

Du safran pour en finir avec la déprime

On peut être déprimé sans être dépressif, et depuis que l'on a appris que les antidépresseurs classiques étaient à peine plus efficaces qu'un placebo dans le traitement des dépressions légères, on comprend qu'il faut chercher ailleurs les substances qui nous aideront à retrouver le sourire. C'est ce qu'a fait le laboratoire 3 Chênes en créant le Saframyl. Ce complément alimentaire contient trois substances capables d'avoir une action sur le principal neuromédiateur de l'humeur : la sérotonine. Il contient du L-tryptophane, qui est un précurseur de la mélatonine (l'hormone du sommeil), et de la sérotonine. Il y a aussi de la vitamine B6 qui facilite le transfert de la sérotonine aux neurones. Mais, surtout, on y trouve un principe actif breveté issu du stigmate de safran. Ce principe actif est ce que l'on appelle un inhibiteur de la recapture de la sérotonine. Une étude clinique sur un échantillon de 40 adultes a été réalisée par le laboratoire avec cet extrait de safran. Après 14 jours de traitement, 100 % des déprimés ont retrouvé leur bonne humeur.



En vente libre en pharmacie au prix de 21,50 € la boîte de 14 comprimés.

Dégager ses sinus dès les premiers frimas

Toutes les familles françaises ont eu, à un moment ou à un autre, la fameuse pommade aux huit plantes Vegebom dans leur armoire à pharmacie. Inventée au début du XX^e siècle par le docteur Camille Miot, cette pommade 100 % naturelle était un peu tombée en désuétude. Les laboratoires Vegebom ont décidé de lui donner un petit coup de jeune en créant un stick inhalateur composé d'huiles essentielles d'origine biologiques (eucalyptol, cajeput, noix de muscade, cèdre, pin sylvestre, romarin) et d'extraits naturels de plantes (camphre et menthol). Idéal pour traiter le classique rhume de rentrée.

En vente libre en pharmacie au prix de 3,40 €.



Pour retrouver la bonne posture

De nombreux chercheurs se sont penchés sur le problème de l'influence des articulations de la mâchoire sur la posture du squelette. Selon eux, une dissymétrie d'1 mm au niveau de la mâchoire – à droite ou à gauche – peut être multipliée par 10 au niveau des membres ! Ce petit



appareil, baptisé Ora, a été mis au point par une kinésithérapeute titulaire d'un doctorat en biomécanique humaine. On le place en bouche et, en rétablissant la symétrie temporo-mandibulaire, il permet d'agir sur les douleurs articulaires, les tensions musculaires, les tendinites, mais aussi les maux de tête, les

grincements de dents (bruxisme) ou les sifflements dans les oreilles. Pour provoquer une autocorrection de nos postures, l'emploi de l'appareil est associé à une série d'exercices physiques très simples.

En vente libre en pharmacie au prix de 25 €.

Conserver le lait maternel en toute sécurité



Allaiter son bébé, chacun sait que c'est idéal, mais cela n'est pas toujours compatible avec la vie moderne. Ces nouveaux sachets pour lait maternel Medela Pump & Save ont été étudiés spécialement pour le recueil, la conservation et la congélation du précieux liquide nourricier. Une bande autocollante permet de recueillir le lait directement dans le sachet, le fond préformé assure une bonne stabilité du sachet, la fermeture avec zip évite les fuites et procure une grande simplicité d'utilisation. Les sachets sont stérilisés, fabriqués en polyéthylène, plastique alimentaire sûr, et munis d'une double paroi, ils permettent de préserver toutes les qualités nutritives du lait maternel.

En vente libre en pharmacie au prix de 15,70 €.

Une nouvelle classe d'antidiabétiques

Une nouvelle classe d'antidiabétique est née : les incréтино-mimétiques dont Byetta (exénatide) est le premier à être commercialisé. Ce remède permettra d'équilibrer les 35 à 40 % des diabétiques de type 2, chez qui les traitements oraux, même à doses maximales, ne sont pas suffisants. Il permettra également de retarder le passage à l'insuline qui est toujours une étape durement vécue par la personne.

Byetta reproduit les actions de l'incrétine qui est une hormone naturelle produite par l'intestin et qui est libérée dans le sang au moment des repas pour stimuler la sécrétion d'insuline. Byetta régule donc la glycémie (sucre dans le sang) en agissant directement sur les organes clés de l'équilibre glycémique. Les effets indésirables de ce nouveau traitement sont essentiellement digestifs (nausées, vomissements et diarrhées). Byetta se

présente sous la forme d'un stylo prérempli qui s'administre en 2 injections par jour. La dose, fixe pour chaque patient, n'a pas à être ajustée en fonction des repas, de l'activité physique ou des résultats de contrôle glycémique. Il doit être pris en complément des antidiabétiques oraux lorsqu'un équilibre de la glycémie n'a pas pu être obtenu.

