

# GENSIL<sup>®</sup>

## Lactation

### Each 100 gms Granules contains

Sr. no.	Ingredients	Strength
1	Asparagus racemosus	15 g
2	Tribulus terrestris	2.5 g
3	Foeniculum vulgare	2 g
4	Cuminum cyminum	1 g
5	Anethum sowa	1 g
6	Pueraria tuberosa	1 g
7	Lepidium sativum	1 g
8	Trigonella foenum-graecum	1 g

### Indication:

Gensil Lactation Granules is recommended for nursing mothers with deficient milk secretion. A normal lactating mother may also take it soon after delivery. Gensil Lactation Granules is a natural agent with the purest of natural ingredients that promotes the production of breast milk without any side effects for you and your baby.

**Dosage:** 2 tea spoonful twice daily with one glass of milk or as directed by the physician.

- Breast milk is one of the healthiest forms of milk and the first food that is given to babies. It is known to be very healthy for infants as the colostrum (a yellow, watery pre-milk) that the breasts make during the initial stages after birth majorly help in the development and the over-all functioning of the digestive system of the new-born. Breast milk provides the perfect blend of nutrients for your infant. The World Health Organization (WHO) recommends babies to be exclusively fed on breast milk from as early as an hour after birth to six months of age to achieve optimal growth, cognitive development and health.
- Herbs which promote milk flow in mothers are also known as galactagogues and are a boon for those who are unable to produce enough milk for their infants. Insufficient milk production may be caused due to many reasons like insufficient glandular tissue, hormonal changes, illnesses, or nutritional deficiencies.
- One must always check with the doctor before getting any kind of treatment done or before taking any medication during this sensitive period. Decreased milk production is one of the reasons why mothers tend to stop breastfeeding. It is best to stick to natural remedies in order to deal with this problem.

### Potential causes of low milk supply

- Supplementing : Nursing is a supply & demand process. Milk is produced as your baby nurses, and the amount that she nurses lets your body know how much milk is required. Every bottle (of formula, juice or water) that your baby gets means that your body gets the signal to produce that much less milk.
- Bottle preference. A bottle requires a different type of sucking than nursing, and it is easier for your baby to extract milk from a bottle. As a result, giving a bottle can either cause your baby to have problems sucking properly at the breast, or can result in baby preferring the constant faster flow of the bottle.
- Pacifiers. Pacifiers can affect baby's latch. They can also significantly reduce the amount of time your baby spends at the breast, which may cause your milk supply to drop.
- Nipple shields can be a useful tool in some cases, but they can also reduce the stimulation to your nipple or interfere with milk transfer, which can interfere with the supply-demand cycle.
- Scheduled feedings interfere with the supply & demand cycle of milk production and can lead to a reduced supply, sometimes several months later rather than immediately. Nurse your baby whenever she is hungry.
- Sleepy baby. For the first few weeks, some babies are very sleepy and only ask to nurse infrequently and for short periods. Until baby wakes up and begins to breastfeed well, nurse baby at least every two hours during the day and at least every 4 hours at night to establish your milk supply.
- Cutting short the length of nursings. Stopping a feeding before your baby ends the feeding herself can interfere with the supply-demand cycle. Also, your milk increases in fat content later into a feeding, which helps baby gain weight and last longer between feedings.
- Offering only one breast per feeding. This is fine if your milk supply is well-established and your baby is gaining weight well. If you're trying to increase your milk supply, let baby finish the first side, then offer the second side.
- Health or anatomical problems with baby (including, jaundice, tongue-tie, etc.) can prevent baby from removing milk adequately from the breast, thus decreasing milk supply.
- Mom's health (uncontrolled anemia or hypothyroidism, retained placenta, postpartum hemorrhage...), previous breast surgery/injury, hormonal problems (e.g. PCOS), anatomical problems, medications she is taking (hormonal birth control, sudafed...), or smoking also have the potential to affect milk supply.

