

Dossier Scientifique Huile d'Onagre



Mai 2008

Huile d'Onagre

Riche en acides gras essentiels dont :

- acide gamma linolénique (10%) (oméga 6)
- acide linoléique (72%) (oméga 6)
- acide oléique (8%) (oméga 9)

Actions sur :

- anti-inflammatoire
- pré-ménopause, ménopause et cycle féminin
- peau- ongles- cheveux

Rôle en présence de cofacteurs :

- anti-inflammatoire
- diminue le cholestérol total
- cardiovasculaire (agrégation plaquettaire)
- système nerveux
- rétine

Consommée sous forme de complément alimentaire, l'huile d'onagre permet de régulariser le taux de lipides dans le sang et également d'apporter une amélioration au niveau des troubles prémenstruels.

*Huile vierge
première pression à froid*

SOMMAIRE

Partie I : données administratives et résumé du dossier

I.1.	Renseignements administratifs	page 1
I.2.	Résumé des caractéristiques du produit	page 1
I.3.	Etiquetage et notice	page 1

Partie II : documentation scientifique

II.1.	Huile d'Onagre	page 2
II.1.1.	Elément de botanique	page 2
II.1.2.	Constituants	page 2
II.1.3.	Propriétés	page 2
II.1.4.	Etudes cliniques	page 3
II.1.5.	Effets indésirables – Contre indications – Précautions d'emploi	page 3

Partie III : méthode de préparation du produit fini

Bibliographie

page 4

Partie I : données administratives et résumé du dossier

I.1. Renseignements administratifs

Responsable de la mise sur le marché et de la commercialisation

SANTE VERTE Ltd.

Unit E / Foster Road
Ashford Business Park
Sevington, Ashford
Kent, TN24 0SH
Tél. : 44 (0) 1233 504 444
Fax : 44 (0) 1233 504 450
www.sante-verte.com

I.2. Résumé des caractéristiques du produit

L'Onagre est utilisée pour traiter des problèmes tels que: l'obésité, les troubles prémenstruels chez la femme, les troubles hormonaux (par exemple dans le cas des femmes ayant un faible taux d'acide gras AG, l'huile leur permet de reconstituer le stock d'AG), l'arthrite (en effet, les AGL possèdent des propriétés anti-inflammatoires), la diminution du taux de cholestérol (jusqu'à 18% de baisse), les maladies du cœur (diminution de la tension artérielle), l'hyper tension, les ongles cassants.

En aucun cas les renseignements donnés ne peuvent se substituer à un avis médical et chaque utilisateur est tenu responsable de ses propres actes, de sa santé et de sa sécurité.

I.3. Etiquetage

Ingrédients :

Pour 3 capsules :

Huile d'onagre (*Oenothera biennis*) 1515 mg
Dont : Acide linoléique 1090 mg
Acide gamma linoléique 151,2 mg
Acide oléique 121,1 mg
Vitamine E naturelle (d-alpha-tocophérol) sans OGM 15 mg

Autres ingrédients : tunique : gélatine bovine, glycérine végétale, eau purifiée.

Informations nutritionnelles :

	Par capsule	Pour 100 g
Energie	5,19 kcal	762 kcal
Lipides	0,52 g	76,37 g
Protides	0,12 g	17,01 g
Glucides	0,04 g	5,55 g

Conseils d'utilisation : Prendre 2 à 3 capsules par jour.

Ne pas dépasser la dose journalière indiquée.
Ce produit n'est pas un médicament et ne peut se substituer à un régime alimentaire varié et à un mode de vie sain.

Maintenir soigneusement fermé dans un endroit frais, à l'abri de l'humidité.

Tenir hors de portée des enfants.

Femmes enceintes et allaitantes, demander conseil à votre médecin.

Précautions d'emploi : de toxicité à peu près nulle aux dosages recommandés, l'huile d'onagre peut, parfois, occasionner de légères nausées, des maux d'estomac, de ventre ou de tête ainsi que la présence de selles molles. Une diminution de la dose devrait éliminer ces inconvénients.

L'huile d'onagre n'est pas recommandée en cas d'épilepsie

Référence : PHSV046
Pilulier de 200 capsules
Poids net : 136,2 g

Partie II : documentation scientifique

II.1. L'Onagre

II.1.1. Eléments de botanique

Classification Classique	
Règne	Plantae
Division	Magnoliophyta
Classe	Magnoliopsidia
Ordre	Myrtales
Famille	Onagraceae
Genre	Oenothera
Nom Latin	<i>Oenothera biennis</i>

Nom : Onagre

Parties utilisées : Feuilles, écorce de la tige, fleurs, graines.

Plante bisannuelle à tige tachetée de rouge, à feuilles lancéolées et ondulées, à fleurs jaunes à 4 pétales et à capsules allongées (20 cm de haut). Originaires d'Amérique du Nord, l'onagre est aujourd'hui répandue

dans la plupart des régions tempérées. Elle pousse sur les sols en friche, surtout sablonneux, notamment dans les dunes. L'onagre est également cultivée pour l'huile qu'on extrait de ses graines [1].

