

C'est une formule avancée qui combine une forte concentration d'extrait standardisé de Ginkgo biloba (24% de ginkgo-flavoglycosides) avec une sélection des meilleurs extraits de plantes standardisés tels que le ginseng sibérien, l'huperzia serrata, le bacopa monnieri, la centella asiatica (centella ou gotu kola), le champignon lion's mane, ainsi que deux acides aminés : la L-glutamine et la L-théanine.

Déclaration nutritionnelle:	1 capsule (812 mg)	Format:
Champignon hydne hérisson (<i>Hericium erinaceus</i>) (40% de polysaccharides, apportant 35% de beta-glucans)	170 mg	60 capsules végétales.
L-Glutamine	150 mg	
Ginseng sibérien ⁽¹⁾ (0,8% d'éléuthérosides)	100 mg	Dose journalière recommandée: 1 capsule par jour avec de la nourriture.
<i>Ginkgo biloba</i> ⁽¹⁾ (24% de flavoglycosides, 6% de terpéno-lactones)	80 mg	
L-Théanine	50 mg	
<i>Ginkgo biloba</i> (feuilles)	40 mg	
Gotu kola (<i>Centella asiatica</i>)	40 mg	
<i>Bacopa monnieri</i> ⁽¹⁾ (45% de bacosides) (20:1)	30 mg	
Huperzine A (de <i>Huperzia serrata</i>) ⁽¹⁾	200 mcg	
⁽¹⁾ extraits standardisés		

Indications et utilisations:

Améliore la circulation sanguine générale, périphérique et cérébrale. Lutte contre la perte précoce de mémoire. Facilite la concentration et augmente les capacités intellectuelles et d'apprentissage. Combats la sénilité et le vieillissement précoce.

Précautions d'utilisation:

Ne pas utiliser en cas de grossesse, d'allaitement, d'hypertension ou de suivi de traitement anticoagulant. Peut provoquer : nausées, vomissements, fatigue ou sécheresse buccale — symptômes qui disparaissent à l'interruption du traitement.

Les composants de cette formule aident à maintenir un état sain et à améliorer les fonctions cérébrales. Ce mélange unique de nutraceutiques protège le cerveau du stress oxydatif, augmente la vigilance mentale, améliore la mémoire et réduit le stress et l'anxiété.

L-GLUTAMINE : Cet acide aminé est converti en acide glutamique dans le cerveau et est essentiel pour une fonction cérébrale optimale^(1,2). La L-Glutamine aide à maintenir l'agilité mentale⁽³⁾.

Elle est considérée comme un aliment pour le cerveau. Elle stimule le système nerveux central. Elle aide à combattre la fatigue mentale et la dépression.

GOTU KOLA : il contient de la catéchine, de l'épicatéchine, du magnésium, de la théobromine, de la vitamine K, des alcaloïdes (hydrocotyline) et des hétérosides (asiaticoside). On le considère comme une plante bénéfique pour le cerveau, car il stimule le système nerveux central, et il aide à combattre la fatigue mentale et la dépression.

Il a été démontré qu'il réduisait le stress dans des essais sur l'homme impliquant une réaction de sursaut, qui reflète les niveaux d'anxiété. Elle est utilisée depuis longtemps pour améliorer les capacités mentales. Ses légers effets calmants, son action anti-stress et anxiolytique en font une plante très efficace⁽¹³⁻¹⁵⁾.

GINSENG DE SIBÉRIE : il contient des ginsénosides, des éléuthérosides, du panacæne, du bêta-élémane, du panaxynol, de la pectine, des vitamines B, de la biotine, de la choline, du germanium et des flavonoïdes. Il est tonique, énergisant, et il développe les capacités physiques et intellectuelles.

C'est un bon tonique énergétique⁽⁴⁾. Il augmente les capacités physiques et intellectuelles, améliore la concentration et soulage le stress et la fatigue⁽⁵⁾.

GINKGO BILOBA : il contient des ginkgolides, des hétérosides, des terpènes, et se trouve être très riche en flavonoïdes. Ses propriétés sur la circulation périphérique, bénéfiques pour l'activité cérébrale, sont bien connues.

De nombreuses études ont montré que le *Ginkgo biloba* améliore la fonction mentale et la mémoire. Les flavonoïdes et les terpénoïdes contenus dans la feuille de *Ginkgo biloba* sont utilisés pour renforcer les capillaires et soutenir la fonction du système nerveux central ⁽⁶⁻⁸⁾. L'extrait de *Ginkgo biloba* améliore l'absorption de l'oxygène et offre une protection contre les toxines environnementales ⁽⁸⁾. Des études ont montré ses avantages dans le traitement de la démence et de la maladie d'Alzheimer ⁽⁹⁾.

L-THÉANINE: elle agit sur le système nerveux central en augmentant la concentration de dopamine et de GABA dans le cerveau. Elle a des effets positifs sur les émotions, des propriétés relaxantes (sans provoquer de somnolence) dans les situations de stress et d'anxiété, et la capacité d'améliorer la concentration et l'acuité mentale⁽¹⁰⁻¹²⁾.

BACOPA MONNIERI: un tonique ayurvédique utilisé depuis l'Antiquité pour la mémoire et l'activité intellectuelle. Il favorise les capacités d'apprentissage et de mémorisation, et réduit l'anxiété et la fatigue mentale ⁽¹⁶⁻¹⁷⁾.

