

Femina Concept Hydraderm

**Une synergie précieuse pour accompagner
la femme à chaque étape de sa vie**

La santé féminine repose sur un équilibre complexe entre systèmes hormonal, inflammatoire, cutané et nerveux. Certaines périodes de la vie de la femme – syndrome prémenstruel, troubles du cycle, péri-ménopause, ménopause ou affections cutanées hormonodépendantes – s'accompagnent de déséquilibres métaboliques et inflammatoires. Dans ce contexte, l'association **huile de bourrache** et **huile d'onagre** présente un intérêt scientifique, notamment par leur richesse en **acide gamma-linolénique (GLA)**, un acide gras polyinsaturé de la famille des oméga-6.



Intérêt scientifique d'une association huile de bourrache – huile d'onagre dans la santé féminine

L'association de l'huile de bourrache et de l'huile d'onagre présente un intérêt majeur en santé féminine en raison de leur richesse en **acide gamma-linolénique (GLA)**, un acide gras polyinsaturé de la famille des oméga-6, directement impliqué dans la synthèse de la **prostaglandine E1 (PGE1)**. Cette dernière exerce des effets anti-inflammatoires, vasodilatateurs et régulateurs de l'équilibre hormonal.

Chez la femme, la conversion endogène de l'acide linoléique en GLA peut être diminuée par le stress, les déséquilibres hormonaux, l'âge ou certaines carences micro-nutritionnelles, justifiant un apport exogène ciblé.

L'huile de **bourrache**, particulièrement concentrée en GLA, contribue au maintien de l'intégrité des membranes cellulaires, à l'hydratation et à la fonction barrière de la peau, tout en soutenant l'équilibre hormonal, notamment lors du syndrome prémenstruel, de la péri-ménopause et de la ménopause.

L'huile **d'onagre** intervient plus spécifiquement dans la modulation des prostaglandines impliquées dans les troubles du cycle menstruel et du syndrome prémenstruel (douleurs, tensions mammaires, irritabilité, rétention hydrique), contribuant à une meilleure régulation de l'inflammation hormonodépendante.

La synergie bourrache-onagre permet ainsi une approche globale agissant sur l'inflammation de bas grade, l'équilibre hormonal, le confort cutané et le bien-être féminin, s'inscrivant pleinement dans une stratégie de micronutrition fonctionnelle à tous les âges de la vie.



À conseiller dans les cas suivants :

- **Syndrome prémenstruel (SPM)** : irritabilité, tensions mammaires, douleurs pelviennes, rétention hydrique
- **Cycles menstruels irréguliers** ou inconforts liés aux variations hormonales
- **Dysménorrhées fonctionnelles** (douleurs menstruelles associées à un excès de prostaglandines pro-inflammatoires)
- **Péri-ménopause et ménopause** : sécheresse cutanée, inconfort articulaire, fluctuations émotionnelles
- **Peau sèche, sensible ou réactive**, notamment en contexte hormonal (eczéma atopique, dermatoses inflammatoires)
- **Inflammation chronique de bas grade** et terrain pro-inflammatoire féminin
- **Soutien du confort articulaire** chez la femme, en particulier après 40 ans
- **Accompagnement micro-nutritionnel global** de la santé hormonale et cutanée

Fiche Technique

Conseils d'utilisation :

Prendre 4 à 6 gélules par jour.

Composition :

Huile de bourrache (*Borago officinalis*), huile d'onagre (*Oenothera biennis*),
antioxydant : alpha tocophérol.

Informations nutritionnelles :

6 gélules par jour vous apportent :

Huile de bourrache : 1500 mg

Huile d'onagre : 1500 mg

Dont acide gamma-linolénique : 450 mg

Présentation :

Boîte de 200 gélules.

Précautions d'emploi :

- Déconseillé en cas d'allergie connue à l'un des composants (bourrache, onagre).
- À utiliser avec prudence chez les personnes sous traitement anticoagulant ou antiagrégant plaquettaire, en raison d'un possible effet sur la fluidité sanguine.
- Par mesure de précaution, déconseillé pendant la grossesse et l'allaitement sans avis médical.
- Chez les patientes présentant des antécédents de troubles hormonodépendants (ex : cancers hormonaux), demander un avis médical avant utilisation.
- Respecter les doses recommandées ; un usage excessif peut entraîner des troubles digestifs légers (nausées, diarrhée).

Bibliographie :

1. Fan YY, Chapkin RS. Importance of Dietary γ -Linolenic Acid in Human Health and Nutrition. *Journal of Nutrition*. 1998.
2. Brosche T, Platt D. Effect of borage oil consumption on fatty acid metabolism, transepidermal water loss and skin parameters in elderly people. *Prostaglandins Leukotrienes and Essential Fatty Acids*. 2000.
3. Collins A et al. Essential fatty acids in the treatment of premenstrual syndrome. *Obstetrics & Gynecology*. 1993.
4. Saki M et al. The effect of primrose oil on the premenstrual syndrome: clinical evidence and controversies. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*. 2022.



NUT : PL 4100/41
CNK : 5811-740

