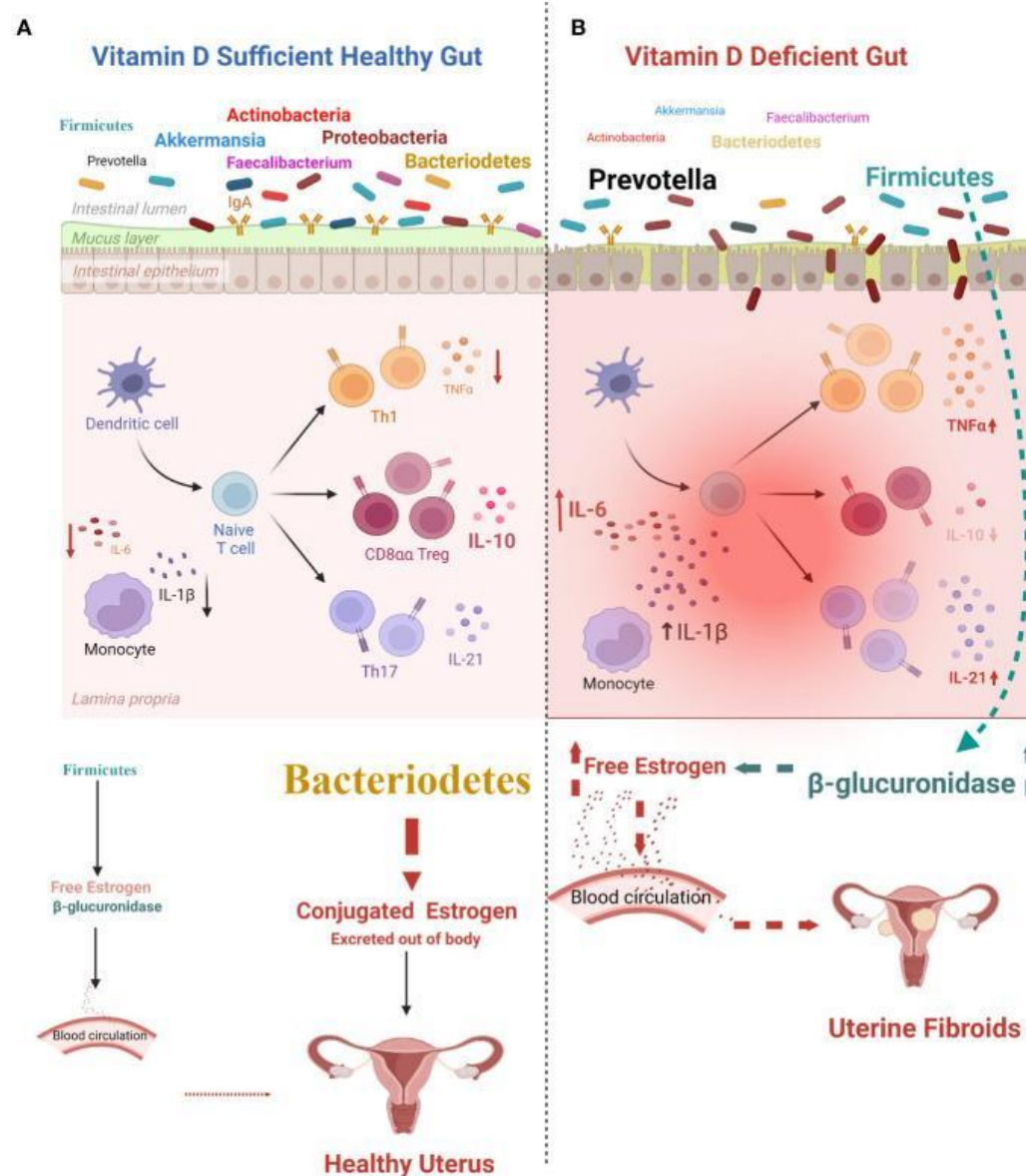
Published online 2023 Jun 13. doi: [10.1002/cnr2.1847](https://doi.org/10.1002/cnr2.1847)

PMCID: PMC10644331 | PMID: [37311575](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37311575/)

Gut microbiome influences incidence and outcomes of breast cancer by regulating levels and activity of steroid hormones in women

[Shilpa S. Chapadgaonkar](#),¹ [Srashti S. Bajpai](#),¹ and [Mukul S. Godbole](#)^{✉ 1}

Axe OIM et vitamine D



Entretien des défenses naturelles

Vitamine D3, Cholécalfiérol 25 μ g (1000 μ i) par capsule

Huile de tournesol

> Défenses immunitaires, métabolisme phospho-calcique

INFLAM

Elkafas H, Walls M, Al-Hendy A, Ismail N. Gut and genital tract microbiomes: Dysbiosis and link to gynecological disorders. Front Cell Infect Microbiol. 2022 Dec 16;12:1059825. doi: 10.3389/fcimb.2022.1059825. Erratum in: Front Cell Infect Microbiol. 2023 May 12;13:1211349. doi: 10.3389/fcimb.2023.1211349. PMID: 36590579; PMCID: PMC9800796.

Zoom sur quelques outils...

INFLAM

Régénérer et rééquilibrer le microbiote intestinal

21 milliards de bactéries lactiques et propioniques

8 souches saprophytes + oligosaccharides + Boswellia

Collagène hydrolysé, colostrum, lactoferrine, glutamine, glycine, Q10...

Cofacteurs, vitamines, minéraux, oligo-éléments..

> Régénération du microbiote, réparation de la muqueuse, immunité, digestion, rééquilibrage du terrain

Soutenir naturellement la fonction hépatique

Chardon-Marie, Artichaut, Romarin, Chicorée, Schisandra,

AAL, SOD, NAC, SAME, Vitamine B2, Zinc, Choline, Sélénium, MSM...

> Protection hépatique. Active les 3 phases de la détox du foie. Action antioxydante, énergétique, diurétique, cholagogue, cholérétique, détox des métaux lourds. Action sur le terrain allergique, glycémique, syndrome métabolique et NASH.

MICRO-IMMUNOTHÉRAPIE		Formule INFLAM
Les substances immunomodulatrices en faibles doses permettent de moduler à la hausse, à la baisse ou de maintenir leur activité biologique dans l'organisme.		
LA COMPOSITION DE LA FORMULE		IL-1 Ra, IL-10, PDGF, TGF- β IL-2, IL-4, IL-6, IL-8, IL-13, OSM IL-1, PGE2, LIF, TNF- α , CNTF, RANTES, SNA [®] -INFLAMa-01, SNA [®] -INFLAMB-01
LES OBJECTIFS DE LA FORMULE		✓ Vise à soulager la douleur et l'intensité de l'inflammation, ✓ Cherche à prévenir les poussées et le développement de la chronicité, ✓ Soigne sans créer d'effets secondaires et peut être associée aux anti-inflammatoires.
LES ACTIONS DE LA FORMULE		✓ Rétablit l'équilibre des principales voies de signalisation impliquées dans le développement et la persistance des processus inflammatoires, ✓ Diminue les effets métaboliques néfastes des processus chroniques.

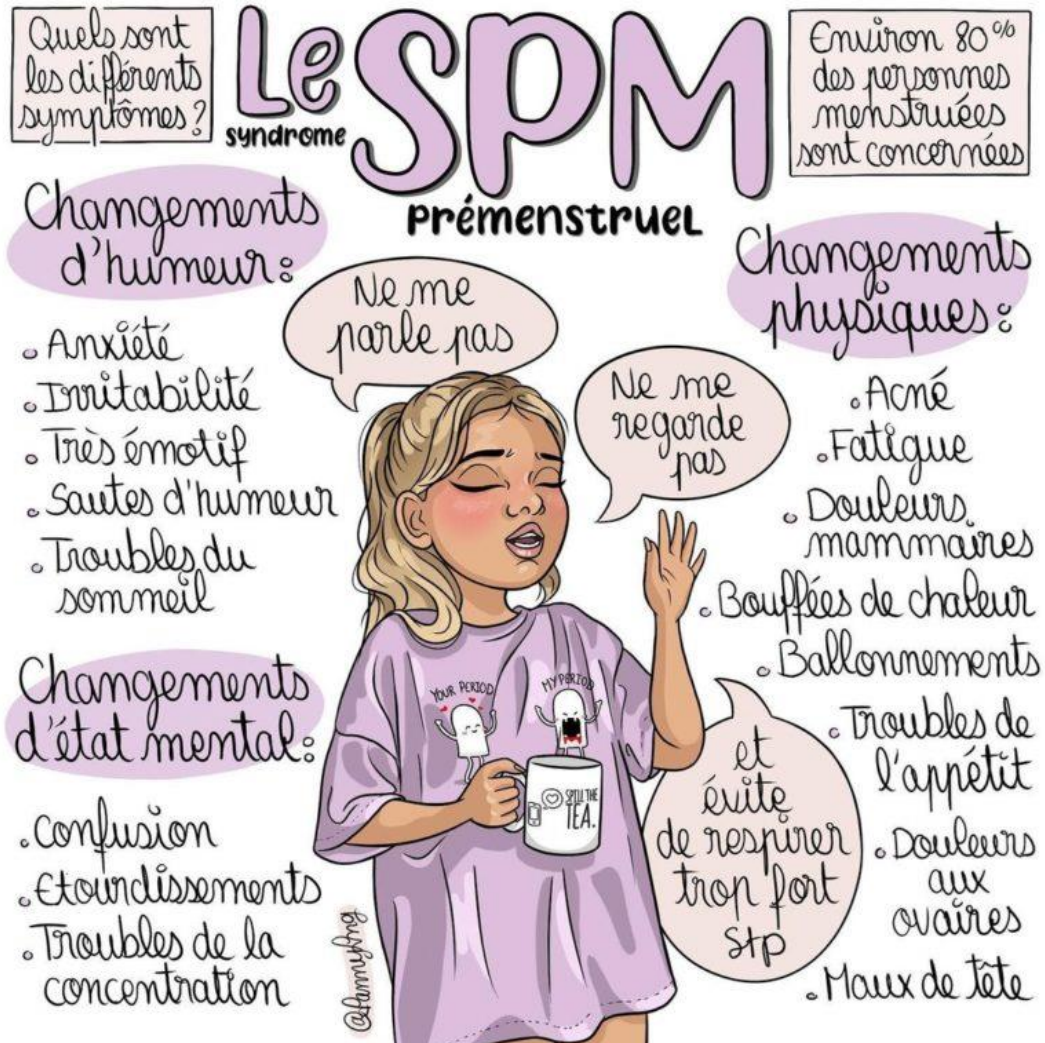
Crise aiguë : 3 à 4 gélules par jour, avec au moins 2h d'intervalle, entre les repas, dernière prise à 18H.

