

GINGEMBRE

Éprouvé en clinique pour aider à prévenir la nausée et les vomissements associés au mal des transports et/ou au mal de mer.

90 capsules 500 mg

VÉGÉTALES | SANS PESTICIDES | SANS OGM

NPN 80004253

Le gingembre

Le gingembre, ou *Zingiber officinale*, est une espèce de plante originaire d'Asie. Son rhizome est utilisé en cuisine et en médecine traditionnelle. Des textes Indiens datant de l'an 1000 avant notre ère prescrivait cette plante pour divers maux tels que l'asthme ou les hémorroïdes. Aujourd'hui le gingembre, et notamment sa racine, est communément connu comme anti-vomitif. Les femmes chinoises consomment traditionnellement de la racine de gingembre pendant la grossesse pour combattre la nausée du matin.

Le mal des transports

Aussi appelé cinétose, le mal des transports se manifeste par divers symptômes dont les plus fréquents sont des étourdissements, de la fatigue et des nausées. La cinétose se manifeste lors d'une situation de discordance entre la perception visuelle d'un mouvement ou déplacement et sa perception par le système vestibulaire. Par exemple, certaines personnes ne peuvent pas lire en voiture car elles ne perçoivent pas visuellement le mouvement de la voiture (elles ne regardent pas à l'extérieur) tandis que l'oreille interne le ressent, d'où un décalage dans la perception.

Le mal de mer

Le mal de mer, aussi appelé naupathie, est une forme de cinétose caractérisée par des nausées et, dans des cas plus extrêmes, par des vertiges, suite à une période de temps passée sur une embarcation sur l'eau. Comme précédemment, il est provoqué par le balancement de l'embarcation et le décalage entre les informations ressentie et observée. La personne ressent via le système vestibulaire le tangage ou le roulis du bateau, mais ne peut percevoir visuellement celui-ci sans point fixe à observer en mer.



**BPF
GMP**

INGRÉDIENT MÉDICINAL

Rhizome de gingembre (*Zingiber officinale*).....500mg

INGRÉDIENTS NON-MÉDICINAUX

Stéarate de magnésium et hypromellose.

DOSE RECOMMANDÉE

Adulte, adolescent et enfant de 6 ans et plus : prendre 1 capsule 30 minutes avant le début du voyage et 1 capsule à toutes les 4 heures, au besoin. Prendre avec un verre d'eau.

PRÉCAUTIONS ET MISES EN GARDE

Consulter un praticien de santé si les symptômes persistent ou s'aggravent.

ZINGIBER OFFICINALE

Classification USDA¹

Règne : *Plantae*

Division : *Magnoliophyta*

Classe : *Magnoliopsida*

Ordre : *Zingiberales*

Famille : *Zingiberaceae*

Genre : *Zingiber*

Espèce : *Zingiber officinale*

Professionnels

En 1982, une étude a conclu que le gingembre était plus efficace que le dimenhydrinate (antihistaminique vendu sans ordonnance utilisé pour le traitement du mal des transports) pour réduire les symptômes du mal des transports.

En 1988, un traitement avec de la racine de gingembre a réduit les vomissements et les sueurs froides, symptômes du mal de mer, de manière significative chez des sujets naviguant en haute mer. Une tendance à diminuer les nausées et les vertiges a aussi été observée.

Enfin en 2003, des chercheurs ont émis l'hypothèse que le gingembre améliorait les nausées associées au mal des transports en prévenant le développement des dysrythmies gastriques et l'élévation de la vasopressine dans le plasma. Les résultats ont montré qu'un traitement préventif avec du gingembre (1000 et 2000 mg) a réduit les nausées, la tachygastrie et la vasopressine plasmatique ; a allongé le temps avant l'apparition des nausées et raccourci celui de récupération des sujets. En conclusion, l'étude indique que le gingembre agit en prévention et en traitement du mal des transports.



LEO DESILETS

Léo Désilets maître herboriste

inc. est une entreprise de produits naturels entièrement québécoise établie à Scotstown, en Estrie. Ses activités ont débuté en 1974, où le fondateur a commercialisé son produit par excellence : la gomme de sapin.

Nos méthodes de production respectent les exigences de bonnes pratiques de fabrication (BPF) mentionnées dans la réglementation de Santé Canada.

Nous fabriquons un large éventail de produits de santé naturels et de soins de la peau, qui sont disponibles par le biais de notre site web et dans la plupart des magasins de produits naturels et quelques pharmacies.

Notre mission ; vous offrir des produits de santé naturels et soins de la peau haut de gamme pour vous aider à soigner votre santé de façon naturelle.

RÉFÉRENCES

Mowrey DB, Clayson DE. Motion Sickness, Ginger, and Psychophysics. The Lancet. 319(8273):655-657. 1982

Fischer-Rasmussen W, et al. Ginger Treatment of Hyperemesis gravidarum. Eur J Obstet Gynecol Reprod Biol. 38(4):19-24. 1991

Grøntved A, Brask T, Kambskard J, Hentzer E. Ginger Roots Against Seasickness. A Controlled Trial on the Open Sea. Acta Otolaryngol. 105(1-2):45-49. 1988

Lien HC, et al. Effects of Ginger on Motion Sickness and Gastric Slow-Wave Dysrhythmias Induced by Circular Vection. Am Jour Physiol, Gastrointest Liver Physiol. 284(3):G481-G489. 2003

