

PYCNOGENOL®

Ménopause



PARAÎTRE, SE SENTIR ET VIVRE MIEUX



Pycnogenol® pour la ménopause

Chaque année, des millions de femmes dans le monde entrent dans la période de transition vers la ménopause, également connue sous le nom de périménopause, qui met fin aux années de fertilité de la femme. Bien que la ménopause constitue une étape normale dans la vie d'une femme, la période de transition est associée à de nombreux symptômes débilitants et inconfortables ayant généralement des répercussions importantes sur la vie quotidienne et la santé des femmes concernées.

Au cours de la transition ménopausique, les femmes souffrent de nombreux symptômes pouvant avoir d'importantes répercussions sur leur quotidien. Les symptômes liés à la ménopause peuvent être ressentis de manière très différente d'une femme à l'autre. De plus, les symptômes perçus par les femmes sont différents en fonction des régions du monde. Ainsi, les femmes occidentales présentent le plus fréquemment des bouffées de chaleur tandis que les femmes asiatiques estiment que les douleurs articulaires sont le symptôme le plus gênant [Geller et al., 2006]. De plus, la ménopause est associée à une détérioration de la fonction endothéliale, entraînant une augmentation des risques de développement de troubles cardiovasculaires [Moreau et al., 2015]. Les changements physiologiques survenant à la ménopause sont multiples et ont également pour conséquence une peau moins élastique et plus sèche.

Pycnogenol® soulage les symptômes liés à la ménopause

L'extrait d'écorce de pin de Pycnogenol® a fait l'objet de nombreuses études contrôlées avec l'objectif d'identifier ses effets bénéfiques chez les femmes durant la transition vers la ménopause. Il a ainsi été constaté que les effets de Pycnogenol® allaient de l'atténuation de l'ensemble des symptômes ménopausiques à la protection de la santé cardiovasculaire sans oublier l'amélioration de la santé de la peau dont l'hydratation et l'élasticité se trouvent améliorées.

Trois études cliniques contrôlées distinctes ont ainsi toutes conclu que Pycnogenol® atténuait les symptômes ménopausiques des femmes de façon efficace et sûre [Yang et al., 2007; Errichi et al., 2011; Kohama et al., 2013]. Pycnogenol® est un anti-inflammatoire naturel et permet d'améliorer la fonction vasculaire, étroitement liée à l'amélioration de la fonction endothéliale [Nishioka et al., 2007]. Heureusement, Pycnogenol® ne possède pas d'effet semblable à celui des phytoestrogènes et ne favorise pas d'altération hormonale chez les femmes périménopausiques participant aux études cliniques portant sur Pycnogenol® [Kohama et al., 2013].



Les catégories du Questionnaire sur la santé des femmes (Women's Health Questionnaire WHQ) comme définies pour la première fois par Myra Hunter en 1992.

