

Troubles liés à l'insuffisance veineuse

*20 Millions de Français
consultent un médecin
chaque année !*



En France, 20 millions de personnes consultent régulièrement leur médecin pour des problèmes d'insuffisance veineuse chronique. Les conséquences de cette affection ne sont pas seulement inconfortables (douleurs, pesanteur, fourmillements...) inesthétiques (varicosités, cellulite, couperose) ou bénignes (hémorroïdes), elles peuvent être beaucoup plus graves et nécessiter des interventions médicales et chirurgicales (varices, ulcères variqueux, voire phlébites). L'insuffisance veineuse touchent les hommes aussi bien que les femmes, et s'il existe un facteur génétique à l'origine de ces troubles veino-lymphatiques, la chaleur, la grossesse, l'âge, la station debout prolongée, le mode et l'hygiène de vie sont autant de paramètres qui influent sur leur survenue. Hormis l'hérédité et l'âge les principaux responsables des jambes lourdes peuvent être corrigés, par des mesures simples comme agir contre la sédentarité, le surpoids, l'exposition à la chaleur, le port de chaussures trop hautes ou trop plates...

La prévention par l'hygiène de vie

Pour éviter ou retarder cette situation, la prévention, pendant la saison chaude, est donc essentielle. La lutte contre le surpoids, la limitation des traitements hormonaux, les règles hygiéno-diététiques sont les bases incontournables de la

prévention de l'altération des parois vasculaires. Car, l'hygiène de vie est à la fois la première cause d'insuffisance veineuse et son premier traitement. En premier lieu, et bien évidemment, il convient de pratiquer une activité physique régulière. La marche est sans nul doute la meilleure activité pour stimuler le retour veineux et entretenir la santé de notre système circulatoire. Pour cela il faut utiliser des bonnes chaussures permettant à la fois un bon amortissement à chaque foulée, mais aussi un bon massage de la voute plantaire. Cet été, si vous partez à la mer, pensez aussi à marcher pieds nus dans le sable et mieux encore, les pieds dans l'eau pour bénéficier de sa fraîcheur et de son massage. Il faut également penser, si vous souffrez des jambes, à surélever les pieds du lit de quelques centimètres, finir votre toilette par une douche fraîche, voire froide, sur les jambes, surélever vos jambes au moindre moment de repos.

La diététique visera surtout au contrôle du poids, mais aussi à **boire suffisamment** pour favoriser l'élimination des toxines et ne surtout pas se déshydrater pendant la saison chaude. Un régime riche en légumes et poisson est idéal. Les légumes apportant les antioxydants nécessaires à la qualité de la paroi veineuse et le poisson étant une source d'acides gras essentiels qui sont indispensables

pour la santé du réseau veineux. Pour être certain d'avoir un apport constant et contrôlé en antioxydants végétaux naturels et oméga3 de poisson on pourra suivre une cure de **QuantaOx+** (1 dose par jour soit 50 jours pour 1 flacon) et **Quantaoméga3** (3 capsules par jour soit 60 jours de cure par boîte).



Les traitements

La contention veineuse, associée au drainage lymphatique, est souvent le seul traitement de l'insuffisance veineuse reconnu par les autorités sanitaires. C'est d'ailleurs un des rares à être pris en charge par la sécurité sociale. Pour qu'elle soit efficace, la contention doit être portée toute la journée, tous les jours, être mis en place dès les premiers symptômes et, impérativement utilisée dans les situations à risque : station debout prolongée, voyage en voiture et surtout en avion ...

Hélas, chez certaines femmes, ces mesures ne suffisent pas et la contention n'est pas toujours facile à porter quand il fait chaud ! Heureusement, **la phytothérapie** vient à leur secours. Les plantes sont depuis toujours les meilleurs remèdes de l'insuffisance veineuse. Pour cela, on utilise des plantes à la fois veinotoniques, c'est-à-dire qui tonifient la paroi veineuse comme l'hamamélis et le fragon petit houx, qui ont un effet de fluidification du sang comme le ginkgo biloba le mélilot et l'essence de citron, réduisent le gonflement des chevilles et des jambes tels que le ginkgo, le cyprès et le marron d'inde, et même qui, par leur pouvoir antiinflammatoire, soulagent la douleur (cyprès et marron d'inde).

PhytoQuant, a conçu pour vous aider, l'arme de phytothérapie ultime : **QuantaCircu+**. Une synergie des plantes veinotoniques les plus reconnues : **marron d'inde, fragon, hamamélis, & ginkgo biloba**. **QuantaCircu+**, c'est un concentré liquide de près de 5 grammes de ces 4 plantes par dose quotidienne (soit l'équivalent d'au moins 10 gélules d'extrait secs de ces mêmes plantes !). A diluer dans un verre d'eau le matin ou dans une petite bouteille d'eau à boire au cours de la journée. Un flacon permet une cure de 6 semaines. Dans le cadre de la lutte contre les poussées hémorroïdaires, il convient de doubler voire de tripler les doses de **QuantaCircu+** pendant 5 à 8 jours.

Cependant, les plantes veinotoniques agissant lentement, le traitement doit être poursuivi de nombreux mois et renouvelé. C'est pourquoi, il ne faut pas négliger **l'aromathérapie** qui est plus efficace pour agir rapidement sur les symptômes de l'insuffisance veineuse. En application locale elle fait merveille pour soulager ces sensations de jambes lourdes et procurer rapidement une sensation de bien-être. Les gels de massage ont pour vocation de soulager les jambes lourdes, douloureuses et de potentialiser les effets d'un drainage lymphatique. Dans ce cadre, les gels qui font appel aux huiles essentielles, sont à privilégier. En effet, les huiles essentielles pénètrent facilement ce qui améliore l'efficacité du gel.

Proposez **QuantaVeinoGEL**, un **gel d'aloë vera enrichi aux huiles essentielles de cèdre de l'atlas, d'immortelle, de cyprès, de laurier et de menthe**. **QuantaVeinoGEL** est le complément naturel de **QuantaCircu+** et le gel de massage idéal pour un drainage lymphatique efficace.



** Offre valable jusqu'au 15 juin 2019 dans la limite des stocks disponibles.*

Pour en savoir plus, écrivez à **Alain Jourdan** alain.jourdan@phytoquant.mc ou téléphonez au n°vert **0 800 90 23 71**

Nicola Frassanito

*Mais ce n'est pas tout,
rappelez-vous que
tout nouveau client
bénéficie en plus
d'une remise de
bienvenue de 5€ !**



** Commandes enregistrées uniquement par téléphone.*