



ARTI-CURCUMIX

FICHE PRODUIT

Arti-Curcu-Mix est à base de Biocurcuma® qui est un extrait breveté de curcuma titré à 95 % curcumine, 100 % naturel. Sa particularité est de contenir également les huiles essentielles du curcuma concentrées qui jouent un rôle de cofacteur et qui rendent toute leur efficacité aux curcuminoïdes en synergie avec l'harpagophytum et le boswellia.

Indications :

- Arthrite
- Rhumatismes
- Souplesse et mobilité articulaires
- Effet inhibiteur sur les métalloprotéinases
- Maladies inflammatoires chroniques
- Tendinites

Dosage recommandé :

3 gélules / jour pendant les repas ou comme conseillé.

Conditionnement :

Flacon de 180 gélules

Composition par dose (3 gélules) :

Curcuma longa (Biocurcuma®) **dont 95% de curcuminoïdes**

Harpagophytum procumbens **dont 4% d'harpagosides**

Boswellia serrata **dont 65% d'acides boswelliques**

Enveloppe : gélatine.

Garanti sans :

Conservateurs, gluten et lactose.

Précautions d'emploi :

Ne pas dépasser la dose journalière indiquée. Déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes. Ne pas utiliser en cas d'obstructions et calculs biliaires. A tenir hors de portée des enfants. Ce complément alimentaire ne se substitue pas à une alimentation variée et équilibrée, ni à un mode de vie sain.



ARTI-CURCUMIX

DOSSIER SCIENTIFIQUE

Dosage recommandé :	Composition par dose journalière (3 gélules) :	
3 gélules par jour pendant les repas ou comme conseillé	Curucuma longa (Biocurcuma®)	450 mg
Conditionnement:	dont 95% de curcuminoïdes	427,5 mg
90 ou 180 gélules	Harpagophytum procumbens	300 mg
Garanti sans :	dont 4% d'harpagosides	12 mg
Conservateurs, gluten et lactose.	Boswellia serrata	300 mg
	dont 65% d'acides boswelliques	195 mg
	Enveloppe : gélatine	

Le Curcuma



Le curcuma est une plante herbacée vivace originaire du sud de l'Asie. Son rhizome séché et réduit en poudre est une épice très populaire. Le curcuma est un des principaux ingrédients du cari ou curry, un mélange d'épices omniprésent dans la cuisine indienne. En Asie, on a depuis longtemps découvert qu'ajouter du curcuma aux aliments permettait de conserver leur fraîcheur, leur saveur et leur valeur nutritive.

Au cours des dernières décennies, on a isolé dans les rhizomes du curcuma des polyphénols auxquels on a donné le nom de curcuminoïdes (la curcumine ou diféruoylméthane constitue environ 90 % de ces composés ; les autres principaux curcuminoïdes sont la diméthoxycurcumine et la bisdiméthoxycurcumine). Il s'agit d'antioxydants très puissants qui pourraient expliquer un certain nombre des indications médicinales traditionnelles de cette plante, notamment pour le traitement de divers troubles inflammatoires dont les douleurs rhumatismales ou menstruelles.

Harpagophytum



Utilisé de manière ancestrale par les peuples indigènes du Sud de l'Afrique (Namibie, Afrique du sud, Botswana) - les Bantous, les San, les Khoi pour soulager une foule de maux, dont les douleurs rhumatismales et les troubles digestifs.

C'est début 1900 qu'un Allemand G.H. Mehnert découvrit ses vertus médicinales, au contact des peuples indigènes. En 1953 un chercheur allemand O.H. Volk s'est intéressé de plus près à la griffe du diable pour des pathologies métaboliques. En Occident, on l'utilise surtout pour soulager les douleurs arthritiques, ses propriétés apéritives et digestives étant peu connues.

Boswellia serrata



En Inde, en Chine et en Afrique du Nord, on emploie la résine de boswellie depuis des millénaires. Les Égyptiens s'en servaient notamment pour l'embaumement. Traditionnellement, on faisait brûler la résine de diverses espèces de Boswellia durant les cérémonies religieuses.

La résine de boswellie fait partie de la pharmacopée officielle de l'Inde et de la Chine. La médecine traditionnelle ayurvédique (Inde) lui attribue des propriétés anti-inflammatoires utiles pour le traitement des douleurs rhumatismales, de l'inflammation du tube digestif et des voies respiratoires ainsi que de diverses affections cutanées.

En Médecine traditionnelle chinoise, on l'emploie pour traiter les douleurs rhumatismales et menstruelles ainsi que les ecchymoses et autres blessures cutanées.