Traitement de fond : 1 gélule par jour pendant 3 à 6 mois

DÉRÉGULATION HORMONALE ET DYSOVULATION

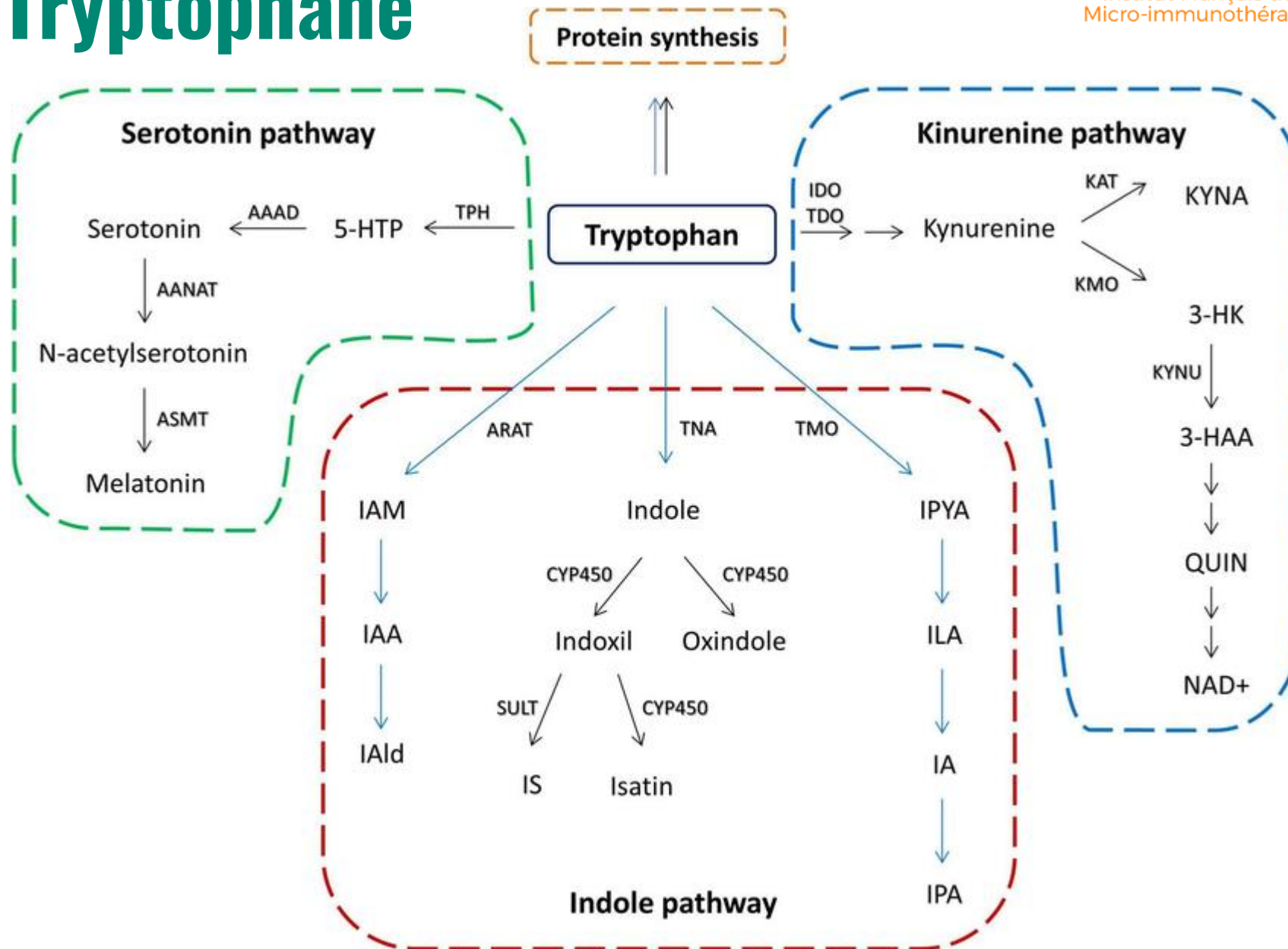


Conséquences des dysoovulations



- ❖ **Impacts sur le métabolisme** : ralentissement thyroïdien, rétention d'eau et difficulté à perdre du poids, fatigue...
- ❖ **Troubles digestifs** divers et variés, surtout en période prémenstruelle marquée par une hyperœstrogénie relative
 - **Stress prémenstruel** : anxiété et compulsions alimentaires affectant le système digestif et augmentant la sensibilité aux aliments.
 - **Excès d'histamine** : reflux, douleurs digestives et maux de tête, aggravé par le déséquilibre œstroprogestéronique.
- ❖ **Déséquilibre immunitaire** : progestérone - - = augmentation de l'inflammation et des douleurs articulaires.

Tryptophane



Quelques déséquilibres...

- ❖ Déficit en œstrogènes
- ❖ Excès d'androgènes
- ❖ Excès d'œstrogènes

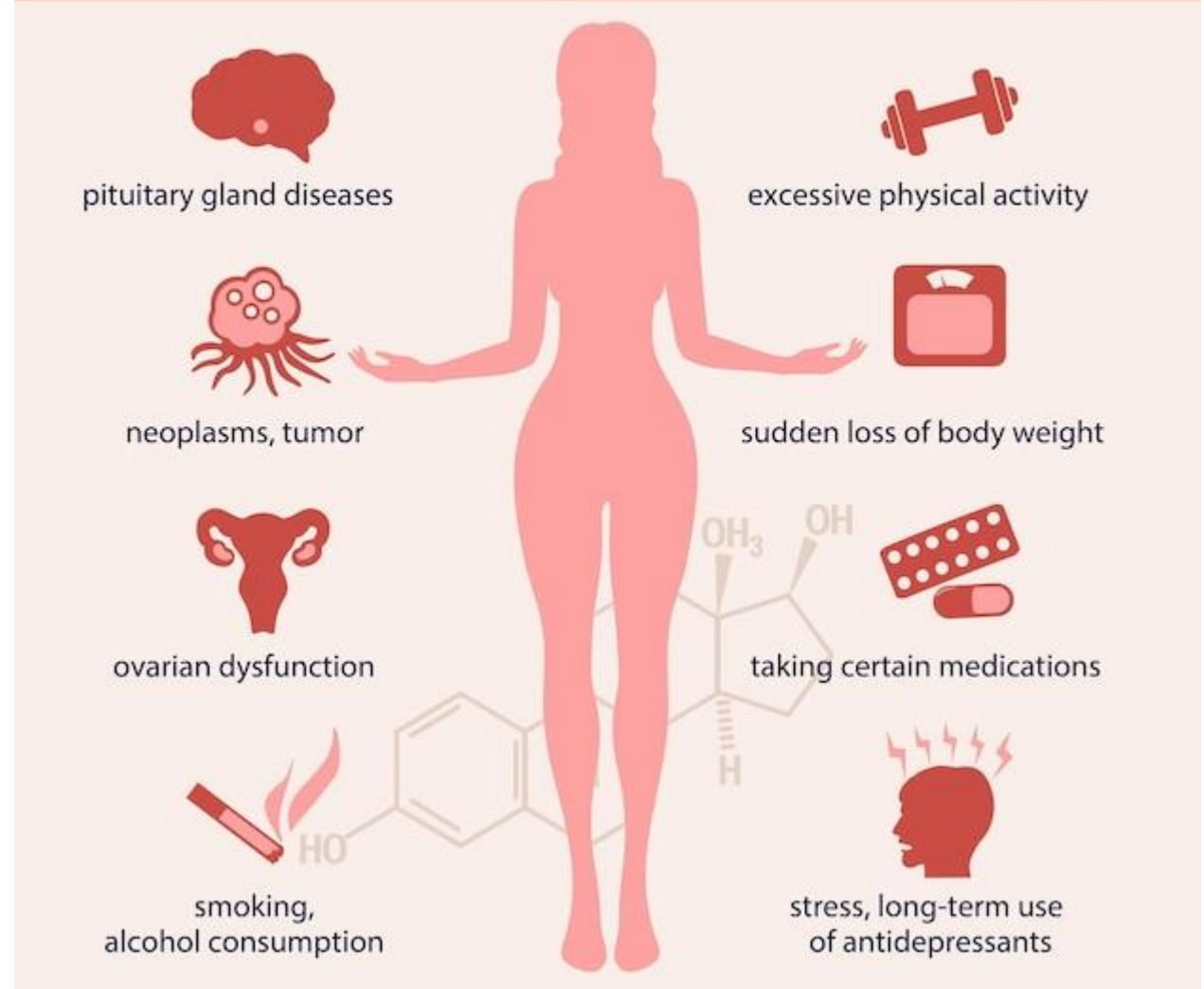


Déficit en œstrogènes

❖ Identifier un déficit en œstrogènes :

- **Morphologie** : silhouette plus menue, moins de courbes féminines, peau et cheveux plus fins...
- **Menstruations** : déséquilibrées ou irrégulières, peu abondantes.
- **Sécheresse vaginale** : moins de lubrification, de glaire, plus de risques d'infections vaginales
- **Vitalité** : libido en berne, fatigue, baisse de motivation, de concentration...

