

# LITHOTRANQUILIBRE

*Pour se libérer  
du stress naturellement*

Bénéficier d'un sommeil réparateur et d'un état de relaxation est essentiel pour garantir d'utiliser ses pleines capacités intellectuelles et physiques au cours de chaque journée.

Le **Lithotranquilibre** y contribue en vous relaxant et en vous permettant d'obtenir un sommeil apaisé.

**Cette formule regroupe 3 ingrédients : l'aubépine (Crataegus monogyna), le lotier corniculé (lotus corniculatus) et le Lithotame (Lithothamnium calcareum).**

## **Origine de l'aubépine :**

L'aubépine est très répandue en Europe et en Amérique du Nord. Elle est utilisée depuis la Grèce Antique.

A la fin du XIXe siècle, l'Académie de Médecine reconnaît les différents usages de l'aubépine : ses effets sur le cœur et ses effets contre l'anxiété. En 1980, l'Organisation Mondiale de la Santé (l'OMS) reconnaît l'usage de l'aubépine pour soutenir les fonctions cardiovasculaires et pour traiter l'insuffisance cardiaque congestive de classe I et II.

## **Composition et propriétés de l'aubépine :**

L'aubépine doit ses principales propriétés médicinales à ses polyphénols, ses flavonoïdes (2%) et à ses proanthocyanidols (3%) qui détendent et dilatent les artères coronaires, augmentant le flux sanguin vers le cœur et réduisant les symptômes de l'angine de poitrine (angor).

De 1996 à 2004, 4 études cliniques, totalisant plus de 5 500 participants, ont confirmé l'efficacité et l'innocuité des extraits d'aubépine pour le traitement de l'insuffisance cardiaque de classe I et II.

Ces principes actifs ont aussi une puissante action antioxydante, contribuant à réduire les risques de dégénérescence des vaisseaux sanguins. Ils ont aussi un effet tranquilisant et améliore les troubles du sommeil. L'aubépine traite non seulement l'hypertension artérielle, mais aussi l'hypotension, en rétablissant une tension normale.

## **L'intérêt de l'aubépine pour le stress :**

Les principaux symptômes du stress sont des palpitations cardiaques avec oppression thoracique et l'aubépine parvient très bien à atténuer ces symptômes.

L'aubépine peut aider à traiter le stress en diminuant la résistance de la circulation sanguine à l'intérieur du corps. Globalement, elle normalise les niveaux de pression artérielle, ce qui implique une réduction du stress.

## **Composition et propriétés du lotier corniculé :**

Le **lotier corniculé** est une plante herbacée. Il contient des nitrilosides et des flavonoïdes, des molécules qui ont des propriétés sédatives et qui agissent sur les nerfs.

Il contient également des proanthocyanidols, de l'épicatéchine et de l'épigallocatechine.

Le lotier est reconnu comme étant un tonique du système neuro-végétatif. Il a des propriétés calmantes et anxiolytiques. Il est utilisé traditionnellement pour traiter les troubles du sommeil, tels que l'insomnie. Il agit également de façon efficace sur la nervosité, l'anxiété et l'irritabilité, par exemple lors des périodes d'examens ou de stress professionnels. Il agit de façon remarquable sur le système nerveux, en régulant le battement cardiaque palliant ainsi les tachycardies d'origine nerveuse et certains troubles neurovégétatifs. Il fait disparaître rapidement les palpitations. De plus, son action calmante rend de grands services aux sujets souffrant d'état dépressif avec angoisse.



**Le Lithotamne** est une algue calcaire originaire des Glénans en Bretagne. Il possède un pH à 9, il est très alcalin et constitue un correcteur naturel d'acidité efficace. Il est utilisé ici pour améliorer la biodisponibilité des plantes en diminuant l'acidité gastrique. Il est très riche en alginates, calcium et magnésium.

#### A conseiller dans les cas suivants :

- Stress et surmenage
- Troubles cardiaque légers (insuffisance, troubles du rythme et palpitations), éréthisme cardiaque
- Troubles de la tension
- Troubles du système nerveux (anxiété, angoisses, insomnie, éréthisme nerveux, hyperémotivité)
- Dystonie neurovégétatives



code NUT PL348/257  
code CNK 3289-667

#### Conseils d'utilisation :

2 gélules avant le repas du midi et du soir accompagnées d'un grand verre d'eau.

#### Composition :

Poudre totale d'aubépine, de lotier corniculé et de lithotame, Gélule (gélatine).

#### Présentation :

200 gélules - 250 mg/gélule - Boîte pour 1 à 2 mois

#### Informations nutritionnelles :

1 gélule par jour vous apporte :

Aubépine : 140 mg  
Lotier corniculé : 94 mg  
Lithotame : 15 mg

#### Précautions d'emploi :

Le Lithotranquilibre est déconseillée durant la grossesse et l'allaitement, chez les enfants de moins de 6 ans par manque de données toxicologiques complètes. Lorsque le Lithotranquilibre est utilisée dans le cas de problèmes cardiaques même légers, il est indispensable d'avoir consulté un médecin au préalable

[www.laboratoiresfenioux.be](http://www.laboratoiresfenioux.be)

DOCUMENT RÉSERVÉ À L'USAGE EXCLUSIF DES PROFESSIONNELS DE SANTÉ - REPRODUCTION INTERDITE

\* Complément alimentaire, ceci n'est pas un médicament. Ne pas dépasser la dose indiquée. Conserver à l'abri de la chaleur et de l'humidité. Ne se substitue pas à une alimentation variée et équilibrée et à un mode de vie sain. Tenir hors de portée des jeunes enfants.



LABORATOIRES  
FENIOUX

Laboratoires FenioUX Benelux  
Tél. : +32 (0)2 375 79 70  
info@laboratoiresfenioux.be  
Drève Richelle, 161 boîte 17 - Bâtiment B  
B-1410 Waterloo