

- S. Cimicifuga racemosa for the treatment of hot flushes in women surviving breast cancer. *Maturitas*. 44 Suppl 1: S59-65; 2003.
70. DOG TL, POWELL KL, WEISMAN SM. Critical evaluation of the safety of Cimicifuga racemosa in menopause symptom relief. *Menopause*. 10(4): 299-313; 2003.
71. BURKE BE, OLSON RD, CUSACK BJ. Randomized, controlled trial of phytoestrogen in the prophylactic treatment of menstrual migraine. *Biomed Pharmacother*. 56(6): 283-8; 2002.
72. MATSINGOU TC, PETRAKIS N, KAPSOKEFALOU M, SALIFOGLU A. Antioxidant activity of organic extracts from aqueous infusions of sage. *J Agric Food Chem*. 51(23): 6696-701; 2003.
73. KAVVADIAS D, MONSCHEIN V, SAND P, RIEDERER P, SCHREIER P. Constituents of sage (*Salvia officinalis*) with in vitro affinity to human brain benzodiazepine receptor. *Planta Med*. 69(2): 113-7; 2003.
74. DELEOV, LANZETTAD, CAZZAVACCA R, MORGANTE G. Treatment of neurovegetative menopausal symptoms with a phytotherapeutic agent. *Minerva Ginecol*. 50(5): 207-11; 1998.
75. LIU J, BURDETTE JE, XU H, GU C, VAN BREEMEN RB, BHAT KP, BOOTH N, CONSTANTINOU AI, PEZZUTO JM, FONG HH, FARNSWORTH NR, BOLTON JL. Evaluation of estrogenic activity of plant extracts for the potential treatment of menopausal symptoms. *J Agric Food Chem*. 49(5): 2472-9; 2001.
76. BERGMANN J, LUFT B, BOEHMANN S, RUNNEBAUM B, GERHARD I. The efficacy of the complex medication Phyto-Hypophyson L in female, hormone-related sterility. A randomized, placebo-controlled clinical double-blind study. *Forsch Komplementarmed Klass Naturheilkd*. 7(4): 190-9; 2000.
77. MEIER B, BERGER D, HOBERG E, STICHER O, SCHAFFNER W. Pharmacological activities of Vitex agnus-castus extracts in vitro. *Phytomedicine*. 7(5): 373-81; 2000.
78. WUTTKE W, JARRY H, CHRISTOFFEL V, SPENGLER B, SEIDLOVA-WUTTKE D. Chaste tree (*Vitex agnus-castus*) - pharmacology and clinical indications. *Phytomedicine*. 10(4): 348-57; 2003.
79. JARRY H, SPENGLER B, PORZEL A, SCHMIDT J, WUTTKE W, CHRISTOFFEL V. Evidence for estrogen receptor beta-selective activity of Vitex agnus-castus and isolated flavones. *Planta Med*. 69(10): 945-7; 2003.
80. LIU J, BURDETTE JE, SUN Y, DENG S, SCHLECHT SM, ZHENG W, NIKOLIC D, MAHADY G, VAN BREEMEN RB, FONG HH, PEZZUTO JM, BOLTON JL, FARNSWORTH NR. Isolation of linoleic acid as an estrogenic compound from the fruits of *Vitex agnus-castus* L. (chaste-berry). *Phytomedicine*. 11(1): 18-23; 2004.
81. JARIWALLA RJ. Rice-bran products: phytonutrients with potential applications in preventive and clinical medicine. *Drugs Exp Clin Res*. 27(1): 17-26; 2001.
82. GRAF E. Antioxidant potential of ferulic acid. *Free Radic Biol Med*. 13(4): 435-48; 1992.
83. MURASE Y, IISHIMA H. Clinical studies of oral administration of gamma-oryzanol on climacteric complaints and its syndrome. *Obstet Gynecol Pract*. 12: 147-149; 1963.
84. ISHIHARA M, ITO Y, NAKAKITA T, MAEHAMA T, HIEDA S, YAMAMOTO K, UENO N. Clinical effect of gamma-oryzanol on climacteric disturbance - on serum lipid peroxides. *Nippon Sanka Fujinka Gakkai Zasshi*. 34(2): 243-51; 1982.
85. ISHIHARA M. Effect of gamma-oryzanol on serum lipid peroxide level and clinical symptoms of patients with climacteric disturbances. *Asia Oceania J Obstet Gynaecol*. 10(3): 317-23; 1984.
86. GRUBE B, WALPER A, WHEATLEY D. St. John's Wort extract: efficacy for menopausal symptoms of psychological origin. *Adv. Ther*. 16(4): 177-86; 1999.
87. CHENOY R, HUSSAIN S, TAYOB Y, O'BRIEN PM, MOSS MY, MORSE PF. Effect of oral gamolenic acid from evening primrose oil on menopausal flushing. *BMJ*. 308(6927): 501-3; 1994.
88. BARTON DL, LOPRINZI CL, QUELLA SK, SLOAN JA, VEEDER MH, EGNER JR, FIDLER P, STELLA PJ, SWAN DK, VAUGHT NL, NOVOTNY P. Prospective evaluation of vitamin E for hot flashes in breast cancer survivors. *J Clin Oncol*. 16(2): 495-500; 1998.
89. SMITH CJ. Non-hormonal control of vaso-motor flushing in menopausal patients. *Chic Med*. 67: 193-5; 1964.
90. ROEMHELD-HAMM B, DAHL NV. Herbs, menopause, and dialysis. *Semin Dial*. 15(1): 53-9; 2002.
91. BENGHUZZI H, TUCCI M, ECKIE R, HUGHES J. The effects of sustained delivery of diosgenin on the adrenal gland of female rats. *Biomed Sci Instrum*. 39: 335-40; 2003.
92. KOMESAROFF PA, BLACK CV, CABLE V, SUDHIR K. Effects of wild yam extract on menopausal symptoms, lipids and sex hormones in healthy menopausal women. *Climacteric*. 4(2): 144-50; 2001.
93. ARAGHINIKNAM M, CHUNG S, NELSON-WHITE T, ESKELSON C, WATSON RR. Antioxidant activity of dioscorea and dehydroepiandrosterone (DHEA) in older humans. *Life Sci*. 59(11): PL147-57; 1996.
94. ACCATINO L, PIZARRO M, SOLIS N, KOENIG CS. Effects of diosgenin, a plant-derived steroid, on bile secretion and hepatocellular cholestasis induced by estrogens in the rat. *Hepatology*. 28(1): 129-40; 1998.

