

New Roots
HERBAL

Fertilité

Guillaume Landry,
M.S. Naturopathe



Guillaume Landry



M.S – Naturopathe



**Clinique, Marketing,
Management, Conseil,
Vente, Édition, Formation**



**Formateur et conseiller
naturopathe depuis 2017**





NRH - Une entreprise québécoise, familiale

Fondée en 1985 par Peter Wilkes, un Montréalais d'origine.

NRH rayonne maintenant au niveau international, avec un catalogue canadien de près de 400 produits distribués par 8600 partenaires de vente au détail dans 16 pays.

Dédiés à la qualité



NRH – Dédié à la qualité

L'obsession de Peter pour la qualité l'a poussé à investir massivement dans un laboratoire d'analyse accrédité ISO 17025, à la fine pointe de la technologie

Pour obtenir cette accréditation, non seulement le laboratoire doit appliquer les plus hauts standard qualité qui soient, mais aussi établir des nouveaux protocoles d'analyses >>> Pionniers dans le domaine.

Toutes les matières premières et les produits finis sont testés pour leur identité, leur pureté et leur puissance

Donc quand vous choisissez New Roots Herbal vous choisissez la qualité et l'efficacité.



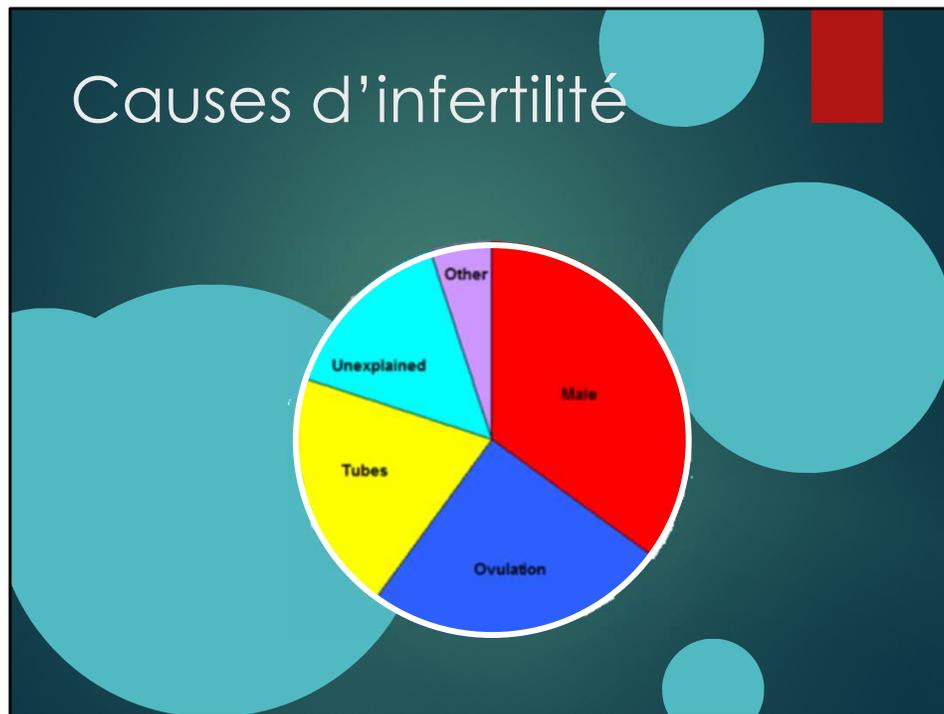
Infertilité

Pour le CDC - *Centers for Disease Control and Prevention* : 6 % des femmes mariées sont infertiles après un an

Une autre source américaine indique que 10% des femmes de 18 à 44 ans (6.1 millions de femmes aux USA) ont de la difficulté à devenir ou à rester enceinte – donc avec des fausses couches.

Dans des études prospectives suivant des milliers de femmes sur une longue durée, entre 10 – 18 % des femmes n’arrivent pas à tomber enceinte après 1 an d’essai.

En France – en 2019, l’INSERM indiquait que 10 % des couples restaient infertiles après deux ans de tentative



Causes d'infertilité

Femme : SOPK – Insuffisance ovarienne – Sténose tubulaire – Anomalies utérines – Endométriose

Homme : Insuffisance testiculaire – azoo / oligo / terato spermie – dysfonctions sexuelles

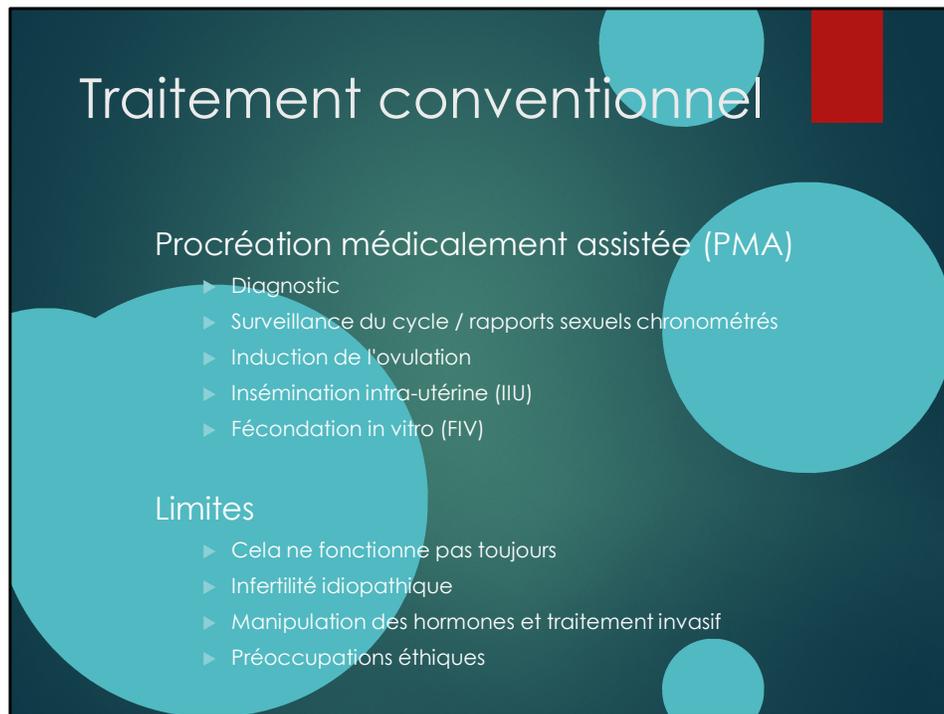
Les deux : pathologies hypothalamo-hypophysaires dues à des maladies tumorales ou génétiques / ou fonctionnelles avec par exemple un déficit lipidique ou calorique chez l'athlète

Médicaments : Anticancéreux – antalgiques – antihistaminiques – anti-reflux...

Environnement : toxines, etc.

Psy : stress, troubles mentaux, etc.

Composition corporelle : relation dose – effet entre IMC et hypofertilité des couples.



Clinique de fertilité - Traitement conventionnel

1. Diagnostic > évaluation psychologique, examens des tubes utérins pour la femme, analyse des spermatozoïdes pour l'homme etc.
- 2....
3. Médicaments pour déclencher l'ovulation
- 4...
- 5...

