

# Vigne rouge

[Accueil](#) > [Santé au naturel](#) > [Produits de santé naturels](#)



- Indications
- Interactions
- Posologie
- Sur les tablettes
- Historique
- Références
- Recherches
- Précautions

**Noms communs :** vigne, vigne à raisin, raisin, pépins de raisin, feuilles de vigne.

**Nom botanique :** *Vitis vinifera*, famille des vitacées.

**Noms anglais :** *vine, grape vine, grape seed.*

**Parties utilisées :** feuilles, fruits et pépins.

**Habitat et origine :** vraisemblablement originaire d'Europe méridionale et du Moyen-Orient, la vigne à raisin est soigneusement sélectionnée et cultivée par les humains depuis la nuit des temps. Elle préfère un sol argileux et riche en silice et exige un ensoleillement maximum. De nos jours, on la cultive dans toutes les régions tempérées du globe.

## Indications de la vigne rouge

- ★★ **Pépins du raisinet feuilles** - Traiter l'insuffisance veineuse et les varices.
- ★ **Pépins du raisin** - Atténuer le stress oculaire causé par l'éblouissement.
- ★ **Pépins du raisin** - Accélérer la guérison des tuméfactions consécutives à une blessure ou à une chirurgie; traiter les rétinopathies; prévenir les maladies cardiovasculaires.

### Légende des symboles

Symbole associé	Degré de certitude
★★★	Efficacité certaine
★★	Efficacité probable
★	Efficacité possible
☆	Efficacité incertaine
☞	Probablement inefficace
🌿	Usage reconnu
🌿	Usage traditionnel
+	Approches à considérer
✗	Approches non recommandées

Agrandir

🌿 **Feuilles** – calmer l'irritation des yeux; traiter les hémorroïdes.

Pour plus de détails, voir [Recherches sur la vigne rouge](#).

## Posologie de la vigne rouge

haut

Les principaux effets thérapeutiques de la vigne rapportés ici sont attribués à trois types de composés.

- La **quercétine** et ses dérivés, des **flavonoïdes** présents notamment dans la **feuille**.
- Les **oligo-proanthocyanidines** (OPC), des flavonoïdes concentrés surtout dans les **pépins**. (Des suppléments d'extraits de pépins de raisin à teneur normalisée en OPC sont disponibles dans le commerce.)
- Le **resvératrol**, un **polyphénol** qu'on trouve surtout dans la **peau du raisin rouge** (le vin en renferme également).

### Insuffisance veineuse et varices

- Extrait de pépins de raisin.** Prendre de 150 mg à 300 mg par jour.
- Extrait de feuilles de vigne.** Prendre de 360 mg à 720 mg par jour.

### Protection contre l'éblouissement

- Extrait de pépins de raisin.** Prendre de 200 mg à 300 mg par jour.

## Historique de la vigne rouge

haut 

Au cours des dernières décennies, les chercheurs se sont penchés sur les propriétés des **polyphénols** du **raisin**. Ils se sont intéressés en particulier au **resvératrol** surtout concentré dans la **peau du fruit** et aux **oligo-proanthocyanidines** (OPC) qu'on trouve principalement dans **l'enveloppe du pépin**.

Les oligo-proanthocyanidines ont fait l'objet d'un grand engouement lorsque, au cours de la seconde moitié du XX<sup>e</sup> siècle, les travaux du professeur Jacques Masquelier (d'abord au Québec, ensuite en France) ont mené à la mise au point et à la commercialisation des extraits d'écorce de **pin** (Pycnogéno<sup>®</sup>), puis de pépins de raisin (ActiVin<sup>®</sup>). La fabrication du vin a fourni une très grande source de matières premières à une industrie qui s'est développée relativement récemment : celle de la production des suppléments alimentaires composés d'extraits fabriqués avec les résidus de pressage du raisin.

## Recherches sur la vigne rouge

haut 

La recherche biomédicale s'intéresse beaucoup aux substances contenues dans la **vigne rouge** et dans ses produits, comme le vin, car elles pourraient avoir des **effets bénéfiques** sur la santé humaine<sup>1</sup>. L'activité biologique de la vigne et de ses produits serait surtout associée au **resvératrol** et à des **flavonoïdes** comme la quercétine et les oligo-proanthocyanidines<sup>2,3</sup>.

### Les oligo-proanthocyanidines

Ces composés aux puissantes propriétés **antioxydantes** ont fait l'objet de nombreuses recherches ces dernières années. Les **pépins de raisins** ne sont pas la seule source d'oligo-proanthocyanidines : on en trouve également dans l'écorce de pin et, à un moindre degré, dans la peau de l'**arachide**.

