



Offert par:

Blessures sportives ou rhumatismes: l'importance du traitement topique de la douleur

Rhumatismes, douleurs musculaires, articulaires ou nerveuses – le traitement topique de la douleur peut soulager toutes ces blessures.

Avantages du traitement topique de la douleur

La prise sur le long terme d'AINS peut provoquer des effets secondaires au niveau gastro-intestinal, cardiaque et rénal, sans oublier le risque de confusion avec d'autres médicaments. L'avantage de la prise topique plutôt qu'orale est sa bonne tolérance alliée à une bonne efficacité. En outre, avec la thérapie topique (gels, pommades, crèmes, pansements ou sprays), une concentration élevée de matières actives parvient directement aux endroits douloureux.

En automédication, on recommande des AINS tels que le diclofénac resp. l'ibuprofène ou les préparations à base de plantes comme la consoude ou l'arnica.

Il est intéressant de constater que des études attestent d'une efficacité comparable entre une pommade à la consoude et le gel diclofénac. Les préparations à base de consoude sont très bien tolérées et peuvent également être indiquées pour les enfants de moins de 12 ans. L'avantage de la préparation végétale à la consoude réside dans sa possibilité d'utilisation quasi illimitée, elle est donc idéale pour soulager les douleurs chroniques.

L'ESCOF (European Scientific Cooperative on Phytotherapy) recommande la consoude en usage externe pour les douleurs et les gonflements des muscles et des articulations : arthrose, douleurs dorsales aiguës, déchirures musculaires, contusions, entorses, tennis-elbow (épicondylite), tendinites et inflammations



L'usage médical externe des préparations à la consoude a été scientifiquement prouvé en termes d'efficacité et de sécurité.

articulaires. Des études cliniques confirment son efficacité lors de douleurs musculaires et articulaires, de contusions, de déchirures et d'entorses.

Référence:

Predel HG, Giannetti B, Koll R, Bulitta M, Staiger C. Efficacy of a Comfrey root extract ointment in comparison to a Diclofenac gel in the treatment of ankle distortions: results of an observer-blind, randomized, multicenter study. *Phytomedicine* 2005; 12: 707 – 714.

Michaela Paepke-Raack
www.vitaexpress.ch

PUBLICITÉ



Kytta LE BON CHOIX CONTRE LES DOULEURS.

En cas de douleurs articulaires et musculaires

- apaise les douleurs
- inhibe les inflammations
- désenflant

Ceci est un médicament autorisé. Lisez la notice d'emballage. Vente en pharmacies et drogueries. Iromedica SA, St-Gall

IMPRESSUM: Éditions en français, allemand et italien. Supervision des éditions: Rita Ducret-Costa, pharmacienne, nutritionniste, homéopathe. Editeur: Les ateliers de la presse Sàrl. Directeur: Serge C. Ducret. Concept et régie publicitaire: Communis Sàrl – Healthcare Media Concept – 1752 – Villars-sur-Glâne – tél. 026 409 77 10 – E-mail: info@communis.ch. Back office Manager: Chantal Perroud. Assistante commerciale: Claudia Bürgisser. Graphisme: Natalya Davydova. © **Toute reproduction partielle ou intégrale de la version imprimée ou digitale faite sans autorisation de la part de l'éditeur est interdite et illégale. Tout procédé de reproduction et d'adaptation est illicite.**