Limites

- 1...
2. Estimée à près de 20% selon l'INSERM
3. Approches relativement invasives : Manipulation des hormones, manipulation des cycles, induction de "super-ovulation" dans le cas des FIV...
4. Complications de santé dans certains cas + préoccupations éthiques, notamment dans le cas des FIV.

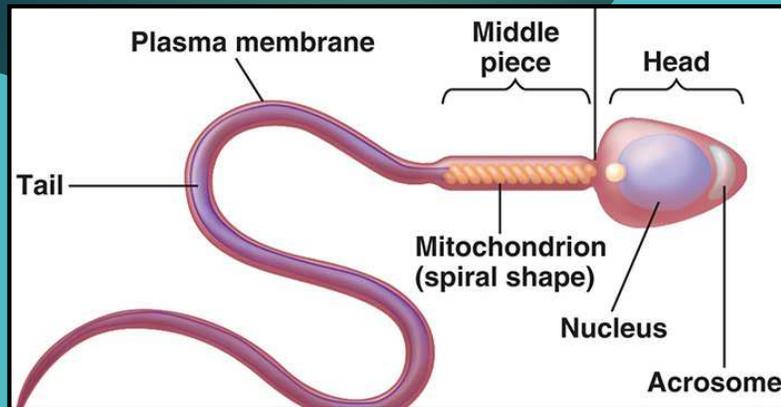
Accompagnement naturopathique

1. Améliorer l'ovulation
2. Renforcer les spermatozoïdes
3. Soutenir l'immunité
4. Appliquer des soins prénataux

Accompagnement naturopathique

4 axes

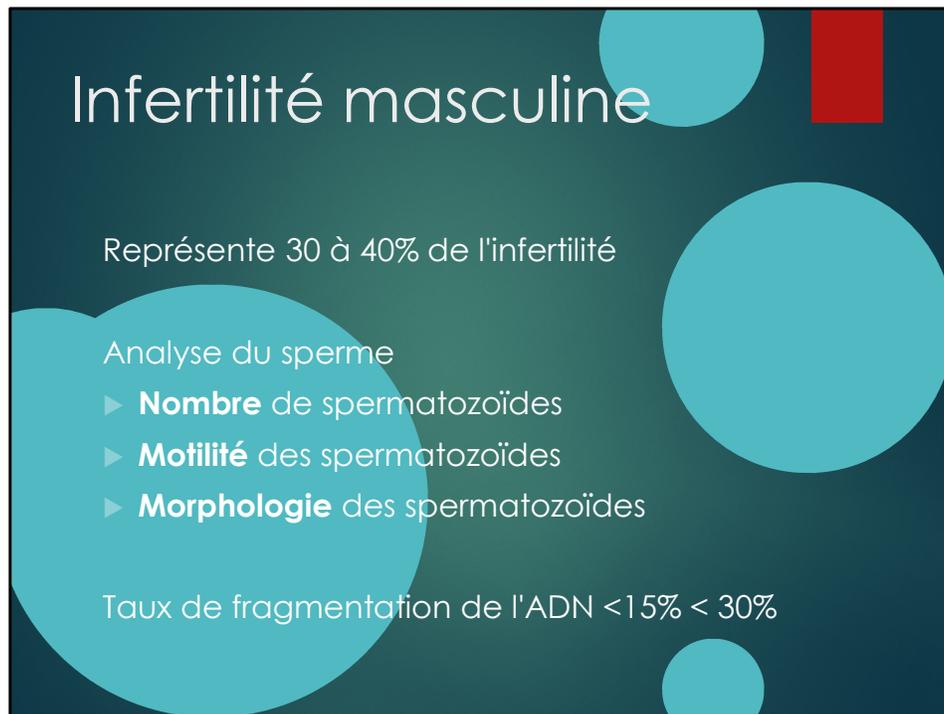
1. Infertilité masculine



Infertilité masculine

3 caractéristiques principales déterminent la fertilité masculine des spermatozoïdes

1. Motilité
2. Morphologie
3. Quantité



Infertilité masculine

L'examen conventionnel du sperme permet au clinicien d'avoir un aperçu général de la santé reproductrice masculine.

Par contre, certains hommes avec un spermogramme normal peuvent avoir des spermatozoïdes avec des défauts fondamentaux de fertilisation.

Pour pousser l'analyse, il est aujourd'hui possible grâce à divers tests d'évaluer l'ADN des spermatozoïdes, notamment son taux de fragmentation.

Taux de fragmentation de l'ADN <15% < 30% : seuils sont associés à un potentiel de fertilité excellent, bon ou pauvre, respectivement

Infertilité masculine

Cut-off reference values for semen characteristics as published in consecutive WHO manuals

Semen characteristics	WHO 1980	WHO 1987	WHO 1992	WHO 1999	WHO 2010
Volume (mL)	ND	≥ 2	≥ 2	≥ 2	≥ 1.5
Sperm count (10 ⁶ /mL)	20-200	≥ 20	≥ 20	≥ 20	≥ 15
Total sperm count (10 ⁶)	ND	≥ 40	≥ 40	≥ 40	≥ 39
Total motility (%)	≥ 60	≥ 50	≥ 50	≥ 50	≥ 40
Progressive motility	≥ 2	≥ 25%	≥ 25% (a)	≥ 25% (a)	≥ 32% (a+b)
Vitality (%)	ND	≥ 50	≥ 75	≥ 75	≥ 58
Morphology (%)	80.5	≥ 50	≥ 30	(14)*	≥ 4*
Leukocyte count (10 ⁶ /mL)	< 4.7	< 1.0	< 1.0	< 1.0	≤ 1.0

Manuel de laboratoire de l'OMS pour l'examen et le traitement du sperme humain. Organisation mondiale de la santé - Genève

Infertilité masculine

Valeurs de référence seuils pour les caractéristiques du sperme telles que publiées dans des manuels OMS

Santé des spermatozoïdes

Amélioration de la motilité des spermatozoïdes:

- ▶ La motilité moyenne a été améliorée de 20% à 27,9% après le traitement

Dose: 4g par jour



Infertilité masculine - Myo-Inositol

Aide à améliorer la santé hormonale et soutient la communication inter et intra cellulaire.

