

# MILLEPERTUIS FORT

Quand la vie devient un fardeau

## Origine et composition :

Le Millepertuis (*Hypericum perforatum* L.) est une jolie plante vivace aux fleurs jaunes d'or qui pousse sur les bords des chemins et dans les prés ensoleillés.

Le Millepertuis fort que propose les Laboratoires Fenioux est un **extrait standardisé en hyperforine**, une substance à laquelle on attribue une **action calmante**.

Les essais pharmacologiques ont permis de préciser ses voies d'action au niveau des synapses :

- Il **inhibe "la recapture de la sérotonine, de la dopamine et de la noradrénaline"**, ce qui est également le mode d'action des antidépresseurs de synthèse de deuxième et troisième génération parmi les plus prescrits aujourd'hui.
- Il **inhibe également la Mono Amine Oxydase empêchant la dégradation enzymatique des neurotransmetteurs**

Ces mécanismes d'inhibition conduisent à une **augmentation de la concentration des neurotransmetteurs** dans l'espace synaptique et donc à une amélioration de la transmission de l'influx nerveux. Il s'en suit une amélioration clinique de la dépression : contrôle de l'humeur et conduites émotives.

Les extraits de Millepertuis agissent aussi sur la mélatonine, une hormone produite par le système nerveux central et impliquée dans la régulation de l'horloge interne (sommeil, rythme circadien). Le Millepertuis a, en effet, la faculté de **favoriser la production de mélatonine**. Or, des études ont démontrés une diminution de la sécrétion nocturne de mélatonine au cours de la dépression. L'utilisation du Millepertuis est donc tout à fait pertinente.

De multiples essais cliniques et des méta-analyses attribuent au Millepertuis une efficacité comparable à celle de différents antidépresseurs synthétiques chez les patients faiblement ou modérément déprimés. **Sa prise améliore tous les symptômes de la dépression : humeur, perte d'intérêt et d'activité, de concentration et de sommeil. Son grand avantage est l'absence d'effets secondaires par rapport aux effets néfastes des antidépresseurs de synthèse.**

**Le Millepertuis se caractérise** donc par :

- Une **très bonne tolérance** par rapport aux antidépresseurs de synthèse
- Une **absence de toxicité**
- Une **absence d'accoutumance**



## A conseiller dans les cas suivants :

- Sauts d'humeur
- Désordre affectif liée au changement de saison
- Mauvaise gestion du stress
- Baisse du tonus psychique



CODE NUT : PL 348/15  
CODE CNK : 3072204

## Conseils d'utilisation :

3 gélules le midi et le soir, 10 minutes avant les repas.  
Cure de 2 à 3 mois.

## Informations nutritionnelles (1 gélule vous apporte) :

- Millepertuis extrait : 150 mg
- Millepertuis poudre cryobroyée : 95 mg

## Présentation :

Boîtes de 200 dosée à 250 mg.

## Précautions d'emploi :

1) **A des doses de 1.5 gr/jour**, le Millepertuis est fortement déconseillé voire contre-indiqué en cas de prise de médicaments contenant de la digoxine (utilisé dans le traitement de l'insuffisance cardiaque), de la théophylline (autrefois utilisée dans le traitement de l'asthme), de l'indinavir (utilisé dans le traitement d'infection à VIH), un contraceptif oral, un antiépileptique, un antidépresseur inhibiteur de la recapture de la sérotonine, de la carbamazépine, de la phénytoïne, un antimigraineux (de la famille des triptans), des anticoagulants oraux, de la ciclosporine (utilisé contre le rejet des greffes).

Eviter les bains de soleil prolongés pour les personnes au teint clair (type caucasien) après ingestion de Millepertuis **à des doses de 1,5 gr/jour**. 6 gélules de Millepertuis Fort des Laboratoires Fenieux apportent 1,470 gr.

2) Pour un dosage plus faible de Millepertuis, les laboratoires Fenieux vous proposent 2 produits :

- Millepertuis-Mélisse : 1 gélule apporte 171,6 mg d'extrait de Millepertuis et 63.84 mg de Mélisse (6 gélules apportent 1,030 gr de Millepertuis).
- Tryptomil : 1 gélule apporte 160 mg d'extrait de Millepertuis, 55 mg de tryptophane, 51 mg de magnésium et 0.5 mg de vitamine B6 ( 4 gélules apportent 640 mg de Millepertuis).

## Références bibliographiques :

1. Lavretsky H. Complementary and alternative medicine use for treatment and prevention of late-life mood and cognitive disorders. Associate Professor of Psychiatry, Department of Psychiatry & Biobehavioral Sciences, and, Semel Institute for Neuroscience & Human Behavior, David Geffen School of Medicine at UCLA, Los Angeles, CA.
2. Rahimi R, Nikfar S, Abdollahi M. Efficacy and tolerability of Hypericum perforatum in major depressive disorder in comparison with selective serotonin reuptake inhibitors ; a meta-analysis.

[www.laboratoiresfenieux.be](http://www.laboratoiresfenieux.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 Fenieux Benelux  
Tél. : +32 (0)2 375 79 70  
info@laboratoiresfenieux.be  
Drève Richelle, 161 boîte 17 - Bâtiment B  
B-1410 Waterloo