



2€

Actu
Assurance, mutuelle
ce qui change en 2012

Dossier
La MACA du Pérou
un trésor caché
La pulpe de baobab
L'arbre aux
milles vertus

TENDANCE 2012
coiffures
vêtements
chaussures...

Beauté
La beauté
lunaire

Santé

La migraine le mal du siècle.
Le ronflement, le bruitage conseils et astuces pour dormir, enfin !
Au secours, j'ai mal au dos !
Adopter la bonne position au bureau

Exclusif ! Découvrez notre nouveau site officiel...
WWW.OXYGENESANTE.FR



Gemmothérapie, phytothérapie...

Je VEUX de la QUALITÉ !



Drainage en douceur, votre réveil printanier !

Avec la fin de l'hiver et le printemps à notre porte, il faut penser à stimuler ses organes d'élimination afin de drainer le corps. Les excès alimentaires fréquents, la pollution et l'hygiène de vie imparfaite font qu'un drainage léger des fonctions éliminatrices est souvent salutaire pour notre corps.

Les plantes depuis longtemps sont utilisées pour favoriser l'élimination des toxines, elles peuvent stimuler les fonctions émonctoires réalisées par les organes chargés d'éliminer les substances indésirables (foie, rein, colon, poumons, peau). En vue de l'été, elles peuvent également améliorer les fonctions de drainage et aider à retrouver un équilibre métabolique favorable à la perte de poids afin de mincir.

Le drainage avec les plantes se fait par cure en général de quelques semaines en complément d'une alimentation équilibrée.

L'éllixir Drainoly est le moyen idéal pour votre cure printanière de stimuler votre organisme afin d'éliminer les substances indésirables. Il est composé d'un éllixir de cassis avec une très grande action drainante, de chène pédonculé stimulant général, d'oseille crêpe dépurative, de sureau noir diurétique, de crithme maritime drainante et de noyer détoxifiant. Pensez à drainer votre corps afin qu'il se réveille en douceur.



Allergies, mieux vaut prévenir que guérir !

Les allergies sont de plus en plus répandues au printemps. Elles sont déclenchées par des substances qui ne sont pas tolérées par l'organisme. Pollution, déséquilibres nutritionnels, agressions chimiques de toutes sortes provoquent une hypersensibilisation de notre système de défense qui se traduit par des allergies.

Particulièrement recommandé au printemps et en début d'été, notre éllixir Allergoly vous permettra d'anticiper et de prévenir ces désagréments. Ce complexe joint l'utile à l'agréable grâce aux plantes bienfaisantes et aromatisantes qu'il contient.

Des bourgeons et plantes fraîches pour un mieux être de qualité

Nos élixirs sont une réelle synergie de plantes issues de la phytothérapie et de la gemmothérapie : aux effets drainants du cassis sont joints les effets sédatifs et calmants du grand plantain, la sève de bouleau et le bourgeon de noyer qui renforcent l'ensemble tout en améliorant l'élimination des toxines.



Qu'est-ce que L'authenticité ?

La qualité HERBIOLYS, toute une démarche ! Les plantes utilisées sont récoltées uniquement par nos soins, identifiées par nos botanistes, partenaires et associés du laboratoire, un vrai investissement humain. Les plantes et bourgeons sont mis en macération sur le lieu de cueillette

Des plantes travaillées directement sur les lieux de cueillette

afin que nos végétaux ne subissent aucune dégradation enzymatique liée au transport et au stockage. Nous revendiquons cette démarche pour que tous les principes actifs restent vivants et que cette quintessence puisse être utile pour le bien être de l'homme. Par cette précaution nous captons aux mieux les énergies vivantes de la plante dans son milieu naturel. Une traçabilité exceptionnelle et unique, nous maîtrisons la cueillette, la fabrication, la formulation, le conditionnement... jusqu'à l'écoute du consommateur.



Herbiolys
les biologiques sauvages



PHYTOLYS (Phytothérapie)
Des extraits de plantes sauvages ou issues de cultures biologiques travaillées immédiatement après cueillette.

GEMMOLYS (Gemmothérapie)
Tout le potentiel de la plante exprimé par les bourgeons et les jeunes pousses du printemps !

ELIXIROLYS
Des combinaisons de plantes choisies pour leurs vertus et les synergies bienfaisantes qu'elles génèrent.



Si vous souhaitez recevoir de la documentation merci de renvoyer le coupon réponse :

Nom : _____ Prénom : _____
 Adresse : _____
 Tél. : _____ E-mail : _____
 Vous êtes : Un particulier Un professionnel



2€

Actu

Assurance, mutuelle ce qui change en 2012

Dossier

La MACA du Pérou un trésor caché
La pulpe de baobab L'arbre aux milles vertus

TENDANCE 2012
coiffures vêtements chaussures...