Supplémentation pour au moins 3 mois car c'est le temps moyen de maturation des spermatozoïdes

Santé des spermatozoïdes

INGREDIENTS

Each vegetable capsule contains:

Acetyl-L-carnitine hydrochloride	225 mg
Vitamin C (ascorbic acid)	125 mg
N-Acetyl-L-cysteine	91.67 mg
Coenzyme Q10 (ubiquinone-10) (from fermentation)	50 mg
Astaxanthin 1.5% (<i>Haematococcus pluvialis</i> extract)	44.33 mg
Ashwagandha (<i>Withania somnifera</i>) root extract, 5% withanolides	33.33 mg
Natural vitamin E (mixed tocopherol concentrate, from non-GMO sunflower)	12.5 mg
Lycopene	3.334 mg
Zinc (from zinc citrate)	1.67 mg
Selenium (from yeast-free L-selenomethionine)	4.17 mcg

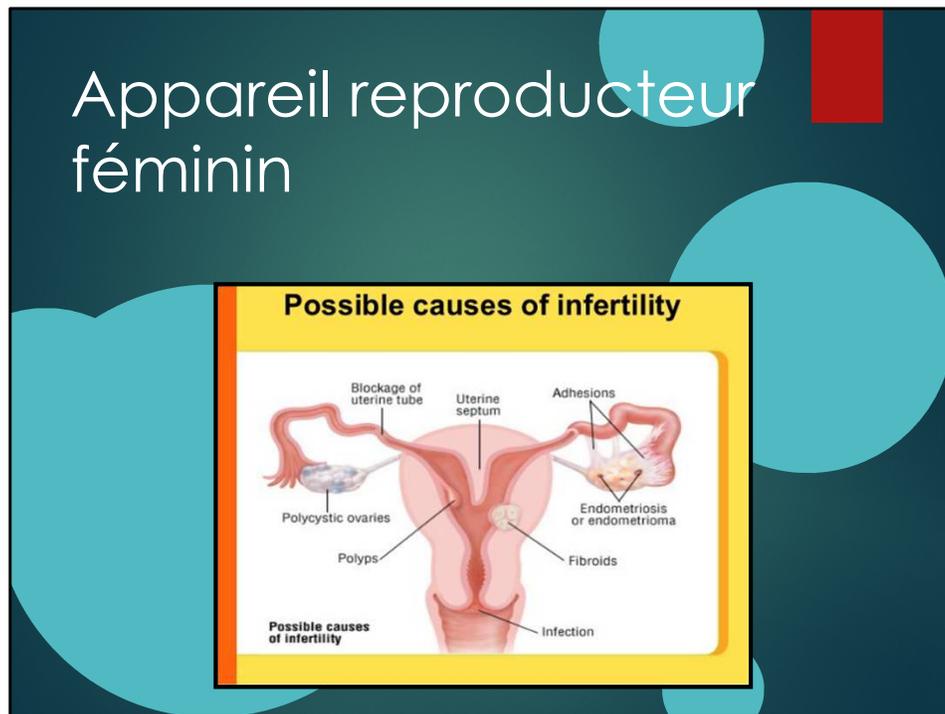
Dose: 1 caps. TID aux repas



Infertilité masculine - Fertilité Masculine

Une formule unique qui contribue à la fertilité masculine car elle contient de puissants antioxydants pour protéger l'ADN des spermatozoïdes. Elle améliore systématiquement pour chacun de ces ingrédients la qualité de spermatozoïdes donc les paramètres dont on a parlé: motilité, morphologie et quantité des spermatozoïdes.

Appareil reproducteur féminin



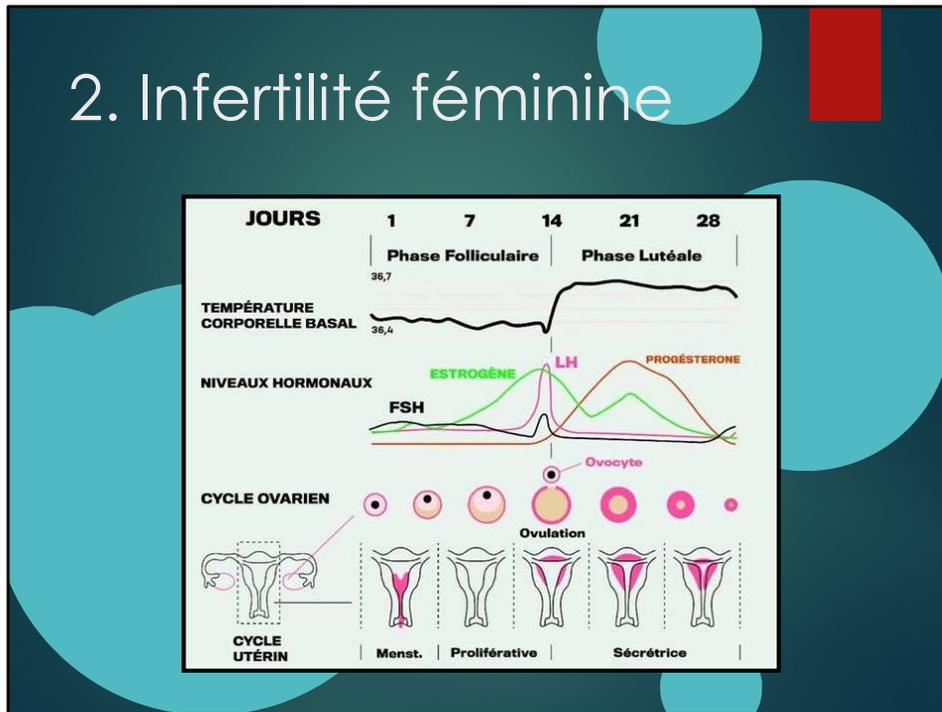
Appareil reproducteur féminin

Les spermatozoïdes voyagent jusqu'aux trompes de Fallope où l'ovule est libérée, puis il y a fécondation et l'ovule fécondé se dirige alors vers l'utérus où il s'installe au niveau de l'endomètre. Si l'ovule n'est pas fécondé, la muqueuse tapissant l'utérus dégénère et les règles commencent, marquant le début d'un nouveau cycle menstruel.

Malheureusement, il existe de nombreux troubles de santé qui empêchent ce bon déroulement ; et qui contribuent à l'infertilité féminine

>>> Importance d'un bon diagnostic médical dans le traitement de l'infertilité car il existe de nombreuses causes possibles; comme : un utérus cloisonné – des fibromes (tumeurs bénignes)- le SOPK, l'endométriose etc.

2. Infertilité féminine



Infertilité féminine

Graphique : Cycle hormonal mensuel chez la femme ainsi que le cours de l'ovulation et les différentes fluctuations hormonales associées.

Cycle ovarien jour 1 = follicule >>>> puis la phase folliculaire aboutissant à l'ovulation caractérisée par un pic de LH – et ensuite la phase lutéale qui s'accompagne par une montée de la progestérone.

