



BOUFFÉES DE CHALEUR

Zoom sur la formule

60 gélules - 30 jours
Inconfort hormonal
Dès la préménopause
Sans phytoestrogène



GÉLULES VÉGÉTALES

POUR 2 GÉLULES PAR JOUR

PLANTES

Extrait de pollen de pin	300 mg
Extrait d'alchémille (parties aériennes) <i>Alchemilla vulgaris</i>	100 mg
Extrait d'achillée millefeuille (sommités fleuries) <i>Achillea millefolium</i>	100 mg
Extrait de pin (écorce) <i>Pinus sylvestris</i>	26,4 mg
dont OPC (oligomères proanthocyanidiques)	25 mg
Resvératrol issu de la renouée du Japon <i>Polygonum cuspidatum</i>	25 mg

VITAMINES

Vitamine B6	1,4 mg	100%*
Vitamine C	40 mg	50%*
Vitamine E	12 mg	100%*

MINÉRAUX

Chrome	40 µg	100%*
Magnésium	140 mg	37,3%*
Sélénium	55 µg	100%*
Zinc	10 mg	100%*

*AR : Apports de référence

ACL 6335347
EAN 3760162132786

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI



Déconseillé aux femmes enceintes, allaitantes et aux enfants de moins de 18 ans

- Déconseillé en cas d'allergie croisée connue, en particulier aux plantes de la famille des Astéracées.
- Il est conseillé d'entreprendre un accompagnement phytothérapique en accord avec le gynécologue ou la sage-femme.

POSOLOGIE

Prendre une gélule le matin et une le soir, à la fin des repas, avec un grand verre d'eau.

- Ne pas dépasser la dose journalière conseillée.
- Peut-être conseillé dès les premiers signes de la préménopause.
- Il est préconisé de prendre 1 gélule le matin pour calmer les signes de la journée et 1 gélule le soir pour agir sur les bouffées de chaleur et sueurs nocturnes. Le moment de la prise peut être adapté selon la patiente et le moment des symptômes gênants (2 gélules le matin ou 2 gélules le soir)

QU'EST-CE QU'UN COMPLÉMENT ALIMENTAIRE ?

Les compléments alimentaires se situent **entre l'aliment et le médicament**. Si, à l'inverse des aliments, ils n'ont pas vocation à nourrir, ils n'ont pas non plus, à l'instar des médicaments, vocation à soigner. En fonction de leur composition, leur rôle peut être **nutritionnel** ou **physiologique**.

On distingue trois axes d'action :

- combler les **déficiences alimentaires**
- éliminer ou atténuer les **inconforts du quotidien**
- prévenir et maintenir en **bonne santé**.

Ainsi, les compléments alimentaires ont un rôle de bien-être et de mieux-être. Parce que, comme le dit l'OMS, "**la santé ne consiste pas seulement en une absence de maladie**".

RÉGLEMENTATION

Les compléments alimentaires sont aujourd'hui soumis à un **cadre réglementaire exigeant**. Les indications d'un produit sont encadrées par ce que l'on appelle des **allégations** dont plusieurs textes listent précisément les **ingrédients**, les **conditions** et **précautions** d'emploi ainsi que les **dosages** autorisés.

Source : *L'essentiel des compléments alimentaires* par SYNADIET

La préménopause

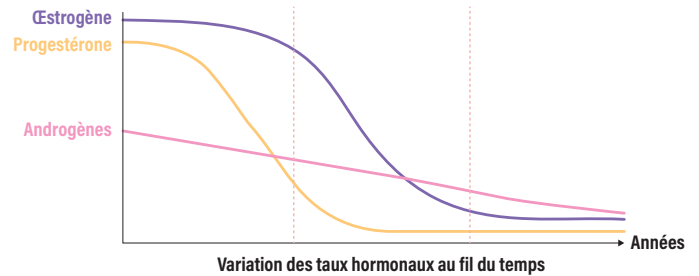
Lorsque la femme est proche de la cinquantaine, la nécessité de préparer l'organisme à accueillir un enfant n'est plus d'actualité et le stock d'ovocytes est épuisé. Le statut hormonal évolue, et la **préménopause** en est la première étape. Celle-ci **peut durer de 2 à 4 ans**.