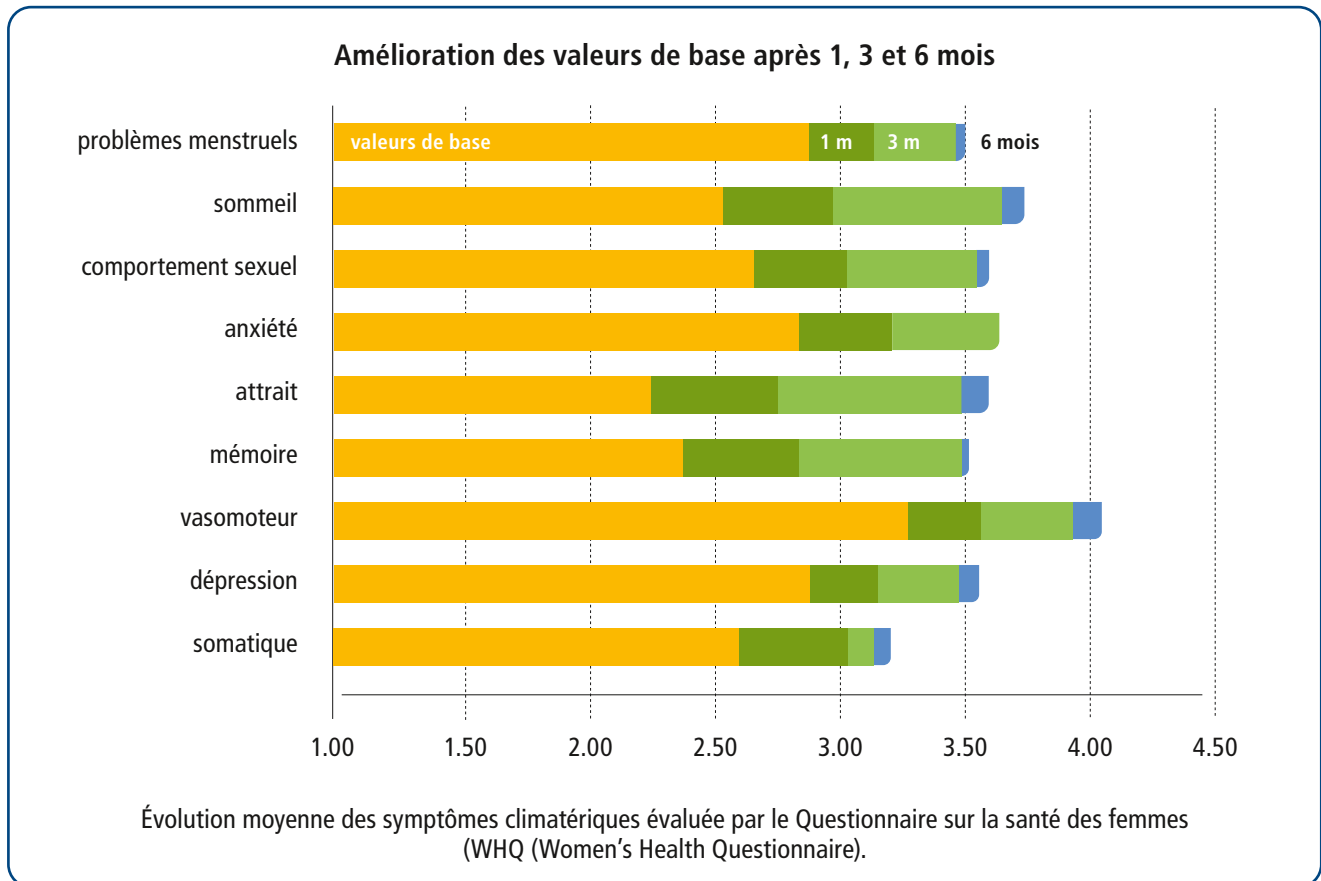
Ce questionnaire sert généralement à évaluer les améliorations des symptômes ménopausiques lors des études

cliniques et a également été utilisé dans les études sur les effets de Pycnogenol® dans la ménopause.



Une étude contrôlée par placebo menée en double aveugle sur 200 participantes pérимénopausiques en bonne santé et sans aucun autre traitement a montré

que la prise de Pycnogenol® pendant six mois atténuait tous les symptômes ménopausiques étudiés [Yang et al., 2007].



Les femmes présentaient des symptômes ménopausiques modérément sévères au début de l'étude et les symptômes s'atténuaient déjà progressivement après un mois de supplémentation avec Pycnogenol®. Des améliorations supplémentaires ont été observées après trois mois de supplémentation quotidienne continue avec Pycnogenol®. L'atténuation des symptômes ménopausiques s'est poursuivie et une amélioration modérée a été observée après la prise de Pycnogenol® comme complètement pendant trois mois supplémentaires, c'est-à-dire jusqu'au terme de l'étude à six mois [Yang et al., 2007].