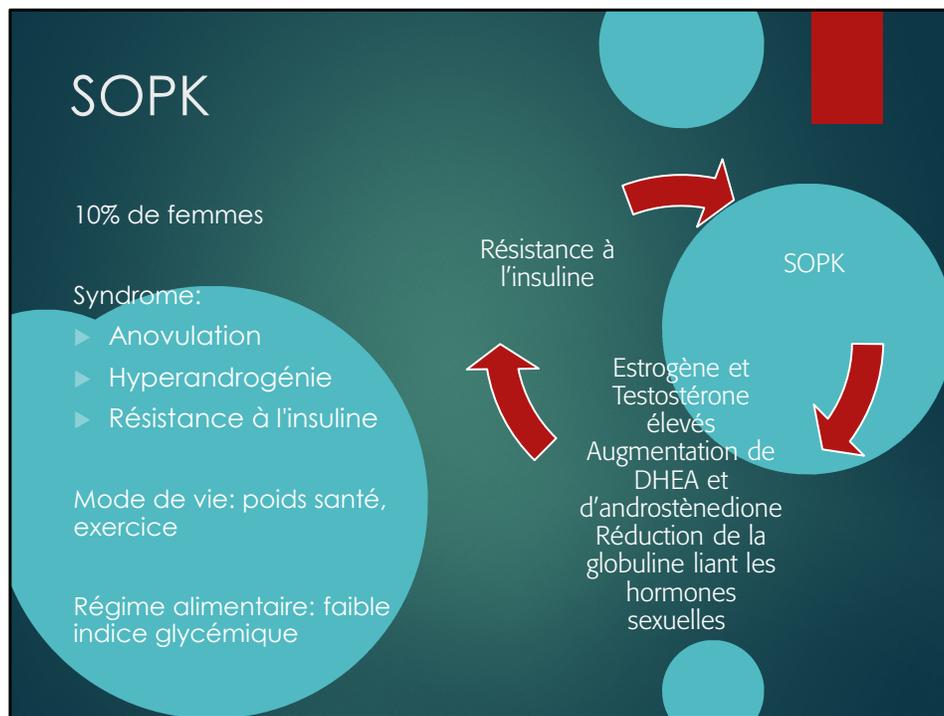
Souvent les femmes rencontrent des problèmes hormonaux du fait d'un manque de progestérone – et donc d'un excès relatif d'estrogène en phase lutéale.

Améliorer l'ovulation

- ▶ Syndrome des ovaires polykystiques (SOPK)
- ▶ Diminution de la réserve ovarienne (DOR) «Qualité des ovules»
- ▶ Soutien hormonal : thyroïde, surrénales
- ▶ Déficit en phase lutéale

Améliorer l'ovulation

1. Environ 10% des femmes sont atteintes de formes plus ou moins graves de SOPK, et beaucoup n'en sont pas conscientes. Environ la moitié des femmes atteintes de SOPK présentent une infertilité due à la rareté ou à l'absence d'ovulations
- 2...
- 3...
4. Déficit en phase lutéal : sous-entendu un problème de niveau de progestérone ou de ratio avec l'estrogène



SOPK

Syndrome courant qui peut se présenter différemment d'une femme à l'autre. Touche les femmes en surpoids, diabétique mais aussi minces voire maigres.

Le SOPK met en évidence de nombreux petits follicules, au nombre de 20 au moins et de diamètre inférieur à 9 mm et/ou un volume ovarien important, sans présence de kyste ni de follicule dominant.

En fait, il n'y a pas de kystes: Stein et Leventhal, en 1935, ont pris pour des kystes la multitude des follicules présents dans les ovaires des femmes examinées

Le SOPK est plus un dérèglement par excès d'androgènes produits dans l'ovaire, qu'une maladie, et ces femmes ont des ovaires et des ovules normaux.

En situation normale, la transformation rapide des androgènes ovariens en œstrogènes régule leur taux.

Les mécanismes responsables de cette hyperandrogénie et du SOPK ne sont pas tous élucidés et certains sont probablement très précoces.

Littérature +++ sur le rôle des surrénales dans ce syndrome – et donc l'importance de la gestion du stress.

Les symptômes classiques du SOPK sont

1. L'anovulation >> absence d'ovulation ou ovulation irrégulière ou perturbée
2. L'hyperandrogénie, avec l'apparition par exemple de plus de poils, donc des caractères masculins, dû au fait que les hormones males (testostérone, DHEA, androstènedione etc.) sont trop élevées
3. L'insuline fait aussi partie du tableau avec des quantités trop élevées

SOPK

- ▶ Sensibilisateur à l'insuline
- ▶ Améliore la signalisation hormonale au niveau de la membrane cellulaire
- ▶ Restaure l'ovulation, augmente les taux de grossesse
- ▶ Améliore la qualité des ovules chez les femmes subissant une FIV

Dose: 4g par jour



SOPK - Myo-Inositol

1...

2...

Rôle de régulateur hormonal au niveau de la thyroïde, aussi pour l'estrogène, et la FSH.

L'inositol est connu pour augmenter la progestérone et à l'inverse réduire la testostérone, donc idéal en cas de SOPK.

3. Dans une ECR, la supplémentation en inositol a montré qu'il restaurait l'ovulation chez plus de 70% des participantes.

4. Il a aussi été démontré que l'inositol réduisait le besoin de médication pour la stimulation des ovaires dans le cadre des FIV

SOPK

- ▶ Infertilité / SOPK / Surpoids liés à la carence en vitamine D
- ▶ Améliorations des paramètres métaboliques
- ▶ Prédit la survie à la naissance dans le traitement de la fertilité

Dose: 2000-4000 UI par jour



SOPK - Vitamine D

1. La déficience en vitamine D est associée à un nombre important de conditions de santé incluant les problèmes d'infertilité, notamment le SOPK
Plus les niveaux de vitamine D sont bas, moins les traitements pour la fertilité ont du succès.

Dans une étude avec des femmes atteintes de SOPK, il est montré qu'un niveau de 112 ng/L offre de meilleurs bénéfices pour la fertilité qu'un niveau de 95 ng/l.
L'augmentation du taux de vitamine D améliore la fertilité même chez des femmes avec suffisamment de vitamine D

2. La vitamine D améliore la résistance à l'insuline chez les personnes diabétiques, notamment chez les femmes avec SOPK

3. Une étude montre que les niveaux de vitamine D prédisent l'incidence des problèmes à la naissance des bébés de femmes avec SOPK qui recevaient des traitements pour améliorer leur fertilité.

Note : Il est important de tester la vitamine D et même si la personne a un niveau santé (sup 75 ng/L) il peut toujours être bénéfique de prendre la vitamine D dans des posologies raisonnables.

SOPK

- ▶ Précurseur du glutathion antioxydant
- ▶ Sensibilisateur à l'insuline
- ▶ Induit l'ovulation, augmente les taux de grossesse

Dose : 500 mg (1 caps.)

TID aux repas



SOPK - N-Acétylcystéine

1. NAC : précurseur du glutathion qui dans son rôle anti-oxydant, est important pour assurer le bon métabolisme de nombreuses substances.
2. Agit essentiellement au niveau du foie où se trouve aussi bon nombre de voies métaboliques hormonales. Il aide donc à maintenir l'équilibre hormonal. C'est notamment un sensibilisateur à l'insuline.
3. Dans les études, la NAC a permis de normaliser l'ovulation, et d'augmenter le taux de grossesse.

Dans une ECR avec plus de 100 femmes avec SOPK et médicamentée, on a comparé Metformin et NAC et les deux ont augmenté les taux d'ovulation et de grossesse ; donc des résultats similaires sur la fertilité avec néanmoins des résultats légèrement supérieurs pour le NAC comparé au Metformin – sans effets secondaires.

The infographic features a dark teal background with several light teal circles of varying sizes and a small red rectangle in the top right corner. The text is white and arranged in a clean, modern layout.