ARTI-CURCUMIX

DOSSIER SCIENTIFIQUE

Intérêt du Curcuma



Les effets des curcuminoïdes sont nombreux :

Arthrite : Plusieurs études en double aveugle versus placebo, l'une avec prise en curcuma durant 120 jours sur 160 patients et l'autre sur 120 patients souffrant également d'arthrite du genou montrent une amélioration significative sur l'indice Womac (indice de référence pour l'arthrite de genoux) sur l'échelle analogique de la douleur prenant 1500 mg par jour **(1,2)**.

La prise de curcuma a diminué le stress oxydatif lié à l'arthrite chez les patients souffrant d'arthrite. Diminution des niveaux plasmatiques de SOD, GSH, MDA et ROS **(1,3)**.

Comparée à des anti-inflammatoires classiques, la curcumine (1200 mg par jour) s'est montrée aussi efficace que la phénylbutazone dans le traitement de l'arthrite rhumatoïde **(4,5)**. Quant au curcuma, des doses de 2 g / jour pendant 6 semaines ont produit des effets comparables à l'ibuprofène (800 mg / jour) sur des personnes souffrant d'arthrose **(6)**.

Dyspepsie : l'Organisation Mondiale de la Santé reconnaît l'efficacité des rhizomes du curcuma pour traiter la dyspepsie, les maux d'estomac, les nausées, la perte d'appétit ou les sensations de lourdeur **(7,8)**.

Ulcères gastroduodénaux : Les études *in vitro* et sur des animaux indiquent que le curcuma a des effets protecteurs sur la muqueuse gastrique et qu'il peut détruire ou inhiber la bactérie *Helicobacter pylori*, responsable de la plupart des ulcères gastriques et duodénaux **(9-11)**. D'un point de vue clinique, les études sont rares et leurs résultats encore peu concluants **(12-14)**.

Toutefois, dans l'une d'entre elles, réalisée sans placebo, le taux de guérison a été de 75 % avec des doses de 3 g de curcuma / jour durant 12 semaines **(12)**.

Des études *in vitro* indiquent déjà que la curcumine inhibe la prolifération des cellules cancéreuses en agissant à divers moments de leur développement, qu'elle favorise la fabrication d'enzymes (carcinogène detoxifiantes p53, egr-1, c-myc, bcl-XL) et en inhibe d'autres (la cyclo-oxygénase 2 et la lipoxygénase) qui aident le corps à se débarrasser des cellules cancéreuses par la neutralisation des facteurs de transcription NF-kB, STAT-3, et AP-1 ainsi que des protéines kinases comme MAPK. Les études cliniques sur des petits groupes tentent à le démontrer **(15,21,22)**.

Intérêt de l'Harpagophytum



Douleurs lombaires : Une vingtaine d'études (dont 10 randomisées en double aveugle avec un groupe-contrôle et 8 intégrant une comparaison avec un placebo et/ou d'autres traitements anti-inflammatoires AINS) sont disponibles. La plupart avaient porté sur une utilisation à moyen ou long terme de la griffe du diable sur des douleurs chroniques d'origine musculo-squelettiques **(23-40)**.

Plusieurs essais cliniques ont montré des résultats convaincants sur les douleurs lombaires **(23-31)** dont certaines contre traitement AINS de référence **(25-26)**.

Arthrite : Trois essais cliniques menés sur plus d'une centaine de sujets montrent une efficacité pour réduire les douleurs causées par l'arthrose **(32-35,39)**. Dans un de ces essais, mené sur 122 sujets, la plante s'est avérée aussi efficace pour soulager la douleur qu'un médicament anti-arthritique commercialisé en Europe **(34)**.

En 2014, une étude menée sur la synergie curcuma harpagophytum dans 8 centres de rhumatologie nous montre une efficacité sur les douleurs articulaires chez les sujets souffrant d'arthrite chroniques et chez sujets souffrant d'arthrite aigue **(40)**.



ARTI-CURCUMIX

DOSSIER SCIENTIFIQUE

Intérêt du *Boswellia serrata*



Arthrite : Plusieurs études (double aveugle, versus placebo, cross-over) nous montrent un effet probant d'une supplémentation en *Boswellia serrata* sur l'arthrite du genou. La supplémentation diminue la douleur et améliore dans les paramètres fonctionnels et de mobilité (échelle womac) **(41-45)**.

L'efficacité de la supplémentation est reprise et reconnue dans la revue systématique sur les suppléments oraux à base de plantes pour le traitement de l'arthrite pour une concentration de 100 mg de résine titré à 65 % d'acides boswelliques **(46)**.

