



## Complément alimentaire sous forme liquide à base de gingembre

Face à toutes les situations de nausées :  
mal des transports, début de grossesse,  
abus alimentaires, alcool, médicaments,  
chimiothérapie, migraines, nausées postopératoires...

Redécouvrez les vertus millénaires  
du gingembre avec **Quanta ginger**

### Ingrédients et teneur pour la dose maximale journalière conseillée (60 gouttes soit 3,4 g)

Gingembre extrait concentré de rhizome	1700 mg
Glycérine	1700 mg
<i>Sans colorant, ni conservateur, ni arôme de synthèse, ni sucre ni alcool</i>	

### Présentation

Flacon de 50 ml

### Le Gingembre : *Zingiber officinalis* Roscoe - rhizome séché

Natif de l'Asie tropicale, il est de nos jours cultivé sous tous les tropiques. Du fait de sa stérilité, la plante se propage par division des rhizomes. Les variétés typiques que l'on trouve dans le commerce sont : la variété chinoise, la nigérienne, la jamaïcaine et la Cochin (Inde). C'est cette dernière qui est utilisée dans **Quanta ginger**.

### Tradition herboriste/populaire

C'est une plante herbacée originaire de l'extrême Orient, où elle est considérée comme aphrodisiaque. Dans la médecine ayurvédique, le rhizome est utilisé pour soulager les migraines, les douleurs et les rigidités musculaires. En Inde et en Chine, en plus d'être utilisée en tant qu'épice, elle compte parmi les remèdes les plus importants de la médecine traditionnelle pour combattre les douleurs arthritiques et musculaires, au même titre que les anti-inflammatoires de synthèse. 50% des remèdes traditionnels chinois incorporent du gingembre.

### Principaux constituants

La composition du rhizome est très riche et comprend **près de 300 composés** dont une huile essentielle à sesquiterpènes (zingibérènes, ar-curcumène, bisabolènes, zingibérol...), des dérivés monoterpéniques (géraniol, néral, citronellal, linalol), des curcuminoïdes, des arylalcanes dont les gingérols et le shogaol qui se forme lors de la phase dessiccation du rhizome, ainsi que des gingérenosines, des acides organiques, des vitamines (A & E), et bien d'autres... (Brunetton Jean (2002) Phytothérapie : Les données de l'évaluation).

Bien que l'action antiémétique du gingembre soit en partie attribuée au [6]-gingérol et au [6]-shogaol par leur action inhibitrice sur les contractions gastriques et stimulatrice sur la motilité intestinale, la nature exacte de la ou des substances intervenant dans l'activité antiémétique reste à préciser. Il est probable que plusieurs composants entrent en synergie et se complètent pour obtenir l'effet optimal.

### Pharmacocinétique

La demi-vie du [6]-gingérol a été calculée à 7,23 minutes, et la clairance totale a été évaluée à 16,8 ml/min/kg. En dépit de ces facteurs, l'action pharmacologique du gingérol se maintient jusqu'à 180 minutes après l'absorption, laissant supposer que le gingérol serait séquestré par les tissus ou bien qu'il pourrait être actif à des concentrations beaucoup plus basses que celles prévues (Ding et al 1991). L'essai n'ayant pas été effectué sur du [6]-gingérol isolé, il est également possible que d'autres composés expliquent la rémanence des effets observés.



## Propriétés

Le gingembre est réputé pour ses vertus carminatives, aromatiques, cholagogues, stomachiques, de stimulation de la production de ptyalines (amylase) au niveau salivaire. C'est la raison pour laquelle il est utilisé pour traiter **les dyspepsies et les gastralgies**.