SOPK

- ▶ Améliore la fonction mitochondriale
- ▶ Normalise l'ovulation, augmente les taux de grossesse
- ▶ Améliore la résistance à l'insuline
- ▶ Améliore la maturation folliculaire et l'endomètre

Acétyl-L-Carnitine*

Dose : 1000 mg (2 caps)
BID aux repas

SOPK - Acétyl-L-Carnitine

1. L'ALC favorise le passage des acides gras du cytosol de la cellule vers l'espace intermembranaire des mitochondries.
2. Un essai randomisé avec de l'ALC a montré qu'il normalisait l'ovulation et qu'il augmentait les taux de grossesse ; Lors de cette étude, l'ovulation a eu lieu chez 64 % des femmes du groupe ALC contre 17 % des femmes du groupe placebo ; la grossesse a eu lieu dans 51% du groupe ALC contre 6 % dans le groupe placebo.

Dans les études cliniques sur l'ALC, on voit aussi qu'il a engendré des pertes de poids chez les femmes avec SOPK et a aussi amélioré la résistance à l'insuline

D'autres paramètres de la fertilité sont améliorés avec l'ALC notamment la maturation folliculaire, l'épaisseur de l'endomètre (plus épais avec l'ALC ce qui contribue à l'implantation de l'ovule dans l'utérus) ; et les niveaux d'estrogène sont plus élevés au moment de l'ovulation avec l'ALC; ce qui indique un meilleur fonctionnement hormonal.

** Disponible chez Sura-vitاسan / Nahani*



SOPK - Berbérine

1. En cas de diabète et de syndrome X (intimement liés au SOPK) – du fait de ses propriétés de sensibilisateur à l'insuline
2. Améliore le HOMA-IR : une mesure assez complexe de l'insuline.
3. Chez les femmes avec SOPK, la berbérine augmente le taux de grossesse
4. Chez les femmes qui ont fait une FIV, plus particulièrement pour les femmes avec SOPK, la berbérine a permis une réduction du syndrome d'hyperstimulation ovarienne, qui est une complication du FIV pouvant être assez sérieuse... IDEM inositol.

SOPK

Glycyrrhiza glabra

- ▶ Contient de la glycyrrhizine
- ▶ Effets anti-androgènes
- ▶ Tonique surrénalien; potentialise le cortisol
- ▶ Réduit la prolactine

Dose : 1000 mg par jour

Attention: hypertension

**Réglisse
(racine)**

SOPK – Réglisse

En MTC, phytothérapie pour les surrénales : régulateur du métabolisme du cortisol. Plante pour l'équilibre de la testostérone, de l'estrogène; et aussi de la prolactine, une hormone qui dans certaines circonstances peut inhiber le bon développement de l'ovulation.

Une étude montre que des femmes avec SOPK prenant des remèdes incluant la réglisse ont vu une réduction de l'oligoménorrhée (donc leurs cycles se sont régularisés), de l'IMC, de l'insuline, de la LH, de la tension artérielle, de l'anxiété, du stress, et de la dépression; et une augmentation du taux de grossesse >> Impact très global sur la santé.

!!! Attention avec les prescriptions d'anti-hypertenseurs

Diminution de la réserve ovarienne - *DOR*

La DOR indique que les ovaires de la femme ne répondent pas bien à la stimulation, produisent moins d'ovules et de moins bonne qualité (génétiquement anormaux).

- ▶ Niveau basal de FSH
- ▶ Niveaux d'AMH
- ▶ Nombre de follicules antraux

DOR

Donc dans les procédures de FIV ou on collecte des ovules, la manière dont les ovaires des femmes vont réagir à la médication est important.

1. FSH pour évaluer la capacité du corps à stimuler l'ovulation
2. AMH (Hormone de régression müllérienne) pour évaluer la réserve ovarienne
3. Ultra-son pour déterminer le nombre de follicules antraux



DOR

Le facteur le plus important dans la DOR est l'âge.

DOR

- ▶ Amélioration du nombre et de la qualité des ovules récupérés chez les « mauvais répondeurs »
- ▶ Baisse des besoins en médicaments pour la stimulation ovarienne

Dose : 4g par jour



DOR - Inositol

Améliore la sensibilité hormonal grâce à une meilleure communication cellulaire.

1. L'inositol donné à des femmes avec DOR qui utilisaient la FIV...

- Améliorait le nombre et la qualité des ovules récupérés de ces femmes
- Réduisait le besoin en FSH pour stimuler les ovaires

2. Dans une étude, l'inositol a permis d'augmenter le taux de grossesse et a réduit le taux de fausses couches, avec une augmentation de l'index de sensibilité ovarienne (donc les ovaires étaient plus sensibles aux médicaments utilisés et le besoin en était réduit).

DOR

Régulation du facteur immunitaire

Étude avec des femmes qui avaient échoué à la FIV

- ▶ Les cellules NK et la cytotoxicité NK étaient les plus élevés chez les femmes dont la réponse ovarienne était faible et qui présentaient également les niveaux les plus bas de vitamine D

Dose: 2000 UI par jour



DOR - Vitamine D

Études observationnelles : la vitamine D est insuffisante chez les femmes qui réagissent peu à la stimulation ovarienne.

Système immunitaire >>> élément clef chez les femmes atteintes d'infertilité

La vitamine D module le système immunitaire et améliore la tolérance immunitaire en situation de grossesse.

1. Les femmes qui avaient le moins de vitamine D avaient la plus grande activité immunitaire dans le système reproductif >> présence importante de NK et de cytotoxicité NK soit une évaluation du degré d'agression du système immunitaire sur les organes reproducteurs; avec donc un effet sur la fertilité.

DOR

- ▶ Amélioration des indices de qualité des ovules
- ▶ Embryons génétiquement plus normaux
- ▶ Augmentation du taux de grossesse clinique

Dose: 3-10 mg par jour au coucher



DOR - Mélatonine

Chez les femmes avec DOR, la mélatonine agit en tant qu'anti-oxydant et protège les ovules

1. 2. Il a été montré que la mélatonine augmentait le nombre d'œuf matures extraits lors de la FIV
3. Une revue systématique de 10 études sur la mélatonine chez des femmes avec DOR, il a été montré une augmentation du taux de grossesse

Pour personnes insomniaques +++

DOR

Antioxydant, fonction mitochondriale

- ▶ Réduction des dommages aux ovocytes récupérés, y compris moins de dommages à l'ADN, augmentant la fertilité
- ▶ Augmentation du nombre d'ovocytes récupérés, taux de fécondation plus élevé (67,49%), embryons génétiquement plus normaux et taux de grossesse amélioré chez les jeunes femmes atteintes de DOR

Dose: 300+ mg par jour



DOR - Co-Enzyme Q10 - Ubiquinone

Anti-oxydant naturellement présent en grande quantité dans les ovaires.

1. Effet anti-âge et protecteur sur les ovules, et sur le temps entre l'extraction et la FIV...
2. Une étude sur des femmes avec DOR âgées de moins de 35 ans montre que la supplémentation en CoQ10 avant l'extraction des ovules réduisait la quantité de médication nécessaire pour stimuler les ovaires et augmentait le nombre d'ovocytes récupérés, mais aussi un taux de grossesse amélioré.