### GALACTAGOGUES

- Galactagogues are medications or herbs that aid in initiating and maintaining adequate milk production, and are particularly useful for women who are unable to produce adequate breast milk.
- Galactagogues are foods, herbs or medications that may help to increase breastmilk supply typically by increasing prolactin levels. The use of a galactagogue requires consultation with a lactation consultant and/or medical adviser.
- While there are many substances that have been used by mothers for centuries that are claimed to help them make more breastmilk
- Most mothers are able to produce more than enough milk for their baby(ies), especially when accurate support and information is obtained.
- Galactagogues only work when breastmilk is being removed frequently and effectively from a mother's breasts. When all factors contributing to a low supply have been identified and addressed to improve a mother's breastfeeding and/or expressing technique, then galactagogues may help to speed up the process

A lactating mother needs to eat nutritious food so that her body produces enough breast milk to feed her infant. Some nursing mothers may not be able to produce adequate quantities of breast milk despite eating healthy. In such cases, a galactagogue is recommended. A galactagogue can increase the production of breast milk in nursing moms.

Breast lactation generates & increase the production of milk during breast feeding. Gensil lactation brings in the good ness of natural ingredients like Asparagus racemosus Cuminum cyminum in a specialised formulation that helps the lactating mothers.

**Asparagus racemosus** is a well-known galactagogue. It increases the production of corticoids and prolactin, which improve the quality and the amount of breast milk produced by a lactating mother. Asparagus racemosus also stimulates the secretion of steroid hormones that improve milk production and also increases breast weight. Asparagus racemosus for lactation is thus very beneficial.

**Tribulus Terrestris** is also ingested as a dietary supplement. It comes with infinite health benefits – physical and mental.

It is known by many attractive names such as Goat's-Head, Bullhead, Caltrop, Cat's-Head, Devil's Eyelashes, Devil's-Thorn, Devil's-Weed, Puncture Vine, and Tackweed to name a few. It grows well in dry as well as the wet climate around the globe – from Asia to Africa and Europe to America. It belongs to the Caltrop family (Zygophyllaceae) and is native to warm, tropical temperatures. Its fruit, roots, and leaves (also known as panchang) use for multiple benefits.

**Foeniculum vulgare** fennel is used to make more breast milk for centuries. Fennel is believed to be a galactagogue, or a substance that increases breast milk. Fennel's reputation for enhancing breast milk is related to its natural estrogen-like properties. It is One of the most popular uses is to stimulate and increase the production of milk for breastfeeding & helps in increasing breastmilk supply. It is a well-known herbal galactagogue (a substance that helps in increasing breastmilk supply) and has been used to increase the supply of milk in nursing women for centuries.

It is generally well tolerated in adults, and fennel oil is "generally recognized as safe" (GRAS) for use in food by the U.S. Food and Drug Administration. It has been safely and effectively used alone and with other herbs.

Fennel contains a compound called anethole, which is chemically similar to the brain's neurotransmitter dopamine. Dopamine binds to prolactin, the hormone that stimulates the production of breastmilk and changes its chemical composition, making it ineffective in milk production.

**Cuminum cyminum** is an annual herb and has been used since ancient times as medicine and spices in food. Supplementation of cumin could either influence the feeding pattern or growth of favourable microorganisms in the rumen or stimulate the secretion of various digestive enzymes, which in turn may improve the efficiency of nutrients utilization or stimulate the milk secretory tissues in mammary glands resulting in improved milk production and reproductive performance

**Anethum graveolens** seeds contain essential oil rich in carvone and limonene, in addition to phenolics, such as trans-anethole, and flavonoids. It is a purported galactagogue. Two studies found small, but measurable amounts of d-carvone in the milk of mothers given the chemical experimentally. Dill is "generally recognized as safe" (GRAS) as a food by the U.S. Food and Drug Administration. It is generally well tolerated, but occasional allergic skin reactions have been reported, especially after contact with fresh dill. In two studies, nursing mothers were given d-carvone. No adverse effects were noted in the mothers or infants.