Beauté
La beauté lunaire

Santé

- La migraine le mal du siècle.
- Le ronflement, le bruitage conseils et astuces pour dormir, enfin !
- Au secours, j'ai mal au dos !
- Adopter la bonne position au bureau

Exclusif ! Découvrez notre nouveau site officiel...
WWW.OXYGENESANTE.FR



Santé

LA GEMMOTHÉRAPIE : PLONGÉE AU CŒUR DE LA MÉDECINE DES BOURGEONS

Face à la médecine classique, les traitements homéopathiques rencontrent depuis longtemps un franc succès. Prisées par tous car naturelles et efficaces, les plantes et les fleurs sont devenues le remède pour de nombreux maux. Moins connue, la gemmothérapie qui puise sa force dans les bourgeons et les jeunes pousses a déjà montré ses nombreux bienfaits. Oxygène Santé vous fait découvrir cette alternative naturelle.

LA GEMMOTHÉRAPIE QU'EST CE QUE C'EST ?

La gemmothérapie est une médecine douce qui utilise les tissus embryonnaires frais des végétaux. C'est plus précisément les bourgeons, les radicales (les plus petites racines d'une plante) ou les jeunes pousses d'arbres et d'arbustes qui sont utilisées par cette méthode naturelle. Le mot gemmothérapie vient du latin «gemmae» qui signifie bourgeon et pierre précieuse. L'origine de cette médecine remonte au moyen âge. Les alchimistes s'en servaient, pour la fabrication de nombreux élixirs thérapeutiques, comme des sirops ou «l'onguent», qui est une pommade médicamenteuse pour la toux. Dérivé de la phytothérapie, c'est le Docteur Pol Henry (1918-1988) qui l'a découverte dans les années cinquante. Après de nombreuses années de recherche, ce belge qui baptisa cette science phyto-embryothérapie, publia ses travaux dès 1970. Plus tard, c'est le docteur Max Tetau, auteur de nombreux livres dont « Rajeunir nos tissus avec les bourgeons » qui la popularisa et lui donna son nom actuel.

Cette méthode thérapeutique concentre sa puissance dans les tissus embryonnaires en plein développement. C'est parce que les tissus de ces plantes et fleurs sont au premier stade de leur vie que son efficacité est multipliée. On y trouve les codes gé-

nétiques, permettant de reconstituer le végétal. Ces cellules souches renferment un concentré de minéraux, d'enzymes d'oligo-éléments et de vitamines en quantité beaucoup plus importante qu'à maturité de la plante. C'est aussi les hormones de croissance, absents chez la plante adulte qui décuplent les vertus de cette médecine.

Les bourgeons sont cueillis au printemps, qui correspond à leur cycle de développement naturel. La macération de ces bourgeons avec de l'eau, de l'alcool et de la glycérine s'appelle le macérat glyciné et constitue la base de ces préparations phytothérapeutiques. Il existe deux sortes de préparation. L'une diluée et l'autre concentrée. La préparation de cet élixir obéit à des règles strictes. Afin d'éviter toute altération de la structure cellulaire du végétal, par l'oxydation, la congélation ou le transport, les bourgeons doivent être récoltés sur le champ. La macération de ces bourgeons, dure entre un et trois mois, à température ambiante. Ce mélange est ensuite dynamisé. Pour un usage optimal, il est préférable de choisir la préparation diluée à 1 DH. C'est ce que certains acteurs du marché font à l'instar de la gamme Herbiolys, fondée par des botanistes et des herboristes, qui s'appliquent à respecter ces règles.

POURQUOI EST-ELLE EFFICACE ?

C'est parce la gemmothérapie contient toute la vie d'un arbre et combine les principes actifs d'un même végétal (plantes, des fleurs, des fruits) que ses effets sont multipliés. Mieux, elle est la quintessence des propriétés d'un seul végétal. Les traitements gemmothérapeutiques, agissent à tous les stades et sont d'excellents dépuratifs et diurétiques. Ils permettent donc de traiter de nombreux symptômes physiques, des maladies, de régénérer les cellules et même de combattre la cellulite, l'anxiété ou le stress. Au départ recommandé pour les humains, cette médecine des bourgeons est même utilisée sur les animaux à l'instar des fleurs de Bach. Sa concentration en minéraux, oligo-éléments et vitamines rend cette méthode plus puissante. Issue des fruits, des fleurs et des arbres c'est aussi la diversité qu'elle offre qui la distingue des autres méthodes. Aujourd'hui, elle rencontre un succès grandissant en Europe et se développe petit à petit en Amérique du nord.