CAUSES OF ESTROGEN DEFICIENCY



Déficit en œstrogènes

❖ Cause = perturbations de l'axe hypothalamo-hypophysaire :

- **Déficit énergétique** : manque d'apports et/ou mauvaise assimilation et/ou excès de dépenses, cholestérol bas
- **Stress chronique** : ↑ cortisol
- **Insuffisance surrénalienne** : ≈0 cortisol
- **Excès de prolactine** : ↑ prolactine
- **Insuffisance ovarienne** : liée aux polluants, auto-immunité
- **Thyroïde dysfonctionnelle** : influence la production d'œstrogènes, augmente les androgènes et la prolactine
- **Dysfonction mitochondriale** : stress oxydatif, carences nutritionnelles, mutations génétiques, covid long...

} ↓ GnRH →
↓ stimulation
hypophysaire →
↓ FSH + ↓ LH

→ revoir l'assiette, la digestion, l'activité physique

→ gestion du stress, respiration, magnésium (**Germag**), adaptogènes (**Cap Sérénité**), **MISEN**

→ éviter polluants (tabac, perturbateurs endocriniens), rééquilibrer immunité (v. D, **Protectum**, **INFLAM**)

→ apport micronutritionnel, **Loritirol**, **Loriode**, EBV

→ **Protectum**, **Oméga-3**, bol d'air Jacquier, **Q10**, **MIREG**

Excès d'androgènes

❖ Principaux androgènes :

- **DHEA** : pro-hormone surrénalienne ; neuroprotectrice, immunostimulante, régulatrice de la fertilité.
- **Testostérone** : hormone ovarienne et surrénalienne, essentielle à la libido, à l'énergie, et au métabolisme.
- **DHT (dihydrotestostérone)** : hormone dérivée de la testostérone, 30 fois plus androgénique, responsable de l'acné, de l'hirsutisme et de la chute de cheveux.

❖ Identifier un excès d'androgène

- **Cycles perturbés** : Cycles longs (>35 jours), phases lutéales raccourcies ou aménorrhée (absence de règles).
- **Signes cliniques** : hirsutisme (pilosité excessive au niveau du menton, des lèvres, du ventre, voire de la poitrine), acné, alopecie androgénique, musculature développée (notamment mollets et épaules), traits plus carrés, voix plus rauque, augmentation de la taille du clitoris

Signes d'hyperandrogénie



Excès d'androgènes : causes et solutions

❖ Résistance à l'insuline :

- ↑ LH → synthèse de testostérone par les ovaires
- ↓ SHBG → ↑ testostérone libre

→ revoir l'assiette (chrononutrition, IG bas...) ,
le sommeil, l'activité physique, **ActivHépat**...

❖ Hypothyroïdie :

- ↑ insuline → ↑ testostérone libre
- ↓ SHBG

→ apport micronutritionnel, **Loritirol**, **Loriode**,
EBV

❖ Hyperactivité de la 5-alpha réductase :

- Transformation de la testostérone en DHT
- Souvent liée à un déficit en zinc ou progestérone

→ zinc, graines de courge / de lin, ortie racine

❖ Inflammation :

- Hypersensibilité aux androgènes et œstrogènes
- Résistance à la progestérone et aux hormones thyroïdiennes

→ travail de terrain + **Exiflam**, **INFLAM**

❖ Déficit en œstrogènes : /!\ ménopause

→ cf. Slide « Déficit en œstrogènes »

Excès d'œstrogènes : les signes

❖ Identifier un excès d'œstrogènes

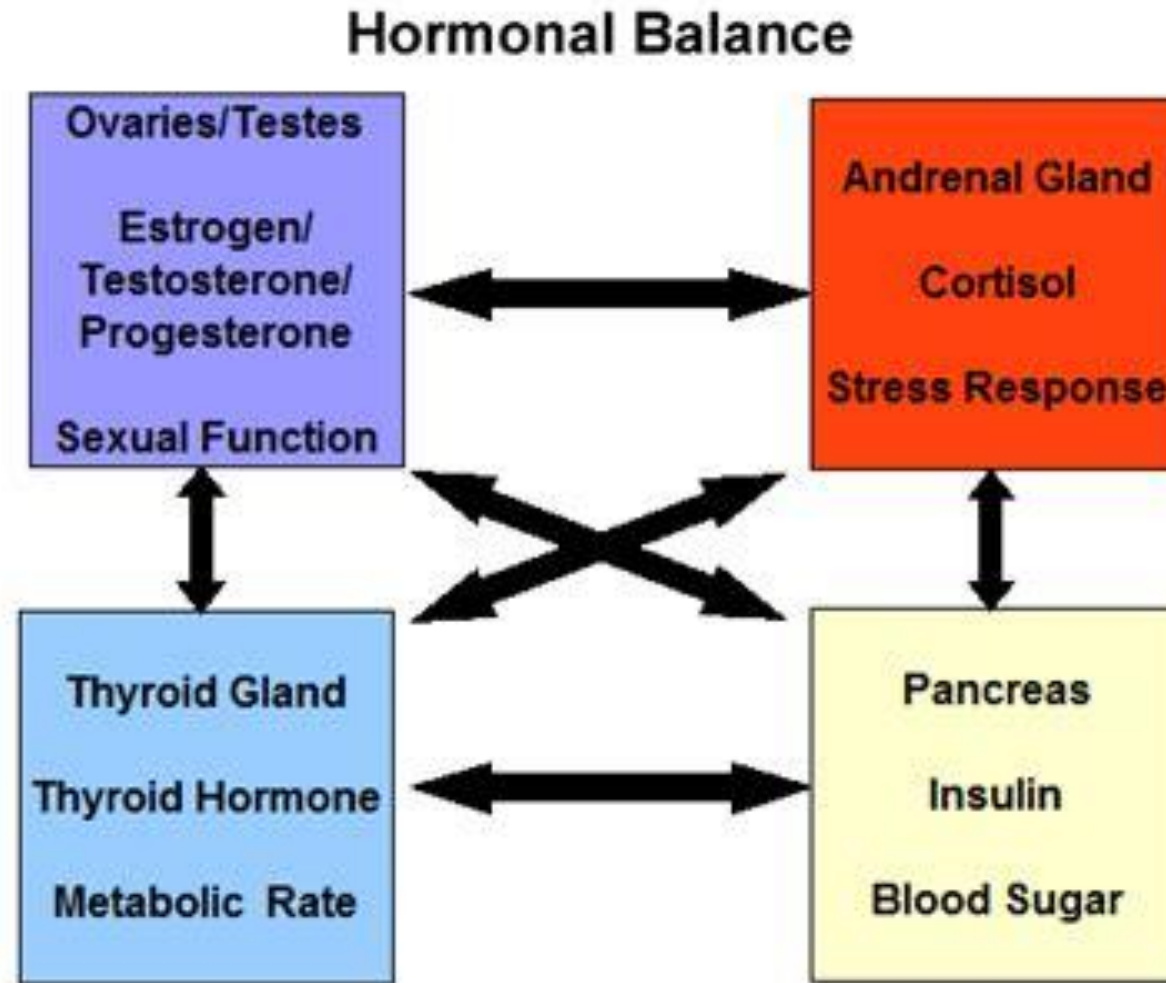
- **Femme gynoïde** : répartition des graisses sur les hanches, fesses et cuisses (silhouette en "poire").
- **Tension mammaire** : sensation de lourdeur, sensibilité accrue, seins denses.
- **Rétention d'eau** : gonflement des jambes, chevilles, mains, et prise de poids rapide.
- **Fibromes** : favorise le développement de tumeurs bénignes dans l'utérus (douleurs pelviennes, règles abondantes, hypofertilité).
- **SPM intense** : irritabilité, anxiété, maux de tête et règles irrégulières.
- **Fatigue** : fatigue chronique, baisse d'énergie.



Excès d'œstrogènes : causes et solutions

- ❖ **Hygiène de vie** : excès de produits laitiers, mauvais sommeil
→ revoir l'assiette (chrononutrition, IG bas...), le sommeil, l'activité physique, **ActivHépat**...
- ❖ **Résistance à l'insuline** : perturbe l'équilibre hormonal, stockage et aromatisation
→ relancer le métabolisme en fonction du déséquilibre sous-jacent, **INFLAM**
- ❖ **Déficits en transporteurs SHBG** : causés par obésité, résistance à l'insuline, hypothyroïdie, syndrome de Cushing, NASH, utilisation d'androgènes...
→ optimiser la détox, soutien hépatique (**ActivHépat**) et intestinal (**Myriaflor**)
- ❖ **Détox altérée** : excès de métabolites œstrogéniques (16α-OHE), déconjugaison par l'estrobolome
→ limiter l'exposition
- ❖ **Exposition aux œstrogènes** : pilule/THS, perturbateurs endocriniens
→ apport micronutritionnel, **Loritirol**, **Loriode**, **EBV**
- ❖ **Hypothyroïdie** : augmentation de TBG, augmentation de la conversion en rT3
- ❖ **Polymorphismes génétiques** : hypersensibilité des récepteurs aux œstrogènes, hyposensibilité des récepteurs à la progestérone...

Des interactions complexes !



Quelques troubles associés...

