

## Ô douleur

par Kirian Taylor

Êtes-vous de ceux qui, au lever, doivent déplier leurs doigts lentement, un à un? Lorsque vous relevez après un court moment passé dans votre fauteuil, vos genoux protestent-ils par d'inquiétants craquements? Cela ne vous arrive jamais? Tant mieux pour vous, mais peut-être qu'un de vos proches, par contre, sait exactement de quoi je parle...

Raideurs, courbatures et douleurs semblent être des maux de la vie courante au 21<sup>e</sup> siècle. Des gens de plus en plus jeunes en souffrent et cherchent des remèdes efficaces.

L'inflammation est une réaction de défense utile au corps humain. Par contre, si la réaction inflammatoire se prolonge, elle peut finir par devenir en elle-même un problème de santé plutôt qu'un facteur de guérison.

Les personnes atteintes de troubles inflammatoires chroniques ne sont pas les seules à souffrir. Celles qui ont subi des blessures en pratiquant des sports ou qui s'adonnent de façon un peu trop intense à des activités de loisirs telles que le jardinage ont aussi besoin de soulager l'inflammation afin de se remettre en mouvement.

Bien des gens trouvent que les médicaments anti-inflammatoires traditionnels ne donnent pas de résultats satisfaisants ou perdent de leur efficacité après quelques semaines. Cela arrive même très souvent. Heureusement pour eux, le gel Absolut Arnica, préparé à partir de fleurs fraîches d'arnica de culture biologique, s'avère très efficace pour soulager la douleur et empêcher l'inflammation.

Arnica montana, de la famille des tournesols, est une plante vivace qui produit en juillet des fleurs d'un jaune vif. Facile à repérer grâce à sa couleur éclatante, le capitule (tête de la fleur) contient de précieux ingrédients actifs qui ont des propriétés médicinales.

Comme son nom l'indique, Arnica montana est une plante indigène qui pousse dans les forêts et prés montagneux d'Europe de l'Est. On l'utilise en phytothérapie depuis des siècles. L'utilisation de l'arnica à des fins curatives s'appuie sur de solides données scientifiques, désormais confirmées par des essais cliniques.

Lors d'une étude portant sur des sujets souffrant d'arthrose à au moins un genou, des frictions au moyen du gel Absolut Arnica au moins deux fois par jour ont donné des résultats significatifs après 3 semaines seulement, faisant disparaître considérablement la douleur inflammatoire<sup>1</sup>.

Lors d'une étude auprès de plus de 200 personnes affligées de douleurs arthrosiques dans les doigts, le gel Absolut Arnica s'est avéré aussi efficace que le gel d'ibuprofène. La quantité d'articulations douloureuses a diminué de façon significative et la raideur matinale a été atténuée<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Knuesel O et al. *Advances in Therapy* 2002; 19 (5): 209 - 218.

<sup>2</sup> Reto Widrig, Andy Suter, Reinhard Saller et Joerg Melzer. « Choosing between NSAID and arnica for topical treatment of hand osteoarthritis in a randomised double-blind study », *Rheumatology International*, vol. 27, no 6, avril 2007.



## Un problème brûlant

L'inflammation est en fait une réaction de défense utile au corps humain. Lorsqu'un tissu est endommagé, les cellules produisent des substances chimiques qui ont un double effet. D'une part, elles font enfler et dilater le tissu et, d'autre part, elles augmentent la perméabilité des vaisseaux sanguins, ce qui permet au sang d'irriguer plus facilement la région atteinte et de lui apporter l'oxygène et les cellules immunitaires nécessaires à sa guérison. Bref, il s'agit d'un mécanisme parfaitement sain.

Par contre, si la réaction inflammatoire se prolonge indûment, elle devient une partie du problème et non de la solution : la douleur s'installe à demeure et la région enflammée commence à se détériorer sous les attaques continues des globules blancs et de la chaleur.

Le gel Absolut Arnica, facilement absorbé, procure un soulagement rapide de la douleur, stoppe l'inflammation et peut être utilisé quotidiennement. Les comprimés Douleurs articulaires A.Vogel constituent un traitement d'appoint permettant d'assurer un soulagement durable. Les ingrédients actifs des comprimés Douleurs articulaires A.Vogel possèdent une efficacité comparable à celle des médicaments inflammatoires traditionnels et leur innocuité a été démontrée.

## Saviez-vous?

La plante Arnica montana est très difficile à cultiver car elle nécessite des conditions de sol spécifiques. Pour cette raison, de nombreux fabricants ont pris l'habitude de la cueillir à l'état sauvage, mettant ainsi l'espèce en danger. La plante est maintenant protégée dans de nombreuses régions d'Europe.

Pendant plusieurs années, Alfred Vogel a cherché un endroit où le climat et le sol seraient propices à la culture d'Arnica montana. C'est en Allemagne, près de la frontière suisse, qu'il a finalement établi une ferme biologique spéciale. La plante y croît particulièrement bien; cela permet d'assurer des récoltes de fleurs en pleine santé, sans nuire à l'environnement.

Les champs d'Arnica montana doivent être désherbés en permanence car les plants ne poussent pas très près les uns des autres et, comme chacun le sait, la nature a horreur du vide! La récolte se fait aussi entièrement à la main, avec grand soin : seules les fleurs peuvent être utilisées et elles doivent être préparées lorsqu'elles sont encore fraîches afin de préserver les ingrédients qui assurent l'action anti-inflammatoire du gel Absolut Arnica.

