

# MILLEPERTUIS

Utilisé traditionnellement en phytothérapie pour aider à soulager l'agitation et la nervosité.

**100 capsules 350 mg**

**VÉGÉTALES** | **SANS PESTICIDES** | **SANS OGM**

NPN 80000302



## Historique<sup>2</sup>

Le millepertuis est une plante originaire d'Europe, d'Afrique du Nord et du Moyen-Orient. Elle est aujourd'hui aussi naturalisée en Australie, au Canada et aux États-Unis.

Son utilisation comme ingrédient médicinal remonte à l'Antiquité, quand les Grecs anciens l'employaient pour traiter les plaies, les blessures, les infections internes et les troubles névralgiques. À la fin du moyen-âge, son emploi s'est focalisé sur ses vertus pour soigner les troubles névralgiques, l'anxiété et la dépression. Ensuite, entre le 18<sup>ème</sup> et la moitié du 20<sup>ème</sup> siècle, l'usage du millepertuis s'est considérablement répandu en Europe, où il était préconisé dans le traitement de l'hystérie et des troubles psychosomatiques liés à la dépression.

Aujourd'hui, les effets thérapeutiques du millepertuis sont très largement documentés dans la littérature scientifique. L'usage de la plante est reconnu par la Commission E et l'ESCOP pour le traitement des troubles psychosomatiques, des états dépressifs, de l'anxiété et de l'agitation nerveuse. L'Organisation Mondiale de la Santé reconnaît quant à elle son usage pour le traitement de la dépression légère à modérée.

### INGRÉDIENT MÉDICINAL

Parties aériennes du millepertuis (Hypericum perforatum) .....350 mg

### INGRÉDIENT NON-MÉDICINAL

Hypromellose.

### DOSE RECOMMANDÉE

Adulte : 2 capsules 3 fois par jour. Prendre avec un verre d'eau. Utiliser pendant au moins 1 semaine afin de pouvoir constater les effets bénéfiques.

### DURÉE D'UTILISATION

Consulter un praticien de santé si l'usage se prolonge au-delà de 18 semaines.

### PRÉCAUTIONS ET MISES EN GARDE

- Consulter un praticien de santé avant d'en faire l'usage si vous êtes enceinte ou si vous allaitez.
- Consulter un praticien de santé avant d'en faire l'usage si vous prenez des anxiolytiques, des anticonvulsifs, des antihistaminiques, des bronchodilatateurs, des relaxants musculaires et/ou des opiacés.
- Consulter un praticien de santé si les symptômes persistent ou s'aggravent.
- Éviter l'exposition prolongée à la lumière du soleil ou à toute source de rayonnement ultraviolet (UV).

### CONTRE-INDICATIONS

Ne pas utiliser si vous prenez des agents anticancéreux, des anticoagulants, des antidépresseurs (e.g. inhibiteurs spécifiques du recaptage de la sérotonine (ISRS)), des agents anti-VIH, des médicaments cardiovasculaires, des immunosuppresseurs, et/ou des contraceptifs.

### RÉACTIONS INDÉSIRABLES CONNUES

- Certaines personnes pourraient souffrir de troubles gastro-intestinaux bénins, de nausées, d'agitation et/ou de maux de tête.
- Une hypersensibilité, telle une allergie, peut se manifester.
- Si tel est le cas, cesser l'utilisation.

### HYPERICUM PERFORATUM

Classification USDA<sup>1</sup>

Règne : Plantae

Division : Magnoliophyta

Classe : Magnoliopsida

Ordre : Theales

Famille : Clusiaceae/Guttiferae

Genre : Hypericum L.

Espèce : Hypericum perforatum L.

## Professionnels<sup>3</sup>

Malgré les nombreux essais confirmant les effets du millepertuis sur les troubles nerveux, l'anxiété, la dépression, de nombreuses interrogations et incertitudes subsistent quant à son mode d'action. On pense que les composés de la plante agissent sur les neuromédiateurs par inhibition de la recapture neuronale et du blocage de certains récepteurs. Comme souvent pour les ingrédients médicinaux à base de plantes, une synergie d'action entre de nombreux composés serait à l'origine des effets thérapeutiques de la plante. Néanmoins, l'hyperforine serait le protagoniste majeur dans l'activité du millepertuis. De plus, les flavonoïdes et xanthonnes qu'il contient seraient quant à eux en grande partie responsables de l'activité inhibitrice.

Léo Désilets Maître Herboriste a sélectionné le millepertuis comme ingrédient naturel pour intégrer la formulation de ces capsules à utiliser comme sédatif pour aider à soulager l'agitation et la nervosité.



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

<sup>1</sup> **Hypericum perforatum L. - common St. Johnswort.** USDA Plants Database. Disponible en ligne sur : <http://plants.usda.gov/core/profile?symbol=HYPE> (consulté le 23.03.2015)

<sup>2</sup> **Millepertuis.** Passeport Santé. Disponible en ligne sur : [http://www.passeportsante.net/fr/Solutions/PlantesSupplements/Fiche.aspx?doc=millepertuis\\_ps](http://www.passeportsante.net/fr/Solutions/PlantesSupplements/Fiche.aspx?doc=millepertuis_ps) (consulté le 31.03.2015)

<sup>3</sup> **Boulin A.** Le Millepertuis : État des Lieux et Enquête sur sa Délivrance Officinale en Région Haute-Normandie. Diplôme d'État de Docteur en Pharmacie. UFR de Médecine-Pharmacie de Rouen. 2014