**Extracts of P. tuberosa** contain several bioactive constituents such as puerarin, daidzein, genistein, quercetin, iriisoldone, biochanin A, biochanin B, isoorientin, and mangiferin, which possess an extensive range of pharmacological activities. P. tuberosa extracts and its purified compounds possess multiple activities such as galactagogue, anticancer, anticonvulsant, antidiabetic, antifertility, anti-inflammatory, antioxidant, anti-stress, antiulcerogenic, cardioprotective, hypolipidemic, hepatoprotective, immunomodulatory, nephroprotective, nootropic, neuroprotective, and wound healing Pueraria tuberosa promotes lactation & Increases the Production of milk in Breasts & provide Nourishment, therefore it is useful for Lactating Mothers

**Lepidium Sativum** is safe for new and lactating mothers for maintaining good lactation and overall good health. It is a safe method for increasing milk output. It is natural food & ensuring the good health of the new mother and the new-born. Lepidium sativum seeds by the nursing mothers causes expansion of their lobes and increases the branching of vesicles.

Lepidium sativum /Garden cress seeds contain many alkaloids and flavonoids, which influence the secretion of hormones by endocrine glands. Regular consumption of Lepidium sativum considerably increases the LH, FSH, estrogen, progesterone, and prolactin hormone levels of women. A high level of prolactin hormone in the lactating mother leads to the promotion of milk secretion. It contain phytosterol. This component mimics the functions of endogenous estrogen and thus stimulates the secretion of LH, FSH, and prolactin hormones

**Trigonella foenum-graecum** are used to increase milk supply in lactating mothers. Studies have shown that this is potential stimulator of breast milk production hence used to increase breast milk supply in lactating mothers. Fenugreek seeds are rich in calcium, iron, Phosphorus, Protein and Minerals. It is the most used commonly herbal galactagogue

**Storage:** Store in cool & dry place  
Keep the container tightly closed after use.  
Keep out of reach of children.

Last Revision Date - 01/2022

**GENERIC HEALTHCARE PVT. LTD.**  
29A, Shivaji Nagar, Pune-411005.  
INDIA. export@ghpl.co  
© Trade mark

16/0479

# GENSIL<sup>®</sup>

## Lactation

### Chaque 100 g de granulés contient

Num.	Ingrédients	Quantité
1	Asparagus racémisas	15 g
2	Tribulus terrestris	2,5 g
3	Foeniculum vulgare	2 g
4	Cuminum cyminum	1 g
5	Anethum sowa	1 g
6	Pueraria tuberosa	1 g
7	Lepidium sativum	1 g
8	Trigonella foenum-graecum	1 g

### Indication:

Gensil Lactation Granules est recommandé pour les mères allaitantes ayant une sécrétion lactée insuffisante. Une mère allaitante normale peut également le prendre peu de temps après l'accouchement. Gensil Lactation Granules est un agent naturel avec les ingrédients naturels les plus purs qui favorise la production de lait maternel sans aucun effet secondaire pour vous et votre bébé.

**POSOLOGIE:** 2 cuillères à café deux fois par jour avec un verre de lait ou selon les directives du médecin.

- Le lait maternel est l'une des formes de lait les plus saines et le premier aliment donné aux bébés. Il est connu pour être très sain pour les nourrissons car le colostrum (le pré-lait jaune et aqueux) que les seins fabriquent au cours des premiers stades après la naissance aide principalement au développement et au fonctionnement global du système digestif du nouveau-né. Le lait maternel fournit le mélange parfait de nutriments pour votre bébé. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) recommande que les bébés soient exclusivement nourris au lait maternel dès une heure après la naissance jusqu'à l'âge de six mois pour atteindre une croissance, un développement cognitif et une santé optimale.
- Les herbes qui favorisent l'écoulement du lait chez les mères sont également connues sous le nom de galactagogues et sont une aubaine pour celles qui sont incapables de produire suffisamment de lait pour leurs nourrissons. Une production de lait insuffisante peut être due à de nombreuses raisons telles qu'un tissu glandulaire insuffisant, des changements hormonaux, des maladies ou des carences nutritionnelles.
- Il faut toujours consulter le médecin avant d'effectuer tout type de traitement ou avant de prendre tout médicament pendant cette période sensible. La diminution de la production de lait est l'une des raisons pour lesquelles les mères ont tendance à arrêter d'allaiter. Il est préférable de s'en tenir aux remèdes naturels afin de traiter ce problème.