Cette période est marquée par la **chute brutale de sécrétion de la progestérone**, d'où l'apparition d'une **hyper-œstrogénie relative**. Ce phénomène entraîne des changements notables au niveau des **cycles qui deviennent irréguliers**, raccourcis ou allongés. Ces variations hormonales s'accompagnent inéluctablement de symptômes désagréables : **bouffées de chaleur, sueurs nocturnes, irritabilité, tension mammaire, prise de poids**.

À cette période, la femme en préménopause a donc **besoin de substances progestatives** (par exemple, avec l'achillée millefeuille ou l'alchémille).

La bouffée de chaleur en préménopause

Le symptôme le plus inconfortant est certainement la **bouffée de chaleur**, ou **bouffée vasomotrice**, qui touche sept femmes sur dix. Elle peut se manifester à plusieurs reprises la **nuît**, perturbant le sommeil. De **jour**, elle est favorisée par une alimentation épicée, l'alcool, le stress, la chaleur ambiante...



Variation des taux hormonaux au fil du temps



ATTENTION !

Les deux statuts hormonaux (**préménopause** et **ménopause confirmée**) sont complètement différents et **à ne surtout pas confondre**.

La ménopause est confirmée après 12 mois consécutifs (voire 24 mois) d'absence de règles.

Comprendre la formule DAYANG

Le produit Bouffées de chaleur DAYANG est un complément alimentaire à base de plantes, vitamines, minéraux, pollen et resvératrol. Cette formule est adaptée pour les femmes en préménopause, dès les premiers signes tels que les bouffées de chaleur. Elle ne contient pas de phytoœstrogènes.

POLLEN

Allégation ID1956 : le pollen aide à diminuer les bouffées de chaleur et contribue au bien-être pendant la ménopause. Condition pour alléguer : apporter au moins 300 mg d'extrait de pollen par jour.

VITAMINES

Allégations Art. 13.1 du règlement (CE) n° 1924/2006 :

La vitamine B6 contribue à réduire la fatigue, à réguler l'activité hormonale et au fonctionnement normal du système nerveux.

La vitamine C contribue à réduire la fatigue et à protéger les cellules contre le stress oxydatif.

La vitamine E contribue à protéger les cellules contre le stress oxydatif.

Conditions pour alléguer : apporter, pour chaque vitamine, au moins 15% des AR* par dose journalière.

SÉLÉNIUM ET ZINC

Allégation Art. 13.1 du règlement (CE) n° 1924/2006 : le sélénium et le zinc contribuent à protéger les cellules contre le stress oxydatif. Condition pour alléguer : apporter au moins 15% des AR* par dose journalière.

MAGNÉSIMUM

Allégation Art. 13.1 du règlement (CE) n° 1924/2006 : le magnésium contribue à réduire la fatigue et au fonctionnement normal du système nerveux. Condition pour alléguer : apporter au moins 15% des AR* par dose journalière.

LE + DAYANG

DAYANG a choisi de compléter sa formule avec de l'**ALCHÉMILLE**, de l'**ACHILLÉE MILLEFEUILLE**, des **OPC (OLIGOMÈRES PROANTHOCYANIDIQUES) DE PIN**, du **RESVÉRATROL**, et du **CHROME**. La réglementation n'autorise pas à alléguer sur ces ingrédients.

Compléter le conseil

CONSEILS ASSOCIÉS

- Penser aux probiotiques DAYANG (G-biote).
- Éviter l'alcool, le café, les plats trop épicés.
- Lutter contre le stress qui aggrave les bouffées de chaleur, pratiquer des exercices de relaxation, de respiration.

*AR : Apport de Référence.