Le gingembre est un **antispasmodique** gastro-intestinal qui prévient **les troubles digestifs et les crampes abdominales**. Son activité **cholagogue** (due aux gingérols et shogaol) semble être responsable d'une action hypocholestérolémiante. Le gingembre agirait comme inhibiteur de la 5-lipo-oxygénase, bloquant ainsi la synthèse et la libération de prostaglandines (Kiuchi et al 1992), ce qui lui conférerait **une action anti-inflammatoire et antipyrétique** encore débattue. Cette propriété serait en outre favorisée par la capacité du gingembre à **inhiber l'agrégation plaquettaire** [par inhibition de la synthèse de thromboxane et de prostacycline (Kiuchi et al 1992 ; Srivastava 1984a ; 1984b ; 1986 ; 1989 ; Backon 1989)], mais des modifications des paramètres de coagulation n'apparaissent qu'à la dose de 10 g par jour (Bordia et al 1997). Enfin, le gingembre, **tonique** bien connu, est capable de potentialiser le système de défense **antioxydant** de l'organisme.

On le voit, le gingembre, plante considérée parfois comme adaptogène, offre de nombreuses possibilités d'utilisation. Nous mettrons en avant, ci-après, son **action antiémétique** dont les autorités, sur la base d'études solides, ont reconnu la légitimité. En effet, de nombreuses études ont mis en évidence un effet anti-nauséeux et antiémétique puissant du **rhizome séché à la dose de 1 à 2 g par jour** par action sur les récepteurs D2 et/ou 5HT3.

## L'action Antiémétique

Les nausées sont un symptôme commun, aboutissant parfois au vomissement, et constituant une cause fréquente de consultation. Accompagnant parfois des pathologies graves, les nausées et vomissements caractérisent le plus souvent les excès et les intolérances alimentaires, aussi bien que les cinétoses - mal des transports -, et les premiers mois de grossesse.

Le rhizome sec de gingembre supprime les sécrétions gastriques et est très efficace pour **diminuer ou prévenir la nausée et les vomissements** (Mills 1991 ; Williamson & Evans 1988).

Deux études (Bone et al 1990 ; Philips et al 1993 b) ont démontré que le gingembre est plus efficace que les traitements conventionnels pour soulager les **nausées postopératoires**.

**Nausées de la femme enceinte** : deux études contre placebo (Fischer-Rasmussen et al 1990 & Vutyavanich & al 1998) délivrant 250 mg de rhizome sec 4 fois par jour pendant 4 jours ont montré une régression des symptômes et un constat d'amélioration chez respectivement 70% et

87,5% des femmes. Une autre étude (Fischer-Rasmussen et al 1990) le juge intéressant pour le traitement de l'hyperemesis gravidarum.

Trois études (Mowrey & Clayson 1982 ; Grontved & Hentzer 1986; Grontved et al 1988) se sont concentrées sur **les nausées des transports**. Dans l'une d'elle, le rhizome sec en poudre, à des doses de 940 mg 2 fois par jour, a relevé une efficacité supérieure au traitement conventionnel (dimenhydrinate 100 mg) dans la prévention des symptômes gastro-intestinaux du mal des transports (Mowrey & Clayson 1982). Du fait qu'une de ces études (Grontved & Hentzer 1986) a montré que le gingembre agissait positivement sur les vertiges mais pas sur le nystagmus, il a été avancé que le mécanisme d'action serait de type anticholinergique central (apaisant les pulsions vestibulaires du SNC). Par contre, une autre étude (Holtmann et al 1989) a conclu que l'effet du gingembre serait totalement imputable à une action au niveau du tractus gastro-intestinal. Toujours à ce propos, on n'a pas encore défini quelle était la réelle action du gingembre sur la motilité intestinale, s'il accélère ou non le transport intestinal. L'étude de Philips et de ses collaborateurs (Philips et al 1993a) a démontré que les gélules de gingembre n'ont aucun effet sur la vidange gastrique et que par conséquent ce mécanisme ne peut être invoqué pour justifier l'action antiémétique. L'hypothèse la plus admise, avancée par des scientifiques japonais (Yamahara et al 1989), estimant que le gingembre exercerait son action antiémétique par le blocage des récepteurs à la sérotonine dans le tractus digestif (5-HT3 en particulier) n'est toutefois pas confirmée par des données cliniques sur les humains.