### Causes potentielles d'une faible production de lait

- Alimentation: L'allaitement est un processus d'offre et de demande. Le lait est produit pendant que votre bébé tète, et la quantité qu'il tète permet à votre corps de savoir combien de lait est nécessaire. Chaque biberon (de lait maternelisé, de jus ou d'eau) que votre bébé reçoit signifie que votre corps reçoit le signal de produire beaucoup moins de lait.
- Préférence de biberon. Un biberon nécessite un type de suction différent de celui d'allaiter, et il est plus facile pour votre bébé d'extraire le lait d'un biberon. En conséquence, donner un biberon peut soit causer des problèmes à votre bébé pour téter correctement au sein, soit le faire préférer le débit constant et plus rapide du biberon.
- Sucettes. Les sucettes peuvent affecter la prise du sein de bébé. Ils peuvent également réduire considérablement le temps que votre bébé passe au sein, ce qui peut entraîner une baisse de votre production de lait.
- Les tétées peuvent être un outil utile dans certains cas, mais elles peuvent également réduire la stimulation de votre mamelon ou interférer avec le transfert de lait, ce qui peut interférer avec le cycle offre-demande.
- Les tétées programmées interfèrent avec le cycle de l'offre et de la demande de la production lactaire et peuvent entraîner une réduction de l'offre, parfois plusieurs mois plus tard plutôt qu'immédiatement. Allaitiez votre bébé chaque fois qu'il a faim.
- Bébé endormi. Pendant les premières semaines, certains bébés sont très somnolents et ne demandent à téter que rarement et pendant de courtes périodes. Jusqu'à ce que bébé se réveille et commence à bien téter, allaiter bébé au moins toutes les deux heures pendant la journée et à moi toutes les 4 heures la nuit pour établir votre production de lait.
- Raccourcir la durée des allaitements. L'arrêt d'une tétée avant que votre bébé ne termine lui-même la tétée peut interférer avec le cycle offre-demande. De plus, la teneur en matières grasses de votre lait augmente plus tard dans la tétée, ce qui aide bébé à prendre du poids et à durer plus longtemps entre les tétées.
- Offrir un seul sein par tétée. C'est bien si votre production de lait est bien établie et que votre bébé prend bien du poids. Si vous essayez d'augmenter votre production de lait, laissez bébé finir le premier côté, puis offrir le deuxième côté.
- Des problèmes de santé ou anatomiques chez le bébé (y compris la jaunisse, l'attaché de la langue, etc.) peuvent empêcher le bébé d'extraire correctement le lait du sein, diminuant ainsi la production de lait.
- Santé de la mère (anémie ou hypothyroïdie non contrôlée, rétention placentaire, hémorragie post-partum...), antécédents de chirurgie/blessure mammaire, problèmes hormonaux (ex. SOPK), problèmes anatomiques, médicaments qu'elle prend (contraceptifs hormonaux, sudafed...), ou tabagisme le potentiel d'affecter la production de lait.