A savoir

Une étude en 2014 en crossover double aveugle, contrôlée contre du placebo, nous montre une diminution très significative de la douleur pour la prise de 250 mg chez des sujets en bonne santé à qui on soumet une contrainte douloureuse mécanique mesurable **(47)**.

Le + de Retro Aging Solutions

Curcuma : La biodisponibilité de la curcumine chez l'homme, même dans le cadre des extraits de curcuma longa concentrés à 95 % curcumine, est particulièrement faible. Elle est rapidement métabolisée par l'organisme qui n'en retient pas de concentrations suffisantes pour que le corps bénéficie des effets cliniques constatés dans les études menées ces dernières années. La seule manière d'augmenter la biodisponibilité de la curcumine est de l'associer à la pipérine, un extrait concentré de poivre ; c'est pour cela que les extraits présents sur le marché associent généralement curcumine et pipérine.

Cependant, malgré les nombreuses vertus que l'on attribue à la pipérine, on s'interroge de plus en plus sur un certain nombre d'effets nocifs qu'elle pourrait générer lorsqu'elle est prise massivement et régulièrement : impact immuno-toxique, altération des organes sexuels et de la spermatogénèse et problèmes rénaux.

Arti-Curcu-Mix® contient du Biocurcumax®, un extrait breveté de curcuma titré à 95 % curcumine et 100 % naturel. Sa particularité est de concentrer également les huiles essentielles du curcuma qui jouent un rôle de cofacteur et qui rendent toute leur efficacité aux curcuminoïdes.

Des études comparatives avec un extrait classique à 95 % de curcumine menées sur des volontaires âgés de 25 à 45 ans ont montré que la biodisponibilité du Biocurcumax® était 5 à 7 fois plus élevée que celle de l'extrait classique et que la curcumine était retenue dans le sang pendant plus de 8 heures à sa concentration la plus élevée, soit 2 à 3 fois plus longtemps que pour l'extrait classique.

- # Augmente la bio-assimilation de la curcumine dans le sang.
- # Prolonge la rétention de la curcumine dans le sang.
- # Possède un haut niveau d'absorption des radicaux libres.
- # Innocuité prouvée par des études de toxicité **(48)**.

L'harpagophytum : En plus de ses bienfaits d'inhibiteur sélectif de la Cox-2, il potentialise les effets du curcuma.

Le *Boswellia serrata* : Le dosage de résine titré à 65 % d'acides boswelliques permet déjà avec 2 gélules par jour d'être dans l'effet antiarthritique de la plante.

Grace à cette association de principes actifs, le Arti-Curcu-Mix® possède un puissant effet anti-inflammatoire.