★★ **Insuffisance veineuse et varices**. Quelques essais cliniques concluants ont été menés dans les années 1980, en France, sur des **extraits de pépins de raisin** qui, comme le pin maritime, contiennent des oligo-proanthocyanidines (OPC). Leurs résultats montrent que les extraits de pépins de raisin peuvent soulager les symptômes de l'insuffisance veineuse et des **varices**<sup>4-6</sup>.

Plus récemment, des résultats comparables ont été obtenus avec un **extrait de feuilles de vigne** (AS 195<sup>®</sup>)<sup>7-10,20</sup>. Des doses quotidiennes de 360 mg pendant 12 semaines ont permis de réduire l'**oedème** et l'enflure des jambes chez des personnes souffrant d'insuffisance veineuse chronique. Selon les chercheurs, l'extrait pourrait contribuer à contrer la progression de la maladie<sup>7-10,20</sup>.

★ **Protection contre l'éblouissement**. Plusieurs études cliniques européennes de petite envergure indiquent que les oligo-proanthocyanidines (de 200 mg à 300 mg par jour d'extrait de **pépins de raisin**) sont plus efficaces qu'un placebo pour protéger contre l'éblouissement oculaire<sup>11,12</sup>.

★ **Tuméfactions consécutives à une blessure ou à une chirurgie**. Au cours des années 1980, les résultats d'études menées en France indiquaient que les oligo-proanthocyanidines du **pépin de raisin** pouvaient être utiles pour traiter les tuméfactions (enflure d'un organe ou d'une région du corps) consécutives à une blessure ou à une intervention chirurgicale<sup>13-15</sup>. L'état actuel de la recherche ne permet cependant pas de confirmer l'efficacité de l'extrait de pépins de raisin à cet égard.

★ **Rétinopathie**. Les données cliniques ne permettent pas d'établir définitivement l'efficacité de la vigne rouge pour le traitement de la **rétinopathie**. Néanmoins, des essais de faible envergure menés dans les années 1980 ont montré que les **oligo-proanthocyanidines** de la **vigne** (Endotelon<sup>®</sup>) et de l'écorce du **pin maritime** (Pycnogéno<sup>®</sup>) pouvaient aider à ralentir la progression de la **rétinopathie diabétique**<sup>16,17,24-26</sup>.

Des essais menés sur des animaux indiquent également qu'un extrait de **pépins de raisin**<sup>18</sup> et un extrait normalisé en **resvératrol** (extrait de la peau de raisin)<sup>19</sup> pouvaient contribuer à prévenir la **cataracte**, une autre affection de l'oeil.

★ **Protection cardiovasculaire**. Des études suggèrent que les **polyphénols** présents dans la vigne et ses produits (raisin, jus de raisin, extrait de pépins, vin désalcoolisé) auraient un effet positif sur plusieurs facteurs de risque des **maladies cardiovasculaires**<sup>21,27</sup>. Ils amélioreraient la composition des **lipides** du sang, en réduisant notamment le taux de « mauvais **cholestérol** » (LDL)<sup>28-30</sup>, inhiberaient l'aggrégation des **plaquettes sanguines**<sup>31-33</sup>, diminueraient la **pression sanguine**<sup>34</sup> et réduiraient le **stress oxydatif** de l'organisme<sup>28,29,31,35</sup>. Par ailleurs, les oligo-proanthocyanidines auraient un effet protecteur contre la résistance à l'**insuline**, un problème qui se manifeste souvent avec l'âge<sup>22</sup>. Ces résultats encourageants demandent toutefois à être confirmés.

## Précautions avec la vigne rouge

haut 

### Attention

- En l'absence de données toxicologiques complètes, on recommande aux enfants, aux femmes enceintes ou qui allaitent et aux personnes souffrant de troubles hépatiques graves d'éviter les suppléments d'**oligo-proanthocyanidines**.

### Contre-indications

- Aucune connue.

## Effets indésirables

- Aucun connu.

## Interactions avec la vigne rouge

haut 

### Avec des plantes ou des suppléments

- À haute dose, l'effet des oligo-proanthocyanidines pourrait théoriquement s'ajouter à celui de plantes ou de suppléments ayant des effets anticoagulants (ail, ginseng, saule, trèfle rouge, etc.) ou antiplaquettaires (ginkgo biloba, ail, ginseng de Sibérie).

### Avec des médicaments

- À haute dose, l'effet des oligo-proanthocyanidines pourrait théoriquement s'ajouter à celui des médicaments anticoagulants (warfarine, Coumadin®, aspirine, par exemple) ou antiplaquettaires (aspirine, clopidogrel, par exemple).

