

La formule probiotique **FémínaFlora Oral** se distingue par sa sélection de souches probiotiques scientifiquement éprouvées et de prébiotiques naturels complémentaires. C'est le produit idéal pour aider à maintenir l'équilibre de la flore vaginale et pour lutter contre les infections vaginales.

Chaque capsule de **FémínaFlora Oral** fournit plus de 55 milliards de cellules vivantes de 16 souches probiotiques bénéfiques (10 d'origine humaine, 5 d'origine laitière et 1 d'origine végétale). La formule inclut plus de 31 milliards d'unités formant colonie (UFC) de *Lactobacillus rhamnosus* et de *Lactobacillus casei*. Ces 2 souches humaines sont prédominantes dans la flore vaginale et génèrent de l'acide lactique pour acidifier le pH vaginal et empêcher la prolifération de bactéries pathogènes et de levures. **FémínaFlora Oral** comprend également *Lactobacillus crispatus* et *Lactobacillus gasseri*, deux des probiotiques les plus courants de la flore vaginale, en plus de *Bifidobacterium breve* et *Lactobacillus johnsonii*. La formule comprend également deux espèces de *Bifidobacterium* qui résident généralement dans le côlon et qui renforcent le système immunitaire.

L'enrobage entérique GPS™ des capsules protège les souches sensibles des sucs gastriques. La capsule ne se dissout que dans le pH intestinal, ce qui permet de délivrer le contenu de la capsule avec une puissance de 100%.

Ingrédients: Fécule de pomme de terre, culture bactérienne (55 milliards de cellules saines actives vivantes par capsule; voir information nutritionnelle), inuline (de racine de chicorée, *Cichorium intybus*), arabinogalactane (de *Larix laricina*), antioxydant (acide L-ascorbique) anti-agglomérant (sels de magnésium d'acides), capsule entérosoluble GPS™ (agent d'enrobage: hydroxypropylméthylcellulose; solution aqueuse d'enrobage entérique; eau purifiée).

Déclaration nutritionnelle:	1 caps. (677 mg)	2 caps. (1 354 mg)
Souches humaines:		
<i>Lactobacillus rhamnosus</i> UB5115	19,000 milliards d'UFC	38,000 milliards d'UFC
<i>Lactobacillus acidophilus</i> UB5997	5,250 milliards d'UFC	10,500 milliards d'UFC
<i>Lactobacillus casei</i> UB1499	12,000 milliards d'UFC	24,000 milliards d'UFC
<i>Bifidobacterium bifidum</i> UB4280	2,000 milliards d'UFC	4,000 milliards d'UFC
<i>Bifidobacterium breve</i> UB8674	2,000 milliards d'UFC	4,000 milliards d'UFC
<i>Bifidobacterium longum</i> UB7691	2,000 milliards d'UFC	4,000 milliards d'UFC
<i>Lactobacillus crispatus</i> UB4719	0,750 milliards d'UFC	1,500 milliards d'UFC
<i>Lactobacillus gasseri</i> UB8141	0,750 milliards d'UFC	1,500 milliards d'UFC
<i>Lactobacillus rhamnosus</i> GG	0,300 milliards d'UFC	0,600 milliards d'UFC
<i>Lactobacillus acidophilus</i> LA-14	0,300 milliards d'UFC	0,600 milliards d'UFC
Souches laitières:		
<i>Lactobacillus casei</i> LC-11	0,300 milliards d'UFC	0,600 milliards d'UFC
<i>Lactobacillus helveticus</i> UB7229	0,500 milliards d'UFC	1,000 milliards d'UFC
<i>Lactobacillus paracasei</i> UB1978	0,600 milliards d'UFC	1,200 milliards d'UFC
<i>Lactobacillus johnsonii</i> UB3394	0,750 milliards d'UFC	1,500 milliards d'UFC
<i>Lactobacillus reuteri</i> UB2419	0,500 milliards d'UFC	1,000 milliards d'UFC
Souche végétale:		
<i>Lactobacillus plantarum</i> UB2783	8,000 milliards d'UFC	16,000 milliards d'UFC
Inulin	16,65 mg	33,3 mg
Arabinogalactan (AOS)	16,65 mg	33,3 mg

UFC = Unités formatrices de colonies

Format:

30 capsules végétales à enrobage entérique GPS™

Dose journalière recommandée:

1-2 par jour

Si vous prenez des antibiotiques, prenez ce produit 2-3 heures avant ou après ceux-ci.

À conserver au réfrigérateur.

Indications et utilisations:

FémínaFlora Oral aide à maintenir une flore vaginale équilibrée

Infections vaginales causées par des levures (candidose) ou des bactéries (vaginose). Prévention des infections vaginales récurrentes dues à la fois aux levures et aux bactéries (idéal pour une utilisation prolongée).

Précautions:

Consultez un professionnel avant d'utiliser ce produit si vous avez des nausées, de la fièvre, des vomissements, une diarrhée sanglante ou des douleurs abdominales sévères ; ou si vous avez une condition médicale particulière ; ou si vous êtes atteint d'immunodépression (en cas par exemple de lymphome ou de SIDA). Cesser l'utilisation si les symptômes de troubles digestifs persistent au-delà de 3 jours.

