

ESCHOLTZIA

Réf.: EPS : ESCHOLTZIA EPS



Sédatif : l'escholtzia facilite l'endormissement chez l'adulte, l'enfant. Cet hypnotique naturel calme les enfants avant le coucher, diminue les réveils nocturnes, l'énurésie, les cauchemars.

Anxiolytique : le pavot de Californie combat la nervosité et le stress sans créer d'accoutumance, comme les anxiétés légères à l'origine de palpitations ou de sensations d'oppression.

Antispasmodique : l'escholtzia apaise les douleurs, les coliques, les irritations intestinales, les crampes ou les maux de vésicule qui accompagnent les troubles du sommeil.

Flacon de 60 ml	13.80€
Flacon de 125 ml	24.60€

CONSEIL DE VOTRE PHARMACIEN

Une cuillère à café d'EPS Escholtzia, 30 minutes avant le coucher.

Durée de la complémentation : 9 à 18 jours. À renouveler en fonction des besoins.

A prendre en dehors des repas, le soir à diluer dans un grand verre d'eau, ou un jus de fruit.

PRÉSENTATION:

Originaire de la façade pacifique des Etats-Unis, d'où son nom de pavot de Californie, et du Canada méridional.

L'escholtzia est un remède traditionnel amérindien, utilisé pour ses propriétés analgésiques : cette plante soulageait la population des maux de tête et des douleurs dentaires.

Si l'escholtzia fut introduite en Europe au XIXe siècle, elle n'était, à l'origine, qu'une plante d'ornement. C'est également à cette époque, et plus précisément en 1820, que le nom scientifique de "eschscholtzia" a été donné au pavot de Californie, par le botaniste allemand Adelbert von Chamisso, en l'honneur d'un médecin botaniste et naturaliste balte, Johann Friedrich von Eschscholtz.

Après avoir colonisé les jardins européens, l'escholtzia a été reconnue pour ses propriétés médicinales et fait aujourd'hui partie de la pharmacopée française.

DESCRIPTION:

Description botanique de l'escholtzia :

Parent du pavot somnifère (*Papaver somniferum*), l'escholtzia n'est pourtant pas un narcotique.

Cette plante vivace ou annuelle, selon la variété, appartient également à la famille des coquelicots et s'épanouit dans les zones ensoleillées et dans un sol drainant.

D'une hauteur de 40 cm, elle présente des feuilles découpées vert glauque. Emblème de l'Etat de Californie, elle produit également des fleurs jaune vif ou jaune orangé à quatre pétales, dont la floraison s'étend du printemps à l'été.

D'autres variétés peuvent donner des fleurs roses, rouges ou blanches. Le bouton floral de l'escholtzia est caractéristique : oblong, il a l'extrémité très pointue. Les graines sont contenues dans une capsule allongée, qui constitue le fruit.

PARTIES DE LA PLANTE UTILISÉES:

En phytothérapie, les parties utilisées de l'escholtzia sont les parties aériennes, consommées par voie orale.

PROPRIÉTÉS:

Alcaloïdes isoquinoléiques, glucosides flavoniques, phytostérols, caroténoïdes, mucilages, linamarine.

Propriétés médicinales de l'escholtzia :

Utilisation interne

Sédatif : l'escholtzia facilite l'endormissement chez l'adulte, comme chez l'enfant. Cet hypnotique naturel calme les enfants avant le coucher, diminue les réveils nocturnes, l'éneurésie, les cauchemars.

Anxiolytique : le pavot de Californie améliore les troubles psychiques en normalisant les fonctions psychologiques. Il combat la nervosité et le stress sans créer d'accoutumance, comme les anxiétés légères à l'origine de palpitations ou de sensations d'oppression.

Antispasmodique : l'escholtzia apaise les douleurs, les coliques, les irritations intestinales, les crampes ou les maux de vésicule qui accompagnent les troubles du sommeil.

Utilisation externe

Pas d'utilisation externe.

Indications thérapeutiques usuelles :

Troubles du sommeil, difficultés d'endormissement, éneurésie, cauchemars, réveils nocturnes, anxiété légère, stress, nervosité, douleurs liées aux troubles du sommeil.

Autres indications thérapeutiques démontrées :

L'escholtzia peut aider à réduire les bouffées de chaleur liées à la ménopause.

Précautions d'emploi de l'escholtzia

Les effets sédatifs de l'escholtzia doivent être pris en compte par les conducteurs d'engins ou de machines. En outre, le pavot de Californie ne doit surtout pas être associé à de l'alcool. Les personnes devant subir une intervention chirurgicale cesseront, par ailleurs, toutes prises d'escholtzia une semaine à dix jours avant, afin qu'il n'y ait pas d'interférences avec un éventuel traitement (produits anesthésiques ou autres).

INDICATIONS:**Propriétés de l'EPS Phytostandard Escholtzia :**

- Insomnie due à la ménopause
 - Insomnie occasionnelle (stress)
 - Troubles de l'endormissement
 - Réveils nocturnes
-

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI:**Contre-indications :**

Même si cette plante est atoxique, l'escholtzia est déconseillé durant la grossesse et l'allaitement, chez les enfants de moins de 6 ans et en cas d'antécédent de glaucome, en raison de la présence de certains alcaloïdes, dont la sanguinarine.

