



# ERGYTONYL



Synergie phytominérale

## PHYTODYNAMISANT AU GINSENG

### • 3 plantes aux propriétés traditionnellement reconnues :

- Ginseng** - racine > Tonique - Adaptogène<sup>[1]</sup>
- Eleuthérocoque** - racine > Adaptogène<sup>[2]</sup>
- Maté** - feuilles > Stimulant<sup>[3]</sup>

### • Minéraux et oligoéléments pour potentialiser l'action dynamisante :

La solution aqueuse d'oligoéléments est particulièrement **riche en sélénium et zinc** ; elle est aussi **source de magnésium**. Le zinc soutient **la fonction cognitive** alors que le magnésium contribue **à réduire la fatigue** quelle qu'en soit l'origine. Sélénium et zinc ont un rôle important dans la neutralisation des radicaux libres et renforcent le système immunitaire.

**ERGYTONYL**, tonique et revitalisant, peut être conseillé :

- Dans les états de **fatigue passagère, baisse de tonus, convalescence**,
- Pour **optimiser la vitalité physique** des seniors, des sportifs,
- Comme **stimulant intellectuel** (étudiants en période d'examen, seniors...).

## CONSEILS D'UTILISATION

10 à 20 ml par jour dans 1 verre d'eau (150 ml) en dehors des repas.  
Cure de 1 mois.



Enfants < 12 ans,  
femmes enceintes  
et allaitantes



Anticoagulants



Sous traitement  
anti-diabétique  
(ginseng)

## INGRÉDIENTS

Solution aqueuse d'oligoéléments (eau filtrée, eau de mer concentrée désodée, extrait standardisé de lithothamne - *Phymatolithon calcareum* Pall., chlorures de zinc et de chrome, gluconates de zinc, de fer et de cuivre, sulfate de manganèse, sélénite et molybdate de sodium), stabilisant : glycérine végétale ; fructose, extraits d'eleuthérocoque (*Eleutherococcus senticosus* Rupr. et Maxim), ginseng (*Panax ginseng* C.A.Mey) et maté (*Ilex paraguariensis* A.St-Hil.), lactate de magnésium, arôme naturel saveur pêche, conservateur : sorbate de potassium.



## PRÉSENTATION

Flacon de 250 ml : ACL 3401548627501

## COMPOSITION pour 20 ml

Extrait (en équivalence plante sèche) :	
Ginseng	1430 mg
Eleuthérocoque	1104 mg
Maté	552 mg
dont teneur en caféine	< 0,7 mg

### Solution aqueuse d'oligoéléments.

Principaux minéraux apportés :	% VNR*
Magnésium	15
Zinc	30

\* Valeurs Nutritionnelles de Référence

Sans alcool, sans édulcorant,  
sans arôme artificiel.





## Une action stimulante naturelle

En période **d'activité intense** (examens, sport...) ou dans **les situations de faiblesse** (vieillesse, convalescence...), l'organisme se «dépasse» pour **maintenir son équilibre** et mobilise beaucoup d'énergie. Si elle se prolonge ou se répète fréquemment, cette adaptation entraîne **un épuisement des réserves de nutriments et de micronutriments**, tout en générant un stress oxydatif important à l'origine **d'un affaiblissement physique** (fatigue chronique, sensibilité accrue aux infections...) et **d'une lassitude psychologique** (perte de motivation, difficultés de concentration, de mémorisation...).

Pour récupérer et retrouver le tonus, les plantes telles que le ginseng, l'éleuthérocoque et le maté, en synergie avec des oligoéléments agissant au niveau de la fatigue et des métabolismes énergétiques seront une réponse efficace.

### Pour une vitalité physique et intellectuelle optimale : associer plantes et minéraux

La solution minérale **d'ERGYTONYL** est source de **magnésium** indispensable au métabolisme énergétique, reconnu pour participer à la réduction de la fatigue. Elle est aussi riche en **zinc** participant au bon fonctionnement de la fonction cognitive et intervenant comme catalyseur lors de la synthèse protéique.

#### Ginseng - *Panax ginseng*

Le **ginseng**, est une plante herbacée dont **les racines**, partie active, sont riches en **ginsénosides** et contiennent des vitamines du groupe B, des polysaccharides, des stérols, des acides aminés...