- ❖ SPM
- ❖ TDPM
- ❖ SOPK
- ❖ Fibromes
- ❖ Endométriose



SPM : les signes

❖ Identifier un SPM

- Mastodynie
- Métabolisme ralenti
- Troubles digestifs
- Œdème
- Douleurs ostéoarticulaires
- Vulnérabilité émotionnelle
- TDPM

**Toujours lié à une hyperœstrogénie,
qu'elle soit relative ou absolue**



SPM : causes et solutions

❖ Excès d'imprégnation oestrogénique :

- **Excès de production** : axe HHO, tissus adipeux (aromatisation)
- **Défaut d'élimination** : surcharge hépatique, manque d'AOX, excès de métabolites œstrogéniques (16α-OHE), dysbiose intestinale (déconjugaison des œstrogènes)
- **Excès d'insuline**
- **Excès de cortisol**
- **Assiette** : attention charcuterie, produits laitiers, café, alcool, déficit en zinc, AGE, etc.

❖ Défaut d'imprégnation en progestérone :

- Défaut de synthèse : axe thyroïde, perturbateurs endocriniens...
- Résistance à la progestérone : axe inflammation

→ attention au surpoids ; graines de lin

→ optimisation de la détox, soutien hépatique ([ActivHépat](#)) et intestinal ([Myriaflor](#)), mastication...

→ chrononutrition, IG bas, activité physique

→ gestion du stress, respiration, yoga, magnésium ([Germag](#)), adaptogènes ([Cap Sérénité](#)), MISEN

→ **Huile de bourrache, Oméga-3**

→ apport micronutritionnel, [Loritirol](#), [Loriode](#), EBV

→ travail de terrain, [Exiflam](#), [INFLAM](#)

TDPM : les signes

❖ **Présence de 5 symptômes** durant la semaine précédant les règles, s'améliorant après le début des règles et disparaissant ensuite.

❖ **Au moins un symptôme parmi :**

- Labilité émotionnelle (variations d'humeur, envie de pleurer, hypersensibilité).
- Irritabilité ou colère marquée.
- Humeur dépressive, désespoir ou dévalorisation.
- Anxiété ou tension marquée.

❖ **Autres symptômes possibles :**

- Diminution de l'intérêt pour les activités.
- Difficulté de concentration.
- Fatigue, perte d'énergie.
- Modifications de l'appétit.
- Insomnie ou hypersomnie.
- Sentiment d'être débordée ou hors de contrôle.
- Symptômes physiques (gonflement des seins, douleurs, prise de poids).

Les symptômes ne doivent pas être liés à un autre troubles (dépression, hyperthyroïdie...). Ils provoquent une détresse significative ou interfèrent avec le travail, l'école, les activités sociales ou les relations personnelles (par exemple, évitement des activités sociales, baisse de productivité).

TDPM : causes et solutions

❖ Fluctuations hormonales déséquilibrées :

- Chute des œstrogènes → dopamine éventuellement en déséquilibre
- Carence en progestérone → perturbation sérotonine et GABA → anxiété et troubles dépressifs

❖ Inflammation chronique et stress oxydatif : niveaux élevés de cytokines (IL-6, TNF- α) durant la phase lutéale → chute de sérotonine → anxiété et troubles dépressifs

- Détournement du tryptophane dans la voie des kynurénines
- Inhibition des enzymes liées à la synthèse de sérotonine

❖ Dysbiose intestinale :

- Impact sur la détox des œstrogènes
- Impact sur l'inflammation.

❖ Carences nutritionnelles : magnésium, vitamines B6, B9, D, zinc, et oméga-3, essentiels à la régulation hormonale et au bien-être mental.

→ régulation de l'hyperœstrogénie (cf. slide)

→ modulation 5-alpha reductase

→ régulation du stress, respiration, yoga, magnésium (**Germag**), adaptogène (**Cap Sérénité**)

→ travail de terrain + **Exiflam ou Protectum, INFLAM**

→ soutien hépatique (**ActivHépat**)

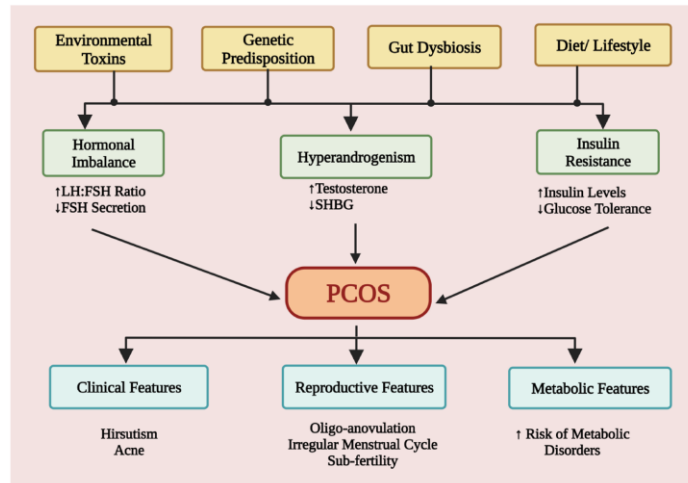
→ soutien intestinal (**Myriaflor**)

→ apport en micronutriments nécessaires

SOPK : les signes

❖ Signes principaux :

- **Troubles de l'ovulation** : cycles longs ou aménorrhée.
- **Hyperandrogénie** : hirsutisme, acné, pilosité excessive, alopecie (*cf. slide*)



- **Complications métaboliques** : adiposité, insulino-résistance, risque accru de diabète, hypertension, et maladies cardiovasculaires.

❖ Le diagnostic repose sur au moins 2 des 3 critères de Rotterdam :

- **Hyperandrogénie** (clinique ou biologique).
- **Oligo/anovulation**.
- Présence de plus de **20 follicules** ou **volume ovarien > 10 mL** à l'échographie.

Evolution des symptômes du SOPK au cours de la vie

Hyperandrogénie,
dysovulation

15 ans :

- hyperandrogénie
- cycles irrégulier

25-30 ans :

- hyperandrogénie
- Infertilité

45 ans :

- hyperandrogénie
- Intolérance aux hydrates de carbone

55 ans :

- risques cardio-vasculaires
- diabète de type 2

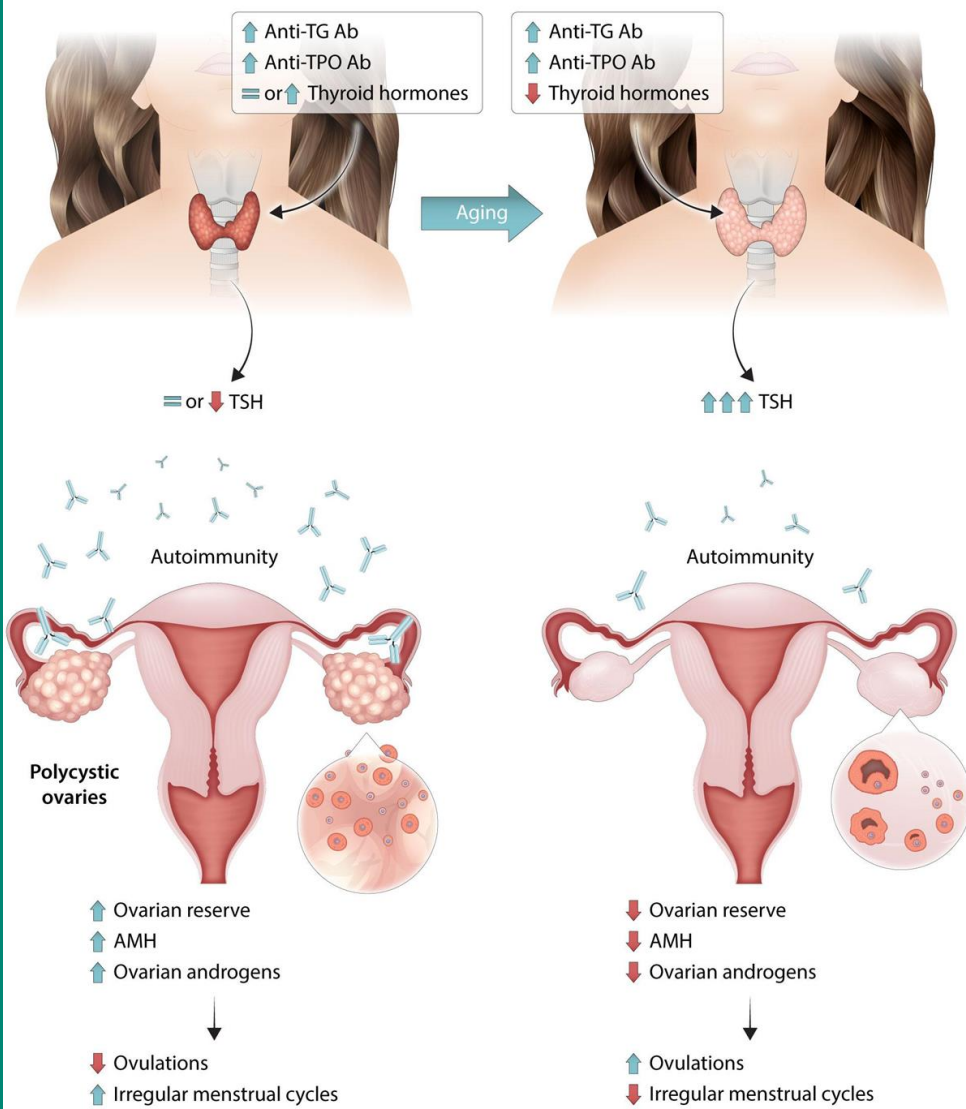
Syndrome
métabolique

SOPK et thyroïde

Autoimmune thyroiditis (Hashimoto's thyroiditis)

Young age

Advanced age



Soutenir la fonction thyroïdienne

Gomme de guggul, Coleus de l'inde, Bacopa, Schisandra, L-tyrosine, Vit A, D et E, SOD, Magnésium, Sélénium, Zinc, Vit B1, B2, B6, B12, Manganèse, Molybdène

> Soutien de la thyroïde (synthèse, conversion, réception des HT)

