

DÉFENSES NATURELLES

218



Ingrédients :

Echinacée, Thym, Acérola, Maïtaké, shiitaké, reishi.

Origine des plantes, habitat, culture :

L'**échinacée** est une plante originaire d'Amérique du nord. Les peuplements naturels d'échinacée ont surtout colonisé les grandes plaines américaines sans traverser la frontière canadienne au nord, ou atteindre la frontière mexicaine au sud. De nos jours, on la cultive sous tous les climats tempérés, dans des endroits ensoleillés où le sol est riche et bien drainé.

Le **thym** est une plante herbacée vivace originaire du bassin méditerranéen. Il préfère les sols riches et bien drainé dans un endroit très ensoleillé.

L'**acérola** est un arbre originaire d'Amérique du Sud dont le fruit est appelé cerise des barbades ou cerise des Antilles car ressemblant beaucoup à la cerise. Il croît aux caraïbes, aux Antilles et est cultivé à Taiwan à titre ornemental. C'est une source naturelle remarquable de vitamine C.

Le **maïtaké** est un champignon qui pousse à l'état sauvage en Asie, Europe et est de l'Amérique du Nord.

Le **shiitaké** est un champignon forestier qui pousse spontanément sur les troncs d'arbres en décomposition dans les forêts humides de l'Asie et au Japon. Il a une certaine préférence pour les chênes.

Le **reishi** est un champignon ligneux très rare à l'état sauvage. Il pousse surtout sur les troncs de pruniers en décomposition, parfois sur les chênes, et ce, uniquement en montagne et dans les forêts profondes. Il est aujourd'hui cultivé dans un milieu artificiel en Chine, ailleurs en Asie et Amérique du Nord dont au Québec.

Propriétés : Ce produit est destiné aux personnes souhaitant améliorer les défenses de l'organisme

Certains des constituants de l'**échinacée** stimulent les défenses naturelles lors d'agressions bactériennes ou virales. Les polysaccharides auraient la propriété d'empêcher les virus de pénétrer les cellules, tandis que les alcaloïdes auraient des propriétés antibactériennes¹. L'action de l'échinacée sera renforcée par les propriétés anti-infectueuse de l'**acérola**² et antivirale du **thym**².

Le **maïtaké** est riche en polysaccharides qui agissent de façon complexe et multiples sur les défenses immunitaires de l'organisme³. De la même façon, le **shiitaké** est riche en lentinane, substance aux propriétés immunostimulantes. Il est d'ailleurs utilisé dans la médecine classique chinoise pour soutenir en général le système immunitaire des patients souffrant de diverses affections pouvant mettre à mal l'immunité¹.

Le **reishi** possède ces mêmes propriétés immunostimulantes mais est plutôt utilisé pour combattre la fatigue et fortifier l'organisme en général¹.

Conseils d'utilisation :

Prendre 2 gélules par jour avec un grand verre d'eau au cours des repas.

Conditionnement :

Piluliers de 75, 100, 125, 150, 200, 500, et 1000 ml.

1 Encyclopédie des plantes médicinales, Larousse, 1997.

2 www.wikipedia.fr, visité le 31/08/09

3 www.passeportsante.net, visité le 30/06/09