Le ginseng est utilisé depuis des millénaires comme tonique et aphrodisiaque ; ses propriétés ont été démontrées au cours des nombreuses études réalisées ces 20 dernières années, on peut retenir en particulier les actions suivantes :

- **Stimulation des défenses naturelles de l'organisme**<sup>[4]</sup> : les effets toniques du ginseng sont particulièrement efficaces en cas de fatigue<sup>[5]</sup>.
- **Stimulation du système nerveux central** : c'est une **plante adaptogène** qui augmente la résistance au stress, action qui s'exercerait via l'hypothalamus et ses effets immunostimulants<sup>[1]</sup>.
- **Stimulation de l'activité cérébrale** via l'hypophyse, modulation du GABA, augmentation de la concentration en dopamine, régulation du glucose<sup>[6]</sup> : la prise de ginseng **améliore les processus** d'apprentissage, de mémorisation et les réflexes.

- **Effet anabolisant** (proximité structurale des ginsénosides et de certaines hormones stéroïdiennes) : en agissant sur les cortico-surrénales, la racine de ginseng a une action stimulante sur les organes sexuels. Le ginseng a aussi **des propriétés anti-fatigue** via ses polysaccharides<sup>[7]</sup>.

#### Eleuthérocoque - *Eleutherococcus senticosus*

Arbuste de la même famille que le ginseng, l'éleuthérocoque est riche en **éléuthérosides**<sup>[8]</sup> auxquels il doit ses propriétés **adaptogènes et toniques**. Il agit comme **stimulant du système nerveux central**, des glandes surrénales et du système immunitaire.

On l'utilise communément pour son effet adaptogène<sup>[2]</sup>, qui **augmente les capacités d'adaptation de l'organisme au surmenage et au stress** et exerce **une action régulatrice** sur de nombreux organes. L'éleuthérocoque est connu pour stimuler l'appétit, la résistance à l'effort physique<sup>[9]</sup> ou aux tensions nerveuses et augmenter la concentration ; c'est aussi un fortifiant général et immunitaire très utilisé en période de convalescence.

#### Maté - *Ilex paraguariensis*<sup>[7]</sup>

Le **yerba maté** est un arbre dont les feuilles riches en **minéraux** (calcium, fer, phosphore), en **vitamines** (B1, B2 et C), et surtout en **théine et caféine**, sont **traditionnellement utilisées** dans de nombreux pays d'Amérique du Sud pour **combattre la fatigue mentale et physique**<sup>[10]</sup>.

Cet usage traditionnel est d'ailleurs reconnu par la Commission E Allemande. Le maté augmente l'attention en luttant contre somnolence et endormissement<sup>[11]</sup>.

### BIBLIOGRAPHIE

[1] WHO - monographs on selected medicinal plants VOLUME 1. 1999.

[2] WHO - monographs on selected medicinal plants VOLUME 2. 2004.

[3] EMA (European Medicinal Agency) - Community herbal monograph on *Ilex paraguariensis* St. Hilaire, folium 2010.

[4] AZIKE CG et al. - The Yin and Yang actions of North American ginseng rootin modulating the immune function of macrophages. *Chin Med*. 2011 May 27; 6(1): 21.

[5] DAI W et al. - Evaluation of the effect of the traditional Chinese medicine tongxinluo or ginseng on excess fatigue rats studied by metabonomics approach based on liquid chromatography-mass spectrometry. *Se Pu*. 2011 Nov; 29(11): 1049-54.

[6] Lee NH, SON CG - Systematic Review of Randomized Controlled Trials Evaluating the Efficacy and Safety of Ginseng. *J Acupunct Meridian Stud* 2011; 4(2): 85 - 97

[7] Wang J, Li S, Fan Y, Chen Y, Liu D, Cheng H, Gao X, Zhou Y - Anti-

fatigue activity of the water-soluble polysaccharides isolated from *Panax ginseng* C. A MEYER - *J Ethnopharmacol*. 2010 Jul 8.

[8] ZAŁUSKI D et al. - Eleutherosides in aerial parts of *Eleutherococcus species* cultivated in Poland. *J AOAC Int*. 2011 Sep-Oct; 94(5): 1422-6.

[9] KUO J et al. - The effect of eight weeks of supplementation with *Eleutherococcus senticosus* on endurance capacity and metabolism in human. *Chin J Physiol*. 2010 Apr 30; 53(2): 105-11. 20; 130(2): 421-3.

Epub 2010 May 24.

[10] HECK CI, DE MEJIA EG - Yerba Mate Tea (*Ilex paraguariensis*): a comprehensive review on chemistry, health implications, and technological considerations. *J Food Sci*. 2007 Nov; 72(9): R138-51.

[11] BERTÉ K, RUCKER N, HOFFMANN-RIBANI R - Yerba mate. *Ilex paraguariensis* A.St.-Hil. *Phytothérapie*. 2011; 9: 180-4.