Apport d'iode

Extrait de Thalle de Laminaria digitata, 150 µg d'Iode

> Apport d'iode naturel, chélation des métaux lourds

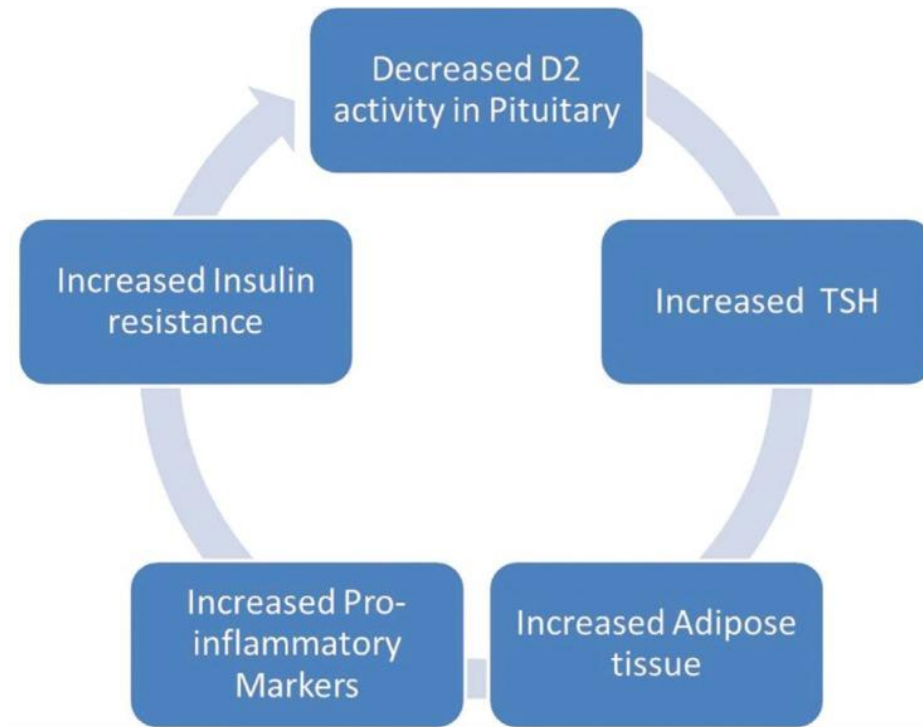
EBV

Infections dues au virus Epstein-Barr
(état immunitaire adapté ou déficient)

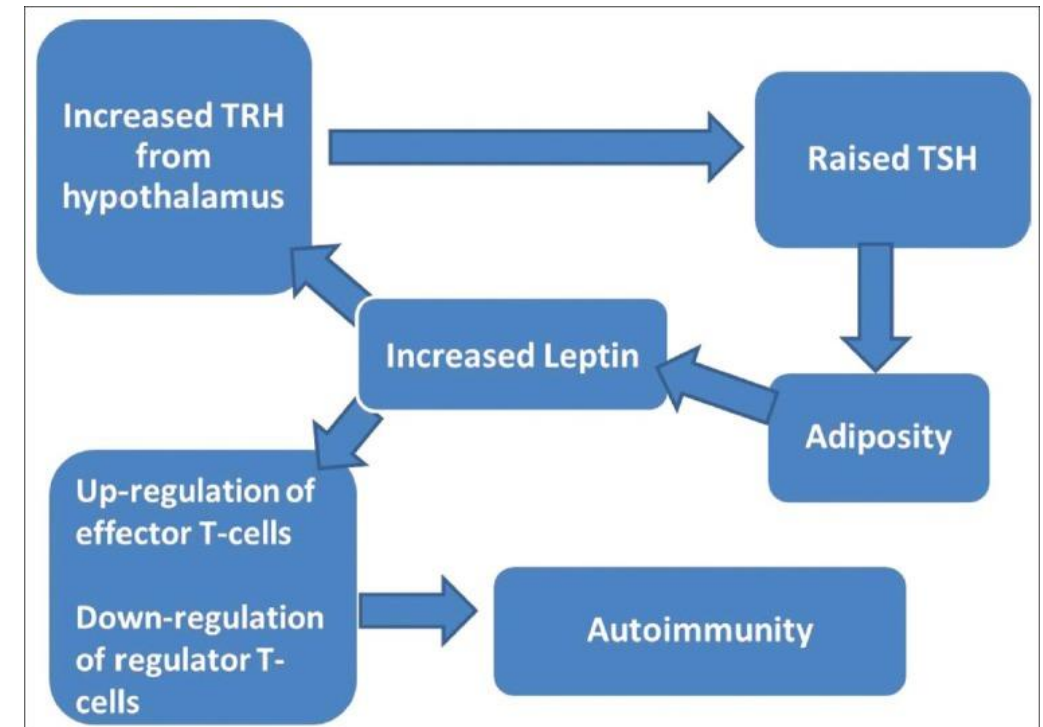
1 gel./j → pendant 6 à 12 mois

SOPK et thyroïde

Deux hypothèses :

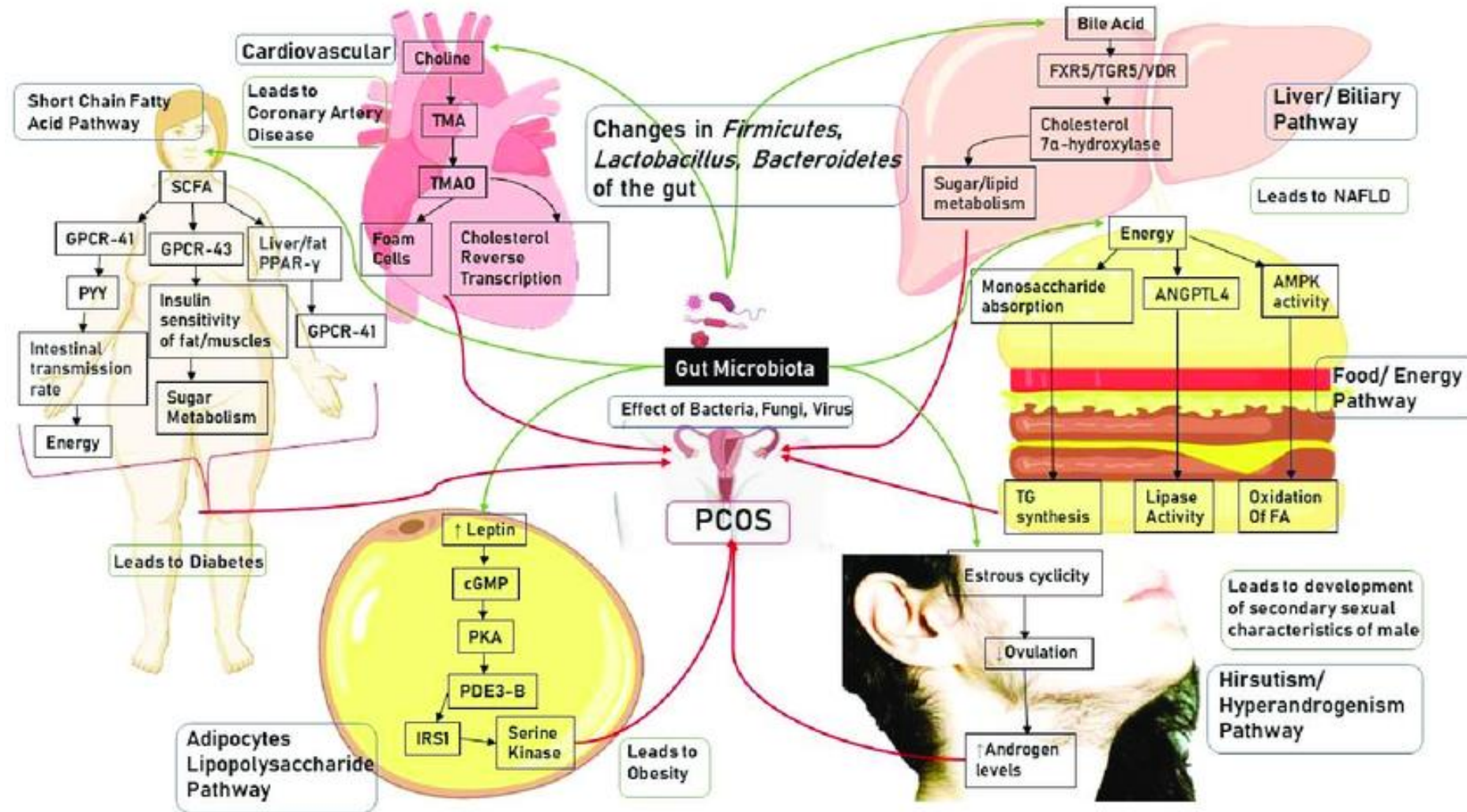


et/ou



?

SOPK et microbiote



<https://www.researchgate.net/publication/367534135> Interplay of Gut Microbiota in Polycystic Ovarian Syndrome
Role of Gut Microbiota Mechanistic Pathways and Potential Treatment Strategies - 2023

SOPK : causes et solutions

❖ Résistance à l'insuline :

- ↑ LH → synthèse de testostérone par les ovaires
- ↓ SHBG → ↑ testostérone libre

→ revoir l'assiette (chrononutrition, IG bas...) ,
le sommeil, l'activité physique...

