

## Grippethé INFUSION

### RHUME ET GRIPPE

Sinusite, rhume, grippe

NPN 80033296



Composition				
Framboisier	feuille	<i>Rubus idaeus</i>	738 mg	Biologique
Menthe poivrée	feuille	<i>Mentha x piperita</i>	738 mg	Biologique
Sureau noir	fleur	<i>Sambucus nigra</i>	738 mg	Biologique
Échinacea	racine	<i>Echinacea angustifolia</i>	175 mg	Biologique
Cirier	écorce de la racine	<i>Myrica cerifera</i>	113 mg	Sauvage

#### POSOLOGIE

INTERVENTION : 2-4 tasses par jour, au besoin.

#### MODE D'EMPLOI

Verser 1 litre d'eau bouillante sur 3 c. à table de plantes, couvrir et laisser infuser 10 à 15 minutes. Tamiser.

Prendre quand l'estomac est assez vide et débiter avec une petite dose pour s'assurer de la tolérance aux plantes.

#### MODE D'ACTION

Grippethé est un mélange spécialement conçu pour soulager les symptômes du rhume et de la grippe. Il atténue l'écoulement nasal, la congestion, la toux et la fièvre tout en réduisant la virulence de l'infection. C'est une tisane qui est à la fois agréable et efficace, agissant sur plusieurs aspects de l'infection : action antivirale atténuant la virulence du virus (sureau noir), stimulant immunitaire pour une réponse accrue face à l'infection (échinacea), action astringente favorisant l'intégrité des muqueuses (framboisier) et réduction de la congestion et de l'écoulement nasal (cirier). Grippethé est également expectorante, mucolytique et diaphorétique (menthe poivrée, sureau).

**FRAMBOISIER** : les tanins qu'il contient sont responsables de son action astringente douce, efficace contre le mal de gorge. Le framboisier tonifie également les muqueuses du système respiratoire afin d'en soutenir l'intégrité en période d'infection en plus d'être antimicrobien.

**MENTHE POIVRÉE** : diaphorétique et fébrifuge, la menthe poivrée agit sur la fièvre liée aux rhumes et gripes. Elle contribue à liquéfier le mucus et à l'expectorer des voies respiratoires. Son action décongestionnante permet de dégager les sinus. La menthe poivrée est également antiseptique et bactéricide en plus d'améliorer le goût du mélange.

**SUREAU FLEUR** : l'action antivirale de la fleur de sureau contribue à réduire les symptômes du rhume et de la grippe tels que l'écoulement et la congestion nasale, la toux et les maux de gorge. En tant que diaphorétique, elle agit également sur la fièvre associée aux infections en plus de réduire l'inflammation des muqueuses du système respiratoire et de favoriser l'expectoration.

**ÉCHINACEA** : reconnue pour sa capacité à tonifier la réponse immunitaire, son action sur l'acide hyaluronique est bien documentée. Elle explique son effet à court et moyen termes sur la réponse immunitaire, renforçant les barrières naturelles des tissus. On utilise l'échinacea pour tous les types d'infections, qu'elles soient d'origine virales ou bactériennes et plus particulièrement dans les cas d'infections des voies respiratoires supérieures.

**CIRIER** : stimulant circulatoire, le cirier possède des propriétés antipyrétiques légères. Son action astringente contribue à réduire la formation de mucus et l'écoulement nasal en plus de favoriser la guérison des muqueuses, particulièrement celles de la gorge.

#### ASSOCIATIONS FAVORABLES

**DRASTIX** dès les premiers symptômes d'un rhume ou d'une grippe.

**BRONCHIX** dans les cas d'infection des voies respiratoires.

**SINUSITHÉ** dans les cas de sinusite, rhinite, allergie saisonnière.

**ASTRAGALE** en infusion à utiliser en prévention, en cas d'infections répétées.

#### UTILISATIONS TRADITIONNELLES

**Système immunitaire** : rhume, grippe, otite (prévention et traitement), infection virale, fièvre.

**Système respiratoire** : infection des voies respiratoires, bronchite, allergie, asthme, rhinite, sinusite chronique, congestion et écoulement nasal, mal de gorge, amygdalite, toux associée à la pneumonie.

#### CONTRE-INDICATIONS

Consulter un praticien de la santé si les symptômes persistent ou s'aggravent, durant la grossesse ou l'allaitement, en cas de maladie auto-immune ou systémique progressive, anémie ou calculs biliaires. Ne pas utiliser durant le premier trimestre de grossesse. Cesser l'utilisation si vous développez des troubles gastro-intestinaux.

#### INTERACTIONS

Éviter la prise simultanée avec des médicaments d'ordonnance. Consulter un praticien de la santé si prise d'immunosuppresseurs.

