



FICHE TECHNIQUE THÉRAPEUTE

QDraine

- Minceur
- Perte de poids
- Drainage
- Détox

INFORMATION NUTRITIONNELLE POUR 10 ML (bouchon doseur ou deux cuillers à café)

Bouleau extrait hydroglycériné de feuilles :	5106 mg
Pissenlit extrait hydroglycériné de racines :	2340 mg
Bardane extrait hydroglycériné de racines :	1489 mg
Orthosiphon extrait hydroglycériné de feuilles :	851 mg
Romarin extrait hydroglycériné de feuilles :	851 mg

Ingrédients : extrait hydroglycériné 1:1* de : feuilles de Bouleau (*Betula pubescens* Ehrh.), racines de Pissenlit (*Taraxacum campylodes* G.E. Haglund), racines de Bardane (*Arctium lappa* L.), feuilles d'Orthosiphon (*Orthosiphon aristatus* (Blume) Miq.), feuilles de Romarin (*Rosmarinus officinalis* L.) ; arômes ; Acidifiant : Acide citrique ; Conservateurs : Sorbate de potassium, Benzoate de sodium. * Rapport plante/extrait

PRÉSENTATION & PRIX

Flacon de 200 ml. Arôme thé pêche. Sans sucre.
1 flacon (1 mois) de cure : **19.50€ - Frais de livraison offerts**
3 flacons (3 mois) : **49.50€ - Frais de livraison gratuits**

POSOLOGIE

Réservé à l'adulte. 1 bouchon dose (10 ml) ou deux cuillers à café par jour, à mélanger dans un verre d'eau ou dans une petite bouteille d'eau à prendre en première partie de journée (effet diurétique).
Ne pas dépasser 20 jours par mois. Faire une pause de 10 jours entre deux cures.
Femmes enceintes et allaitantes : déconseillé. Enfants : contre-indiqué en dessous de 18 ans sans avis médical.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

Ne pas consommer en cas d'insuffisance cardiaque ou rénale œdémateuse, d'allergie aux dérivés salicylés et d'intolérance aux anti-inflammatoires non-stéroïdiens (bouleau), d'ulcère gastro-duodéal ou d'obstructions biliaires ou en cas d'allergie croisée connue, en particulier aux plantes de la famille des Astéracées (camomille). Demander le conseil d'un pharmacien en cas de prise concomitante d'un médicament diurétique. Contient des polyols (glycérine végétale), une consommation excessive peut avoir des effets laxatifs (intolérants aux FODMAPS).

INDICATIONS FONCTIONNELLES

- **Surpoids ou surcharge métabolique**, en phase initiale ou d'entretien.
- **Troubles fonctionnels hépato-digestifs** sans pathologie organique.
- **Rétention hydrique, jambes lourdes**, sensation de "gonflement".
- Accompagnement des **dyslipidémies légères ou de syndrome métabolique** débutant.
- Patients présentant un **terrain inflammatoire chronique** discret (arthrose, douleurs diffuses, maladies ou fatigue chroniques...).
- Cures saisonnières de **drainage/détox**, notamment au printemps ou à l'automne.
- Patients à peau grasse ou sujette aux imperfections liées au terrain (acné).

INTÉRÊT DE QDRAINE

Dans la pratique clinique, la **demande de perte de poids constitue le motif initial de consultation ou de conseil et représente un levier d'adhésion majeur** pour le patient. QDraine® ne doit pas être envisagé comme une réponse symptomatique isolée. Il s'inscrit dans une démarche intégrative **de préparation, d'optimisation et surtout d'accompagnement et d'encadrement de la perte de poids**. En transformant une demande souvent esthétique ou émotionnelle en une **prise en charge globale du patient**.

L'intérêt de QDraine repose sur la combinaison de plusieurs mécanismes complémentaires appuyés par une solide documentation scientifique ayant donné lieu à des allégations de santé autorisées par l'EFSA.

