

## GUGGUL 60 GEL.AYUR-VANA Pour la minceur et purifier l'organisme

Ce petit arbuste épineux est l'une des plantes ayurvédiques les plus célèbres en Inde. Il doit sa réputation à sa capacité de réguler le cholestérol et la glycémie.



**Marque :** AYur-VANA

**Référence :** 2412

**Points de fidélité offerts :** 140

**Prix :** 15.90 €

**Descriptif :**



### DESCRIPTIF

Ce petit arbuste épineux est l'une des plantes ayurvédiques les plus célèbres en Inde. Il doit sa réputation à sa capacité de réguler le cholestérol et la glycémie.

En Inde, on connaît les vertus médicinales de la gomme guggul depuis environ 3 000 ans. Elle fait partie de plusieurs préparations traditionnelles destinées à traiter

l'arthrite, les maladies de la peau, les douleurs névralgiques, l'obésité, les troubles digestifs, les infections buccales, les troubles du cycle menstruel, etc. De plus, les traités de médecine ayurvédique - médecine traditionnelle indienne - écrits avant notre ère,

indiquent que la gomme guggul peut protéger contre une maladie qui, peut-on y lire, « résulte d'une mauvaise alimentation et de la sédentarité, et qui se manifeste par l'accumulation d'une substance grasse sur les parois des vaisseaux sanguins ». Il s'agit sans doute de la plus ancienne description de l'athérosclérose, de ses causes, des conséquences qu'elle entraîne et des moyens à prendre pour l'éviter. Traditionnellement, les Indiens prenaient le guggul sous forme de gomme crue (résine séchée) ou purifiée suivant des procédés ancestraux.

### **ACTIONS**

Plante dépurative et anti-cholestérol

Le guggul diminue le taux de graisses dans le sang, et participe à la régulation des acides gras, du cholestérol et des sucres biliaries, possède un effet anti-inflammatoire et anti-arthritique sans effets secondaires.

Pour plus d'efficacité et pour mieux digérer et éliminer on peut l'associer au Triphala, Trimada ou le Trikatu

Favorise l'amincissement et purifie l'organisme

conseillé dans les cas suivants :

Acné

Agrégation plaquettaire

Arthrose

### **CONSEILS D'UTILISATION**

Comme complément alimentaire, 2 à 3 gélules par jour au moment des repas avec un grand verre d'eau

Plante efficace à utiliser avec précaution, si vous suivez déjà un traitement médical, il faut vous méfier des interactions possibles si vous prenez des anticoagulants, des antiplaquettaires ou des médicaments contre l'hypothyroïdie ou l'hyperthyroïdie.

En effet, le guggul peut, soit potentialiser les effets de ces molécules chimiques, soit, au contraire, les inhiber.

\* Ne pas laisser à la portée des enfants.

\* Femmes enceintes ou allaitantes, demandez l'avis de votre médecin traitant avant utilisation.

\* privilégier une alimentation équilibrée, pauvre en graisses favoriser l'utilisation d'huile végétale 1<sup>ere</sup> pression à froid (olive, colza, tournesol) et riche en fibres

\* faites 30 minutes d'exercice physique par jour.

\* Complément alimentaire ne se substituant pas à une alimentation variée et équilibrée, ni à un suivi médical

\* Ce produit n'est pas un médicament.

### **INGREDIENTS**

pour 3 gélules : Extrait sec de gomme-résine de Guggul (Commiphora mukul) titré à 2,5 % de guggulstérones 1500 mg, Gélule végétale (hypromellose) 285 mg.

\* Ne contient ni colorant artificiel, ni conservateur.

\* Ce produit ne peut se substituer à un régime alimentaire varié.

\* Eviter de dépasser la dose journalière indiquée.

\* Conserver soigneusement fermé dans un endroit frais, à l'abri de l'humidité.

### **PRESENTATION :**

Flacon de 60 gélules végétales de 595 mg.

[Lien vers la fiche du produit](#)