## Sur les tablettes

haut 

**Extrait de pépins de raisin** : on retrouve principalement des comprimés et des capsules; s'assurer que l'étiquette porte la mention « normalisé en OPC », ce qui confirme la présence en quantité suffisante de composés chimiques thérapeutiques.

**Extrait de feuilles** : moins courant, on le retrouve sous forme d'extrait liquide ou sec, non normalisé, et le plus souvent associé à d'autres ingrédients.

La teneur des composés actifs des **feuilles de vigne** peut varier considérablement. Selon les résultats d'une analyse de 135 échantillons publiée en 2008<sup>23</sup>, la teneur des flavones allait de 0,6 % à 3,5 %, celle des anthocyanines de 0,2 % à 1,45 % et celle des polyphénols de 4,6 % à 18,9 %.

 <p>Révision scientifique coordonnée par la <b>Société canadienne de RECHERCHE sur les PSN</b></p>	<p><b>Réviseur :</b> Guy Rousseau, Ph.D, chercheur agrégé, Département de pharmacologie, Université de Montréal (mai 2011).</p>
<p><b>Recherche et rédaction :</b> PasseportSanté.net</p>	
<p><b>Mise à jour :</b> juin 2011</p>	

## Références

Note : les liens hypertextes menant vers d'autres sites ne sont pas mis à jour de façon continue. Il est possible qu'un lien devienne introuvable. Veuillez alors utiliser les outils de recherche pour retrouver l'information désirée.

### Bibliographie

- Drugs.com. Natural Products (Professional). *Grape Seed*. [Consulté le 6 mai 2011]. [www.drugs.com](http://www.drugs.com)
- European Medicine Agency – Science Medicines Health. Herbal medicine for human use. *Vitis vinifera L., folium*. [Consulté le 6 mai 2011]. [www.ema.europa.eu](http://www.ema.europa.eu)
- National Library of Medicine (Ed). PubMed, *NCBI*. [Consulté le 6 mai 2011]. [www.ncbi.nlm.nih.gov](http://www.ncbi.nlm.nih.gov)
- Natural Standard (Ed). Foods, Herbs & Supplements - Grape seed (*Vitis vinifera*, *Vitis coignetiae*), *Nature Medicine Quality Standard*. [Consulté le 6 mai 2011]. [www.naturalstandard.com](http://www.naturalstandard.com)
- The Natural Pharmacist (Ed). Natural Products Encyclopedia, Herbs & Supplements - Oligomeric Proanthocyanidins, *ConsumerLab.com*. [Consulté le 6 mai 2011]. [www.consumerlab.com](http://www.consumerlab.com)

### Notes

1. Frankel EN, Kanner J, *et al*. Inhibition of oxidation of human low-density lipoprotein by phenolic substances in red wine. *Lancet* 1993 Feb 20;341(8843):454-7.
2. Bub A, Watzl B, *et al*. Malvidin-3-glucoside bioavailability in humans after ingestion of red wine, dealcoholized red wine and red grape juice. *Eur J Nutr* 2001 Jun;40(3):113-20.
3. Aviram M, Fuhrman B. Wine flavonoids protect against LDL oxidation and atherosclerosis. *Ann N Y Acad Sci* 2002 May;957:146-61.
4. Henriot JP. Exemplary study for a phlebotropic substance, the EIVE Study [translated from French]. Fairfield, Conn: Primary Source; not dated. Étude mentionnée et résumée dans : Natural Standard (Ed). Foods, Herbs & Supplements - Grape seed (*Vitis vinifera*, *Vitis coignetiae*), *Nature Medicine Quality Standard*. [Consulté le 6 mai 2011]. [www.naturalstandard.com](http://www.naturalstandard.com)
5. Thebaut JF, Thebaut P, Vin F. Study of Endotelon W in functional manifestations of peripheral venous insufficiency [translated from French]. *Gaz Med*. 1985;92:96-100. Étude mentionnée et résumée dans : Natural Standard (Ed). Foods, Herbs & Supplements - Grape seed (*Vitis vinifera*, *Vitis coignetiae*), *Nature Medicine Quality Standard*. [Consulté le 6 mai 2011]. [www.naturalstandard.com](http://www.naturalstandard.com)
6. Delacroix P. Double-blind study of Endotelon W in chronic venous insufficiency [translated