II.1.2. Constituants

L'huile d'onagre est riche en acides gras essentiels notamment cis-linoléique (environ 70%) et cis-gammalinolénique (environ 9%). Son action repose surtout sur la présence d'acide gammalinolénique, qui synthétise la prostaglandine E1. Associée à la vitamine E, l'huile d'onagre est antioxydante [1].

Les graines contiennent environ 15% de protéines inhabituellement riches en acides aminés soufrés, 24-25% d'huile et 43% de cellulose et de lignine, ainsi que des minéraux. Toutes les parties de l'Onagre contiennent également un abondant mucilage, des tanins et des sucres.

II.1.3. Propriétés

Les fleurs, les feuilles et l'écorce de la tige de l'onagre ont des propriétés astringentes et calmantes. On emploie ces trois parties pour soigner la coqueluche. L'onagre est également efficace en cas de troubles digestifs, d'asthme et, en cataplasme, contre les douleurs rhumatismales. En usage externe, l'huile soigne efficacement l'eczéma et certains types de prurit ; elle soulage aussi les seins douloureux. En usage interne, elle abaisse la tension et est anticoagulante. On la prescrit aujourd'hui couramment contre les divers troubles prémenstruels tels qu'une légère irritabilité et des ballonnements. L'huile pourrait être efficace, toujours en usage interne, pour traiter la sclérose en plaques [1].

Diététique du nourrisson : L'huile d'Onagre peut avoir son importance dans la diététique des nourrissons. En effet, elle permet d'éviter le développement de troubles mentaux souvent observés chez les bébés carencés en acides gras essentiels.

Réanimation parentérale : Il existe une préparation pharmaceutique à base d'huile d'Onagre qui permet d'éviter les risques thrombotiques et d'hypercoagulation au cours de la réanimation.

Hypercholestérolémie : Un apport en huile d'Onagre constitue un moyen efficace pour baisser le taux de cholestérol grâce à l'acide gamma-linolénique qu'elle contient. Mais il est évident que cette action doit s'accompagner d'une diminution de la consommation des graisses saturées si l'on veut obtenir des résultats satisfaisants.

Thrombose : L'huile d'Onagre permet une diminution de l'agrégation des plaquettes et de leur adhésion aux parois des vaisseaux.

L'administration orale d'huile d'Onagre permet de corriger le déficit en acide gamma-linolénique à la base des troubles normaux caractéristiques de la période de **syndrome prémenstruel**.

II.1.4 Etudes cliniques

Arthrite rhumatoïde. Trois études en double aveugle avec placebo (271 sujets en tout) ont donné des résultats contradictoires au chapitre du traitement de cette maladie. Cependant, dans deux de ces essais, on a utilisé de l'huile d'olive comme placebo, ce qui a peut-être contribué à fausser les résultats, puisque cette huile peut avoir un effet contre la douleur selon les auteurs d'une méta-analyse publiée en 2005 [3]. Ces derniers concluent donc, en amalgamant les résultats obtenus avec l'huile de bourrache (une autre source d'AGL), que l'AGL peut être utile pour réduire les symptômes de l'arthrite rhumatoïde. Une autre méta-analyse, publiée en 2001 [4], ainsi qu'une synthèse publiée en 2000 [5] avaient aussi conclu que, malgré certaines données contradictoires, l'ensemble de la preuve pointait vers un effet positif de l'AGL sur cette maladie.

Eczéma. Les essais cliniques ont donné des résultats contradictoires. Les auteurs de méta-analyses publiées en 1989 [6] et en 2000 [7] avaient toutefois conclu que l'huile d'onagre pouvait être utile pour le traitement de l'eczéma. Cependant, selon les auteurs de deux méta-analyses plus récentes, qui se sont penchés respectivement sur 146 et 197 études, les données sur l'effet thérapeutique de l'AGL sont non concluantes. L'intérêt de la part de la communauté médicale pour l'huile d'onagre dans le traitement de l'eczéma semble donc en perte de vitesse [8].

Neuropathie diabétique. Cette complication du diabète, consiste en une dégénérescence graduelle des nerfs qui peut être extrêmement douloureuse. Deux études à double insu avec placebo ayant porté sur 106 personnes en tout ont donné des résultats positifs; les sujets avaient pris 360 mg d'AGL [9] ou 480 mg d'AGL [10] par jour pendant au moins six mois. Un essai subséquent en double aveugle avec placebo sur 51 sujets n'a cependant pas été concluant [11]. Une synthèse publiée en 2003, conclut tout de même que l'huile d'onagre peut être utile en cas de neuropathie diabétique légère et, comme traitement adjuvant, en cas de neuropathie modérée, lorsque l'efficacité des médicaments classiques n'est que partielle [12]. Les auteurs de cette synthèse précisent qu'un traitement d'au moins six mois est nécessaire et qu'il requiert la prise de 9 à 12 capsules de 500 mg d'huile d'onagre par jour.

Au cours d'études préliminaires, l'administration d'huile d'onagre a donné des résultats positifs chez des sujets atteints du syndrome de Raynaud [13] et de la chorée de Huntington [14]. On a également constaté que la prise d'huile d'onagre pouvait contribuer à réduire certains facteurs de risque de maladies cardiovasculaires chez les personnes âgées [15].