❖ Hypothyroïdie :

- ↑ insuline → ↑ testostérone libre
- ↓ SHBG

→ apport micronutritionnel, **Loritirol**, **Loriode**,
EBV

❖ Hyperactivité de la 5-alpha réductase :

- Transformation de la testostérone en DHT
- Souvent liée à un déficit en zinc ou progestérone

→ zinc, graines de courge / de lin, ortie racine

❖ Inflammation :

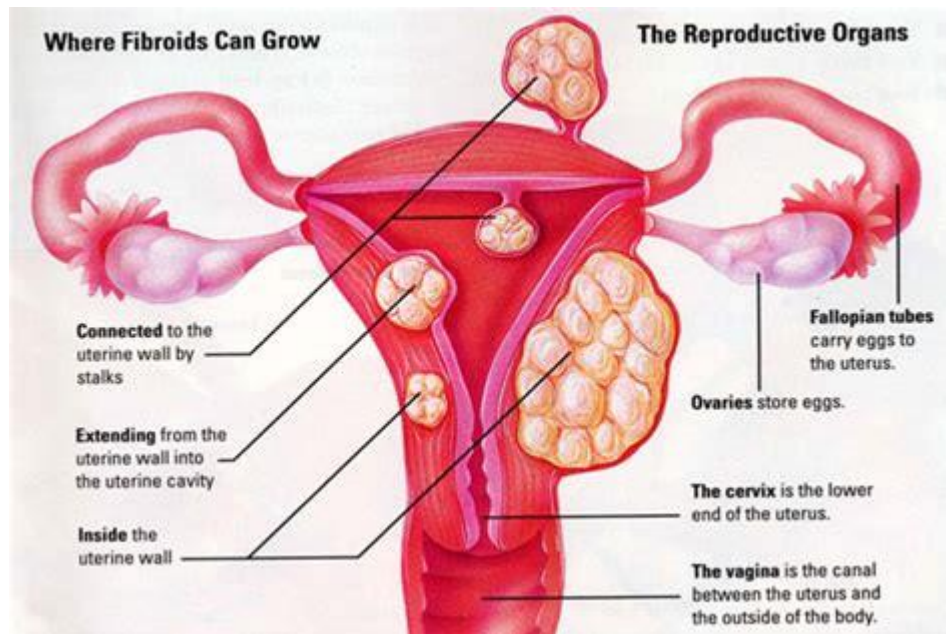
- Hypersensibilité aux androgènes et œstrogènes
- Résistance à la progestérone et aux hormones thyroïdiennes

→ travail de terrain + **Exiflam**, **INFLAM**

❖ Déficit en œstrogènes : /!\ ménopause

→ cf. Slide « Déficit en œstrogènes »

Fibromes



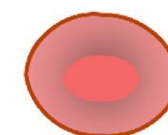
Chronic inflammation
Impaired DNA repair

Mutation
(e.g. *MED12* gene)

TRANSFORMATION



Myometrial stem cell

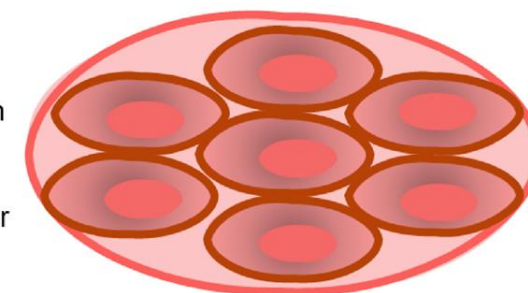


Uterine fibroid stem cell

Proliferation
Extracellular
matrix
formation

GROWTH FACTORS

Ovarian
steroids



Uterine fibroid

/!\ Hyperœstrogénie + Inflammation !

Alimentation hypotoxique, soutien du TC (silice, collagène), statut en fer et vitamine D, AOX et polyphénols

Endométriose

❖ Déséquilibre œstro-progestéronique :

- Hyperœstrogénie absolue ou relative + **locale** (aromatisation)
- Défaut de modulation des récepteurs
- Défaut de détox
- Perturbateurs endocriniens
- Hypoprogéstéronémie : par défaut de synthèse ou résistance

→ régulation de l'hyperœstrogénie (*cf. slide*)

→ graines de lin

→ soutien hépatique (**ActivHépat** + **Myriaflor**)

❖ Altération de la réponse immunitaire :

- Déséquilibre vers les voies de l'auto-immunité
- Immunodéficiences des NK et macrophages
- Déséquilibre pro-inflammatoire +++ :
 - ↑ NFκB → ↑ IL-1β, d'IL-6, de TNF-α
 - ↑ MCP-1 + RANTES → néoangiogenèse et prolifération des lésions

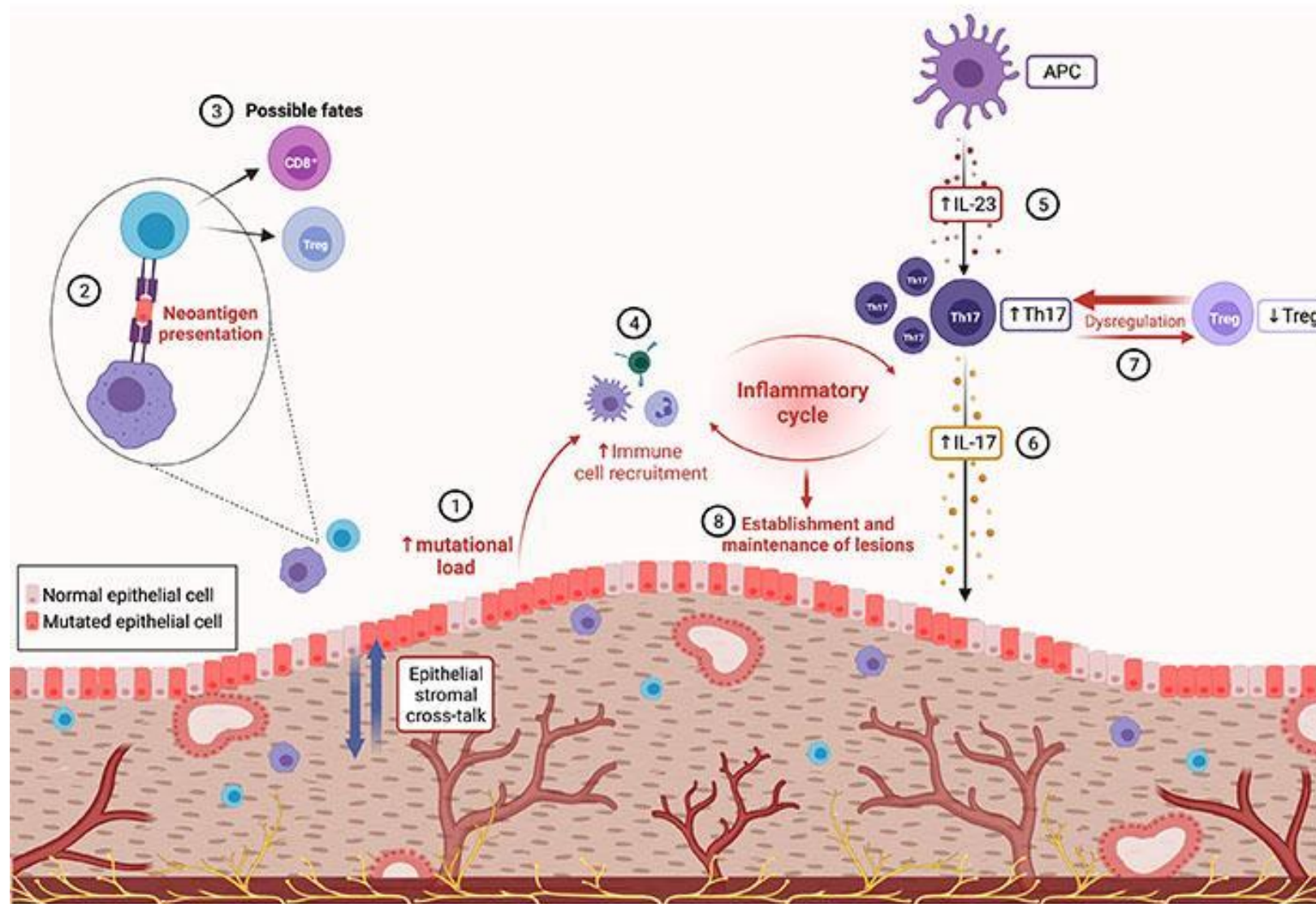
→ régulation du stress (**Germag**)