### GALACTAGOGUES

- Les galactagogues sont des médicaments ou des herbes qui aident à initier et à maintenir une production de lait adéquate, et sont particulièrement utiles pour les femmes qui sont incapables de produire un lait maternel adéquat.
- Les galactagogues sont des aliments, des herbes ou des médicaments qui peuvent aider à augmenter la production de lait maternel, généralement en augmentant les niveaux de prolactine. L'utilisation d'un galactagogue nécessite la consultation d'une consultante en lactation et/ou d'un conseiller médical.
- Bien qu'il existe de nombreuses substances utilisées par les mères depuis des siècles qui sont censées les aider à produire plus de lait maternel
- La plupart des mères sont capables de produire plus qu'assez de lait pour leur(s) bébé(s), en particulier lorsqu'elles obtiennent un soutien et des informations précis.
- Les galactagogues ne fonctionnent que lorsque le lait maternel est retiré fréquemment et efficacement des seins de la mère. Lorsque tous les facteurs contribuant à une faible approvisionnement ont été identifiés et traités pour améliorer l'allaitement maternel et/ou la technique d'expression, alors les galactagogues peuvent aider à accélérer le processus

Une mère qui allaite a besoin de manger des aliments nutritifs pour que son corps produise suffisamment de lait maternel pour nourrir son bébé. Certaines mères qui allaitent peuvent ne pas être en mesure de produire des quantités suffisantes de lait maternel malgré une alimentation saine. Dans de tels cas, un galactagogue est recommandé. Un galactagogue peut augmenter la production de lait maternel chez les mères allaitantes.

Gensil lactation génère et augmente la production de lait pendant l'allaitement. Gensil lactation apporte les bienfaits d'ingrédients naturels comme l'Asparagus racemosus Cuminum cyminum dans une formulation spécialisée qui aide les mères allaitantes.

**Asparagus racemosus** est un galactagogue bien connu. Il augmente la production de corticoïdes et de prolactine, qui améliorent la qualité et la quantité de lait maternel produit par une mère allaitante. Asparagus racemosus stimule également la sécrétion d'hormones stéroïdes qui améliorent la production de lait et augmente également le poids des seins. L'asperge racemosus pour la lactation est donc très bénéfique.

**Tribulus Terrestris** est également ingéré comme complément alimentaire. Il présente des bienfaits infinis pour la santé – physique et mental.

Il est connu sous de nombreux noms attrayants tels que Goat's-Head, Bullhead, Caltrop, Cat's-Head, Devil's Eyelashes, Devil's-Thorn, Devil's-Weed, Puncture Vine et Tackweed pour n'en nommer que quelques-uns. Il pousse bien dans les climats secs comme humides du monde entier - de l'Asie à l'Afrique et de l'Europe à l'Amérique. Il appartient à la famille Caltrop (Zygophyllaceae) et est originaire des températures tropicales chaudes. ses fruits, ses racines et ses feuilles (également connus sous le nom de panchang) sont utilisés pour de multiples avantages.

**Foeniculum vulgare** Le fenouil est utilisé pour produire plus de lait maternel depuis des siècles. Le fenouil est considéré comme un galactagogue, ou une substance qui augmente le lait maternel. La réputation du fenouil pour l'amélioration du lait maternel est liée à ses propriétés naturelles semblables à celles des œstrogènes. C'est l'une des utilisations les plus populaires est de stimuler et d'augmenter la production de lait pour l'allaitement et aide à augmenter l'offre de lait maternel. C'est un galactagogue à base de plantes bien connu (une substance qui aide à augmenter la production de lait maternel) et est utilisé depuis des siècles pour augmenter la production de lait chez les femmes qui allaitent.

Il est généralement bien toléré chez les adultes, et l'huile de fenouil est "généralement reconnue comme sûre" (GRAS) pour une utilisation dans les aliments par la Food and Drug Administration des États-Unis. Il a été utilisé en toute sécurité et efficacement seul et avec d'autres herbes.

Le fenouil contient un composé appelé anéthole, qui est chimiquement similaire à la dopamine, un neurotransmetteur du cerveau. La dopamine se lie à la prolactine, l'hormone qui stimule la production de lait maternel et modifie sa composition chimique, la rendant inefficace dans la production de lait.