Si cette dernière est soupçonnée de provoquer des glaucomes, elle se trouve essentiellement dans la racine de la plante, qui n'est pas utilisée en phytothérapie. Le pavot de Californie est également contre-indiqué aux personnes allergiques aux plantes de la famille des papavéracées et à certains médicaments, comme la morphine et la codéine.

Effets indésirables :

L'escholtzia peut, rarement, entraîner un léger état de torpeur. Parmi les autres effets secondaires, ont été relevées léthargie matinale et raideur musculaire. Employée en association avec l' aubépine , cette plante peut aussi provoquer des nausées.

Interactions avec des plantes médicinales ou des compléments :

L'escholtzia peut être associé à d'autres plantes, en fonction de l'effet recherché : le coquelicot en cas de cauchemars, l'éleuthérocoque contre l'énurésie, la ballote pour les personnes ayant des difficultés à s'endormir. En revanche, le pavot de Californie va intensifier les effets d'autres plantes médicinales, particulièrement le kawa, la valériane, le cornouiller de Jamaïque et le millepertuis , avec un risque de somnolence.

Interactions avec des médicaments :

Associée à la prise de tranquillisants, l'escholtzia peut en renforcer les propriétés sédatives. Elle interagit avec les opiacés, les barbituriques et les benzodiazépines. Toute association est donc déconseillée.

AVERTISSEMENT:

En aucun cas les informations et les conseils donnés, ne peuvent constituer un diagnostic, lequel nécessite obligatoirement un examen auprès de son médecin.

Ces propriétés, indications et modes d'utilisation sont tirés des ouvrages ou sites Internet de référence en phytothérapie.

On les y retrouve de façon régulière et pour beaucoup confirmés par des observations en milieu scientifique. Toutefois, ces informations sont données à titre informatif, elles ne sauraient en aucun cas constituer une information médicale, ni engager notre responsabilité.

Les informations de ce site sont à titre informatif uniquement pour votre bien être, votre confort Pour tout usage des EPS dans un but thérapeutique, consultez un médecin.

Ils ne se substituent pas non plus à une consultation auprès de celui-ci.
Elles ne doivent en aucun cas se substituer à un traitement médical.

Ce complément alimentaire ne peut pas se substituer à une alimentation variée, équilibrée et à un mode de vie sain.

Une consommation excessive peut avoir des effets laxatifs.

Ne pas dépasser la dose journalière indiquée.

A conserver à température ambiante.

A tenir hors de portée des enfants.

PRÉPARATION DES EPS:



La préparation des EPS se réalise par des techniques physiques naturelles (la congélation) le froid assure la conservation de l'intégrité des principes actifs des plantes, une technique mécanique (le cryo broyage) elle facilite l'extraction de ces mêmes substances actives et un procédé physico chimique d'extraction par de l'alcool (la lixiviation).

On effectue une évaporation à basse température sous vide de l'alcool, ainsi on n'a plus d'alcool dans le produit fini.

La qualité des produits suppose en amont une qualité irréprochable des matières premières, autant dire des plantes. Or leur composition peut être très variable d'une année à l'autre, selon les conditions climatiques, périodes de récolte, stade végétatif, nature du sol...

Face à ces inégalités et pour garantir une concentration constante dans le traceur sélectionné, le procédé d'extraction breveté repose sur une standardisation de nos produits.

L'ajout de glycérine végétale lors de l'étape ultime du procédé d'extraction permet d'ajuster la concentration finale en traceur.

La glycérine végétale est extraite à partir d'huile végétale après saponification, sans ionisation et sans OGM.

Choix minutieux et précis des plantes :

Elles sont sélectionnées selon des critères précis : période de récolte, stade végétatif...

Ces plantes sont cueillies en France (ex : aubépine dans la Drôme) et/ou à l'étranger en fonction de la période de récolte et de la partie prélevée (fleurs, fruits, feuilles, racines...) dans des champs de préférence de culture biologique ou des zones sauvages non polluées.

La congélation et le stockage des plantes fraîches :

Pour garder l'intégrité des principes actifs de la plante sans ajout de produits chimiques (conservateur, stabilisant...et autres) , les plantes fraîches sont ensuite congelées dans les heures qui suivent pour éviter qu'elles ne s'oxydent et perdent leurs propriétés puis elles sont stockées à -18° dans des chambres froides. Cette étape suppose ainsi une maîtrise parfaite de la chaîne du froid.

Cryo broyage :

L'étape suivante consiste à broyer mécaniquement les plantes encore congelées.

Le broyat recueilli dans la cuve est recouvert d'une eau faiblement alcoolisée.

Lixiviation :

La lixiviation ou percolation est en gros la technique que vous utilisez quand vous préparez votre café. Si vous avez une machine à expresso, vous effectuez une lixiviation forcée avec de l'eau chaude. C'est donc, de façon classique, le traitement d'une substance, d'un mélange par un liquide pour en extraire les constituants solubles. Mais dans cette technique on utilise de l'alcool à ce mélange, en augmentant progressivement le degré alcoolique.

Ajout de glycérine :

Après évaporation de l'alcool et dosage du traceur, la dernière opération consiste à ajouter de la glycérine d'origine végétale pour garantir une standardisation produit.