- from French]. *La Revue de Médecine*. Aug/Sept. 1981;no.27-28:1793- 1802. Étude mentionnée et résumée dans : Natural Standard (Ed). Foods, Herbs & Supplements - Grape seed (*Vitis vinifera*, *Vitis coignetiae*), *Nature Medicine Quality Standard*. [Consulté le 6 mai 2011]. [www.naturalstandard.com](http://www.naturalstandard.com)
7. Kiesewetter H, Koscielny J, *et al*. Efficacy of orally administered extract of red vine leaf AS 195 (*folia vitis viniferae*) in chronic venous insufficiency (stages I-II). A randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *Arzneimittelforschung* 2000 Feb;50(2):109-17.
  8. Kalus U, Koscielny J, *et al*. Improvement of cutaneous microcirculation and oxygen supply in patients with chronic venous insufficiency by orally administered extract of red vine leaves AS 195: a randomised, double-blind, placebo-controlled, crossover study. *Drugs R D*. 2004;5(2):63-71.
  9. Monsieur R, Van Snick G. [Efficacy of the red vine leaf extract AS 195 in Chronic Venous Insufficiency]. *Schweiz Rundsch Med Prax*. 2006 Jan 25;95(6):187-90.
  10. Schaefer E, Peil H, *et al*. Oedema protective properties of the red vine leaf extract AS 195 (*Folia vitis viniferae*) in the treatment of chronic venous insufficiency. A 6-week observational clinical trial. *Arzneimittelforschung*. 2003;53(4):243-6.
  11. Bombardelli E, Morazzoni P. *Vitis vinifera* L. *Fitoterapia* 1995; LXVI(4):291-317.
  12. Corbe C, Boissin JP, Siou A. Light vision and chorioretinal circulation. Study of the effect of procyanidolic oligomers (Endotelon) *J Fr Ophthalmol*. 1988;11(5):453-60.
  13. Parienti JJ, Parienti-Amsellem J. Post traumatic edemas in sports: a controlled test of Endotelon W [translated from French]. *Gaz Med Fr*. 1983;90:231-236. Étude mentionnée dans : The Natural Pharmacist (Ed). Natural Products Encyclopedia, Herbs & Supplements - Oligomeric Proanthocyanidins, *ConsumerLab.com*. [Consulté le 6 mai 2011]. [www.consumerlab.com](http://www.consumerlab.com)
  14. Pecking A, Desprez-Curely JP, Megret G. *Oligomeric grape flavonols (Endotelon W) in the treatment of secondary upper limb lymphedemas* [translated from French]. [source unknown] 1989;69-73. Étude mentionnée dans : The Natural Pharmacist (Ed). Natural Products Encyclopedia, Herbs & Supplements - Oligomeric Proanthocyanidins, *ConsumerLab.com*. [Consulté le 6 mai 2011]. [www.consumerlab.com](http://www.consumerlab.com)
  15. Baruch J. Effect of Endotelon in postoperative edema. Results of a double-blind study versus placebo in 32 female patients [translated from French]. *Ann Chir Plast Esthet*. 1984;29:393-395. Étude mentionnée dans : The Natural Pharmacist (Ed). Natural Products Encyclopedia, Herbs & Supplements - Oligomeric Proanthocyanidins, *ConsumerLab.com*. [Consulté le 6 mai 2011]. [www.consumerlab.com](http://www.consumerlab.com)
  16. Schonlau F, Rohdewald P. *Pycnogenol for diabetic retinopathy. A review*. *Int Ophthalmol*. 2001;24(3):161-71.
  17. Spadea L, Balestrazzi E. *Treatment of vascular retinopathies with Pycnogenol*. *Phytother Res*. 2001 May;15(3):219-23.
  18. Durukan AH, Evereklioglu C, *et al*. Ingestion of IH636 grape seed proanthocyanidin extract to prevent selenite-induced oxidative stress in experimental cataract. *J Cataract Refract Surg*. 2006 Jun;32(6):1041-5.
  19. Doganay S, Borazan M, *et al*. The effect of resveratrol in experimental cataract model formed by sodium selenite. *Curr Eye Res*. 2006 Feb;31(2):147-53.
  20. A review of evidence on red vine leaf extract in the prevention and management of venous disease. [No authors listed] *J Wound Care*. 2006 Oct;15(9):393-6. Review.
  21. Rakici O, Kiziltepe U, *et al*. Effects of resveratrol on vascular tone and endothelial function of human saphenous vein and internal mammary artery. *Int J Cardiol*. 2005 Nov 2;105(2):209-15.
  22. Preuss HG, Bagchi D, Bagchi M. Protective effects of a novel niacin-bound chromium complex and a grape seed proanthocyanidin extract on advancing age and various aspects of syndrome X. *Ann N Y Acad Sci* 2002 May;957:250-9.
  23. Evaluation of polyphenol composition in red leaves from different varieties of *Vitis vinifera*. Schneider E, von der Heydt H, Esperester A. *Planta Med*. 2008 Apr;74(5):565-72.
  24. Ame JL. Contribution to the study of procyanidolic oligomers: Endotelon in diabetic retinopathy (based on 30 cases). *Gaz Med France* 1982;89(30):3610-3614. Étude mentionnée dans : Natural Standard (Ed). Foods, Herbs & Supplements - Grape seed (*Vitis vinifera*, *Vitis coignetiae*), *Nature Medicine Quality Standard*. [Consulté le 6 mai 2011]. [www.naturalstandard.com](http://www.naturalstandard.com).
  25. Fromantin M. OPC in the treatment of capillary weakness and retinopathy in diabetics. A propos of 26 cases. *Med Int* 1982;16(11):432-434. Natural Standard (Ed). Foods, Herbs & Supplements - Grape seed (*Vitis vinifera*, *Vitis coignetiae*), *Nature Medicine Quality Standard*. [Consulté le 6 mai 2011]. [www.naturalstandard.com](http://www.naturalstandard.com)
  26. Verin MM, Vildy A, and Maurin JF. Retinopathies and OPC. *Bordeaux Medicales* 1978;11(16):1467-1474. Natural Standard (Ed). Foods, Herbs & Supplements - Grape seed (*Vitis vinifera*, *Vitis coignetiae*), *Nature Medicine Quality Standard*. [Consulté le 6 mai 2011]. [www.naturalstandard.com](http://www.naturalstandard.com)
  27. Biomedical effects of grape products. Vislocky LM, Fernandez ML. *Nutr Rev*. 2010 Nov;68(11):656-70.
  28. Grape polyphenols exert a cardioprotective effect in pre- and postmenopausal women by lowering plasma lipids and reducing oxidative stress. Zern TL, Wood RJ, *et al*. *J Nutr*. 2005 Aug;135(8):1911-7.
  29. Concentrated red grape juice exerts antioxidant, hypolipidemic, and antiinflammatory effects in both hemodialysis patients and healthy subjects. Castilla P, Echarri R, *et al*. *Am J Clin Nutr*. 2006 Jul;84(1):252-62.
  30. Comparative effects of dietary supplementation with red grape juice and vitamin E on production of superoxide by circulating neutrophil NADPH oxidase in hemodialysis patients. Castilla P, Dávalos A, *et al*. *Am J Clin Nutr*. 2008 Apr;87(4):1053-61.
  31. Select flavonoids and whole juice from purple grapes inhibit platelet function and enhance nitric oxide release. Freedman JE, Parker C 3rd, *et al*. *Circulation*. 2001 Jun 12;103(23):2792-8.

