bioclinic naturals
solutions naturelles + résultats cliniques
bioclinicnaturals.com

Saccharomyces Boulardii – 10 milliards

Quelques mots sur Saccharomyces Boulardii

- La pullulation bactérienne de l'intestin grêle (PBIG) est un problème caractérisé par une prolifération anormale de bactéries dans l'intestin grêle, provoquant des symptômes tels que des ballonnements, des gaz et des modifications du transit intestinal.[1]
- La PBIG est souvent associée à d'autres affections, comme le syndrome du côlon irritable, ainsi qu'à la maladie cœliaque qui ne répond pas à un régime sans gluten seul.
- *Saccharomyces boulardii* (*S. boulardii*) est une souche de *Saccharomyces cerevisiae*, une levure probiotique, qui contribue à prévenir l'adhérence bactérienne aux cellules intestinales et à freiner la prolifération bactérienne.[2]
- La PBIG se traite par antibiotiques. La *S. boulardii* étant une levure, elle n'est pas affectée par les antibiotiques et peut être prise en complément de ceux-ci pour contribuer à la restauration d'un microbiome sain.[3]
- *S. boulardii* aide à réduire le risque de diarrhée associée aux antibiotiques. Les participants à l'étude qui ont pris du *S. boulardii* ont présenté une diminution de 53 % du risque relatif par rapport à ceux qui ont pris un placebo.[4]
- La *S. boulardii* favorise le rétablissement de l'équilibre bactérien initial lorsqu'elle est prise pendant un traitement antibiotique et pendant les sept jours qui suivent.[5]
- *S. boulardii* contribue à la régénération du microbiote intestinal après une diarrhée associée aux antibiotiques et pourrait favoriser une flore intestinale bénéfique.[6]

Comment prendre Saccharomyces Boulardii

- Prenez 1 capsule par jour ou selon les directives d'un praticien de la santé. Prendre en respectant un délai d'au moins 2 à 3 heures avant ou après toute prise de médicaments antifongiques.

Mises en garde et contre-indications

- Consulter un praticien de la santé avant l'usage en cas de fièvre, de vomissements, de diarrhée sanguinolente ou de douleurs abdominales intenses. Cesser l'usage et consulter un praticien de la santé si des symptômes de troubles digestifs (p. ex., diarrhée) se manifestent, s'aggravent ou persistent au-delà de 3 jours. Ne pas utiliser ce produit si vous avez un déficit immunitaire (p. ex., sida, lymphome, patients suivant un traitement prolongé aux corticostéroïdes). Conserver hors de la portée des enfants.

Interactions médicamenteuses

- Théoriquement, l'efficacité de *S. boulardii* peut être réduite en cas de prise concomitante d'antifongiques. Les personnes immunodéprimées ou porteuses d'un cathéter veineux central peuvent présenter un risque accru de fongémie lors de la prise de *S. boulardii*. Théoriquement, les personnes âgées ou atteintes d'une maladie gastro-intestinale peuvent également présenter un risque accru de fongémie. Les personnes allergiques aux levures peuvent théoriquement être allergiques à *S. boulardii*.[7]

Quelques conseils santé

- ☐ Discutez du régime pauvre en FODMAP avec votre praticien de la santé. Un régime riche en glucides fermentescibles (FODMAP), pauvre en fibres et riche en gras ralentit le transit intestinal et peut favoriser un déséquilibre du microbiote.[8]
- ☐ Consommez des fibres. Les fibres alimentaires contribuent à un transit intestinal sain et augmentent la fréquence des selles.[9,10]
- ☐ Maintenez un transit régulier, car un temps de transit plus long peut accroître le risque de PBIG.[11]
- ☐ Soyez attentif à votre consommation de glucides. Les régimes riches en sucres et en glucides totaux peuvent favoriser la PBIG.[9]
- ☐ Envisagez de prendre des enzymes digestives. Dans une étude utilisant une formule digestive multi-enzymes conçue pour faciliter la décomposition des FODMAP, les participants ont constaté une nette amélioration des gaz, des ballonnements et des douleurs abdominales. De plus, les personnes atteintes du syndrome de l'intestin irritable à prédominance de diarrhée (SII-D) et de constipation (SII-C) ont signalé que la diarrhée et la constipation s'étaient améliorées, respectivement.[13]
- ☐ Envisagez l'utilisation de l'huile essentielle de menthe poivrée à enrobage entérique. Des études montrent que l'huile de menthe poivrée peut améliorer significativement les douleurs abdominales ainsi que les symptômes généraux du SII.[14]
- ☐ Restez actif. L'exercice aérobique favorise un microbiote diversifié et stable, notamment en ce qui concerne les lactobacilles et les bifidobactéries, améliore la motilité intestinale et contribue à un transit intestinal régulier.[15]
- ☐ Gérez le stress. Le stress peut prédisposer à la PBIG ou l'aggraver. Les patients atteints de PBIG sont plus susceptibles de souffrir d'un niveau élevé de stress et d'anxiété que les personnes non atteintes,[13] et une étude préclinique a révélé que le stress peut ralentir le transit intestinal et perturber l'équilibre microbien.[16]