ARTI-CURCUMIX

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

1. Srivastava S, Saksena AK, Khattri S, Kumar S, Dagur RS. Curcuma longa extract reduces inflammatory and oxidative stress biomarkers in osteoarthritis of knee: a four-month, double-blind, randomized, placebo-controlled trial. *Inflammopharmacology*. 2016 Dec; 24(6):377-388.
2. Madhu K, Chanda K, Soji M.J. Safety and efficacy of Curcuma longa extract in the treatment of painful knee osteoarthritis: a randomized placebo-controlled trial. *Inflammopharmacology*. 2013 Apr;21(2):129-36.
3. Panahi Y1, Alshirri GH2, Parvin S1, Sahebkar A3, 4 Mitigation of Systemic Oxidative Stress by Curcuminoids in Osteoarthritis: Results of a Randomized Controlled Trial. *J Diet Suppl*. 2016; 13(2):209-20.
4. Deodhar SD, Sethi R, Srimal RC. Preliminary study on antirheumatic activity of curcumin (diferuloyl methane). *Indian J Med Res*. 1980 Apr;71:632-4.
5. Kulkarni RR, Patki PS, et al. Treatment of osteoarthritis with a herbomineral formulation: a double-blind, placebo-controlled, cross-over study. *J Ethnopharmacol* 1991 May-Jun;33(1-2):91-5.
6. Kuptniratsaikul V et al. Efficacy and safety of Curcuma domestica extracts in patients with knee osteoarthritis. *J Altern Complement Med*. 2009 Aug;15(8):891-7.
7. Thamlikitkul V, Bunyapraphatsara N, et al. Randomized double blind study of Curcuma domestica Val. for dyspepsia. *J Med Assoc Thai* 1989 Nov;72(11):613-20.
8. Niederau C, Gopfert E. The effect of chelidonium- and turmeric root extract on upper abdominal pain due to functional disorders of the biliary system. Results from a placebo-controlled
9. Kundu P, et al. Antimicrobial activity of curcumin against Indian *Helicobacter pylori* and also during mice infection Antimicrob Agents Chemother. 2009 Feb 9.
10. Mahattanadul S, Nakamura T, et al Comparative antilucer effect of Bisdemethoxycurcumin and Curcumin in a gastric ulcer model system.. *Phytomedicine*. 2009 Jan 31
11. Kim DC, Kim SH, et al. Curcuma longa extract protects against gastric ulcers by blocking H2 histamine receptors.. *Biol Pharm Bull*. 2005 Dec;28(12):2220-4.
12. Prucksunand C, Indrasukhsri B, et al. Phase II clinical trial on effect of the long turmeric (Curcuma longa Linn) on healing of peptic ulcer. *Southeast Asian J Trop Med Public Health* 2001 Mar;32(1):208-15.
13. Kositchaiwat C, Kositchaiwat S, Havanondha J. Curcuma longa Linn. in the treatment of gastric ulcer comparison to liquid antacid: a controlled clinical trial. *J Med Assoc Thai*. 1993 Nov;76(11):601-5.
14. Van Dau N, Ngoc Ham N, et al. The effects of a traditional drug, turmeric (Curcuma longa), and placebo on the healing of duodenal ulcer. *Phytomedicine*. 1998;5:29-34.
15. Belcaro G et al. A controlled study of a lecithinized delivery system of curcumin (Meriva®) to alleviate the adverse effects of cancer treatment. *Phytother Res*. 2014 Mar;28(3):444-50.
16. Dhillon N, Aggarwal BB, et al. Phase II trial of curcumin in patients with advanced pancreatic cancer. *Clin Cancer Res*. 2008 Jul 15;14(14):4491-9.
17. Epelbaum R, Schaffer M, et al Curcumin and gemcitabine in patients with advanced pancreatic cancer.. *Nutr Cancer*. 2010;62(8):1137-41.
18. Sharma RA, McLelland HR, et al. Pharmacodynamic and pharmacokinetic study of oral Curcuma extract in patients with colorectal cancer. *Clin Cancer Res*. 2001 Jul;7(7):1894-900.
19. Ryan JL et al. Curcumin for radiation dermatitis: a randomized, double-blind, placebo-controlled clinical trial of thirty breast cancer patients.. *Radiat Res*. 2013 Jul;180(1):34-43. doi: 10.11667/RR3255.1.
20. Reuter S, Eifes S, et al. Modulation of anti-apoptotic and survival pathways by curcumin as a strategy to induce apoptosis in cancer cells.. *Biochem Pharmacol*. 2008 Dec 1;76(11):1340-51.
21. Nambiar D, Singh RP Advances in prostate cancer chemoprevention: a translational perspective.. *Nutr Cancer*. 2013;65 Suppl 1:12-25. doi: 10.1080/01635581.2013.785006. Review
22. Kanai M et al. A phase I study investigating the safety and pharmacokinetics of highly bioavailable curcumin (Theracurmin) in cancer patients. *Cancer Chemother Pharmacol*. 2013 Jun;71(6):1521-30.
23. Chrubasik S, Junck H, et al. Effectiveness of Harpagophytum extract WS 1531 in the treatment of exacerbation of low back pain: a randomized, placebo-controlled, double-blind study. *Eur J Anaesthesiol* 1999 Feb;16(2):118-29.
24. Laudahn D, Walper A. Efficacy and tolerance of Harpagophytum extract LI 174 in patients with chronic non-radicular back pain. *Phytother Res* 2001 Nov;15(7):621-4.