- Favorise le **drainage et l'amincissement (bouleau¹, bardane²)** et la **perte de poids (orthosiphon³)**. Ces effets résultent de mécanismes d'action physiologiques synergiques.
- Action **diurétique et dépurative** en favorisant **les fonctions d'élimination rénale de l'eau et des déchets métaboliques** via le **bouleau^{4,5}, l'orthosiphon^{6,7,8}, le romarin⁹ et la bardane¹⁰**. **Intérêt clinique** : rétention hydrique, sensation de jambes lourdes, surcharge pondérale liée à l'eau, terrains congestifs.
- **Protection hépatique, action cholérétique, élimination des graisses** grâce au **pissenlit¹¹, au romarin¹² et à l'orthosiphon¹³**. **Intérêt clinique** : dyspepsies fonctionnelles, surcharge hépatique, fatigue post-prandiale, accompagnement des troubles lipidiques.
- Régulation du **terrain métabolique lipidique – cholestérol - (pissenlit¹⁴, bouleau¹⁵) et glucidique (bardane¹⁶, orthosiphon¹⁷, pissenlit¹⁸)**. **Intérêt clinique** : surpoids, syndrome métabolique débutant, dyslipidémies légères, accompagnement nutritionnel chez des patients à risque cardiométabolique.
- Réduction du **terrain inflammatoire (bardane^{19,20}, pissenlit²¹, bouleau²²) et oxydatif (bardane¹⁹, romarin^{23,24})** fréquemment associé aux troubles métaboliques et susceptible de freiner les réponses aux mesures hygiéno-diététiques. **Intérêt clinique** : Action pertinente dans les **inflammations de bas grade**, fréquemment associées au surpoids, à l'arthrose, aux rhumatismes non inflammatoires, à la fatigue persistante.
- Maintien du **tonus physique (romarin²⁵)** et de **l'immunité (bardane²⁶, bouleau²⁷ et romarin²⁸)**.

POINTS CLÉS

- Formule 100 % fondée sur des allégations EFSA
- Approche fonctionnelle globale, non réductrice à la minceur
- Extraits hydroglycérinés 1:1, respectant le totum végétal
- Présentation favorisant adhésion du patient et observance de la cure
- Pertinent dans une prise en charge intégrative du patient