→ travail de terrain +++

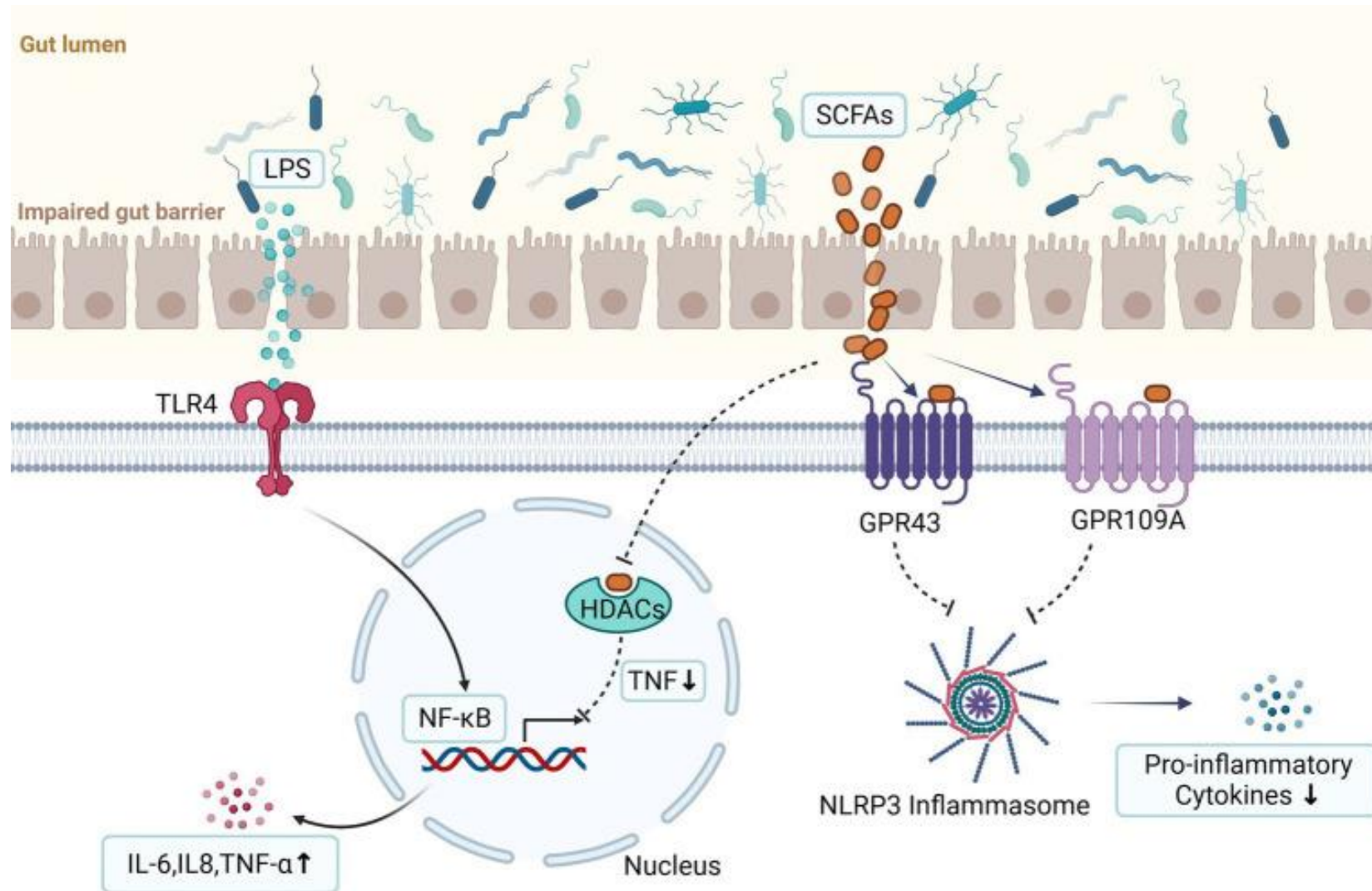
+ **Oméga-3 + Vitamine D**

+ **Exiflam ou Protectum, INFLAM**

La lésion endométriosique



Lien microbiote - endométriose



2023 : <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36693853>

Gérer l'inflammation

INFLAM

1 gél/j, pendant 3 à 6 mois ; 3 à 4/j en crise aiguë jusqu'à amélioration

Traiter l'inflammation

Curcuma, Boswellia, Harpagophytum, Gingembre, Mafana, Bromélaïne, Trans-resvératrol, Zinc, Sélénium, Oméga-3

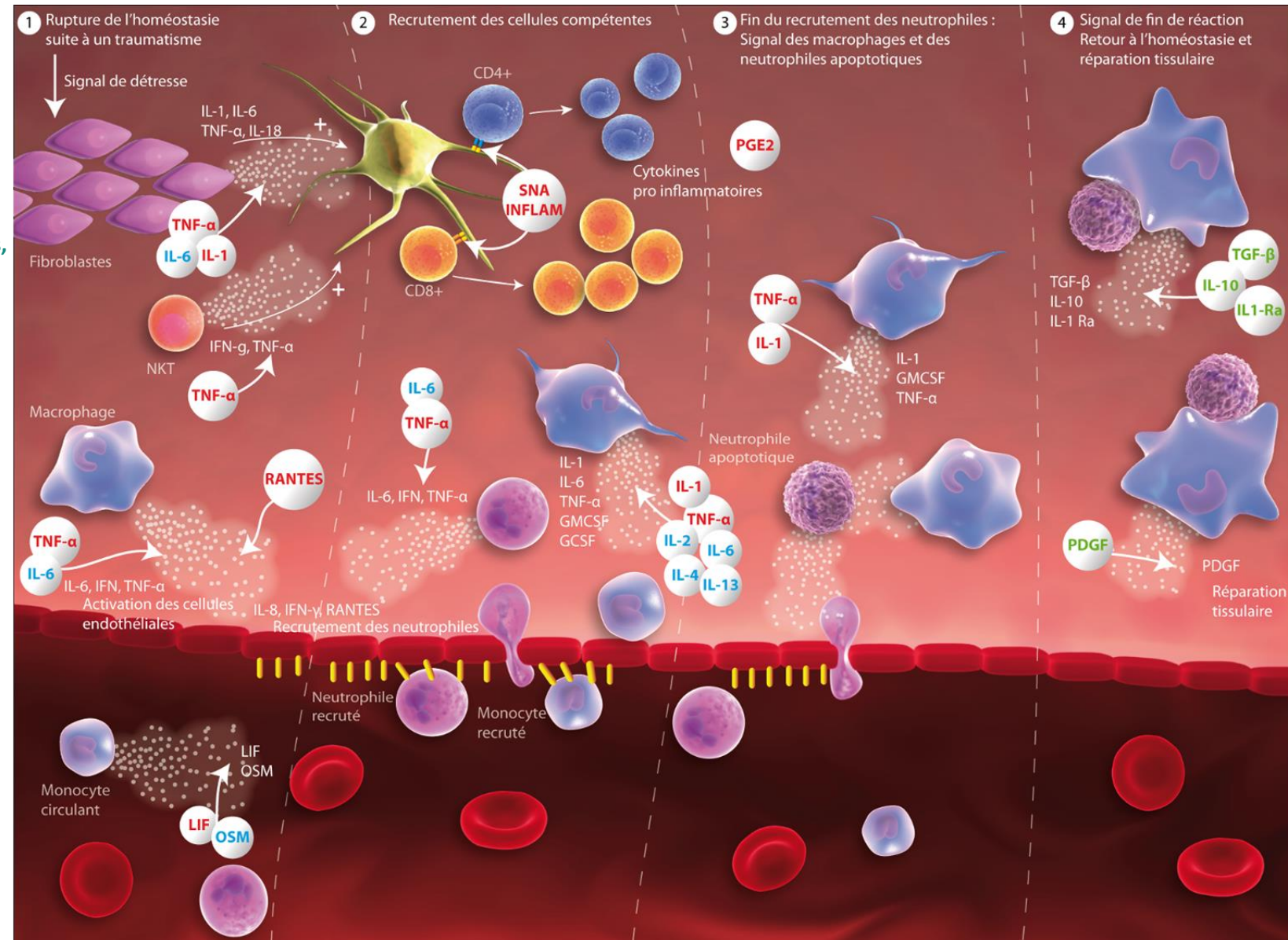
> **Résolution de l'inflammation, immunomodulation (États inflammatoires chroniques, MICI, inflammations ostéoarticulaires, suite d'infections)**

Régénérer et rééquilibrer le microbiote intestinal

21 milliards de bactéries lactiques et propioniques
8 souches saprophytes + oligosaccharides + Boswellia
Collagène hydrolysé, colostrum, lactoferrine, glutamine, glycine, Q10...

Cofacteurs, vitamines, minéraux, oligo-éléments..

> **Régénération du microbiote, réparation de la muqueuse, immunité, digestion, rééquilibrage du terrain**



Carence en fer chez la femme

Ferritine
(Immunochemiluminescence, COFRAC)

<5 µg/L

Soutenir le métabolisme du fer

Bisglycinate de Fer, lactoferrine, molybdène, sélénium, Vitamines B2, B6, B9, B12, manganèse + co-facteurs

> **Apport et assimilation du fer, biodisponibilité et tolérance optimale**

Cf. Webcast sur le **métabolisme du fer**, depuis votre **espace pro** !

Comment accompagner naturellement ?

Soutenir l'axe du stress

Rééquilibrer la glycémie / la
sensibilité à l'insuline

Soutenir l'axe foie / l'intestin

Réguler l'inflammation,
l'oxydation, la glycation

Régulation hormonale générale

A chaque problème sa solution (à choisir !)

→ **Régulation de l'axe du stress** → techniques naturelles, soutien nerveux, adaptogènes, magnésium, oméga-3

→ Germag, CapSérénité, Oméga-3 34-24, MISEN

→ **Régulation de l'axe hormonal général** → soutien thyroïdien +++, apport en iode, oméga-3

→ Loritirol, Lorïode, huile de Bourrache, +/- EBV

→ **Soutien du couple foie / intestin – glycémie et insulino-résistance** → hygiène de vie, mastication, détox et protection hépatique, symbiotiques

→ ActivHépat, Myriaflor

→ **Régulation de l'inflammation** → soutien de l'immunité, antioxydants

→ Au choix : Exiflam ou Protectum, Oméga-3 34-24, Huile de bourrache, INFLAM

CONCLUSION



Produits d'intérêt

❖ Axe inflammation

Exiflam®

Flacon de 90 gélules
Curcuma/harpagophytum

Curcuma, Boswellia, Harpagophytum, Gingembre, Bromélaïne, Trans-resvératrol, Acmella oleracea, Zinc, Sélénium, Oméga-3
> **Résolution de l'inflammation, immuno modulation (États inflammatoires chroniques, MICI, inflammations ostéoarticulaires, suite d'infections)**

Dose optimale : 3 à 6 gélules par jour, en 3 prises.



ActivHépat®

Flacon de 90 gélules
Phosphatidylcholine/Chardon-Marie

Chardon-Marie, Artichaut, Romarin, Chicorée, Schisandra, AAL, SOD, NAC, SAME, Vitamine B2, Zinc, Choline, Selenium, MSM...
> **Protection hépatique. Active les 3 phases de la détox du foie. Action antioxydante, énergétique, diurétique, cholagogue, cholérétique, détox des métaux lourds. Action sur le terrain allergique, glycémique, syndrome métabolique et NASH.**

Dose optimale : 3 à 6 gélules par jour, en 1 ou 2 prises.



