



*Complément alimentaire composé de 6 végétaux pour lutter contre tous types de troubles digestifs et les dysbioses*

## Liste des ingrédients pour dose quotidienne 2 gélules (DJM) :

Poudre de Curcuma (rhizome)	302 mg
Poudre de Cannelle de Ceylan (écorce)	116 mg
Poudre de Girofle (bouton floral)	116 mg
Poudre de Gingembre (rhizome)	116 mg
Poudre d'Origan (feuille)	116 mg
Poudre de Thym (parties aériennes fleuries)	34 mg

## Présentation

Boite de 60 gélules. Soit 1 mois de cure.

## Résumé des propriétés de *Quanta biose* au niveau digestif

- **Anti-infectieux** (cannelle, girofle, origan, thym)
- **Anti-inflammatoire** (curcuma, gingembre)
- **Antalgique** (girofle)
- **Antispasmodique** (girofle, thym, origan)
- **Anti-dyspepsique** (curcuma, cannelle, girofle, thym, origan, gingembre)

## Principales Indications

- **Infections intestinales accompagnées ou non de diarrhées** (Helicobacter, E. coli, Candida...)
- **Déséquilibre de la flore intestinale** (dysbiose)
- **Coliques, colites, syndrome du côlon irritable, sigmoïdites, diverticulites, HPI, Crohn...**
- **Dyspepsie, douleurs gastriques, gastrites, nausées ou lourdeurs post-prandiales, digestion lente**
- **Fermentations, ballonnements, flatulences, crampes ou spasmes abdominaux, constipation...**

## Posologie

Prendre 2 gélules par jour avec un verre d'eau, de préférence à la fin des principaux repas (1 gélule à midi et une le soir)

## Qualité

Par nos procédés d'extraction à froid, par ultrasons dans de l'eau vitalisée, puis par concentration sous vide partiel à 35°, nous obtenons des extraits en poudre qui conservent et délivrent le totum des végétaux. Toutes nos plantes, toutes nos matières premières, et tous nos produits finis sont garantis sans OGM, sans pesticide ni métaux lourds, exempts de mycotoxines et de microorganismes pathogènes. De même, le taux de radioactivité de toutes nos matières premières est contrôlé. *Quanta biose* est en outre dépourvu de tout additif et de tout conservateur.



## Dans quel cadre utiliser *Quantabiose* ?

De par ses propriétés **anti-inflammatoires, antispasmodiques, antimicrobiennes** à large spectre et **digestives**, *Quantabiose* est le complément indispensable de votre arsenal thérapeutique en présence **de troubles digestifs, liés ou non, à une dysbiose.**

### ■ DYSBIOSES

Ce sont des déséquilibres de la flore intestinale qui se manifestent par des :

- Ballonnements, gaz, putréfactions et/ou fermentations intestinales
- Diarrhées infectieuses
- Infections intestinales (streptocoque, staphylocoque, colibacille, candidose, Helicobacter pylori...)
- Inflammation de l'intestin grêle ou du colon (S.C.I., sigmoïdites, diverticulites)
- Spasmes intestinaux

### ■ TROUBLES DIGESTIFS

La prise en charge des troubles digestifs au sens large passe par la lutte contre :

- La pullulation microbienne (gastrites, candidoses, E.coli...) (*Quantabiose* + *Quantaflore*)
- La stase gastrique et le RGO (*Quantabiose*)
- La malabsorption des sucres par l'intestin grêle (*Quantabiose* + *Quantazym*)
- L'inflammation de l'intestin (*Quantabiose*)
- La stéatose hépatique (voir associations)
- L'hyperperméabilité intestinale (*Quantabiose* + *QuantaGluta*)
- La restauration d'un microbiote équilibré (*Quantabiose* + *Quantaflore*)
- Sur un plan alimentaire, il sera conseillé de réduire l'apport calorique, surtout les sucres rapides. On conservera un peu de fruits hors des repas, des légumes blanchis pour éliminer les sucres solubles (des oligofructosides très mal absorbés et hyperfermentables), des acides gras polyinsaturés en quantité augmentée pour les oméga3 (*Quantaomega3* : 3 capsules par jour). Les fruits et légumes seront préférés cuits et moulinsés pour être plus digestes.

## Compléments à associer à *Quantabiose*

- **Rééquilibrer systématiquement le microbiote.** *Quantaflore* : 2 gélules le matin à jeun.