DOR

Soutien des surrénales

- ▶ Plantes adaptogènes : Rhodiola, Ashwagandha, Réglisse
- ▶ Vitamines B
- ▶ Extrait glandulaire

DHEA – Requiert une prescription médicale

Équilibre de la progestérone requiert une prescription médicale (ND ou MD)



DOR – Autres nutraceutiques

1. Évaluation des surrénales - si problème endocrinien, considérer ces nutraceutiques pour aider à la qualité et à la quantité des ovules (moins de références cliniques sur la question de la fertilité)
2. DHEA : données sur son utilisation en cas de DOR – Besoin de se référer à un médecin.
3. Si troubles de l'ovulation >>> production de progestérone possiblement instable

Soutien hormonal

Thyroïde

- ▶ TSH < 2.5 pour la fertilité
- ▶ Extrait glandulaire – (prescription ND)
- ▶ Ashwagandha, Inositol, Sélénium

Surrénales

- ▶ Cortisol salivaire / Symptômes
- ▶ Plantes adaptogènes: Rhodiola, Ashwagandha, Réglisse
- ▶ Cordyceps
- ▶ Vitamines B
- ▶ Gestion du stress
- ▶ Progestérone - shunt cortisol



DOR – Autres nutraceutiques Soutien hormonal

Thyroïde : Évaluation pour TSH < 2.5 mUI/L (normal entre 0.5 et 4.5)

Surrénales : Le corps produit du cortisol à partir de la progestérone. S'il y a beaucoup de stress >>> déficit en progestérone et donc risque accru d'infertilité.

Soutien immunitaire

Fausse couche récurrente

- ▶ Le système immunitaire de la mère doit tolérer l'ADN étranger du bébé
- ▶ Les cellules NK peuvent attaquer l'embryon

L'endométriose

- ▶ Inflammatoire / auto-immun
- ▶ Implants anormaux de tissu endométrial autour des ovaires, des trompes de Fallope, de la cavité pelvienne
- ▶ Menstruations / ovulation douloureuses
- ▶ 2 à 10% des femmes en âge de procréer

Soutien immunitaire



Perte de grossesse récurrente

Approche multifactorielle et systémique type PNEI

Une étude avec des femmes vivant des pertes de grossesse récurrente montrent une plus grande incidence de perméabilité intestinale – et donc de processus auto-immuns pouvant conduire par exemple à l'endométriose.

Endométriose

1. Inflammatoire
2. Auto-immun
3. Dominance œstrogénique

Endométriose

1...

2...

3. Dominance œstrogénique

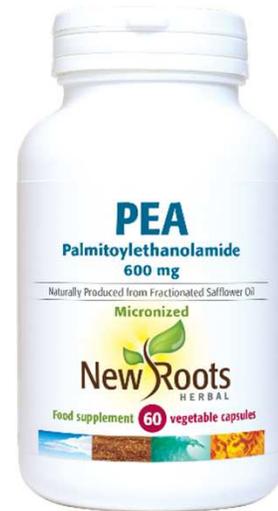
- soit par excès d'estrogène
- soit par déficit de progestérone

Endométriose

Antalgique

- ▶ Névralgies
- ▶ Douleurs abdominales persistantes lors des règles
- ▶ Douleurs intestinales

Dose: 1 caps. BID aux repas



Endométriose - PEA

Antalgique - Si sensations de douleurs

Endométriose

Anti-inflammatoires

► **Aid-inflam**

- ❖ Boswellia
- ❖ Curcumine
- ❖ Quercétine
- ❖ Broméline

Dose: 1 caps. BID aux repas

► **Omégas 3 – AEP 2g / jr**



Endométriose – Anti-inflammatoires

Aid-Inflam

Une analyse pharmacologique en réseau a suggéré un effet positif de la boswélie sur l'endométriose. Selon des modèles in vivo et in vitro, la boswélie soulage l'endométriose en réduisant l'adhérence et le développement de l'endomètre ectopique.

+ autres nutraceutiques parmi les plus importants à considérer pour l'endométriose : Curcumine, Quercétine, Broméline

OmégaAEP Max

Des adolescentes atteintes d'endométriose et supplémentées en huile de poisson ont vu leur score VAS (échelle de la douleur associée) diminuer de 50 %.

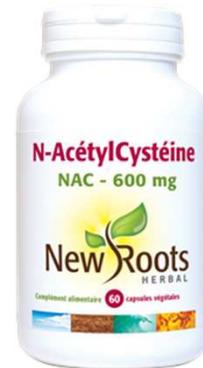
Les femmes ayant des taux circulants d'AEP plus élevés sont moins susceptibles de souffrir d'endométriose.

Endométriose

Antioxydants

- ▶ Précurseur du glutathion
- ▶ Soutien au métabolisme hormonal
- ▶ Anti-inflammatoire
- ▶ 1000mg / jr après 3-6 mois: réduction de la douleur et utilisation réduite des analgésiques

Dose: 1 – 2 caps. QD aux repas



Endométriose – Antioxydant

NAC



Endométriose – Autres nutraceutiques pour le soutien de l’immunité

Vitamine D

Anti-inflammatoire, anti-oestrogénique, réduit la prolifération cellulaire et le VEGF et aide l’apoptose ; autant d’éléments de la physiopathologie de l’endométriose
 Nutraceutique de base pour l’endométriose.

Fémina Flora Oral

Contient la souche L. Gasseri qui aide à diminuer les dysménorrhées, la douleur et la qualité de vie des femmes atteintes d’endométriose. Réduit le LPS : endotoxine des bact. Gram positif qui enflamme l’auto-immunité et avec l’estradiol contribue à l’endométriose.

Champignons médicinaux > Modulateurs immunitaires – Reishi et Cordyceps aident à l’équilibre estrogène / progestérone et soutiennent les surrénales.

Endométriose

- ▶ Soutien hépatique
- Detox estrogénique J6-19
- Anti-inflammatoire J20-5
- Etc.

Dose: 1 caps. QD au petit déjeuner



Endométriose – B-Complex Ultra

Soutien à la méthylation et aux voies métaboliques saines des estrogènes notamment lors du pic des estrogènes au moment de l'ovulation J14

Endométriose

Équilibre
Estrogène / Progestérone

INGRÉDIENTS	
Chaque capsule végétale contient :	
Extrait de racine de pissenlit (<i>Taraxacum officinale</i>), 3 % de flavonoïdes	150 mg
Extrait de fruit de gattilier (<i>Vitex agnus-castus</i>), 0,5 % d'agnuside	125 mg
Extrait de racine de dong quai (<i>Angelica sinensis</i>), 1 % de Z-ligustilide	125 mg
Extrait 4:1 de soie de maïs (<i>Zea mays</i>)	50 mg
Extrait 4:1 de viorne obier (<i>Viburnum opulus</i>)	50 mg
Extrait de fleur de trèfle des prés (<i>Trifolium pratense</i>), 8 % d'isoflavones	35 mg
Extrait de racine d'actée à grappes noires (<i>Actaea racemosa</i>), 2,5 % de glycosides triterpéniques	20 mg
Extrait de racine de ginseng de Sibérie (<i>Eleutherococcus senticosus</i>), 0,8 % d'éléuthérosides	5 mg

Endométriose – Fémina Balance

Vitex (Gattilier) aide le corps à produire plus de progestérone et à balancer le ration œstrogène / progestérone