Les bienfaits de Pycnogenol® pour les femmes ménopausées ont ensuite fait l'objet d'une étude contrôlée menée sur 80 femmes caucasiennes en Italie. Les conclusions de l'étude ont confirmé l'efficacité de la prise quotidienne de Pycnogenol® afin d'atténuer les symptômes caractéristiques de la période de transition pérимénopausique [Errichi et al., 2011]. Cette étude a souligné l'amélioration significative des symptômes après seulement huit semaines de prise de Pycnogenol® matin et soir.

score 0-4	score lors de l'inclusion	après 8 semaines de Pycnogenol®
bouffées de chaleur	3.1	1.1
sueurs nocturnes	3.1	2.1
règles irrégulières	3.7	2.1
perte de libido	2.1	1.1
sécheresse vaginale	2.2	1.2
sautes d'humeur	1.9	1.1

Il a également été observé que Pycnogenol® permettait de réduire la fatigue et les troubles de la concentration et de la mémoire et d'atténuer les symptômes suivants : perte des cheveux, nausées, prise de poids, ballonnements, ongles cassants, rythme cardiaque irrégulier, dépression, anxiété, irritabilité et trouble panique.

De plus, il a été observé que Pycnogenol® permettait de lutter contre de nombreuses douleurs généralement ressenties par certaines femmes lors de la ménopause.

score 0-4	score lors de l'inclusion	après 8 semaines de Pycnogenol®
douleurs des seins	2.6	1.3
maux de tête	3.2	2.2
douleurs articulaires	2.7	0.9
chocs électriques	2.5	0.6
problèmes de gencives	2.2	1.2
tension musculaire	2.8	1.1
démangeaisons	2.9	1.2
picotements dans les membres	2.2	1.1

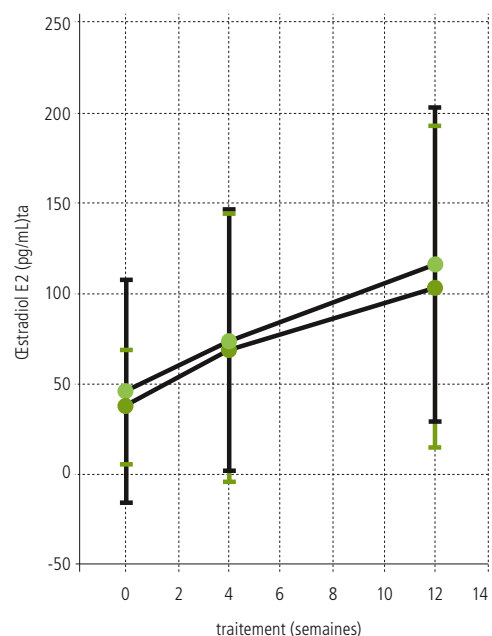
Plus important encore, les femmes ménopausées participant aux études cliniques avec Pycnogenol® n'ont fait état d'aucun effet indésirable. À l'inverse, Pycnogenol® a été très bien toléré par les participantes à l'étude. Des échantillons sanguins prélevés sur les femmes ont montré que la supplémentation en Pycnogenol® réduisait de façon significative le stress oxydatif.

Large étude contrôlée par placebo en double aveugle sur 170 femmes

Selon une importante étude menée en double aveugle sur 170 femmes japonaises pérимénopausiques, Pycnogenol® atténue les symptômes sans que cela n'affecte les taux d'hormones sexuelles et de croissance des femmes [Kohama et al., 2013].

Après quatre et douze semaines de supplémentation quotidienne, un échantillon sanguin a été prélevé puis comparé aux valeurs de départ avant la prise de Pycnogenol. L'IGF-1 (facteur de croissance analogue à l'insuline de type 1) n'a augmenté de façon significative ni par rapport aux valeurs de départ mesurées avant la prise de Pycnogenol®, ni par rapport au groupe de contrôle placebo. L'estradiol E2 a légèrement augmenté, sans que cela ne soit significatif, dans les deux groupes, le groupe placebo et le groupe ayant reçu Pycnogenol®. Aucune altération liée à l'hormone folliculo-stimulante ou à la déhydroépiandrostérone n'a été constatée.