**Cuminum cyminum** est une plante annuelle et est utilisée depuis l'Antiquité comme médicament et épices dans les aliments. La supplémentation en cumin pourrait soit influencer le mode d'alimentation ou la croissance de micro-organismes favorables dans le rumen, soit stimuler la sécrétion de diverses enzymes digestives, ce qui à son tour peut améliorer l'efficacité de l'utilisation des nutriments ou stimuler les tissus sécréteurs du lait dans les glandes mammaires, ce qui améliore la production de lait. et performances de reproduction

**Anethum graveolens** graines contiennent de l'huile essentielle riche en carvone et en limonène, en plus des composés phénoliques, tels que le trans-anéthole, et des flavonoïdes. C'est un prétendu galactagogue. Deux études ont trouvé des quantités faibles mais mesurables de d-carvone dans le lait des mères ayant reçu le produit chimique expérimentalement. L'aneth est "généralement reconnu comme sûr" (GRAS) en tant qu'aliment par la Food and Drug Administration des États-Unis. Il est généralement bien toléré, mais des réactions allergiques cutanées occasionnelles ont été signalées, en particulier après un contact avec de l'aneth frais. Dans deux études, des mères allaitantes ont reçu de la d-carvone. Aucun effet indésirable n'a été noté chez les mères ou les nourrissons.

**Extracts of P. tuberosa** contiennent plusieurs constituants bioactifs tels que la puerarine, la daïdézine, la génistéine, la quercétine, l'irissoldone, la biochanine A, la biochanine B, l'isoorientine et la mangiférine, qui possèdent une vaste gamme d'activités pharmacologiques.

Les extraits de P. tuberosa et ses composés purifiés possèdent de multiples activités telles que galactagogue, anticancéreux, anticonvulsant, antidiabétique, antifétilité, anti-inflammatoire, antioxydant, anti-stress, antiulcérogène, cardioprotecteur, hypolipidémique, hépatoprotecteur, immunomodulateur, néphroprotecteur, nootrope, neuroprotecteur et cicatrisation Pueraria tuberosa favorise la lactation et augmente la production de lait dans les seins et fournit de la nourriture, il est donc utile pour les mères allaitantes

**Lepidium Sativum** est sans danger pour les nouvelles mères et les mères allaitantes pour maintenir une bonne lactation et une bonne santé globale. C'est une méthode sûre pour augmenter la production de lait.

C'est un aliment naturel & assurant la bonne santé de la nouvelle maman et du nouveau-né. Les graines de Lepidium sativum par les mères allaitantes provoquent l'expansion de leurs lobes et augmentent la ramification des vésicules.

Les graines de Lepidium sativum/cresson de jardin contiennent de nombreux alcaloïdes et flavonoïdes, qui influencent la sécrétion d'hormones par les glandes endocrines. La consommation régulière de Lepidium sativum augmente considérablement les taux d'hormones LH, FSH, œstrogènes, progesterone et prolactine chez les femmes. Un niveau élevé d'hormone prolactine chez la mère qui allaite conduit à la promotion de la sécrétion de lait. Il contient du phytostérol. Ce composant imite les fonctions des œstrogènes endogènes et stimule ainsi la sécrétion des hormones LH, FSH et prolactine

**Trigonella foenum-graecum** sont utilisés pour augmenter la production de lait chez les mères allaitantes. Des études ont montré qu'il s'agit d'un stimulateur potentiel de la production de lait maternel, donc utilisé pour augmenter la production de lait maternel chez les mères allaitantes. Les graines de fenugrec sont riches en calcium, fer, phosphore, protéines et minéraux. C'est le galactagogue à base de plantes le plus utilisé

**Conservation:** Conserver dans un endroit frais et sec  
Conserver le récipient bien fermé après utilisation.  
Tenir hors de portée des enfants.

DERNIER DATE DE RÉVISION: 01/2022

**GENERIC HEALTHCARE PVT. LTD.**  
29A, Shivaji Nagar, Pune-411005.  
INDIA. export@ghpl.co  
© Marque déposée

16/0479