L'extrait de **Viorne** aubier aide aux symptômes de crampes

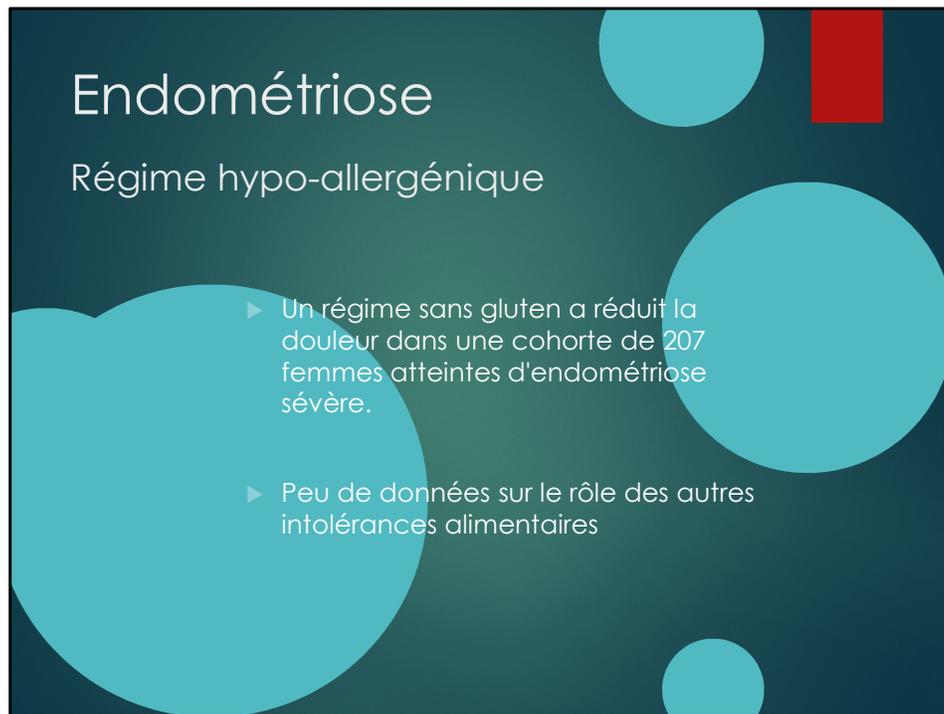
Le pissenlit soutien les fonctions hépatiques

Le ginseng combat la fatigue

Etc. (voir fiche technique)

Attention: Si FIV avec médication, cette formule de phytothérapie est contre-indiquée. Peut être considérée sans médication.

Dose : 1 caps. QD au repas



Endométriose

Régime sans gluten et sans produits laitiers = Base

Protocole de soin pour la perméabilité intestinale >>>> test zonuline etc.

SPM

Phyto-oestrogénique +
progestéronique

- ▶ Réduction des douleurs
- ▶ Meilleure humeur / sommeil
- ▶ Renforce la vitalité
- ▶ Soutien hépatique

Dose: 1 caps. QD au repas



SPM - Fémina Balance

Utiliser pour un minimum de 3 mois pour aider à stabiliser les irrégularités du cycle menstruel.

Le gattilier (*Vitex agnus-castus*) peut aider à soulager les symptômes prémenstruels.
Le trèfle rouge (*Trifolium pratense*) - bons isoflavones
Etc. (Voir fiche technique)

Infertilité : Causes idiopathiques et autres

- ▶ Infertilité inexplicée – Facteurs environnementaux / psy etc. ?
- ▶ Les femmes atteintes de maladie cœliaque non traitée ont des taux plus élevés d'infertilité et de fausse couche

Mais aussi... **Microchimérisme**

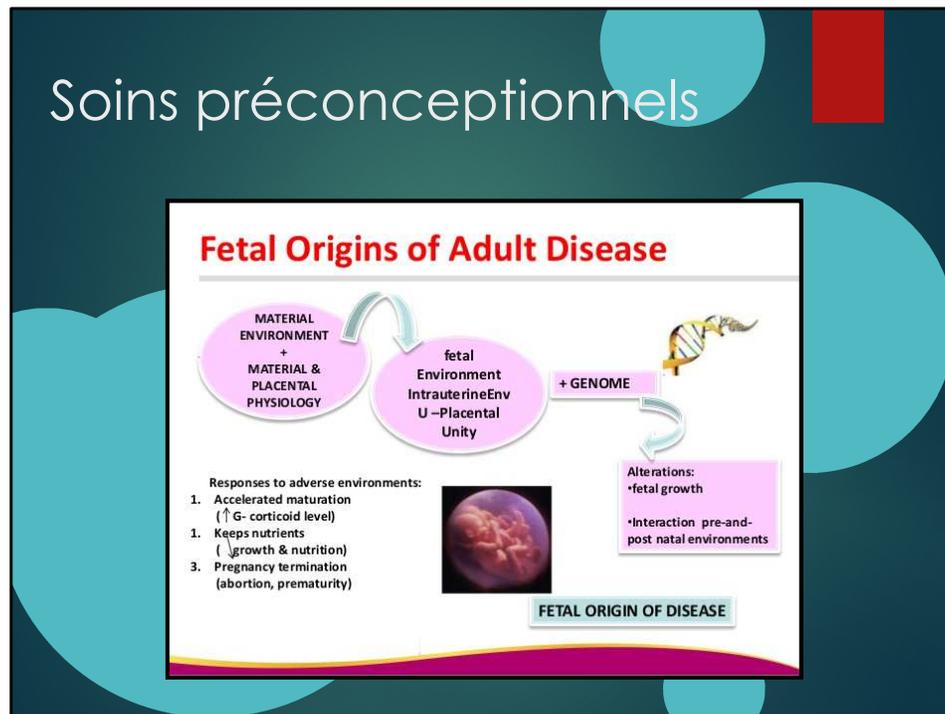
Infertilité : Causes idiopathiques et autres

Infertilité : Thérapeutique avancée

- ▶ Acupuncture
- ▶ Prescription hormonale
 - ▶ Extrait glandulaire de thyroïde
 - ▶ Progestérone
- ▶ Bilan hormonal (salivaire, sanguin, chronométré)
- ▶ Méthodes d'identification des périodes fertiles

Infertilité : Thérapeutique avancée

Soins préconceptionnels



Soins préconceptionnels

Hypothèse de l'origine foetal des maladies adultes : l'environnement intra-utérin "programme" le futur du bébé , notamment son cerveau , son métabolisme, et détermine dans une certaine mesure le risque de maladie dans sa vie adulte.

Une des origines de cette hypothèse est une étude menée en Europe par des sages femmes durant la seconde guerre mondiale, qui a suivi des femmes en proie à la famine. Leurs enfants avaient des poids à la naissance faibles et étaient aussi à risques beaucoup plus élevés d'hypertension, de diabète, d'obésité, de MCV plus tard dans leur vie.

>>> programmation pré-conceptionnelle en lien avec l'environnement foetal du moment.

A l'inverse on sait aussi que prendre soin par exemple de son microbiote pendant la grossesse peut réduire les risques de troubles atopiques jusque une génération après.

