

**La beauté
par les plantes**

**40 000 nouveaux
cas de diabète
chaque année**

**Les risques
de neuropathie**

**Le sport
12 minutes
Par jour**

**Le rôle du
zinc et du
sélénium**

**Les dangers de
l'automédication**

**Diabète et
permis de conduire
Lois en vigueur**

**Le Berberis
pour abaisser
la glycémie**

Meilleurs vœux !

**Les recettes allégées
du Gourmand Diabétique**

**Les cocktails sans alcool,
parfums rhum, vodka, téquila,
Mojito, Pina colada et Margarita**

L 13013-0013- N F : 04,90€ RD





Santé



Le Berberis Vulgaris pour abaisser votre taux de glycémie

Une nouvelle arme contre le diabète de type 2 et les états de pré-diabète. Aujourd'hui, une nouvelle application est à ajouter aux vertus de l'épine-vinette ou Berberis vulgaris. Son principal actif, la berbérine, s'avère être efficace pour baisser le taux de glycémie.

Le Berberis vulgaris contribue à rétablir l'équilibre et aide ainsi l'organisme à mieux gérer le glucose. Il diminue l'appétence pour le sucre ce qui en fait une plante intéressante pour tous ceux qui veulent réduire leur consommation de sucre.

Le mécanisme d'action de la berbérine relève essentiellement de la régulation de l'AMPK (activated protein kinase). Cette protéine kinase, activée par l'AMP, est une enzyme ubiquitaire fondamentale, qui participe à la normalisation du métabolisme énergétique et à la régulation de la prise alimentaire et de la sensibilité des tissus. Elle joue donc un rôle clef dans certaines pathologies métaboliques comme le diabète, l'insulino-résistance, l'obésité ou les complications liées au diabète.

Les quatre atouts principaux de la berbérine :

- Un abaissement notable de la glycémie
- Une réduction des niveaux d'hémoglobine glyquée (HbA1c)
- Un rééquilibrage des taux circulants d'insuline
- Une baisse des triglycérides, du LDL-cholestérol et du cholestérol total sanguins

Les autres mille et une vertus du Berberis vulgaris

Appelé simplement «l'épine vinette», le Berberis provient d'un arbrisseau à épines dont le fruit est sous formes de petites baies rouges. On la trouve à l'état sauvage sur les côtes calcaires d'une grande moitié nord de la France. De nombreux troubles trouvent leur solution de par l'efficacité de cette plante, utilisée également en homéopathie.

Le berbérin possède de nombreuses vertus et propriétés

En homéopathie

dans le médicament obtenu à partir de l'épine vinette, ce sont les écorces et les racines séchées qui contiennent les « principes actifs » qui servent à sa préparation. Le berbérin vulgaris est présenté sous différentes formes, pastilles, gouttes ou granules homéopathiques.



Depuis plus de 10 ans, les Laboratoires BIMONT conçoivent des compléments alimentaires à base de plantes de la pharmacopée chinoise, ayant pour spécificités d'être adaptés à nos modes de vie occidentaux. Dans la gamme CLINICASIE, une nouvelle référence, BERBERIS, vient compléter une offre déjà bien étendue.

Des vertus sur le système urinaire

- Soigne la lithiase urinaire.
- Chez l'homme, aide à soigner les pertes de libido dues aux douleurs rénales.
- Évite les douleurs lombaires et les brûlures qui se manifestent au niveau des reins dans le cas de calculs rénaux.
- Agit contre les complications inflammatoires urinaires.

Dosage recommandé : 5 granules, à prendre le matin et le soir reste la dose idéale pendant toute la durée des maux.

Le Berberis soigne et prévient les troubles hépatiques

- Contre une digestion difficile.
- Combat la somnolence après les repas.
- Chez la femme, soigne les troubles urologiques .

Soins hépatiques : 20 gouttes de Berberis vulgaris 6 DH durant toute la période des maux, matin et soir avant les repas.

En rhumatologie

- Particulièrement efficace pour lutter contre les rhumatismes de toutes sortes, contre les douleurs des articulations.
- Prévient les troubles du métabolisme de l'acide urique.
- Contre les douleurs irradiantes accompagnant des coliques hépatiques.
- Contre les inflammations urinaires et biliaires.
- Prévient la production de calculs au niveau de la vésicule et des reins.

Rhumatismes : 5 granules de Berberis vulgaris.

En dermatologie

- Préconisé dans le traitement des dermatoses, quand la peau présente des inflammations.
- Contre les démangeaisons cutanées.
- Indiqué dans le cas de pityriasis rosé de Gibert.

Dosage recommandé : 5 granules par jour matin et le soir, ou 20 gouttes 6 DH dans un peu d'eau.

Le Berberis vulgaris peut être associé à d'autres remèdes.