*Quantaflore* est une association de 4 souches de probiotiques, de prébiotiques (FOS & inuline), et de coriandre pour lutter contre les flatulences induites par les prébiotiques).

- **Assainir le tube digestif (candida) et alcaliniser le colon.** *Quantaphylle* : 2 gélules le soir.

*Quantaphylle* est de la chlorophylle magnésienne extraite de l'ortie, associée à de la poudre d'ortie pour bénéficier du totum du végétal.

- En cas de **syndrome du côlon irritable (SCI)** ou d'hyperperméabilité intestinale (HPI) : apporter de la glutamine pour régénérer la muqueuse intestinale. *QuantaGluta* : 2 à 4 gélules par jour.

Commencer par 1 gélule par jour puis augmenter progressivement les doses, pour prévenir le syndrome du restaurant chinois par transformation de la glutamine en glutamate monosodique.

- En cas de **stéatose ou de troubles hépatobiliaires** :

- Protéger les hépatocytes avec du desmodium. *Quantasmodium+* est un concentré de desmodium. 90 gouttes de *Quantasmodium+* correspondent à 10 grammes de feuilles de desmodium (quantité nécessaire et suffisante pour avoir une réelle action). 30 gouttes 3 fois par jour.
- Drainer foie et vésicule. *QuantaDpur+* est une association synergique de 5 extraits végétaux, concentrés sous forme liquide. Le pissenlit, l'orthosiphon, la bardane, le romarin et le radis noir. 1 dose par jour (10ml) correspond à 5 grammes de plantes (soit l'équivalent de plus de 12 gélules d'extraits secs de ces plantes).

- Assurer une bonne digestion et assimilation des nutriments avec *Quantazym*.

*Quantazym* est un complexe optimal qui contient : **des enzymes protéolytiques (bromélaïne, papaïne, trypsine et chymotrypsine)**, associées à l'**alpha-galactosidase**, une enzyme qui digère les sucres complexes tels que le galactose, ainsi que de la **quercétine**, des bioflavonoïdes et un **extrait de pépins de raisin riche en OPC.**

- **Apporter une supplémentation en oméga3** pour compléter le régime alimentaire introduit. *Quantaomega3* : 3 capsules le matin.

## Restrictions & précautions d'usage

Du fait de la présence de Thym (17 mg de poudre de fleur par gélule) et donc la présence possible de camphre, thymol, eucalyptol..., la réglementation impose d'indiquer que l'usage de ce produit est **déconseillé chez les enfants de moins de 12 ans, les femmes enceintes et allaitantes.**

La présence de curcuma (302 mg par jour) oblige à indiquer que ce produit est déconseillé aux personnes sous anticoagulants. Cependant, en dessous d'une consommation de 150 mg de curcumine par jour (soit plus de 3 grammes de curcuma ou 20 gélules de *Quantabiose*), **il n'existe aucune interférence avec quelque anticoagulant que ce soit y compris la warfarine.**

En raison de l'action cholagogue du curcuma et du gingembre les personnes souffrant de calculs biliaires doivent demander un avis médical avant consommation.



## Propriétés des ingrédients de *QuantaBiose*

■ **Curcuma** : le rhizome contient un ensemble de substances (près de 300), les curcuminoïdes, dont la curcumine est la plus abondante. Chimiquement, ces substances possèdent des **propriétés antioxydantes** marquées, ainsi que des **propriétés anti-inflammatoires** qui, au niveau intestinal, le rendent utile en cas de problèmes gastro-intestinaux (**diarrhées, crampes abdominales, syndrome du côlon irritable**<sup>1</sup>). Des essais in vitro et sur des animaux ont donné des résultats positifs pour le traitement de la **colite ulcéreuse**, de l'arthrite rhumatoïde et de la **pancréatite**<sup>2,3,4</sup>.