Bibliographie

- ¹ Article 13 consolidated list of health claims ID 3273. Action drainante. Favorise l'élimination et l'amincissement
Ref.FR : La Phytothérapie, par Jean Valnet, Collection Le Livre De Poche ; Nouveau Guide De Phytothérapie, par Jean-Michel Morel, Editions Jacques Grancher ; Tout Savoir Sur Les Plantes Médicinales Des Montagnes, par Kurt Hostettmann, Editions Favre ; Nos Grands-Mères Savaient, La Vérité Sur Les Plantes Et La Vie Naturelle, par Jean Palaiseul, éditions Robert Laffont ; C'est La Nature Qui A Raison, par Maurice Mességué, éditions Robert Laffont ; banque de données www.passeportsante.net.
- ² Article 13 consolidated list of health claims ID 4357. Organism draining. Contributes to blood purification. Ref. RO 90329: Bissett NG. Herbal Drugs and Phytopharmaceuticals. Stuttgart: MedPharm CRC Press,1994:556 #2. Chevallier A. Encyclopedia of Medicinal Plants; The definitive home reference guide to 550 key herbs with all their uses as remedies for common ailments: Dorling Kindersley Limited, London, 2001: page 65 #3. Murray MT, Pizzorno JE. An Encyclopedia of Natural Medicine. Rocklin, CA: Prima Publishing, 1991 #4. Massimo Rossi, Tinture Madri in fitoterapia, Studio Edizioni, Milano, Prima edizione: aprile 1992, pg.40.
- ³ Article 13 consolidated list of health claims ID 2786: Amincissement. Facilite la perte de poids en complément de mesures diététiques. Ref. AFSSA - Rapport allégations plantes du 27 février 2003
- ⁴ Article 13 consolidated list of health claims ID 3737: Health of lower urinary tract. Supports the excretory function of the kidneys; used to enhance the renal elimination of water; used to facilitate the elimination functions of the organism; used for the drainage of the organism; contributes to the functioning of the urinary tract. Ref.FR 62728 : Les Cahiers de l'agence n°3, Les médicaments à base de plantes, septembre 1997, Agence du médicament, République française, ministère de l'Emploi et de la solidarité / ESCOP Monographs, second edition, 2003 / BLUMENTHAL M and al, The complete German Commission E monographs, published september 24, 1986, Austin Texas, American Botanical Council / ANTON R., WICHTL R., Plantes thérapeutiques. Tradition, pratique officinale, science et thérapeutique, édition TEC&DOC, 1999x CAPASSO F., GAGINELLA T.S., GRANDOLINI G., IZZO A.A., Phytotherapy, A quick reference to herbal medicine, 2003, édition Springer-verlag Berlin Heidelberg New York / DORVAULT, L'Officine 23ème édition Vigot, 1995 / VAN HELLEMONT J., Compendium de phytothérapie, édition APB, service scientifique, 1986 / VALNET J., Phytothérapie. Traitement des maladies par les plantes, édition Maloine, 5ème édition, 1983
- ⁵ Article 13 consolidated list of health claims ID 2628: Diurétique. Draineur naturel. Dépuratif stimulant l'élimination de l'eau et des toxines. Favorise le bon fonctionnement des voies urinaires. Réf. 62728 (ci-dessus).
- ⁶ Article 13 consolidated list of health claims ID 3869: Health of bladder and lower urinary tract. Supports the excretory function of the kidneys/contributes to urinary flow. Ref. UK 52999: Barnes, J.; Anderson, L.A. and Phillipson, D.J., 2002. Herbal Medicines, 2nd Ed. The Natural History Museum, London. - Bisset, N.G. and Wichtl, M., 2001. Herbal Drugs and Phytopharmaceuticals, 2nd Ed. CRC Press, Stuttgart; Williamson, E.M., 2003. Potter's Herbal Cyclopaedia. Daniel Company Limited, Essex. Articles; Akowuah, G.A.; Ismail, Z.; Norhayati, I. and Sadikun, A., 2005. The effects of different extraction solvents of varying polarities on polyphenols of Orthosiphon stamineus and evaluation of the free radical-scavenging activity. Nirdnoy, M. and V. Muangman (1991). "Effects of Folia orthosiphonis on urinary stone promoters and inhibitors." J Med Assoc Thai 74(6): 318-21.