25. Chrubasik S, Thanner J, et al. Comparison of outcome measures during treatment with the proprietary Harpagophytum extract doloteffin in patients with pain in the lower back, knee or hip. *Phytomedicine* 2002 Apr;9(3):181-94.
26. Chrubasik S, Model A, et al. A randomized double-blind pilot study comparing Doloteffin and Vioxx in the treatment of low back pain. *Rheumatology (Oxford)* 2003 Jan;42(1):141-8. Texte integral : rheumatology.oxfordjournals.org
2740. Herbal medicine for low back pain: a Cochrane review. Gagnier JJ, van Tulder MW, et al. *Spine*. 2007 Jan 1;32(1):82-92. Review. Erratum in: *Spine*. 2007 Aug 1;32(17):1931.
28. Gagnier JJ, Chrubasik S, Manheimer E. Harpagophytum procumbens for osteoarthritis and low back pain: a systematic review. *BMC Complement Altern Med*. 2004 Sep 15;4:13. Review. Texte integral : www.biomedcentral.com
29. A review of the biological and potential therapeutic actions of Harpagophytum procumbens. Grant L, McBean DE, et al. *Phytother Res*. 2007 Mar;21(3):199-209. Review.
30. A 1-year follow-up after a pilot study with Doloteffin for low back pain. Chrubasik S, Künzel O, et al. *Phytomedicine*. 2005 Jan;12(1-2):1-9.
31. Systematic review on the safety of Harpagophytum preparations for osteoarthritis and low back pain. Vlachojannis J, Roufogalis BD, Chrubasik S. *Phytother Res*. 2008 Feb;22(2):149-52. Review.
32. Devil's Claw (Harpagophytum procumbens) as a treatment for osteoarthritis: a review of efficacy and safety. Brien S, Lewith GT, McGregor G. *J Altern Complement Med*. 2006 Dec;12(10):981-93. Review.
33. Arthritis Research Campaign. Complementary and alternative medicines for the treatment of rheumatoid arthritis, osteoarthritis and fibromyalgia; Devil's claw, page 33, 2008. www.arc.org.uk
34. Chantre P, Cappelaere A, et al. Efficacy and tolerance of Harpagophytum procumbens versus diacerein in treatment of osteoarthritis. *Phytomedicine*. 2000 Jun;7(3):177-83.
35. Effectiveness and safety of Devil's Claw tablets in patients with general rheumatic disorders. Warnock M, McBean D, et al. *Phytother Res*. 2007 Dec;21(12):1228-33.
36. A review of the biological and potential therapeutic actions of Harpagophytum procumbens. Grant L, McBean DE, et al. *Phytother Res*. 2007 Mar;21(3):199-209. Review.
37. European Scientific Cooperative on Phytotherapy (Ed). Harpagophyti radix, ESCOP Monographs on the Medicinal Uses of Plants Drugs, Centre for Complementary Health Studies, Université d'Exeter, Grande-Bretagne, 1996.
38. Wegener T, Lüpke NP. Treatment of patients with arthrosis of hip or knee with an aqueous extract of devil's claw (Harpagophytum procumbens DC.). *Phytother Res*. 2003 Dec; 17(10):1165-72
39. Warnock M, McBean D, Suter A, Tan J, Whittaker P. Effectiveness and safety of Devil's Claw tablets in patients with general rheumatic disorders. *Phytother Res*. 2007 Dec;21(12):1228-33.
40. Conrozier T, Mathieu P, Bonjean M, Marc JF, Renevier JL, Balblanc JC. A complex of three natural anti-inflammatory agents provides relief of osteoarthritis pain. *Altern Ther Health Med*. 2014 Winter;20 Suppl 1:32-7.
41. Vishal AA, Mishra A, Raychaudhuri SP. A double blind, randomized, placebo controlled clinical study evaluates the early efficacy of aflapin in subjects with osteoarthritis of knee. *Int J Med Sci*. 2011;8(7):615-22.
42. Sengupta K et al. Comparative efficacy and tolerability of 5-Loxin and Aflapin Against osteoarthritis of the knee: a double blind, randomized, placebo controlled clinical study. *Int J Med Sci*. 2010 Nov 1;7(6):366-77.
43. Sengupta K et al. Cellular and molecular mechanisms of anti-inflammatory effect of Aflapin: a novel Boswellia serrata extract. *Mol Cell Biochem*. 2011 Aug;354(1-2):189-97.
44. Grover AK, Samson SE. Benefits of antioxidant supplements for knee osteoarthritis: rationale and reality. *Nutr J*. 2016 Jan 5;15:1.
45. Kimmatar N et al. Efficacy and tolerability of Boswellia serrata extract in treatment of osteoarthritis of knee—a randomized double blind placebo controlled trial. *Phytomedicine*. 2003 Jan;10(1):3-7.
46. Cameron M, Chrubasik S. Oral herbal therapies for treating osteoarthritis. *Cochrane Database Syst Rev*. 2014 May 22;(5):CD002947.
47. Prabhavathi K et al. A randomized, double blind, placebo controlled, cross over study to evaluate the analgesic activity of Boswellia serrata in healthy volunteers using mechanical pain model. *Indian J Pharmacol*. 2014 Sep-Oct;46(5):475-9.
48. Antony B et al. A Pilot Cross-Over Study to Evaluate Human Oral Bioavailability of BCM-95CG (Biocurcumax), A Novel Bioenhanced Preparation of Curcumin. *Indian J Pharm Sci*. 2008 Jul-Aug;70(4):445-9.