Une étude récemment menée par des chercheurs européens offre une sérieuse note d'espoir aux femmes atteintes de cancer. Le scientifique espagnol JAVIER MENENDEZ, biologiste moléculaire de l'Institut d'Investigation pour la santé de L'Université Northwestern de Chicago (Etats-Unis) confirme que l'huile d'onagre possède une fonction protectrice contre les tumeurs (seins, ovaires, estomac...).

Les conclusions de l'étude, à laquelle a participé RAMON COLOMER, directeur de la Division de Médecine Oncologique de l'Institut Catalan d'Oncologie de l'hôpital Josep Trueta de Gérone, sont publiées dans le Journal of the National Cancer Institute. Elles indiquent qu'une médecine peu coûteuse à base de plantes pourrait agir efficacement sur la croissance des cellules responsables du cancer du sein, stopper la formation de métastase et constituer une alternative à la chimiothérapie.

D'après cette étude, le AGL (acide gamma-linolénique) exercerait des effets toxiques sélectifs sur les cellules cancéreuses sans affecter les cellules normales [16].

II.1.5 Effets indésirables et contre indications.

De fortes doses d'huile peuvent provoquer, comme c'est le cas pour toutes les huiles prises seules (sans autres aliments), des selles molles, des éructations et des ballonnements.

L'huile d'onagre est contre-indiquée en cas d'épilepsie [17].

Partie III : méthode de préparation du produit fini

- Formule de fabrication
- Procédé de fabrication
- Contrôle de qualité en cours de fabrication
- Spécifications du matériel utilisé
- Validation du procédé

Documents disponibles sur simple demande.

Bibliographie

1. Encyclopédie des plantes médicinales : identification, préparations, soins. 2001, Larousse.
2. <http://fr.wikipedia.org>
3. Soeken KL, Miller SA, Ernst E. Related Herbal medicines for the treatment of rheumatoid arthritis: a systematic review. Rheumatology (Oxford). 2003 May;42(5):652-9. Review. Texte intégral : <http://rheumatology.oxfordjournals.org>
4. Little C, Parsons T. Herbal therapy for treating rheumatoid arthritis. Cochrane Database Syst Rev. 2001;(1):CD002948. Review.
5. Belch JJ, Hill A. Evening primrose oil and borage oil in rheumatologic conditions. Am J Clin Nutr 2000 Jan;71(1 Suppl):352S-6S. Texte intégral : www.ajcn.org
6. Morse PF, Horrobin DF, et al. Meta-analysis of placebo-controlled studies of the efficacy of Epogam in the treatment of atopic eczema. Relationship between plasma essential fatty acid changes and clinical response. Br J Dermatol. 1989 Jul;121(1):75-90.
7. Horrobin DF. Essential fatty acid metabolism and its modification in atopic eczema. Am J Clin Nutr 2000 Jan;71(1 Suppl):367S-72S. Texte intégral : www.ajcn.org
8. Williams, HC. Evening primrose oil for atopic dermatitis – Time to say goodnight. Br Med J (2003) 327:1358-1359. Texte intégral : <http://bmj.bmjournals.com>
9. Jamal GA, Carmichael H. The effect of gamma-linolenic acid on human diabetic peripheral neuropathy: a double-blind placebo-controlled trial. Diabet. Med 1990. 7: 319–323
10. Keen H, Payan J, et al. Treatment of diabetic neuropathy with gamma-linolenic acid. The gamma-linolenic Acid Multicenter Trial Group. Diabetes Care 1993 Jan;16(1):8-15.
11. Purewal TS, Evans PMS, et al. Lack of effect of evening primrose oil on autonomic function tests after 12 months of treatment. Diabetologia (1997). 40: 556 (abs). Étude mentionnée et résumée dans : Halat KM, Dennehy CE. Botanicals and dietary supplements in diabetic peripheral neuropathy. J Am Board Fam Pract. 2003 Jan-Feb;16(1):47-57. Review. Texte intégral : www.jabfp.org
12. Halat KM, Dennehy CE. Botanicals and dietary supplements in diabetic peripheral neuropathy. J Am Board Fam Pract. 2003 Jan-Feb;16(1):47-57. Review. Texte intégral : www.jabfp.org
13. Belch JJ, Shaw B, et al. Evening primrose oil (Efamol) in the treatment of Raynaud's phenomenon: a double blind study. Thromb Haemost 1985 Aug 30;54(2):490-4.
14. Vaddadi KS, Soosai E, et al. A randomised, placebo-controlled, double blind study of treatment of Huntington's disease with unsaturated fatty acids. Neuroreport 2002 Jan 21;13(1):29-33.
15. Hornych A, Oravec S, et al. The effect of gamma-linolenic acid on plasma and membrane lipids and renal prostaglandin synthesis in older subjects. Bratisl Lek Listy. 2002;103(3):101-7.
16. <http://www.phytonutrition-sante.com/blog/index.php?2005/12/10/22-huile-d-onagre-et-cancers>
17. <http://www.passeportsante.net/fr/Solutions/PlantesSupplements/>