Les études in vitro et sur des animaux indiquent que le curcuma a des **effets protecteurs sur la muqueuse gastrique** et qu'il peut détruire ou inhiber la bactérie *Helicobacter pylori*, responsable de la plupart des **ulcères gastriques et duodénaux**<sup>4,5,6</sup>. Dans une autre étude avec des patients atteints de **colite ulcéreuse**, la curcumine à raison d'1 g 2 fois par jour, en plus du traitement habituel, a limité le nombre de crises aiguës de la maladie pendant les 6 mois qu'a duré le traitement<sup>4,5</sup>. Ces résultats confirment ceux obtenus au cours d'un essai préliminaire qui avait également montré des effets de la curcumine sur la **maladie de Crohn**<sup>7</sup>. L'Organisation Mondiale de la Santé reconnaît son efficacité pour lutter contre la **dyspepsie**, c'est-à-dire des troubles digestifs comme **les maux d'estomac, les nausées, la perte d'appétit ou les sensations de lourdeur**. Au cours d'un essai clinique, le curcuma a été nettement plus efficace qu'un placebo pour soulager les problèmes digestifs. Il est aussi utilisé pour **améliorer les fonctions biliaires**, qui sont souvent une des causes de la dyspepsie<sup>8</sup>.

■ **Cannelle** : elle est très riche en cinnamaldéhyde, un composé phénolique volatil au pouvoir **antioxydant**, qui lui procurerait des **propriétés antimicrobiennes à large spectre**<sup>9,10,11</sup>. Il inhibe la croissance de nombreux champignons et levures<sup>12</sup>. Elle combattrait efficacement certaines infections bactériennes, en particulier les infections digestives. L'huile essentielle de cannelle, présente à 12% dans l'écorce, en augmentant la synthèse du mucus gastrique, **protège de l'ulcère gastrique et favorise l'élimination d'*Helicobacter pylori***<sup>13</sup>. Au vu, de ses propriétés stimulantes sur le plan digestif, **la cannelle est indiquée dans de nombreux troubles digestifs**.

■ **Girofle** : la teneur du clou de girofle en huile essentielle est particulièrement élevée (jusqu'à 2000ml/kg). Ce qui explique son activité **antiseptique et spasmolytique**<sup>12</sup>. En France, la notice explicative de l'ex-agence du médicament (1998) admet qu'il est possible de revendiquer pour le bouton floral de girofler et par voie orale, l'indication thérapeutique : traditionnellement utilisé dans le **traitement symptomatique de troubles digestifs tels que ballonnements épigastriques, lenteur à la digestion, éructation, flatulence**. Sa richesse en eugénol explique une activité **anti microbienne significative contre de nombreux germes bactériens ou fongiques, même ceux résistants aux antibiotiques** : *Staphylococcus*

*aureus*, *Escherichia coli*, *Listeria monocytogenes*, *Campylobacter jejuni*, ou encore *Candida albicans*. Le clou de girofle compte aussi parmi ses victimes, des bactéries moins couramment étudiées, comme celles du genre *Vibrio*, responsables de gastro-entérites<sup>14, 15, 16</sup>. De plus, l'eugénol a un **effet anti-spasmodique. Antiseptique et antispasmodique remarquable**, le bouton floral trouve tout son intérêt dans la prise en charge de nombreux troubles digestifs : **ballonnements, gaz, putréfactions et/ou fermentations intestinales, diarrhées infectieuses, infections intestinales, inflammation de l'intestin grêle ou du colon et spasmes intestinaux**.

■ **Gingembre** : il fait partie des nombreuses plantes digestives qui sont également des ingrédients culinaires essentiels, utilisé depuis des siècles en Asie en cuisine comme en médecine traditionnelle. Comme d'autres épices, **il stimule la sécrétion de bile et l'activité de différents enzymes digestifs, résultant en une digestion plus rapide des aliments**. La Commission Européenne, en plus de la prévention des **nausées causées par le mal des transports** (voir notre FT *QuantaGinger*), ajoute le traitement des **troubles digestifs (dyspepsie)**. L'effet bénéfique du gingembre sur les troubles digestifs pourrait s'expliquer par le fait qu'il accélère la vidange de l'estomac après un repas<sup>17</sup>.

■ **Origan** : comme le thym, l'origan possède des **vertus antibactériennes, antiseptiques et anti-infectieuses**<sup>12</sup>. Comme bon nombre de végétaux aromatiques (thym, sarriette, marjolaine...), l'origan peut être conseillé dans les **manifestations liées à l'intestin irritable**<sup>13</sup>. C'est la raison pour laquelle, il est de tradition de l'employer dans les **troubles digestifs de l'intestin et du colon**.