- ⁷ Article 13 consolidated list of health claims ID 3329: Health of urinary tract. Support to treatment of bacterial disease of the lower urinary tract/ Support to treatment of inflammatory disease of the lower urinary tract/ Support to treatment of renal gravel/ Supports the excretory function of the kidneys/contributes to urinary flow. Ref. IT 88518: ESCOP/ Commissione E /PDR for herbal medicines.
- ⁸ Article 13 consolidated list of health claims ID 4314: Health of urinary function. Supports drainage of water from the body/Has diuretic properties / Is depurative and diuretic. Ref. LU 69709.
- ⁹ Article 13 consolidated list of health claims ID 3809: Contribute/support/help to elimination by the urinary tract - Contribute/support/help to elimination functions of the organism. Ref. FR 61729 : Les Cahiers de l'agence n°3, Les médicaments à base de plantes, septembre 1997, Agence du médicament, République française, ministère de l'Emploi et de la solidarité / BRUNETON J., Pharmacognosie Phytochimie plantes médicinales, 3ème édition, Tec & Doc, 1999 /DORVAULT, L'Officine, édition Vigot, 1995. / VAN HELLEMONT J., Compendium de phytothérapie, édition APB, service scientifique, 1986.
- ¹⁰ Article 13 consolidated list of health claims ID 2222: Diurétique. Facilite l'élimination urinaire, Drainant. Ref FR 31867 : Les Cahiers de l'agence n°3, Les médicaments à base de plantes, septembre 1997, Agence du médicament, République française, ministère de l'Emploi et de la solidarité / ANTON R., WICHTL R., Plantes thérapeutiques. Tradition, pratique officinale, science et thérapeutique, 1999, éd. TEC&DOC / BRUNETON J., Pharmacognosie Phytochimie plantes médicinales, 3ème édition, Tec & Doc, 1999. / MILLS S., BONE K., The essential guide to herbal safety, édition Elsevier, 2005/ DORVAULT, L'Officine, 23ème édition Vigot, 1995x VAN HELLEMONT J., Compendium de phytothérapie, édition APB, service scientifique, 1986x VALNET J., Phytothérapie. Traitement des maladies par les plantes, édition Maloine, 5ème édition, 1983
- ¹¹ Article 13 consolidated list of health claims ID 2570: Système hépatique. Cholérétique. FR 61615 : Anton R., 2003, Plantes thérapeutiques, Tradition, pratique officinale, science et thérapeutique, 2ème Edition, Edition Tec & Doc. ; Blumenthal M., Goldberg A., Brinckmann J., 2000, Expanded Commission E Monographs, American Botanical Council ; Bruneton J. 1999, Pharmacognosie. Phytochimie. Plantes Médicinales, 3ème édition, Editions Tec&Doc ; ESCOP Monographs, 2003, Second Edition, ESCOP
- ¹² Article 13 consolidated list of health claims ID 3808: Hepatoprotective. Useful to maintain the physiological purifying functions. Supports the function of intestinal tract. Ref. BE 88586: Rosmarinus officinalis and Digestive, Hepatic and biliary health.
- ¹³ Article 13 consolidated list of health claims ID 2561: Systeme hépatique. Hépatoprotecteur. Improves liver function thanks to its protective effect/is rich of protective compounds that protect liver cells against toxic substances. Ref. LU: 69710.
- ¹⁴ Article 13 consolidated list of health claims ID 2561: Cardiovascular system. Has a beneficial effect on cholesterol values. Ref. FR 61215: Sweeney B, Vora M, Ulbricht C, Basch E. Evidence-based systematic review of dandelion (Taraxacum officinale) by natural standard research collaboration. J Herb Pharmacother. 2005;5 (1):79-93. (review) / Cho SY, Park JY, Park EM, Choi MS, Lee MK, Jeon SM, Jang MK, Kim MJ, Park YB. Alternation of hepatic antioxidant enzyme activities and lipid profile in streptozotocin-induced diabetic rats by supplementation of dandelion water extract. Clin Chim Acta. 2002 Mar;317(1-2):109-17. (animal study)