LIVRES

La nouvelle ménopause: Le guide des hormones naturelles après 45 ans

Dr Michèle SERRAND

Éditions Alpen, 2003  
96 pages – Prix : 9,50 €

Dans cet ouvrage, le Dr Serrand dresse un bilan objectif du Traitement Hormonal Substitutif (T.H.S.). Elle propose d'examiner ce qu'est la ménopause réellement, présente les avantages et inconvénients des traitements chimiques tels que le T.H.S. mais aussi les nouveaux traitements avec les SERM (*Sélective Estrogen Receptor Modulator*) et les SAS (*Selective Action Steroid*). Les SERM sont prescrits pour prévenir et traiter l'ostéoporose. Les SAS agissent sur les bouffées de chaleur et d'autres symptômes de la ménopause. Elle montre l'intérêt d'un traitement alternatif associant extraits de soja et régime alimentaire et fait le point sur les produits naturels à choisir pour faire face aux symptômes de la ménopause.



Ouvrage pratique à conseiller à toutes les femmes souhaitant comprendre les changements qui les affectent et y faire face de la façon la plus naturelle possible.

Prévention nutritionnelle de l'ostéoporose

Véronique COXAM et Marie-Noëlle HORCAJADA

Éditions Médicales Internationales, 2004  
166 pages – Prix : 68 €

Face à une population vieillissante, l'ostéoporose est devenue un véritable problème de santé publique. Cet ouvrage fait le point sur les connaissances actuelles liées à cette maladie et propose tout ce qu'il faut savoir pour prévenir ce phénomène.

Ce livre étudie l'influence des facteurs alimentaires sur le métabolisme osseux et offre des points de vue originaux sur l'ostéoporose, soulignant l'importance de l'équilibre alimentaire pour l'homéostasie squelettique. Suite à un rappel complet sur le tissu osseux, les auteurs soulignent l'importance du calcium et de la vitamine D, et précisent aussi le rôle déterminant des facteurs extracalciques que sont les vitamines, les polyphénols, les phyto-œstrogènes, les oligo-éléments et les minéraux.

Outil fiable s'adressant aux rhumatologues, gynécologues, gériatres, nutritionnistes, diététiciens, pharmaciens... qu'ils soient praticiens ou en formation.

