

L'argousier est extrêmement riche en vitamine C. Outre de nombreuses autres vitamines, les baies contiennent des acides gras polyinsaturés oméga-3, oméga-6 et oméga-7, ainsi que d'autres composants précieux pour une peau saine.

Argousier

Baies favorisant une peau saine

Jaunes à orangées, les baies d'argousier – une plante médicinale bien connue – sont utilisées depuis plus d'un millénaire, y compris dans les pays nordiques, où la sécheresse oculaire et un système immunitaire affaibli sont plus fréquents que chez nous.

Elles sont réputées pour leur teneur exceptionnelle en vitamine C, qui excède largement celle des citrons et leur vaut leur surnom de «citrons du Nord». Parmi leurs autres constituants, quelque 200 substances bioactives ont été identifiées à ce jour. Leur chair contient jusqu'à cinq pour cent d'huile. Or, les huiles d'argousier renferment la quasi-totalité des vitamines et sont riches en acides gras polyinsaturés: oméga-3 et 6 mais aussi 7 et 9, peu connus jusqu'ici.

Précieuses huiles d'argousier

L'argousier est utilisé depuis l'Antiquité pour soulager les problèmes de muqueuses tels que les infections des voies respiratoires ainsi que les troubles gynécologiques. L'association d'oméga-7 et d'autres acides gras, de vitamine E et de bêta-carotène semble particulièrement efficace dans ce cadre. Des études ont mis en évidence de multiples effets bénéfiques des huiles d'argousier sur la peau et les muqueuses, notamment en cas de sécheresse oculaire, buccale ou vaginale chronique.

Commentaires des participantes aux tests

Lorsque **Carin Bergström** a interrompu son traitement hormonal et a pris des capsules d'huile d'argousier, ses problèmes de bouche sèche et de flux lacrymal insuffisant se sont envolés: «Mes yeux vont à nouveau parfaitement bien.»

Annika Bomsjö: «Auparavant, mes yeux étaient trop secs pour que je puisse porter mes lentilles mensuelles toute une journée. A présent, je me sens beaucoup mieux.»

Gun Dinerius a testé les capsules d'huile d'argousier contre ses problèmes de sécheresse oculaire et buccale: «Je suis

si contente: je n'ai plus l'impression d'avoir du sable dans les yeux ni la bouche râpeuse.»

Brigitta Andersson: «A la ménopause, ma peau est devenue très sèche et ma muqueuse vaginale déshydratée provoquait de vives démangeaisons et des sensations de brûlure.» Les capsules d'huile d'argousier auraient agi rapidement. «Ma peau traitait moins et était bien mieux nourrie. Les démangeaisons et brûlures ont disparu.»

Informations complémentaires:
www.sanddorn-argousier.ch

Capsules d'huile d'argousier Ω 7 Sanddorn Argousier

Complément alimentaire à l'huile d'argousier et à la vitamine E

Pour soutenir une fonction cutanée normale chez les femmes de 50 ans et plus. Les capsules d'huile d'argousier Ω 7 (oméga-7) Sanddorn Argousier sont cent pour cent végétales, exemptes de colorants artificiels, gluten, levure, sucre, lactose et parfaitement adaptées aux personnes végétariennes et allergiques au poisson. Prendre 2 x 2 capsules matin et soir pendant les deux à trois premières semaines, puis 2 x 1 capsule.