## La qualité de *Quantaginger*

Au cœur de la démarche de *PhytoQuant*, se trouve la volonté de proposer les extraits végétaux d'une qualité de premier ordre. Extraits les plus purs possibles et rien d'autre. Pas d'ajout de colorants, conservateurs, arômes de synthèse, sucre ou alcool. Notre devise pourrait être : toute la plante et rien que la plante.

En premier lieu, toutes nos matières premières sont sélectionnées puis contrôlées avec minutie par notre Pharmacien-Herboriste selon des critères de qualité normés très exigeants et rigoureux, mais aussi en fonction de leur origine géographique et de leur mode de culture.

Ensuite, notre mode d'obtention des extraits végétaux, unique et breveté, évite l'emploi de méthodes agressives pour le végétal telle que le chauffage et l'utilisation de solvants. Nos extraits sont ainsi un pur concentré du total de la plante, sans ajout de conservateur.

• Le rhizome subit tout d'abord un **séchage lent à 35°C** maximum afin de préserver l'intégrité des composants actifs de la plante (important car le gingembre est riche de pas moins de 300 composés). Ensuite, vient la phase d'**extraction par ultrasons à température ambiante (< 25°C)**. Cette

technique, qui n'emploie ni solvant chimique ni chaleur, permet **une extraction rapide et complète de tous les constituants biologiques du rhizome sec**, y compris ses composants thermolabiles. Comme la cavitation ultrasonique détruit les parois de leurs cellules, les microorganismes sont éliminés.

- L'extrait fluide obtenu est ensuite **concentré sous vide** jusqu'à évaporation à froid complète de l'eau. On aboutit ainsi à un extrait concentré dans un rapport de 4 pour 1 (**4 kilos de plante donnent 1 kilo d'extrait**).
- L'extrait, véritable concentré de la plante, est ensuite **stabilisé** avec de la glycérine végétale. Rien de plus.

## Utilisation de *Quantaginger*

*Quantaginger* possédant une action anti-nauséuse efficace et prouvée, il sera donc préconisé pour :

- Les nausées liées au **mal des transport**
- Les nausées de la **femme enceinte**
- Prévenir les nausées **post-opératoires**
- Les nausées liées aux **intoxications** alcooliques ou chimiques (chimiothérapie)
- Les nausées d'origine **digestives ou alimentaires**
- Les nausées accompagnant les crises de **migraine**

Plus classiquement, vous pouvez également utiliser *Quantaginger* :

- Pour son **apport en antioxydants**
- Pour son **effet tonique et dynamisant**

## Posologies habituelles de *Quantaginger*

**15 à 20 gouttes, 3 fois par jour maximum, à diluer dans un peu d'eau.**

A prendre pendant plusieurs semaines ou par cures discontinues suivant les besoins de chacun.

Mal des transports (voiture, bateau, avion...) : **10 gouttes 30 min avant un déplacement,**

À renouveler si nécessaire 2 à 4 fois pendant le voyage.

Nausées postopératoires : **30 gouttes, 1 heure avant l'opération.**

Pour les enfants au-dessus de 6 ans :

- **1 goutte par kilo de poids corporel et par jour.** Dose quotidienne fractionnée en 3 prises.
- Mal des transports : 1 goutte par tranche de 6 kilos de poids corporel (maximum 10 gouttes) 30 minutes avant le départ, à renouveler une fois si nécessaire pendant le voyage.

## Toxicité - Effets indésirables

Pas de risque de malformations ou autre pour le fœtus. Compatible avec l'allaitement.

Le seul effet indésirable connu est de possibles brûlures d'estomac en cas de surdosage (6 g/jour), par accélération de l'exfoliation des cellules épithéliales de la muqueuse gastrique.

## Interactions médicamenteuses

En cas de forte surconsommation - plus de 6 g/jour (soit 200 gouttes) et sur une période de plusieurs semaines - le gingembre peut potentialiser l'effet de certains médicaments anticoagulants.

## Précautions d'emploi

Grossesse : ne pas dépasser 2 g/jour (15 gouttes 3 à 4 fois par jour). Au-delà de deux semaines de cure, réduire à 1 g/jour (8 gouttes 4 fois par jour).