Multivitamine prénatale

Méta analyses : réduisent

- ▶ 4 malformations congénitales
- ▶ 3 cancers pédiatriques
- ▶ Troubles du spectre autistique (TSA)

Méthyl-folate

- ▶ Polymorphisme génétique



Soins préconceptionnels

Natal Nutri Balance

Multivitamine pour prévenir ou traiter les subcarences nutritionnelles et leurs risques associés – comme celui de la malformation du tube neural avec la B9 méthylée (MTHF)

Méthyl-folate (Les femmes avec des polymorphismes sont plus à risque de fausse couche)

Pendant et après la grossesse aussi

Acides gras Oméga-3

ADH

- ▶ Composante structurelle du système nerveux foetal
- ▶ Améliore le QI, le développement des organes sensoriels
- ▶ Diminution du risque d'atopie
- ▶ Réduit les naissances prématurées

AEP

- ▶ Soutien de l'humeur pour la mère

Dose : ratio 2 AEP / 1 ADH
1000 - 2000 mg total



Soins préconceptionnels – Oméga-3 Sauvage

Pendant et après la grossesse aussi

Probiotiques

Multi-souches, enrobage entérique

- ▶ Développement immunitaire
- ▶ Réduction du risque d'eczéma et d'allergies
- ▶ Vaginose bactérienne
- ▶ Prévention de la prééclampsie

Dose : 1 caps. QD au repas



Soins préconceptionnels – Fémina Flora Oral

Pendant et après la grossesse aussi



Vitamine D

- ▶ Prévalence élevée des carences
- ▶ Réduction du risque d'atopie et de maladie auto-immune
 - ▶ Diabète de type 1
- ▶ Réduction du risque d'asthme
- ▶ De meilleurs résultats néonataux

Dose: jusqu'à 4000 UI par jour

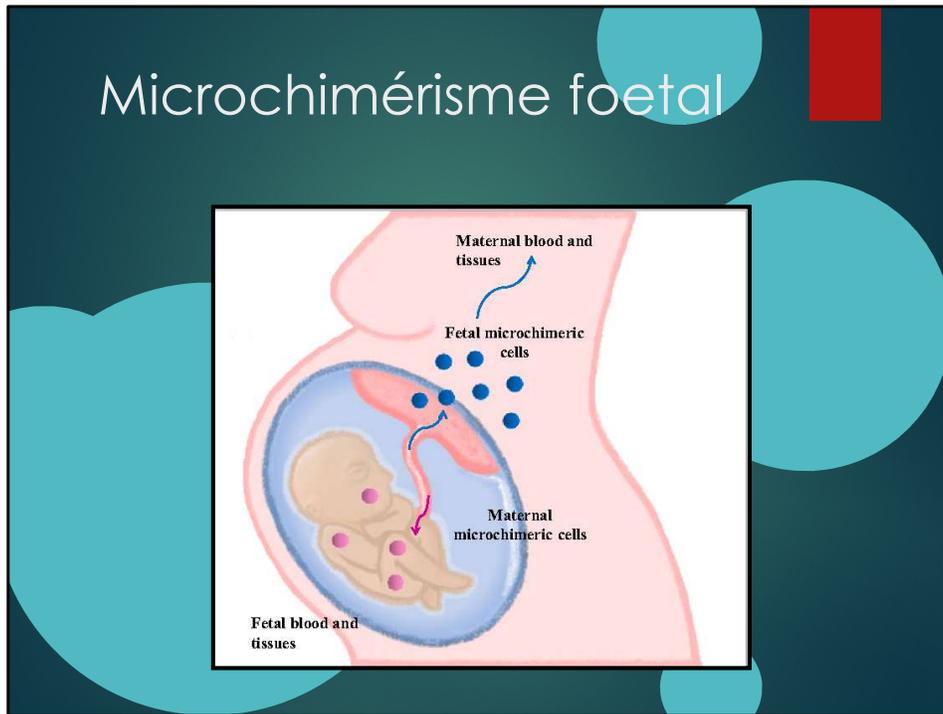
Soins préconceptionnels – Vitamine D3

...

5. Meilleurs résultats néonataux : poids à la naissance et naissance prématurée

Pendant et après la grossesse aussi

Microchimérisme foetal

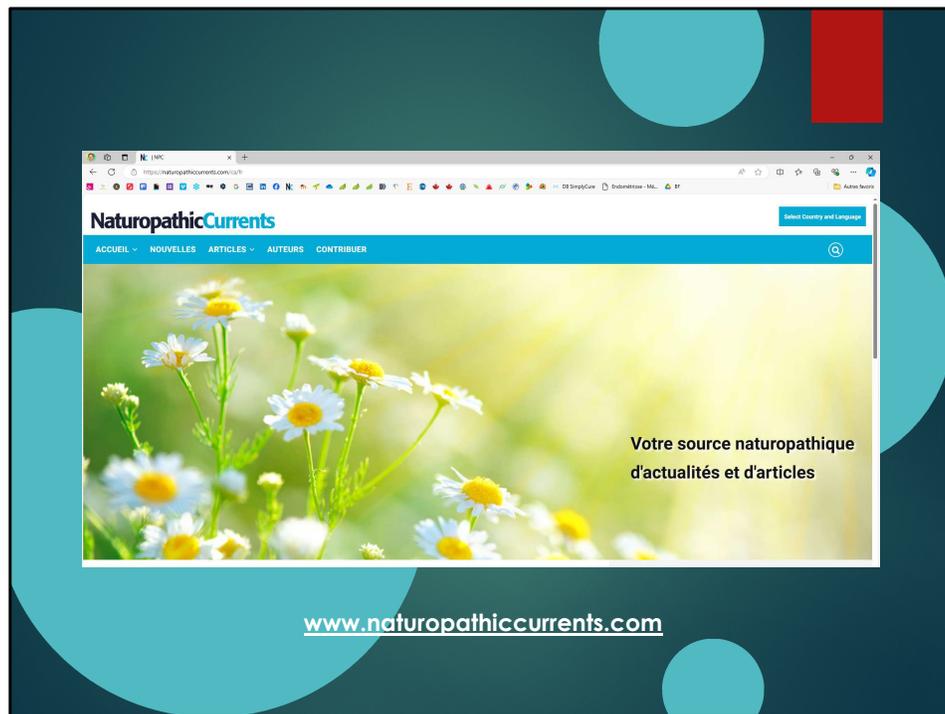


Microchimérisme foetal

Notion fascinante qui illustre l'aspect très complexe et subtile de l'immunité et de la relation mère enfant

Des cellules du fœtus migrent à travers le placenta et colonisent, dans une certaine mesure, les organes de la maman en y restant actifs, bien sûr pendant la grossesse mais aussi pendant des années après.

Donc maman continue de porter des cellules de son bébé le reste de sa vie, et on croit que ces cellules ont un effet protecteur et régénérateur sur les organes où ils se sont implantés (cœur, cerveau, système lymphatique etc.)



www.naturopathiccurrents.com

Librairie de près de 400 articles de naturopathie rédigés par des ND - libres d'accès



Une sélection de produits New Roots Herbal (spécifiquement pour la femme et pour le protocole de perméabilité intestinale) est aussi disponible via la plateforme en ligne www.SimplyCure.com

Merci pour votre attention

Contact :

Guillaume Landry, M.S, Naturopathe
landryg@newroots.info