- ¹⁵ Article 13 consolidated list of health claims ID 4366: Supports the normal level of blood cholesterol. Ref. RO 90453: Notification from the Institute of Food Bioresources nr.#Ioan Ciulei, Emanoil Grigorescu, Ursula Stanescu, Plante medicinale, fitochimie si fitoterapie, Medical Publishing, Bucharest, 1993, ISBN 973-39-0240-3, tome I pag.447 / Ovidiu Bojor, Ghidul Plantelor medicinale de la A la Z, Fiat Lux Publishing, 2003, ISBN 973-9250-68-8, pag.168,169 / Simon Mills, Kerry Bone, Principles and practice of phytotherapy, Churchill Livingstone Publishing, 2004, ISBN 0-443-06016-9, pag.148,221,224,249 / Mencinicopschi Gh., Bojor Ovidiu, Ionescu-Calinesti Larisa, Compendiu de terapie naturala, Medical Publishing 2009, ISBN 978-973-39-0670-4 Pag.580#PDR for Herbal Medicines, fourth edition, Thomson Publishing, ISBN 13:978-1-56363-6783, pag.82
- ¹⁶ Article 13 consolidated list of health claims ID 4356: Help to maintain a normal blood glucose level. Ref. RO 90326: Bissett NG. Herbal Drugs and Phytopharmaceuticals. Stuttgart: MedPharm CRC Press,1994:556 / Chevallier A. Encyclopedia of Medicinal Plants; The definitive home reference guide to 550 key herbs with all their uses as remedies for common ailments: Dorling Kindersley Limited, London, 2001: pg.65 / Murray MT, Pizzorno JE. An Encyclopedia of Natural Medicine. Rocklin, CA: Prima Publishing, 1991 / Swatson-Flatt SK, Day C., Flatt PR, Gould BJ, Bailey CJ., Glycaemic effects of traditional European plant treatments for diabetes. Studies in normal and streptozocin diabetic mice. Diabetes Research 1989;10:69-73 / Massimo Rossi,Tinture Madri in fitoterapia, Studio Edizioni, Milano, Prima edizione: aprilie 1992, pg.40.
- ¹⁷ Article 13 consolidated list of health claims ID 2562: Métabolisme des glucides / Hypoglycémiant. Participe au contrôle de la glycémie. Contribue à la régularisation de la glycémie. Ref. LU 69711
- ¹⁸ Article 13 consolidated list of health claims ID 2569: Métabolisme des glucides. Hypoglycémiant. Participe au contrôle de la glycémie. Aide à maîtriser le taux de sucre. Ref. 61214: Sweeney B, Vora M, Ulbricht C, Basch E. Evidence-based systematic review of dandelion (*Taraxacum officinale*) by natural standard research collaboration. J Herb Pharmacother. 2005;5(1):79-93. (review) / Cho SY, Park JY, Park EM, Choi MS, Lee MK, Jeon SM, Jang MK, Kim MJ, Park YB. Alternation of hepatic antioxidant enzyme activities and lipid profile in streptozotocin-induced diabetic rats by supplementation of dandelion water extract. Clin Chim Acta. 2002 Mar;317(1-2):109-17. (animal study).
- ¹⁹ Article 13 consolidated list of health claims ID 2517: Anti-inflammatoire / Antioxydant de la peau. Combat la formation des radicaux libres. Soulage les douleurs inflammatoires. Apaise les inflammations de la peau. Participe à la santé de la peau. Ref. LU 69588.
- ²⁰ Article 13 consolidated list of health claims ID 2394: Joint health. Improves functional state and mobility of joints, activates metabolism, protects and renews cartilage tissue. Ref. LV 66835.
- ²¹ Article 13 consolidated list of health claims ID 2571: Soulage les douleurs inflammatoires. Helps to manage anti-inflammatory responses in the body / helps to reduce inflammation in the body. Ref. LU 69725.
- ²² Article 13 consolidated list of health claims ID 3274: Joint health. Traditionally used to contribute/support/help to healthy joint activity. Ref FR 61739: BLUMENTHAL M and al, The complete German Commission E monographs, published september 24, 1986, Austin Texas, American Botanical Council / ANTON R., WICHTL R., Plantes thérapeutiques. Tradition, pratique officinale, science et thérapeutique, édition TEC&DOC, 1999 / CAPASSO F., GAGINELLA T.S., GRANDOLINI G., IZZO A.A., Phytotherapy, A quick reference to herbal medicine, 2003, édition Springer-verlag Berlin Heidelberg New York / VAN HELLEMONT J., Compendium de phytothérapie, édition APB, service scientifique, 1986 / VALNET J., Phytothérapie. Traitement des maladies par les plantes, édition Maloine, 5ème édition, 1983.
- ²³ Article 13 consolidated list of health claims ID 2866: Antioxidant properties. Rosemary is rich in the antioxidants carnosic and carnosol. Ref. UK 53032: ESCOP Monographs The scientific Foundation for Herbal medicinal Products. ESCOP & Thieme, 2003.... Cheung S, Tai J. Anti-proliferative and antioxidant properties of rosemary *Rosmarinus officinalis*. Oncol Rep Page 1 of 2 2007;17:1525-31. / Wijeratne SS, Cuppett SL. Potential of rosemary (*Rosmarinus officinalis* L.) diterpenes in preventing lipid hydroperoxide-mediated oxidative stress in Caco-2 cells. J Agric Food Chem 2007;55:1193-9. / Perez-Fons L, Aranda FJ, Guillen J, Villalain J, Micol V. Rosemary (*Rosmarinus officinalis*) diterpenes affect lipid polymorphism and fluidity in phospholipid membranes. Arch Biochem Biophys 2006;453:224-36.
- ²⁴ Article 13 consolidated list of health claims ID 2125: Antioxidant properties. Antioxidants contribute to the total antioxidant capacity of the body and may help strengthen our body's defences. Ref. UK : 52770.
- ²⁵ Article 13 consolidated list of health claims ID 3883: Invigoration of the bod. Helps to strengthen the body / Helps you feel more energetic. Ref. UK 53034: Blumenthal M, "The Complete German Commission E Monographs", 1998, American Botanical Council, Austin, Texas, USA.
- ²⁶ Article 13 consolidated list of health claims ID 2220: Health of the upper respiratory tract / Immune health. Supports the natural defense of the body/ increases the resistance of the organism. Ref. BE 54793.
- ²⁷ Article 13 consolidated list of health claims ID 4367: Contributes to body defence against external agents. Help strengthen our body's defences. Ref. RO 90481: Fernando Piterà, Compendio di Gemmoterapia clinica (Meristemoterapia) con indice clinica, Genova, Sept.2000, pg. 58,59,80,126,148,284,294 / Bruno Brigo, ' La fitoterapia, la gemmoterapia. 211 sindromi cliniche trattate con fitocomplessi e gemmoderivati.1997, Tecniche Nuove, Milano. pg.44,282-283 / Massimo Rossi,Tinture Madri in fitoterapia, Studio Edizioni, Milano, Prima edizione: aprilie 1992, pg.204.
- ²⁸ Article 13 consolidated list of health claims ID 3882: Immune health. Contributes to the natural defences of the body- support of the body's defence. Supports the immune system. Ref. UK 53033: Herbal Remedies/ Heilpflanzen, Version 5, 2003, medpharm GmbH Scientific Publishers, Stuttgart, Germany.