Limiter le dosage à 1 gramme/jour (30 gouttes) chez les patients sous traitement anticoagulant, antiplaquettaire, ou chez les patients pour lesquels le temps de saignement est allongé.

Prendre en compte l'effet cholagogue du gingembre en cas de calculs biliaires.

## Associations possibles avec *Quantaginger*

- *QuantaDpur* : en cas d'intoxication
- *Quantasmodium+* : pour son action complémentaire sur le foie
- *QuantaOx* : pour la synergie de ces deux antioxydants
- *Quantadyn* et *Quantastimmun* : pour améliorer le tonus général et les défenses immunitaires
- *Quantavera*, *Quantabugast* et *Quantadigest* : pour les personnes fragiles de l'estomac

## Les avantages de *Quantaginger*

*Quantaginger* offre de multiples avantages en raison de notre **mode d'extraction unique** :

- **Extrait liquide** : donc **pas de grosses gélules à avaler**. Ce qui est toujours difficile pour les enfants, et quand on a envie de vomir. De même, étant donné le goût piquant du gingembre, ouvrir les gélules pour en consommer le contenu n'est pas forcément adapté. Le liquide, au goût sucré par la glycérine, est **d'utilisation plus confortable**.
- **Haute concentration** (4:1). 60 gouttes délivrent **près de 2 grammes de gingembre soit la dose à l'efficacité optimale**. La plupart des gélules contiennent de 250 mg à 500 mg d'extrait sec. Il faut donc en prendre de 4 à 8 par jour pour obtenir l'équivalent des 60 gouttes de *Quantaginger*.
- **Qualité** de notre extrait de racine de gingembre, obtenu **à froid** et préservant **l'intégralité des principes actifs**. En effet, le gingembre comprend près de 300 composés. Or, la nature exacte du ou des principes actifs qui interviennent dans l'action anti-nauséuse du gingembre n'est pas déterminée. Il est donc d'autant plus important que l'extrait proposé aux clients les conserve tous. C'est le cas de *Quantaginger*.
- **Petit flacon de 50 ml** qu'on peut emmener partout avec soi. **Pratique en voyage, pour les mères de famille, et les femmes enceintes actives.**