Un équilibre intestinal sain de *Lactobacillus* et de *Bifidobacterium* est essentiel pour contrer les micro-organismes nuisibles et entretenir un microbiote capable de contrer la croissance excessive de micro-organismes opportunistes et pathogènes. Le vagin partage de nombreuses espèces de *Lactobacillus* avec l'intestin; ces souches bénéfiques génèrent de l'acide lactique qui empêche à la fois l'infection par *Candida* et la vaginose bactérienne

Divers essais cliniques ont montré que les *Lactobacillus* administrés par voie orale (*L. rhamnosus*, *L. gasseri*, *L. crispatus*, *L. reuteri*, *L. plantarum*, *L. acidophilus*) peuplaient la muqueuse vaginale en une semaine (1-7). L'administration de *L. rhamnosus* et de *L. reuteri* en adjuvant d'une antibiothérapie (métronidazole) améliore les symptômes de la vaginose bactérienne (8-9).

Lactobacillus gasseri et *Lactobacillus johnsonii* génèrent de l'acide lactique et du peroxyde d'hydrogène, qui sont capables d'éliminer les agents pathogènes associés à la vaginose (10-12). *Lactobacillus crispatus* est capable d'inhiber la croissance de *Candida albicans* qui cause la candidose vaginale (13-14).

Fémina Flora Oral contient une diversité d'espèces de *Lactobacillus* offrant un large éventail d'avantages pour la santé.

Notre formule contient également plus de 4 milliards d'UFC de *Bifidobacterium bifidum* et de *Bifidobacterium longum* (15-20); ces espèces probiotiques résident généralement dans le côlon où elles renforcent les performances du système immunitaire.

INULINE: Un fructo-oligo-saccharide (FOS) extrait de la racine de chicorée (*Cichorium intybus*). Il agit en tant que prébiotique en fournissant aux souches probiotiques, ou micro-organismes bénéfiques, une source alimentaire pour se reproduire plus rapidement et en plus grandes quantités (21-23). L'inuline permet l'accroissement de la population de *Bifidobacterium* dans le côlon, tout en permettant la réduction de métabolites toxiques et d'enzymes nocives. Enfin, il prévient la diarrhée, la constipation et protège la fonction hépatique (24).

ARABINO GALACTANE: Un arabino-oligo-saccharide d'origine végétale (AOS), provenant du Méléze d'Amérique (*Larix laricina*). C'est un excellent prébiotique qui permet d'augmenter la production par les bactéries probiotiques d'acides gras à chaîne courte, principalement le butyrate. Ce dernier agit comme substrat énergétique pour les cellules épithéliales du côlon et contribue à la protection de la muqueuse intestinale. L'arabinogalactane active la réponse immunitaire et stimule de manière sélective la croissance et l'activité des bactéries probiotiques (25). Il est utile pour lutter contre les infections en raison de sa capacité à diminuer l'adhérence bactérienne (26-27). De plus, il réduit le pH intestinal et améliore l'absorption des minéraux (28-30).

Références:

- 1) Reid, Gregor, et al. "Oral use of *Lactobacillus rhamnosus* GR-1 and *L. fermentum* RC-14 significantly alters vaginal flora: randomized, placebo-controlled trial in 64 healthy women." *FEMS Immunology & Medical Microbiology* 35.2 (2003): 131-134.
- 2) Petricevic, Ljubomir, et al. "Randomized, double-blind, placebo-controlled study of oral lactobacilli to improve the vaginal flora of postmenopausal women." *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology* 141.1 (2008): 54-57.
- 3) Grewal, Nipunjot, Amita Mahajan, and Jagminder Kaur Bajaj. "The Effect of Supplementation of Standard Antibiotic Therapy with Oral Probiotics for Bacterial Vaginosis." *International Journal of Medical and Dental Sciences* 7.1 (2018): 1628-1631.
- 4) Reid, Gregor, et al. "Oral probiotics can resolve urogenital infections." *FEMS Immunology & Medical Microbiology* 30.1 (2001): 49-52.
- 5) Strus, Magdalena, et al. "Studies on the effects of probiotic *Lactobacillus* mixture given orally on vaginal and rectal colonization and on parameters of vaginal health in women with intermediate vaginal flora." *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology* 163.2 (2012): 210-215.
- 6) Hilton, Eileen, et al. "Ingestion of yogurt containing *Lactobacillus acidophilus* as prophylaxis for candidal vaginitis." *Annals of Internal Medicine* 116.5 (1992): 353-357.
- 7) Reid, Gregor, et al. "Probiotic *Lactobacillus* dose required to restore and maintain a normal vaginal flora." *FEMS Immunology & Medical Microbiology* 32.1 (2001): 37-41.
- 8) Anukam, Kingsley, et al. "Augmentation of antimicrobial metronidazole therapy of bacterial vaginosis with oral probiotic *Lactobacillus rhamnosus* GR-1 and *Lactobacillus reuteri* RC-14: randomized, double-blind, placebo controlled trial." *Microbes and Infection* 8.6 (2006): 1450-1454.
- 9) Grewal, Nipunjot, Amita Mahajan, and Jagminder Kaur Bajaj. "The Effect of Supplementation of Standard Antibiotic Therapy with Oral Probiotics for Bacterial Vaginosis." *International Journal of Medical and Dental Sciences* 7.1 (2018): 1628-1631.