## RÉFÉRENCES

- Allenby M.C., Bryant S.S., Min J.E., Hieromnimon M., Joyner P.M. Antibacterial activity of fractions from three Chumash medicinal plant extracts and in vitro inhibition of the enzyme enoyl reductase by the flavonoid jaceosidin. *Nat Prod Res.* 2017 Mar;31(6):707-712. doi: 10.1080/14786419.2016.1217201. Aug 2016.
- Barnes J., Anderson L.A., Phillison J.D. *Herbal medicines*, 3rd Edition. London: Pharmaceutical Press; 2007.
- 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.
- Bone Kerry. *A Clinical Guide to Blending Liquid Herbs*. Churchill Livingstone: St-Louis; 2003.
- Brinker Francis. *Herb Contraindications and Drug Interactions*. Third Edition. Sandy: Eclectic Medical Publications; 2001.
- Chandler Frank. *Herbs-Everyday Reference for Health Professionals*. Ottawa: Canadian Pharmacists Association; 2000.
- Ehrlich Steven. *Monograph on elderberry*: University of Maryland Medical Center; 2016.
- ESCAP. *Monographs, Second Edition*. Great Britain. Biddles; 2003.
- 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.
- Frawley D., Lad V. *The Yoga of Herbs*. Twin Lakes: Lotus Press; 2001.
- 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. *Coleraine: Journal of Nutrition*; 2000.
- Gagnon C., Lanctôt-Bédard V. *Materia Medica: Flora Medicina École d'herboristerie inc.*; 2009.
- Health Canada. *Monograph on elder*; 2014.
- Hoffmann David. *Medical Herbalism*. Rochester; Healing Arts Press; 2003.
- Krause Baranowska M., Głód D., Kula M., Majdan M., Hałasa R., Matkowski A., Kozłowska W., Kawiak A. Chemical composition and biological activity of *Rubus idaeus* shoots – a traditional herbal remedy of Eastern Europe. *BMC Complement Altern Med.* 2014; 14: 480. Dec 2014. doi: 10.1186/1472-6882-14-480.
- Matthias A., Banbury L., Stevenson L.M., Bone K.M., Leach D.N., Lehmann R.P. Alkylamides from Echinacea Modulate Induced Immune Responses in Macrophages. *Journal of Immunological Investigations*. Published online: 07 Jul 2009.
- Mc Guffin Michael et al. *Botanical Safety Handbook*. Boca Raton: CRC Press; 2013
- Mills E., Hammerness P., Basch E., Ulbricht C., Romm A., Goldberg H. *Journal of Dietary Supplements, An Evidence-Based Systematic Review of Elderberry and Elderflower ( Sambucus nigra )*; Informa Healthcare USA Inc.; 2014.
- Porter RS, Bode RF. A Review of the Antiviral Properties of Black Elder (*Sambucus nigra* L.) Products. *Phytother Res.* 2017 Apr;31(4):533-554. doi: 10.1002/ptr.5782. Feb 2017.
- Romm Aviva. *Botanical medicine for women's health*. St. Louis; Churchill Livingstone; 2010.
- Salvador A.C., Król E., Sónia A. O. Santos V.C., P. M. S. Bento F., Costa C.P., Almeida A., Szczepankiewicz D., Kulczyński B., Krejpcio Z., Silvestre A.J.D., Rocha S.M. Effect of Elderberry (*Sambucus nigra* L.) Extract Supplementation in STZ-Induced Diabetic Rats Fed with a High-Fat Diet. *Int J Mol Sci.* 2017 Jan; 18(1): 13. Dec 2016. doi: 10.3390/ijms18010013.
- Schapowal A., Berger D., Klein P., Suter A. Echinacea/sage or chlorhexidine/ lidocaine for treating acute sore throats: a randomized double-blind trial. *Eur J Med Res.* 2009; 14(9): 406–412. Sept 2009. doi: 10.1186/2047-783X-14-9-406.
- Schulz H., Blumenthal T. *Rational Phytotherapy*. New York: Springer; 2004.
- Tobyn G., Denham A., Whitelegg M. *The Western Herbal Tradition*. Churchill Livingstone. 2011.
- WHO. *WHO monographs on Selected Medicinal Plants. Volume 2*. Geneva: World Health Organization; 2002.
- Williamson E.M. *Potter's Herbal Cyclopaedia*. Essex: The C.W. Daniel Company Limited; 2003.
- Williamson E., Driver S., Baxter K. *Stockley's Herbal Medicines Interactions*. Grayslake: Pharmaceutical Press; 2009.
- Winston D., Kuhn Merrily A. *Herbal Therapy & Supplements*. Philadelphia: Lippincott; 2000.

Fabriqué selon les bonnes pratiques manufacturières.

SANS additif, colorant, sucre ajouté, gluten, soya ou OGMs.

Kacher, végane et non-irradié.