## Bibliographie

- Backon J (1987a) Antidepressant activity of cimetidine: Relevance of thromboxane inhibition. *Med Sci Res* 15:1078
- Backon J (1987b) Ginger and carbon dioxide as thromboxane synthetase inhibitors: Potential utility in treating peptic ulceration *Gut*, 28: 1323
- Backon J (1987c) Use of a novel thromboxane synthetase inhibitor in burns (Letter). *Burns, Including Thermal Injury* 13(3):252
- Backon J (1989) Ginger: Inhibition of thromboxane synthetase and stimulation of prostacyclin: relevance for medicine and psychiatry. *Med Hypothes* 20:271-278
- Backon J (1990) Ginger as an antiemetic: Possible side-effects due to its thromboxane synthetase activity. *Anaesthesia* 46:705-706
- Backon J (1991a) Implication of thromboxane in the pathogenesis of Kawasaki disease and a suggestion for using novel thromboxane synthetase inhibitors in its treatment. *Med Hypotes* 34(3): 230-231
- Backon J (1991b) Mechanism of analgesic effect of clonidine in the treatment of dysmenorrhea. *Med Hypotes* 36(3): 223-224
- Blumberger W and Glatzel H (1965) The physiology of spices and condiments. The action of ginger on the amount and condition of the saliva (in tedesco). *Nutrition et Dieta (European Review of Nutrition and dietetics)*, 7(3):222-237
- Bone ME, Wilkinson DJ, Young JR, McNeil I, Charlton S. (1990) Ginger Root - A new antiemetic. The effect of Ginger root on postoperative nausea and vomiting after major gynaecologic surgery. *Anaesthesia* 45: 669-672
- Bordia A, Verma SK, Srivastava KC (1997) Effect of ginger (*Zingiber officinale* Rosc.) and fenugreek (*Trigonella foenum-graecum* L.) on blood lipids, blood sugar and platelet aggregation in patients with coronari arteri disease. *Prostaglandins Leukot Essent Fatti Acids*; 56(5):379-84
- Brunetton Jean (2002) *Phytothérapie : Les données de l'évaluation*.
- Chang CP, Chang JI, Wang FI, Chang JG (1995) The effect of Chinese medicinal herb *Zingiberis rhizoma* extract on cytokine secretion bi human periferal blood mononuclear cells. *J Ethnopharmacol* Aug 11;48(1):13-9
- Chang, H-M; But, PP-H (red.) (1986) *Pharmacology and applications of Chinese Materia Medica Vol 1*. Singapore: World Scientific pp 366-369
- Denyer CV, Jackson P, Loakes DM, Ellis MR, Young DA (1994) Isolation of antirhinoviral sesquiterpenes from ginger (*Zingiber officinale*). *J Nat Prod*; 57(5):658-62
- Desai HG, Kalro RH, Choksi AP (1990) Effect of ginger and garlic on DNA content of gastric aspirate. *Ind J Med Res* 92:139-141
- Ding G, Naora K, Hayashibara M, Katagiri Y, Kano Y, Iwamoto K. (1991) Pharmacokinetics of (6)-gingerol after intravenous administration in rats. *Chem Pharm Bull* 39:
- Dubray Michel (2010) *Guide des contre-indications des principales plantes médicinales*
- Farnsworth NR and Bunyapraphatsara, N (eds.) (1992) *Thai Medicinal Plants*. Medicinal Plants Information Center, Bangkok
- Fischer-Rasmussen W, Kjaer SK, Dahl C and Asping U. (1990) *Eur J Obstet Gynaecol Reprod Biol* 35:19-24
- Fluckiger, F. & Hanbury, D. (1885) *Pharmacographia - The History of the Principle Drugs of Vegetable Origin*. Reprinted Delhi (1986)
- Flynn DN, Rafferty MF, Bockor AM (1986) Inhibition of human neutrophil 5-lipoxygenase activity by gingerdione, shogaol, capsaicin and related pungent compounds. *Prostagland Leukotr Med* 24(2-3):195-198
- Grontved A and Hentzer E (1986) Vertigo-reducing effects of Ginger root. A controlled clinical study. *J Oto-Rhinolaryngol*. 48:282-286
- Grontved, A. et al. (1988) Ginger root against seasickness: A controlled trial on the open sea. *Acta Otolaryngologica*, Stockholm, 105, pp. 45-49.
- Holtmann S, Clarke AH, Scherer H, Hohn M. (1989) The anti-motion sickness mechanism of Ginger: A comparative study with placebo and dimenhydrinate. *Acta Oto-Laryngologica*, 108(3-4):168-174
- Huang Q, Iwamoto M, Aoki et al. (1992) Anti 5-hydroxytryptamine<sub>3</sub> effect of galanolactone, diterpenoid isolated from Ginger. *Chem Pharm Bull* 39:397-399