Chaque plante ou arbre possède des vertus spécifiques. Le marronnier par

exemple, contribue à améliorer la circulation veineuse. Le bouleau, déjà bien connu comme favorisant l'élimination des toxines et la perte de poids, a une action encore plus forte en gemmothérapie. Pour lutter contre le vieillissement de la peau on mise sur les airelles et on choisira le framboisier pour les règles difficiles et harmoniser l'équilibre hormonal à la ménopause. On opte pour le figuier pour réduire les différents états de stress, les problèmes de l'appareil digestif ou encore l'eczéma. Il est aussi utile contre un tas de petits et gros tracas (aphtes, verrues, transpiration, hoquet, migraines, nausées) et pour les enfants en cas d'énurésie (pipi au lit); un syndrome qui est loin d'être rare puisqu'il touche aujourd'hui 10% des enfants. Par ailleurs, certains ouvrages permettent de connaître l'étendue des vertus de la gemmothérapie comme le livre de Philippe Andrianne intitulé «La gemmothérapie, Médecine des bourgeons» (Éditions Amyris, Belgique, 2002. Collection Douce Alternative)

QUELLE POSOLOGIE ?

On en trouve dans les herboristeries ou les magasins de produits bio et diététiques. Elle peut notamment être prescrite, par des naturopathes, des homéopathes ou des phytothérapeutes. On la trouve le plus souvent sous forme de flacons (40 à 100 ml environ). La prise de ces préparations issue de la gemmothérapie peut varier selon les symptômes à traiter. La dose classique, en version diluée varie entre 10 et 30 gouttes (ou plus) par jour. Si l'on veut traiter plusieurs symptômes, il est important de séparer la prise

de ces différents traitements à divers moments de la journée et de les prendre loin des repas.

DETOXIFIER POUR MIEUX REPARTIR

Souvent, la fatigue, le stress ou des problèmes récurrents (maux de ventre, troubles du sommeil) dont nous pouvons souffrir, sont liés au mauvais fonctionnement de notre organisme, parasité par les toxines et autres déchets. Il est donc nécessaire d'éliminer tous ces déchets. Pour un drainage en profondeur, le bouleau, l'orme et le chêne sont les alliés idéals. Pour un drainage ciblé, par exemple contre les maux d'estomac ou la mauvaise digestion, on choisira plutôt le genévrier, le seigle et le romarin qui apaisent et protègent le foie.

NOYER, ORME ET CÈDRE POUR UNE JOLIE PEAU SANS DÉFAUTS

La peau est souvent le reflet de notre état de santé. Nourrir sa peau est essentiel mais ne permet pas toujours de résoudre les problèmes de peau en profondeur. Il faut donc agir de l'intérieur. Le cèdre et l'orme favorisent l'élimination des toxines du tissu cutané et permettent d'éliminer ou de réduire de nombreuses affections cutanées (acné, psoriasis...). Une belle peau est aussi et surtout une peau sans défauts. Le platane, le noyer et l'orme aident aussi à combattre l'acné qui touche essentiellement les adolescents mais aussi les adultes. Associés au cassissier, ils sont aussi fortement recommandés pour lutter contre tous les types d'eczéma. Le châtaignier et le sorbier eux sont fortement conseillés pour les varices

STRESS ET SOMMEIL

Si notre corps souffre, c'est aussi nos nerfs qui sont mis à rude épreuve, avec de nombreuses conséquences comme l'anxiété, l'angoisse, ou des troubles du sommeil. Souvent utilisés en infusion ou en tisane, les

bourgeons de tilleul ou d'aubépine, se révèlent très efficaces pour bien dormir et retrouver la sérénité. Pour d'autres, c'est un sentiment de fatigue quotidienne dont il est difficile de se débarrasser malgré de longues nuits de sommeil. Dans ce cas, il est important de d'abord rééquilibrer le système nerveux (pommier, noisetier, olivier) et de dynamiser l'organisme (chêne, olivier, séquoia).

ZOOM SUR LE CASSIS

Comme le figuier, le cassissier est bon pour le tonus. On en prend si on souffre de douleurs musculaires et des articulations (arthrose, courbatures...) de rhumatismes mais aussi si on a une sciatique ou un lumbago. Il est idéal pour renforcer la solidité des os et lutter contre l'arthrose qui rend plus vulnérable aux fractures. Les bienfaits de cet arbuste, sont préconisés pour l'asthme, les allergies, la sinusite, les bronchites ou les infections virales. Il traite également les problèmes de peau tel que les urticaires. Il renforce notre immunité, aide à combattre l'hypotension et les fatigues les plus aiguës tel que l'asthénie (affaiblissement de l'organisme, fatigue physique). On peut aussi le glisser dans la trousse à pharmacie de ses vacances puisqu'il soulage les piqûres d'insectes. Les traitements en gemmothérapie riches ou à base de cassis permettent de drainer les poumons, le pancréas le foie et les reins. Il contribue aussi à soigner certaines maladies comme les hépatites chroniques ou la prostatite et peut même remplacer la cortisone dans certains cas.

On vous recommande le macérat glyciné Gemmolys à base de cassissier. Herbiolys, marque du laboratoire Acanthis, basé dans les Alpes, commercialise ses produits et respecte la méthode originale employée par le docteur Pol Henry. Il propose également une large gamme de macérats glycinés qui s'adaptera à vos besoins spécifiques (plus d'infos sur www.herbiolys.fr)