Aucun impact sur les taux d'hormones par rapport au groupe de contrôle

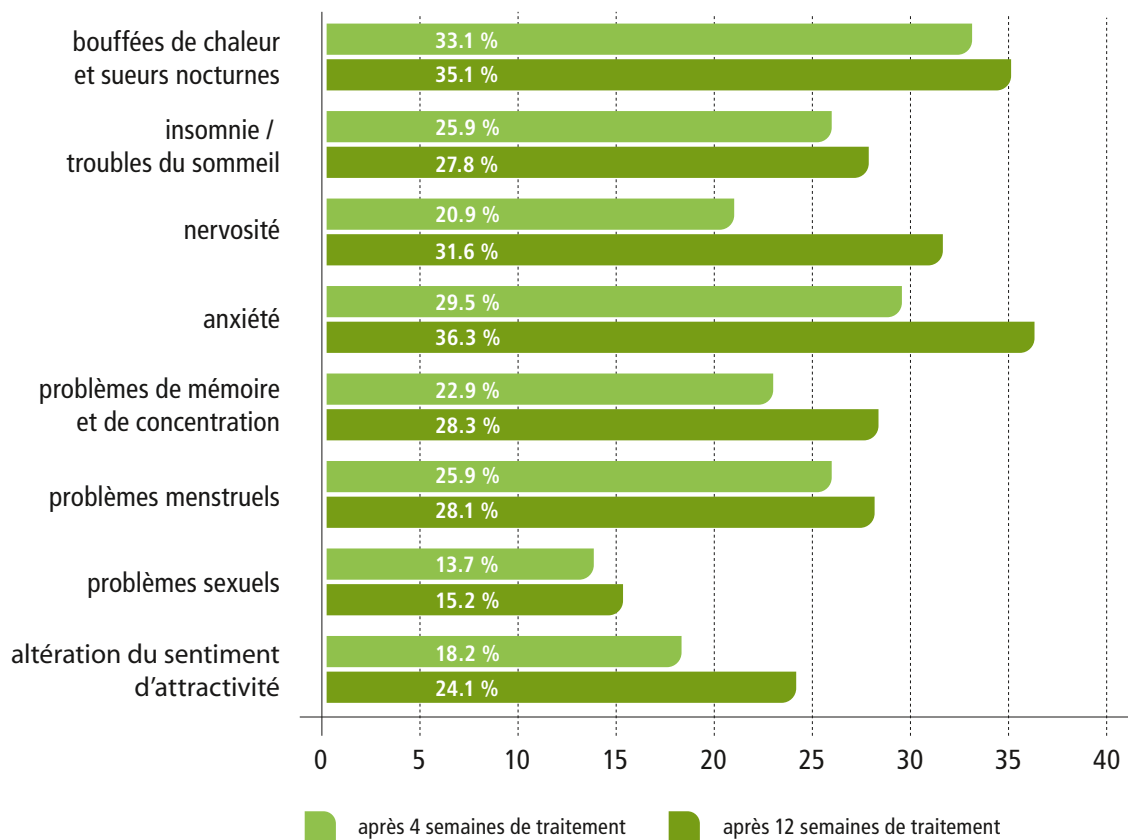


En conclusion, Pycnogenol® n'a aucun effet hormonal ou phytoestrogénique.

L'étude a identifié une amélioration significative des symptômes ménopausiques en utilisant deux questionnaires en parallèle, le « Questionnaire sur la santé des femmes (Women's Health Questionnaire) » et l'« Indice de Kupperman ». Les symptômes vasomoteurs ont notamment particulièrement bien répondu à la supplémentation avec Pycnogenol® : « bouffées de chaleur », « transpiration excessive », « sensation de froid au corps et aux membres » et « souffle court ». Ces symptômes

vasomoteurs s'appuient sur le bon fonctionnement de la fonction endothéliale afin de permettre aux vaisseaux sanguins de se contracter et de se relâcher de façon à contrôler le débit sanguin. Pycnogenol® améliore la fonction endothéliale de façon significative, permettant ainsi aux artères de s'élargir afin d'apporter le sang nécessaire aux tissus en ayant besoin ou au derme afin d'évacuer le surplus de chaleur corporelle. De plus, cette étude a démontré qu'une dose quotidienne totale de 60 mg de Pycnogenol® soulageait efficacement les symptômes climateriques, comme illustré ci-dessous.