HYDNE HÉRISSON : L'hydne hérisson est bien connue en Orient pour ses effets régénérateurs et restaurateurs sur la cognition et le système nerveux, ainsi que pour sa fonction immuno-modulatrice. Les érinacines et les héricénones ont la capacité de traverser la barrière hémato-encéphalique et de stimuler la production du facteur de croissance des nerfs (NFG), une protéine soluble qui favorise la croissance des cellules nerveuses et la survie des neurones, nécessaires au développement et au fonctionnement du système nerveux. Ces composés stimulent la production de nouveaux neurones et protègent contre la mort des neurones, ce qui est utile pour traiter différents types de démence comme la maladie d'Alzheimer ou le déclin cognitif, la sclérose en plaques, la maladie de Parkinson et la neuropathie ⁽¹⁸⁻¹⁹⁾.

HUPERZIA SERRATA: contient de l'huperzine A (1 %) qui a des propriétés neuroprotectrices. Elle améliore la mémoire et la concentration. L'huperzine-A bloque temporairement la production de l'enzyme qui détruit l'acétylcholine. L'acétylcholine est essentielle à la communication entre les cellules nerveuses. L'huperzine A est la solution parfaite pour augmenter la puissance mentale. Des études ont même révélé que ce nutriment remarquable constitue un traitement sûr et efficace de la maladie d'Alzheimer en raison de ses propriétés d'amélioration de la mémoire et de la concentration ⁽²⁰⁻²¹⁾.

Références:

- 1) Ziegler, Thomas R., et al. "Safety and metabolic effects of L-glutamine administration in humans." *Journal of Parenteral and Enteral Nutrition* 14 (1990): 137S-146S.
- 2) Gismondo, M. R., et al. "Immunostimulating effect of oral glutamine." *Digestive diseases and sciences* 43.8 (1998): 1752-1754.
- 3) Miller, Alan L. "Therapeutic considerations of L-glutamine: a review of the literature." *Alternative medicine review: a journal of clinical therapeutic* 4.4 (1999): 239-248.
- 4) Cicero, A. F. G., et al. "Effects of Siberian ginseng (*Eleutherococcus senticosus* maxim.) on elderly quality of life: a randomized clinical trial." *Archives of Gerontology and Geriatrics* 38 (2004): 69-73.
- 5) Hartz, A. J., et al. "Randomized controlled trial of Siberian ginseng for chronic fatigue." *Psychological medicine* 34.1 (2004): 51-61.
- 6) DeKosky, Steven T., et al. "*Ginkgo biloba* for prevention of dementia: a randomized controlled trial." *Jama* 300.19 (2008): 2253-2262.
- 7) Snitz, Beth E., et al. "*Ginkgo biloba* for preventing cognitive decline in older adults: a randomized trial." *Jama* 302.24 (2009): 2663-2670.
- 8) Kennedy, David O., Andrew B. Scholey, and Keith A. Wesnes. "The dose-dependent cognitive effects of acute administration of *Ginkgo biloba* to healthy young volunteers." *Psychopharmacology* 151.4 (2000): 416-423.
- 9) Oken, Barry S., Daniel M. Storzbach, and Jeffrey A. Kaye. "The efficacy of *Ginkgo biloba* on cognitive function in Alzheimer disease." *Archives of neurology* 55.11 (1998): 1409-1415.
- 10) Juneja, Lekh Raj, et al. "L-theanine—a unique amino acid of green tea and its relaxation effect in humans." *Trends in Food Science & Technology* 10.6-7 (1999): 199-204.
- 11) Kimura, Kenta, et al. "L-Theanine reduces psychological and physiological stress responses." *Biological psychology* 74.1 (2007): 39-45.
- 12) Nathan, Pradeep J., et al. "The neuropharmacology of L-theanine (N-ethyl-L-glutamine) a possible neuroprotective and cognitive enhancing agent." *Journal of Herbal Pharmacotherapy* 6.2 (2006): 21-30.
- 13) Gohil, Kashmira J., Jagruti A. Patel, and Anuradha K. Gajjar. "Pharmacological review on *Centella asiatica*: a potential herbal cure-all." *Indian journal of pharmaceutical sciences* 72.5 (2010): 546.
- 14) Jana, U., et al. "A clinical study on the management of generalized anxiety disorder with *Centella asiatica*." *Nepal Med Coll J* 12.1 (2010): 8-11.
- 15) Bradwejn, Jacques, et al. "A double-blind, placebo-controlled study on the effects of Gotu Kola (*Centella asiatica*) on acoustic startle response in healthy subjects." *Journal of clinical psychopharmacology* 20.6 (2000): 680-684.
- 16) Roodenrys, Steven, et al. "Chronic effects of Brahmi (*Bacopa monnieri*) on human memory." *Neuropsychopharmacology* 27.2 (2002): 279-281.
- 17) Calabrese, Carlo, et al. "Effects of a standardized *Bacopa monnieri* extract on cognitive performance, anxiety, and depression in the elderly: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial." *The journal of alternative and complementary medicine* 14.6 (2008): 707-713.
- 18) Kawagishi, Hirokazu, Cun Zhuang, and Ellen Shnidman. "The anti-dementia effect of Lion's Mane mushroom (*Hericium erinaceum*) and its clinical application." *Townsend letter for doctors and Patients* 249 (2004): 54-57.
- 19) Mori, Koichiro, et al. "Improving effects of the mushroom Yamabushitake (*Hericium erinaceus*) on mild cognitive impairment: a double-blind placebo-controlled clinical trial." *Phytotherapy Research* 23.3 (2009): 367-372.
- 20) Zhang, R. W., et al. "Drug evaluation of huperzine A in the treatment of senile memory disorders." *Zhongguo yao li xue bao= Acta pharmacologica Sinica* 12.3 (1991): 250-252.
- 21) Tang, Xi-Can. "Huperzine A (shuangyiping): a promising drug for Alzheimer's disease." *Zhongguo yao li xue bao= Acta pharmacologica Sinica* 17.6 (1996): 481-484.

