

## Fiche Technique

Complément Alimentaire - Chardon Marie - Réf : K1005DM



---

### Description :

Le chardon Marie possède de nombreuses vertus thérapeutiques. La substance active du chardon Marie est la Silymarine, qui est un regroupement des molécules présentes dans la plante : la silybine, la silychristine et la silydianine.

Composant et bienfaits :

- Flavonolignanes : les silymarines (silybine, silychristine, silydianine)
- Flavonoïdes
- Lipides
- Mucilages
- Vitamine E

### Fiche d'identité :

Nom botanique : *Silybum marianum*

Synonymes : lait de notre dame, chardon argenté

Famille : Astéracées

Partie utilisée : semence

Préparation : poudre de plante

Epoque de récolte : été

Cultivé/sauvage : cultivée  
Origine géographique : Pologne

Composition :

Une gélule contient : poudre de semence de chardon marie (*Silybum marianum*) \* dosée à 200 mg.  
L'enrobage de la gélule est en gélatine végétale (HPMC)  
Poids net d'une gélule : 200mg

Utilisation :

3-6 gélules par jour.  
Portion journalière (6 gélules) : chardon Marie 1200mg

Propriétés :

Aspect : poudre huileuse et marbrée  
Granulométrie : inférieure à 300 microns  
Couleur : brun à gris foncé

Précaution d'emploi :

3 premiers mois de grossesse : NON  
Femmes enceintes et allaitantes : NON  
Nourrissons de moins de 6 mois : NON  
Enfants de moins de 8 ans : NON  
Adultes et adolescents : OUI

Pour un usage thérapeutique, veuillez consulter votre médecin ou votre pharmacien. Lui seul sera à même de déterminer si des interactions existent entre le complément alimentaire et un autre traitement ou médicament que vous prendriez.

À conserver dans un endroit frais et sec et à l'abri de la lumière et de la chaleur.