- Huang Q, Matsuda H, Sakai K, Yamahara J, tamai Y (1990) The effect of ginger on serotonin induced hypothermia and diarrhea [articolo in giapponese]. *Yakugaku Zasshi (Journal of the Pharmaceutical Society of Japan)* 110(12):936-942
- Kiuchi F, Iwakami S, Shibuia M, Hanaoka F, Sankawa U (1992) Inhibition of prostaglandin and leukotriene biosynthesis bi gingerols and diarileptanoids. *Chem Farm Bull (Tokio)*; 40(2):387-91
- Lumb AB (1994) Effect of dried ginger on human platelet function. *Thromb Haemostas* 71:110-111
- Marles RJ, Kaminski J, Arnason IT et al. (1992) A bioassay for ihibition of serotonin release from bovine platelet. *J Nat Prod* 55:
- Mascolo N, Jain R, Jain SC, and Capasso F (1989) Ethnopharmacological investigation of Ginger (*Zingiber officinale*). *J Ethnopharmacol* 17:129-140
- Mills, SY (1991) *The essential book of Herbal Medicine*. London, Penguin.
- Morel Jean-Michel (2008) *Traité pratique de phytothérapie*.
- Mowrey DB and Clayton DE (1982) Motion sickness, ginger and psychophysics. *Lancet* i:655-657.
- Mustafa T and Srivastava KC (1990) Ginger (*Zingiber officinale*) in migraine hedeache. *J Ethnopharmacol* 29: 267:273
- Pancho LR, Kimura I, Unno R, Kurino M, and Kimura M (1989) Reversed effects between crude and processed ginger extracts on PGF<sub>2a</sub> - induced contraction in mouse mesenteric veins. *Jap. J Pharmacol* 50:243-246
- Phillips S, Hutchinson S, Ruggier R (1993a) *Zingiber officinale* does not affect gastric emptying rate. A randomised, placebo-controlled, crossover trial. *Anaesthesia*; 48(5):393-5
- Phillips S, Ruggier R, Hutchinson SE (1993b) *Zingiber officinale* (ginger)--an antiemetic for day case surgery. *Anaesthesia*; 48(8):715-7
- Srivastava KC (1984a) Effect of acqueous extracts of onion, garlic and ginger on platelet aggregation and metabolism of arachidonic acid in the blood vascular system: In vitro study. *Prostagland Leukotr Med* 12:227-235
- Srivastava KC (1984b) Acqueous extract of onion, garlic and ginger inhibit platelet aggregation and alter arachidonic acid metabolism. *Biomed Biochem Acta* 43:S 335-S 336
- Srivastava KC (1986) Isolation and effects of some ginger component on platelet aggregation and eicosanoid biosynthesis. *Prostagland Leukotr Med* 25:187-198
- Srivastava KC (1989) Effect of onion and ginger consumption on platelet thromboxane production in humans. *Prostagland Leukotr Med* 35:183-185
- Srivastava KC and Mustafa T (1989) Ginger (*Zingiber officinale*) and rheumatic disorders. *Med Hypotes* 29:25-28
- Srivastava KC and Mustafa T (1992) Ginger (*Zingiber officinale*) in rheumatism and musculoskeletal disorders. *Med Hipoteses* ;39(4):342-8
- Stevens, P.F. (2001 onwards). *Angiosperm Phylogeny Website*. Version 5, May 2004 [and more or less continuously updated since]. <http://www.mobot.org/MOBOT/research/APweb/>.
- Suekawa, M. et al. (1984) Pharmacological studies on ginger. I. Pharmacological actions of pungent constituents, (6)-gingerol and (6)-shogaol. *J. Pharm Dyn* , 7:836-848
- Verma SK, Singh J, Khamesra R, Bordia A (1993) Effect of ginger on platelet aggregation in man. *Ind J Med Res Section B* 98:240-242
- Wei Y (1986) Shengjiang. In: H-M Chang, PP-H But (red.) *Pharmacology and applications of Chinese Materia Medica Vol 1*. Singapore: World Scientific pp 366-369
- Williamson, EM and Evans, FJ (1988) *Potter's New Cyclopaedia of Botanical Drugs and Preparations*, CW Daniel Company Ltd., Saffron Walden
- Yamagata J, Rong HQ, Iwamoto M, Kobayashi G, Matsuda H and Fujiyama H (1989) Active components of Ginger exhibiting anti-serotonergic action. *Phytotherapy res* 3:70-71.
- Yamahara J, Miki K, Chisaka T, Sawada T, Fujimura H, Tomimatsu T, Nakano K, Nohara T. (1985) Chologogic effect of ginger and its active constituents. *J Ethnopharmacol* 13(2):217-225
- Yamahara J, Rong HQ, Iwamoto M, Kobayashi G, Matsuda H, Fujimura H (1989) Active components of Ginger exhibiting anti-serotonergic action. *Phytotherapy Research* 3(2):70-71.