MICRO-IMMUNOTHÉRAPIE

Formule **INFLAM**

Les substances immunomodulatrices en **faibles doses** permettent de **moduler à la hausse, à la baisse ou de maintenir leur activité biologique** dans l'organisme.

LA COMPOSITION DE LA FORMULE



IL-1 Ra, IL-10, PDGF, TGF-β
IL-2, IL-4, IL-6, IL-8, IL-13, OSM
IL-1, PGE2, LIF, TNF-α, CNTF, RANTES, SNA®-INFLAMa-01, SNA®-INFLAMB-01

LES OBJECTIFS DE LA FORMULE



- ✓ Vise à soulager la douleur et l'intensité de l'inflammation,
- ✓ Cherche à prévenir les poussées et le développement de la chronicité,
- ✓ Soigne sans créer d'effets secondaires et peut être associée aux anti-inflammatoires.

LES ACTIONS DE LA FORMULE



- ✓ Rétablit l'équilibre des principales voies de signalisation impliquées dans le développement et la persistance des processus inflammatoires,
- ✓ Diminue les effets métaboliques néfastes des processus chroniques.

Myriaflor®

Boîte de 30 sticks
Bactéries lactiques

21 milliards de bactéries lactiques et propioniques
8 souches saprophytes + cofacteurs : Collagène hydrolysé, oligosaccharides, glutamine, glycine, Q10, lactoferrine, vitamines, minéraux, oligo-éléments..
> **Régénération du microbiote, réparation de la muqueuse, immunité, digestion, rééquilibrage du terrain**

Dose optimale : 1 à 2 sticks par jour en 1 prise.



Produits d'intérêt

❖ Axe stress



Germag®

Flacon de 90 gélules / Pot de 173 g
Magnésium/vitamines B

Bisglycinate et citrate de magnésium,
Taurine, vitamines B complexe
l-glycine, l-glutamine, l-citrulline, l-tyrosine
Coenzyme Q10, SOD (jus de melon), + cofacteurs
> Terrains spasmodiques, équilibre nerveux, fatigue.

**Dose optimale : 3 à 6 gélules par jour ou 5,7 à 11,4 g
soit 2 à 4 cuillères à café par jour, en 1 ou 2 prises (10 à 20 mL).**

CapSérénité® G+

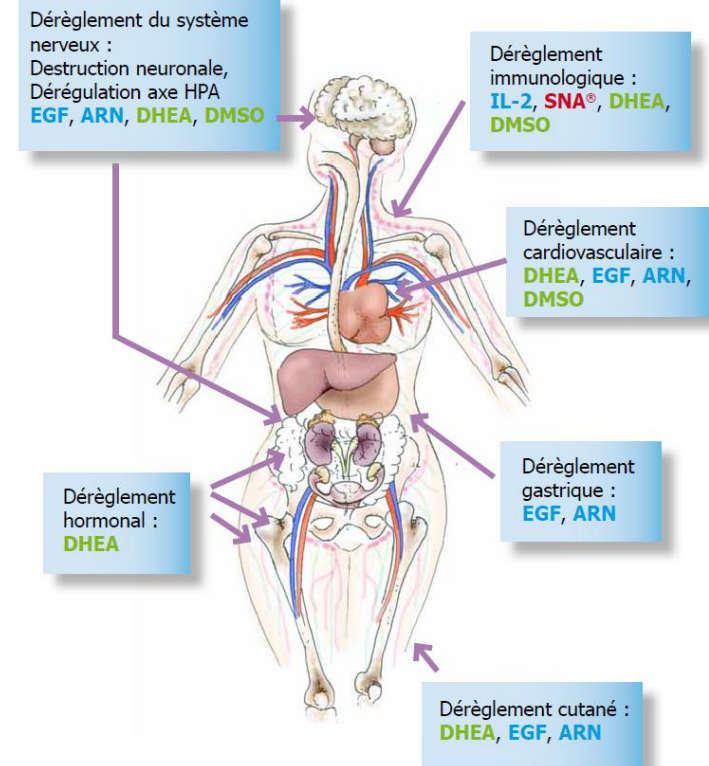
Flacon de 90 gélules
Rhodiola rosea/Lactium®

Lactium®, extrait de Rhodiola Rosea,
l-glycine, l-glutamine, l-tryptophane, l-méthionine,
Bisglycinate de magnésium + cofacteurs
> Action anxiolytique et antidépressive, régulatrice, revitalisante.

Dose optimale : 3 gélules par jour, en 1 prise.



MISEN



Régulation de l'axe neuro-psycho-immuno-endocrinien

**1 gél/j, pendant 1 mois puis les 10 premiers jours du cycle pendant 2 mois,
à ajuster en fonction des profils et à renouveler si besoin**

Produits d'intérêt

❖ Axe micronutrition

Feralim®

Flacon de 90 gélules

Bisglycinate de fer/lactoferrine

Bisglycinate de Fer, lactoferrine, molybdène, sélénium,
Vitamines B2, B6, B9, B12, manganèse + co-facteurs

> **Apport et assimilation du fer, biodisponibilité et tolérance optimale**

Dose optimale : Adulte : 3 gélules par jour, en 1 prise.

Enfants de - 10 ans : 1 gélule par jour.



Vitamine D3

Flacon de 120 capsules

Vitamine D3

Cholécalfiérol 25 µg (1000 µi) par capsule

Huile de tournesol

> **Défenses immunitaires, métabolisme phospho-calcique**

Dose optimale : Adulte : 1 à 2 capsules par jour, en 1 ou 2 prises.

Enfant de -10 ans : 1 capsule par jour.



Germag®

Flacon de 90 gélules /Pot de 173 g

Magnésium/vitamines B

Bisglycinate et citrate de magnésium, l-glycine, l-glutamine, l-citrulline, l-tyrosine

Coenzyme Q10, SOD (jus de melon), taurine, vitamines B complexe + co-facteurs

> **Terrains spasmodiques, équilibre nerveux, fatigue**

Dose optimale : 3 à 6 gélules par jour ou 5,7 à 11,4 g

soit 2 à 4 cuillères à café par jour, en 1 ou 2 prises (10 à 20 mL).



Oméga 3 (34/24)

Flacon de 90 capsules

EPA

34% EPA (960mg)

24% DHA (660mg)

Précurseur des PGE3

> **Équilibre nerveux, précurseurs PGE3 anti-inflammatoire**

Dose optimale : 3 à 6 capsules par jour, en 2 prises.



Produits d'intérêt

❖ Axe hormonal

Loritirol[®]

Flacon de 90 gélules

Guggul-Bacopa/L-tyrosine

L-tyrosine, Gomme de guggul, Coleus de l'inde, SOD,
Bacopa, Schisandra, Vit A, D et E
Magnésium, Sélénium, Zinc, Vit B1, B2, B6, B12, Manganèse, Molybdène
> **Soutien de la thyroïde**

Dose optimale : 3 à 6 gélules par jour, en 3 prises.



Loriode[®]

Flacon de 90 gélules

Iode

Extrait de Thalle de Laminaria digitata, 150 µg d'Iode
> **Apport d'Iode naturel**

Dose optimale : 1 gélule par jour



Huile de Bourrache

Flacon de 60 capsules

Huile de Bourrache

Riche en GLA (acide gamma-linolénique), acide oléique et linoléique
Naturellement riche en vitamines A, D, E, K
> **Apport de GLA. Fonctions tissulaires et hormonales**

Dose optimale : 2 à 4 capsules par jour, en 1 ou 2 prises.



Prévention et gestion du HPV



Myriaflor®

Pot ou Boite de 30 sticks

Bactéries lactiques

21 milliards de bactéries lactiques et propioniques
8 souches saprophytes + oligosaccharides + Boswellia
Collagène hydrolysé, colostrum, lactoferrine, glutamine,
glycine, Q10...

Cofacteurs, vitamines, minéraux, oligo-éléments..

> **Régénération du microbiote, réparation de la muqueuse,
immunité, digestion, rééquilibrage du terrain**

Dose optimale : 1 à 2 doses par jour en 1 prise.



ImmunoSpectrum®

Flacon de 60 capsules

Alkylglycérols/astaxanthine

Alkylglycérols, astaxanthine (algue rouge), Vit. A, C, E, D3 et ZINC

> **Stimulation immunitaire, synthèse leucocytaire, antitumorale**

Dose optimale : 2 à 3 capsules par jour, en 1 ou 2 prises.

PAPI

MICRO-IMMUNOTHÉRAPIE

Formule **PAPI**

Composition de la formule PAPI : **IL1, IL-2, INF-a, CsA, ARN, et SNAs**

Les substances immunomodulatrices en **faibles doses** permettent de **moduler**
à la hausse, à la baisse, ou de **maintenir** leur activité biologique dans l'organisme.

LES OBJECTIFS DE LA FORMULE



- ✓ Faire régresser les verrues et éviter l'apparition de nouvelles.
- ✓ Réduire le risque de transmission.
- ✓ Soigner les verrues sans créer de lésions sur les zones contiguës.
- ✓ Éviter les traitements chirurgicaux.
- ✓ Traiter en prévention du développement des troubles associés.

LES ACTIONS DE LA FORMULE



- ✓ Favoriser l'immunosurveillance en renforçant l'immunité à médiation cellulaire et la présentation antigénique.
- ✓ Empêcher le virus de se multiplier et d'infecter d'autres cellules.
- ✓ Contrôler l'infection persistante en limitant l'inflammation chronique.

Soutien du SI lors des infections à HPV et des troubles liés :
condylomes ano-génitaux et dysplasies cervicales...

1 gél/j, pendant 6 mois minimum

NB : A combiner avec C1 en cas de risque de néoplasie de type CIN 2
ou CIN 3

+/- Lactobacillus gasseri en ovule vaginal

À vos questions !

Merci pour votre attention !