Amélioration relative des scores de symptômes ménopausiques après 4 et 12 semaines de traitement avec 60 mg de Pycnogenol® par jour



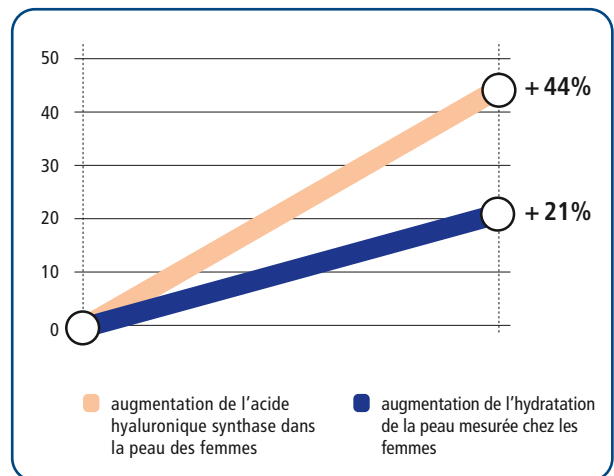
Vertus dermatologiques de Pycnogenol® identifiées pour les femmes ménopausées

Le début de la périménopause est associé à une détérioration progressive de l'aspect de la peau. Les femmes subissent des changements continus de leur peau, le derme perd peu à peu de son élasticité et devient généralement de plus en plus sec. De plus, le derme devient de plus en plus fin progressivement à la ménopause et la diminution de la teneur dermique en collagène provoque la perte d'élasticité de la peau.

Des échantillons de tissu cutané ont été prélevés sur vingt femmes ménopausées en bonne santé ayant reçu une supplémentation quotidienne de Pycnogenol® pendant douze semaines après la supplémentation avec Pycnogenol® afin de mesurer l'expression du collagène de type 1 [Marini et al., 2012]. Une augmentation significative de l'expression du collagène de type 1 de 44 % a été observée après seulement six semaines. Ainsi, il a été constaté que l'élasticité de la peau de ces femmes était significativement élevée et les échographies suggèrent une plus grande fermeté de la peau.

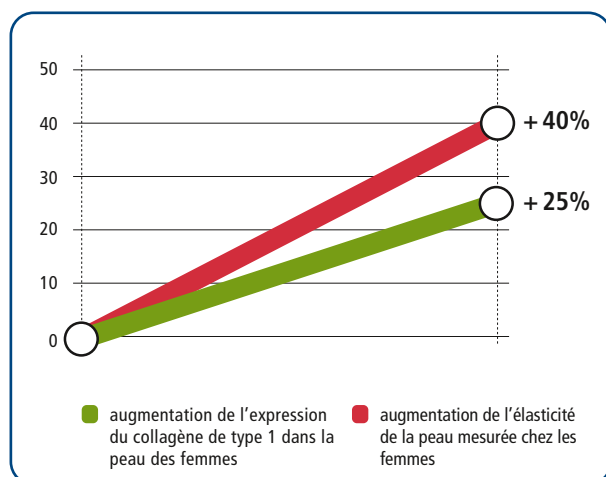
L'hydratation cutanée et la synthèse d'acide hyaluronique chez les participantes à l'étude ont également été étudiées dans le cadre de cette étude. Une augmentation significative de l'expression de l'enzyme

acide hyaluronique synthase dans le derme a été constatée, ce qui permet de produire l'acide hyaluronique hydratant. Cette augmentation des quantités d'acide hyaluronique a pour conséquence la liaison et la rétention de plus grandes quantités d'eau, notamment dans l'espace extracellulaire, permettant ainsi d'obtenir une peau plus ferme, lisse et uniforme.