32. Grape juice, but not orange juice or grapefruit juice, inhibits human platelet aggregation. Keevil JG, Osman HE, *et al. J Nutr.* 2000 Jan;130(1):53-6.
33. Effects of grape seed extract consumption on platelet function in postmenopausal women. Shenoy SF, Keen CL, *et al. Thromb Res.* 2007;121(3):431-2.
34. Concord grape juice supplementation reduces blood pressure in Korean hypertensive men: double-blind, placebo controlled intervention trial. Park YK, Kim JS, Kang MH. *Biofactors.* 2004;22(1-4):145-7.
35. Comparison of the antioxidant effects of Concord grape juice flavonoids alpha-tocopherol on markers of oxidative stress in healthy adults. O'Byrne DJ, Devaraj S, *et al. Am J Clin Nutr.* 2002 Dec;76(6):1367-74.

## A lire aussi

> **Cellulite**

> **Dégénérescence maculaire**

> **Blessures musculaires (sports)**

> **Entorse**

> **Varices**

[Consulter la fiche en bref](#)

En cas de malaise ou de maladie, consultez d'abord un médecin ou un professionnel de la santé en mesure d'évaluer adéquatement votre état de santé. En utilisant ce site, vous reconnaissez avoir pris connaissance de l'avis de désengagement de responsabilité et vous consentez à ses modalités. Si vous n'y consentez pas, vous n'êtes pas autorisé à utiliser ce site.

La reproduction totale ou partielle des textes, images, extraits vidéo et audio de PasseportSanté.net, sur quelque support que ce soit, de même que l'utilisation du nom de PasseportSanté.net ou toute allusion à PasseportSanté.net à des fins publicitaires sont formellement interdites sous peine de poursuites.

Reproduction et droit d'auteur © 1998-2013 Oxygem

Ce site respecte les principes de la charte HONcode.  
[Vérifiez ici.](#)

[RECHERCHE](#)