

**C'est réel, près d'1 femme sur 2**  
souffre de **règles douloureuses**\*\*

Soulagez-les en moins d'1 heure\*

**RÈGLES DOULOUREUSES** **BIO**

**LEADER** dans la prévention  
des règles douloureuses\*\*\*



1 Boîte  
= 3 à 6 cycles



1 Boîte  
= 1 à 2 cycles

Composition	pour 3 gélules
Extrait sec concentré d'Achillée millefeuille	500 mg
Extrait sec concentré de Grande camomille	270 mg



- L'**Achillée millefeuille** aide à apaiser les crampes abdominales périodiques
- La **Grande camomille** favorise le confort féminin pendant les cycles menstruels



Contre-indications : Déconseillé aux femmes enceintes, chez les femmes sous anti-coagulants ou anti-agrégants plaquettaires et en cas d'allergie aux astéracées

\*Étude menée avec un laboratoire indépendant en condition d'usage : 91 participantes ; 1 à 3 gélules par jour (fin 2020). \*\*Étude Iyop pour Intima réalisée par questionnaire auto-administré en ligne du 17 au 18 avril 2021 auprès d'un échantillon de 1010 femmes, représentatif de la population féminine française âgée de 15 à 49 ans résidant en France métropolitaine. \*\*\* Source : Données Openhealth à fin décembre 2023.

## Prise en charge complète de la douleur et des principaux symptômes associés aux règles douloureuses (dysménorrhées primaires)

### Résultats clés dès le 1<sup>er</sup> jour de prise

L'intensité de l'inconfort a été réduite de

37% pour la gêne au bas ventre

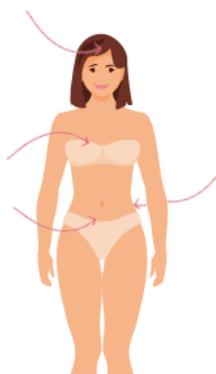
46% pour la gêne au bas du dos

54% pour les états migraineux

41% pour la sensibilité de la poitrine

46% pour la fatigue

Différences significatives vs «Avant la prise»



### Rapidité d'action

Effets perçus en moins d'1H pour 93% des utilisatrices\*



40 à 60 min  
47%

>60 min  
7%

<20 min  
11%

20 à 40 min  
35%

## Pour aller plus loin dans l'accompagnement des femmes sujettes aux règles douloureuses

### CONSEILS PRATIQUES

- Manger équilibré, éviter les aliments transformés et limiter la consommation de viande et produits laitiers
- Pratiquez l'automassage du bas ventre pendant 5 à 10 min ou appliquez une bouillotte sur le ventre pour un effet apaisant et relaxant
- Pratiquer les postures de Yoga dites « postures du chat et du chien » afin de détendre la zone des lombaires et du bas ventre et de vous relaxer

Pour en savoir plus

retrouvez notre webinar avec la gynécologue Dr Delot



retrouvez notre série de podcast : Histoires de règles douloureuses



\*Étude menée avec un laboratoire indépendant en condition d'usage : 91 participantes ; 1 à 3 gélules par jour (fin 2020).  
Références bibliographiques : Anil Pareek et al, Feverfew (Tanacetum parthenium L.): A systematic review, Pharmacogn Res. 2011 Jan-Jun; 5(9): 103-110. Ensiyeh Jenabi and Bita Fereidooni, Effect of Achillea Millefolium on Relief of Primary Dysmenorrhea: A Double-Blind Randomized Clinical Trial, J Pediatr Adolesc Gynecol, 2015 Oct; 28(5): 402-4. Faeqbe Tajallaie-Asl et al, Menstruation Phytotherapy According To Iran Ethnobotanical Sources, J. Pharm. Sci. & Res. Vol. 9(6), 2017, 986-990. Shiva Radfar et al., Comparative Study on the Effect of Matricaria chamomile and Achillea millefolium Capsules on Primary Dysmenorrhea Intensity of Dormitory Students of Kurdistan University of Medical Sciences, 2018, Journal of Pharmaceutical Research International, 25(3), 1-7, 2018