Pycnogenol® réduit l'hyperpigmentation de la peau

Chez certaines femmes, des zones de la peau peuvent devenir hyperpigmentées lors de la ménopause, ce qui est perçu comme particulièrement ennuyeux. Si certaines femmes peuvent ne pas souffrir du tout d'hyperpigmentation, chez d'autres, des zones d'hyperpigmentation foncées particulièrement dérangeantes peuvent apparaître. Une étude menée sur des femmes ménopausées a montré que Pycnogenol inhibait l'activation des gènes liés à la pigmentation de la peau, ce qui permettrait d'interrompre la progression des taches de la peau [Grether-Beck et al., 2016].



Il a été prouvé par trois études cliniques contrôlées menées sur un total de 450 femmes ménopausées que Pycnogenol® atténuait de façon significative les symptômes ménopausiques

Il a également été prouvé que Pycnogenol® est sûr et qu'il ne provoque aucune altération hormonale chez les femmes ménopausées

Pycnogenol® réduit les signes visibles du vieillissement, améliore l'élasticité et l'hydratation de la peau et la rend plus lisse en augmentant la quantité de collagène, d'élastine et d'acide hyaluronique synthase chez les femmes ménopausées

Références

Errichi S, Bottari A, Belcaro G, Cesarone MR, Hosoi M, Cornelli U, Dugall M, Ledda A, Feragalli B.

Supplementation with Pycnogenol® improves signs and symptoms of menopausal transition. *Panminerva Med* 53(3 Suppl 1): 65–70, 2011.

Grether-Beck S, Marini A, Jaenicke T, Krutmann J.

French Maritime Pine Bark Extract (Pycnogenol®) Effects on Human Skin: Clinical and Molecular Evidence. *Skin Pharmacol Physiol* 29(1): 13–17, 2016.

Kohama T, Negami M.

Effect of low-dose French maritime pine bark extract on climacteric syndrome in 170 perimenopausal women: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *J Reprod Med* 58(1–2):39–46, 2013.

Marini A, Grether-Beck S, Jaenicke T, Weber M, Burki C, Formann P, Brenden H, Schönlau F, Krutmann J.

Pycnogenol® effects on skin elasticity and hydration coincide with increased gene expressions of collagen type I and hyaluronic acid synthase in women. *Skin Pharmacol Physiol*. 25(2): 86–92, 2012.

Moreau KL & Hildreth KL.

Vascular Aging across the Menopause Transition in Healthy Women. *Adv Vasc Med*. DOI:10.1155/2014/20439, 2014.

Yang HM, Liao MF, Zhu SY, Liao MN, Rohdewald P.

A randomised, double-blind, placebo-controlled trial on the effect of Pycnogenol® on the climacteric syndrome in peri-menopausal women. *Acta Obstet Gynecol Scand*. 86(8): 978–85, 2007.

Horphag Research
Administrative Office
P.O. Box 80
71 Av. Louis Casarì
CH-1216 Cointrin/Geneva
Switzerland
Phone +41 (0)22 710 26 26
Fax +41 (0)22 710 26 00
info@pycnogenol.com
www.pycnogenol.com

*Pycnogenol® est une marque déposée de la société Horphag Research.
L'utilisation de ce produit est protégé par plusieurs brevets américains et
internationaux.*

L'information fournie dans ce document est destinée aux professionnels uniquement. Les affirmations et informations fournies n'ont pas été évaluées ni par la FDA ni par d'autres autorités de sécurité alimentaires. Ce produit n'a pas pour objectif de poser un diagnostic, de traiter ou de prévenir quelque maladie que ce soit. Horphag Research fournit Pycnogenol® sous forme de matière première auprès de fabricants de produits finis. En cela, Horphag Research ne fait aucune allégation concernant l'utilisation de produits finis et les fabricants sont responsables d'assurer que toute allégation faite en lien avec l'utilisation de leurs produits finis est conforme avec les règles et aspects juridiques en vigueur dans les pays dans lesquels ils distribuent leurs produits.