NOM DU PATIENT : _____

NOTES DU PRATICIEN :

COORDONNÉES DU PRATICIEN :

9231819

Les informations ne sont fournies qu'à titre éducatif et nullement à des fins d'autodiagnostic ou d'automédication pour des affections devant être évaluées et traitées par un praticien de la santé. Ce produit ne vise nullement à diagnostiquer, à traiter, à guérir ou à prévenir quelque maladie que ce soit. © Tous droits réservés – Bioclinic Naturals[MD] Canada. La marque Bioclinic Naturals Canada est distribuée par Assured Natural Distribution Inc.

Références

1. Animalu, C. (2024). Bacterial Overgrowth Syndrome. *Medscape*. Retrieved from: https://emedicine.medscape.com/article/212861-overview
2. Pothoulakis, C. (2009). Review article: Anti-inflammatory mechanisms of action of *Saccharomyces boulardii*. *Aliment Pharm Ther, 30*(8), 826-33.
3. García-Collinot, G., Madrigal-Santillán, E.O., Martínez-Bencomo, M.A., et al. (2020). Effectiveness of *Saccharomyces boulardii* and Metronidazole for small intestinal bacterial overgrowth in systemic sclerosis. *Dig Dis Sci, 65*(4), 1134-43.
4. McFarland, L.V., & Li, T. (2025). Efficacy and safety of *Saccharomyces boulardii* CNCM I-745 for the treatment of pediatric acute diarrhea in China: A systematic review and meta-analysis. *Front Cell Infect Microbiol, 15*, 1587792.
5. Spatz, M., Wang, Y., Lapiere, A., et al. (2023). *Saccharomyces boulardii* CNCM I-745 supplementation during and after antibiotic treatment positively influences the bacterial gut microbiota. *Front Med, 10*, 1087715.
6. Moré, M.I., & Swidsinski, A. (2015). *Saccharomyces boulardii* CNCM I-745 supports regeneration of the intestinal microbiota after diarrheic dysbiosis - A review. *Clin Exp Gastroenterol, 8*, 237-55.
7. NatMed Pro. (2026). *Saccharomyces boulardii* [monograph]. https://naturalmedicines.therapeuticresearch.com/
8. Sieradzka, I., Wajda, K., Mika, W., et al. Dietary and lifestyle factors associated with small intestinal bacterial overgrowth (SIBO): A review from a health education perspective. *J Educ Health Sport, 87*, 67772.
9. Velasco-Aburto, S., Llama-Palacios, A., Sánchez, M.C., et al. (2025). Nutritional approach to small intestinal bacterial overgrowth: A narrative review. *Nutrients, 17*(9), 1410.
10. Yang, J., Wang, H.P., Zhou, L., et al. (2012). Effect of dietary fiber on constipation: A meta-analysis. *World J Gastroenterol, 18*(48), 7378-83.
11. Efremova, I., Maslennikov, R., Poluektova, E., et al. (2023). Epidemiology of small intestinal bacterial overgrowth. *World J Gastroenterol, 29*(22), 3400-21.
12. Li, C., Li, J., Zhou, Q., et al. (2024). Effects of physical exercise on the microbiota in irritable bowel syndrome. *Nutrients, 16*(16), 2657.
13. Kaye, A.J., Meyers, S.R., Hachuel, D., et al. (2026). FODMAP-targeting digestive enzyme blend for management of gastrointestinal symptoms: A "real-world" pre-post intervention cohort study. *Gastro Hep Advances, 5*(4), 100898.
14. Khanna, R., MacDonald, J.K., & Levesque, B.G. (2014). Peppermint oil for the treatment of irritable bowel syndrome: A systematic review and meta-analysis. *J Clin Gastroenterol, 48*(6), 505-12.
15. Kossewska, J., Bierlit, K., & Trajkovski, V. (2022). Personality, anxiety, and stress in patients with small intestine bacterial overgrowth syndrome. The Polish preliminary study. *Int J Environ Res Public Health, 20*(1), 93.
16. Wang, S.X., & Wu, W.C. (2005). Effects of psychological stress on small intestinal motility and bacteria and mucosa in mice. *World J Gastroenterol, 11*(13), 2016-21.