■ **Thym** : l'**activité spasmolytique du thym**, sur l'iléon tout comme sur la trachée, est liée à la présence d'huile essentielle<sup>13</sup>. C'est également à son huile essentielle qu'on doit **ses vertus bactéricides, anti-candidosiques, et inhibitrices de la croissance d'*Helicobacter pylori***<sup>13</sup>. En France, la notice explicative de l'ex-agence du médicament (1998) admet qu'il est possible de revendiquer pour la feuille et la sommité fleurie du thym, l'indication thérapeutique : traditionnellement utilisé dans le **traitement symptomatique de troubles digestifs tels que ballonnements épigastriques, lenteur à la digestion, éructation, flatulence**. L'Organisation Mondiale de la Santé reconnaît l'usage du thym contre les **dyspepsies (digestion difficile) et autres désordres gastro-intestinaux**.



## Références bibliographiques

1. Turmeric extract may improve irritable bowel syndrome symptomology in otherwise healthy adults: a pilot study. Bundy R, Walker AF, et al. *J Altern Complement Med*. 2004 Dec;10(6):1015-8
2. Antioxidant and anti-inflammatory properties of curcumin. Menon VP, Sudheer AR. *Adv Exp Med Biol*. 2007;595:105-25. Review.
3. Chainani-Wu N. Safety and Anti-Inflammatory Activity of Curcumin: A Component of Tumeric (*Curcuma longa*). *J Altern Complement Med*. 2003 Feb;9(1):161-8.
4. Antimicrobial activity of curcumin against Indian *Helicobacter pylori* and also during mice infection. De R, Kundu P, et al. *Antimicrob Agents Chemother*. 2009 Feb 9.
5. Comparative antiulcer effect of Bisdemethoxycurcumin and Curcumin in a gastric ulcer model system. Mahattanadul S, Nakamura T, et al. *Phytomedicine*. 2009 Jan 31
6. *Curcuma longa* extract protects against gastric ulcers by blocking H2 histamine receptors. Kim DC, Kim SH, et al. *Biol Pharm Bull*. 2005 Dec;28(12):2220-4. Texte intégral : [www.jstage.jst.go.jp](http://www.jstage.jst.go.jp)
7. Curcumin therapy in inflammatory bowel disease: a pilot study. Holt PR, Katz S, Kirshoff R. *Dig Dis Sci*. 2005 Nov;50(11):2191-3.
8. 28. Thamlikitkul V, Bunyapraphatsara N, et al. Randomized double blind study of *Curcuma domestica* Val. for dyspepsia. *J Med Assoc Thai* 1989 Nov;72(11):613-20
9. Lai PK, Roy J. Antimicrobial and chemopreventive properties of herbs and spices. *Curr Med Chem* 2004 June;11(11):1451-60.
10. World Health Organisation. WHO monographs on selected medicinal plants. 1999.
11. Mau J, Chen C, Hsieh P. Antimicrobial effect of extracts from Chinese chive, cinnamon, and corni fructus. *J Agric Food Chem* 2001 January;49(1):183-8.
12. Pharmacognosie Phytochimie Plantes Médicinales Vème Ed. – Jean Bruneton – ed Lavoisier Tec & Doc 2016.
13. Traité pratique de phytothérapie – Remèdes d'hier pour médecine de demain - J.M. Morel – Editions Grancher 2008.
14. Siham S. Al-Salihi IAMJ. Activity of Some Disinfectants, Detergents and Essential Oils on Growth of the yeast *Candida albicans*. 2017;28(1):59-66.
15. Aminzare M, Hashemi M, Abbasi Z, Mohseni M, Amiri E. Vibriosis phytotherapy: A review on the most important world medicinal plants effective on *Vibrio* spp. *J Appl Pharm Sci*. 2018;8(1):170-177.
16. Schmidt E, Jirovetz L, Wlcek K, et al. Antifungal Activity of Eugenol and Various Eugenol-Containing Essential Oils against 38 Clinical Isolates of *Candida albicans*. *J Essent Oil-Bearing Plants*. 2007;10(5):421-429.
17. Effect of ginger on gastric motility and symptoms of functional dyspepsia. Hu ML, Rayner CK, et al. *World J Gastroenterol*. 2011 Jan 7;17(1):105-10. Texte intégral : [www.ncbi.nlm.nih.gov](http://www.ncbi.nlm.nih.gov)