

Huile d'Onagre®



Qualité de la peau & syndrome prémenstruel

Origine et vertus reconnues

Originaire de l'Amérique du Nord, l'Onagre (*Oenothera biennis*), ou « primevère du soir » est une belle plante robuste aux grandes fleurs jaunes. Les Amérindiens consommaient la racine et les graines de l'onagre pour se nourrir. En usage externe, la plante servait à soigner les contusions, les hémorroïdes et les maladies de peau. Ils l'employaient aussi par voie orale pour soulager les troubles respiratoires et l'arthrite. Aujourd'hui, c'est exclusivement l'huile tirée des graines que l'on emploie.

La découverte du rôle physiologique des acides gras essentiels que l'huile d'Onagre contient a mis l'huile d'onagre en vedette. Son huile est de loin la plus répandue et la plus populaire ; elle contient autour de 8 % d'acides gras Gamma-Linoléique. **Cet acide gras de type oméga-6 serait directement lié à la production des prostaglandines de type 1 (PGE1) anti-inflammatoires au détriment de celles de type 2 (PGE2) pro-inflammatoires. Par cet effet, il réduirait donc les mécanismes qui déclenchent l'inflammation.** L'huile d'Onagre est par ailleurs reconnue dans plusieurs pays pour le traitement de l'eczéma.

Propriétés

Un organisme en bonne santé fabrique de l'acide gras Gamma-Linoléique dont il a besoin à partir de l'acide linoléique tiré des huiles végétales polyinsaturées : tournesol, carthame, maïs, soya, etc. Or, dans certaines situations, l'organisme aurait du mal à produire de l'AGL : diabète, **eczéma**, syndrome prémenstruel, hypercholestérolémie, excès d'alcool, etc. Cela peut aussi se produire en cas de carence en certaines vitamines ou minéraux. D'où l'intérêt de l'huile d'Onagre en complément par voie orale.

Parmi les différents bienfaits, notons que l'huile d'Onagre est utilisée depuis les années 1930 contre l'eczéma et récemment, cette huile a été utilisée dans d'autres conditions engageant une inflammation, telle que la **polyarthrite rhumatoïde**.

L'huile d'Onagre est aussi utilisée pour la **santé des femmes**, plus précisément pour les douleurs mammaires associées au cycle menstruel, les symptômes de la ménopause et le syndrome prémenstruel (SPM).

Retenons que ses propriétés principales sont liées à sa teneur en acide gras AGL permettant l'entretien et la synthèse de l'épiderme de la peau ainsi que le confort de la femme.

Nos capsules d'huile d'Onagre sont issues d'une huile pressée à froid afin de préserver les fragiles acides gras polyinsaturés qu'elle contient et nous rajoutons également un peu de vitamine E naturelle afin de protéger l'huile contre l'oxydation.



A conseiller dans les cas suivants :

- Santé et beauté de la peau
- Eczéma et autres inflammations cutanées
- Syndrome prémenstruel
(irritabilité, tensions mammaires, rétention d'eau)
- Ménopause



CODE NUT : PL348/6
CNK : 306 – 6578

Fiche Technique HUILE D'ONAGRE®

Conseils d'utilisation :

3 à 5 capsules par jour avec un verre d'eau, 10 min avant les repas.

Apport nutritionnel (pour 5 capsules) :

- Huile d'Onagre : 1500 mg
dont Acide linoléique : 202.5 mg
- Vitamine E : 30 mg

Présentation :

- Boîte de 200 capsules
- Poids net : 510 mg

Fiche Botanique HUILE D'ONAGRE®

- Nom usuel : huile de primrose, huile de primevère vespérale
- Nom latin : *Oenothera biennis*
- Famille : Onagracées
- Partie utilisée : huile tirée des graines
- Principaux constituants : acides gras Gamma-Linolénique

Précautions d'emploi :

Ne pas dépasser la dose indiquée. Un complément alimentaire ne doit pas se substituer à une alimentation variée et équilibrée et à un mode de vie sain. Conserver le produit à l'abri de la lumière, de la chaleur et de l'humidité.