- 10) Atassi, Fabrice, and Alain L. Servin. "Individual and co-operative roles of lactic acid and hydrogen peroxide in the killing activity of enteric strain *Lactobacillus johnsonii* NCC933 and vaginal strain *Lactobacillus gasseri* KS120. 1 against enteric, uropathogenic and vaginosis-associated pathogens." *FEMS microbiology letters* 304.1 (2010): 29-38.
- 11) Otero, María Claudia, and María E. Nader-Macías. "Inhibition of *Staphylococcus aureus* by H₂O₂-producing *Lactobacillus gasseri* isolated from the vaginal tract of cattle." *Animal reproduction science* 96.1-2 (2006): 35-46.
- 12) Phukan, Niha, Anna ES Brooks, and Augusto Simoes-Barbosa. "A cell surface aggregation-promoting factor from *Lactobacillus gasseri* contributes to inhibition of *Trichomonas vaginalis* adhesion to human vaginal ectocervical cells." *Infection and immunity* 86.8 (2018): e00907-17.
- 13) Wang, Shuai, et al. "Antimicrobial compounds produced by vaginal *Lactobacillus crispatus* are able to strongly inhibit *Candida albicans* growth, hyphal formation and regulate virulence-related gene expressions." *Frontiers in microbiology* 8 (2017): 564.
- 14) Niu, Xiao-Xi, et al. "Lactobacillus *crispatus* modulates vaginal epithelial cell innate response to *Candida albicans*." *Chinese medical journal* 130.3 (2017): 273.
- 15) Fu, Yu-Rong, et al. "Effects of *Bifidobacterium bifidum* on adaptive immune senescence in aging mice." *Microbiology and immunology* 54.10 (2010): 578-583.
- 16) De Vrese, Michael, et al. "Probiotic bacteria reduced duration and severity but not the incidence of common cold episodes in a double blind, randomized, controlled trial." *Vaccine* 24.44 (2006): 6670-6674.
- 17) Park, Ji-Hee, et al. "Encapsulated *Bifidobacterium bifidum* potentiates intestinal IgA production." *Cellular immunology* 219.1 (2002): 22-27.
- 18) Makioka, Yuko, et al. "Oral supplementation of *Bifidobacterium longum* strain BR-108 alters cecal microbiota by stimulating gut immune system in mice irrespectively of viability." *Bioscience, biotechnology, and biochemistry* (2018): 1-8.
- 19) Inturri, Rosanna, et al. "Immunomodulatory Effects of *Bifidobacterium longum* W11 Produced Exopolysaccharide on Cytokine Production." *Current pharmaceutical biotechnology* 18.11 (2017): 883-889.
- 20) Laparra, José Moisés, et al. "*Bifidobacterium longum* CECT 7347 modulates immune responses in a gliadin-induced enteropathy animal model." *PLoS One* 7.2 (2012): e30744.
- 21) Institute of Food Technologists (IFT). What are fructooligosaccharides and how do they providedigestive, immunity and bonehealthbenefits?. *ScienceDaily* (2013).
- 22) Gibson, Glenn R. "Dietary modulation of the human gut microflora using the prebiotics oligofructose and inulin." *The Journal of nutrition* 129.7 (1999): 1438S-1441s.
- 23) Flamm, Gary, et al. "Inulin and oligofructose as dietary fiber: a review of the evidence." *Critical reviews in food science and nutrition* 41.5 (2001): 353-362.
- 24) Cardarelli, Haïssa R., et al. "Inulin and oligofructose improve sensory quality and increase the probiotic viable count in potentially synbiotic petit-suisse cheese." *LWT-Food Science and Technology* 41.6 (2008): 1037-1046.
- 25) Robinson, Ramona R., Joellen Feirtag, and Joanne L. Slavin. "Effects of dietary arabinogalactan on gastrointestinal and blood parameters in healthy human subjects." *Journal of the American College of Nutrition* 20.4 (2001): 279-285.
- 26) Gibson, Glenn R. "Dietary modulation of the human gut microflora using the prebiotics oligofructose and inulin." *The Journal of nutrition* 129.7 (1999): 1438S-1441s.
- 27) Flamm, Gary, et al. "Inulin and oligofructose as dietary fiber: a review of the evidence." *Critical reviews in food science and nutrition* 41.5 (2001): 353-362.
- 28) Van Loo, Jan, et al. "On the presence of inulin and oligofructose as natural ingredients in the western diet." *Critical Reviews in Food Science & Nutrition* 35.6 (1995): 525-552.
- 29) Niness, Kathy R. "Inulin and oligofructose: what are they?." *The Journal of nutrition* 129.7 (1999): 1402S-1406s.
- 30) Rao, A. V. "Dose-response effects of inulin and oligofructose on intestinal bifidogenesis effects." *The Journal of nutrition* 129.7 (1999): 1442S-1445s.