Health Canada Santé Canada

PRODUIT DE SANTÉ NATUREL

FENUGREC - *TRIGONELLA FOENUM-GRAECUM*
Orale

La présente monographie vise à servir de guide à l'industrie pour la préparation de demandes de licence de mise en marché (DLMM) et d'étiquettes dans le but d'obtenir une autorisation de mise en marché d'un produit de santé naturel. Elle ne vise pas à être une étude approfondie de l'ingrédient médicinal.

Notes
- Les parenthèses contiennent des éléments d'information additionnels (facultatifs) qui peuvent être inclus sur l'étiquette à la discrétion du demandeur.
- La barre oblique (/) indique que n'importe lequel des termes et/ou énoncés peut être sélectionné sur l'étiquette.

Date 29 mai 2026

Nom(s) propre(s), Nom(s) commun(s), Information(s) d'origine

Tableau 1. Nom(s) propre(s), Nom(s) commun(s), Information(s) d'origine

Nom(s) propre(s)	Nom(s) commun(s)	Information(s) d'origine		
		Matière(s) d'origine	Partie(s)	Préparation(s)
Trigonella foenum-graecum	• Fenugrec • Fenugrec commun • Foin grec • Hu lu ba • Trigonelle fenugrec	*Trigonella foenum-graecum*	Graine	Sèche

Références : Nom propre : USDA 2025; Noms communs : USDA 2025; Bruneton 1999; Wiersema et León 1999; Information d'origine : Bradley 2006; Blumenthal et al. 2000.

Voie d'administration

Orale

Forme(s) posologique(s)

Cette monographie exclut les aliments et les formes posologiques semblables aux aliments tel qu'indiqué dans le document de référence Compendium des monographies.

Les formes posologiques acceptables pour la voie d'administration orale sont indiquées dans la liste déroulante dans le formulaire web de demande de licence de mise en marché pour les demandes officinales.

Usage(s) ou fin(s)

- Source d'antioxydants/Fournit des antioxydants (SC 2026).
- Source d'antioxydants/Fournit des antioxydants qui aident à combattre/à protéger (les cellules) contre/à réduire (les effets oxydatifs des/les dommages oxydatifs causés par/les dommages cellulaires causés par) les radicaux libres (SC 2026).
- Utilisé (traditionnellement) en phytothérapie pour aider à stimuler l'appétit (Bradley 2006; Mills et Bone 2005; Blumenthal et al. 2000; Khory et Katrak 1999).
- Utilisé (traditionnellement) en phytothérapie (comme tonique digestif) pour aider à la digestion (Williamson et al. 1988; Mills 1985; Felter et Lloyd 1983).
- Utilisé (traditionnellement) en phytothérapie pour aider à soulager la dyspepsie et la gastrite (Bradley 2006; Blumenthal et al. 2000; Mills 1985; Grieve 1971; Wren 1907).
- Utilisé en phytothérapie comme laxatif léger (Bradley 2006; Williamson 2003; Mills 1993).
- Utilisé traditionnellement en phytothérapie (comme expectorant) pour aider à soulager l'excès de mucus des voies respiratoires supérieures (anticatarrhal) (Wichtl 2004; Williamson 2003; Felter et Lloyd 1983).
- Utilisé (traditionnellement) en phytothérapie comme tonique nutritif (Bradley 2006; Mills et Bone 2005; Blumenthal et al. 2000; Khory et Katrak 1999; Grieve 1971).
- Utilisé (traditionnellement) en phytothérapie (comme galactogogue/galactogène) pour aider à la production/sécrétion de lait (Bradley 2006; Mills et Bone 2005; Williamson 2002).
- Utilisé (traditionnellement) en phytothérapie comme thérapie de soutien pour aider au contrôle du taux de glucose (Bradley 2006; Mills et Bone 2005; Williamson 2002; API 2001; Al-Habori et Raman 1998; Sharma et Raghuram 1990).
- Utilisé en phytothérapie pour aider à réduire les taux de lipides sanguins élevés (hyperlipidémie) (Mills et Bone 2005; Hoffman 2003; Al-Habori et Raman 1998; Sharma et Raghuram 1990).

Notes

- Les usages ci-dessus peuvent être combinés sur l'étiquette du produit s'ils proviennent du même système de médecine traditionnelle ou non-traditionnelle (par ex., Utilisé en phytothérapie pour aider à stimuler l'appétit, comme tonique digestif pour aider à la digestion, pour aider à soulager la dyspepsie et la gastrite et comme laxatif léger).
- **Pour les produits à ingrédients multiples :**
  - Afin d'empêcher que le produit soit représenté comme une « médecine traditionnelle », toute allégation traditionnelle doit faire référence à/aux ingrédient(s) médicinal(aux) et au système de médecine traditionnelle reconnu d'où l'allégation provient lorsque 1) des allégations à la fois traditionnelles et modernes sont présentes ou 2) lorsque les allégations proviennent de multiples systèmes de médecine traditionnelle (par ex., Le fenugrec est utilisé traditionnellement en phytothérapie pour aider à stimuler l'appétit).
  - Lorsque TOUS les ingrédients médicinaux (IM) du produit sont utilisés au sein du MÊME système de médecine traditionnelle identifié ET que le produit n'a QUE des

allégations traditionnelles, l'inclusion de l'/des ingrédient(s) médicinal(aux) dans l'/les allégation(s) traditionnelle(s) n'est pas requise.

Dose(s)

Sous-population(s)

Adultes 18 ans et plus

Quantité(s)

Antioxydants

Méthodes de préparation : Sec, poudre, extraits non normalisés (extrait sec, teinture, extrait fluide, décoction, concentré de décoction, infusion, concentré d'infusion)

Jusqu'à 30 grammes de graines séchées, par jour (Bradley 2006; Mills et Bone 2005; API 2001; Blumenthal et al. 2000; Mills 1985; Felter et Lloyd 1983; Grieve 1971; Wren 1907).

Autres usages

Méthodes de préparation : Sec, poudre, extraits non normalisés (extrait sec, teinture, extrait fluide, décoction, concentré de décoction, infusion, concentré d'infusion)

2 à 30 grammes de graines séchées, par jour (Bradley 2006; Mills et Bone 2005; API 2001; Blumenthal et al. 2000; Mills 1985; Felter et Lloyd 1983; Grieve 1971; Wren 1907).

Mode(s) d'emploi

Énoncé non requis.

Durée(s) d'utilisation

Énoncé non requis.

Mention(s) de risque

Précaution(s) et mise(s) en garde

- **Consultez un praticien de soins de santé/fournisseur de soins de santé/professionnel de la santé/docteur/médecin si** les symptômes persistent ou s'aggravent.
- **Consultez un praticien de soins de santé/fournisseur de soins de santé/professionnel de la santé/docteur/médecin avant l'utilisation si** vous êtes enceinte (Gardner et McGuffin 2013;

Brinker 2010; Mills et al. 2006; Hoffman 2003; Blumenthal et al. 2000).
- **Consultez un praticien de soins de santé/fournisseur de soins de santé/professionnel de la santé/docteur/médecin avant l'utilisation si** vous avez le diabète (Brinker 2010; Mills et Bone 2005).

Contre-indication(s)

Énoncé non requis.

Réaction(s) indésirable(s) connue(s)

Énoncé non requis.

Ingrédients non médicinaux

Doivent être choisis parmi ceux de la version actuelle de la Base de données des ingrédients des produits de santé naturels (BDIPSN) et respecter les restrictions mentionnées dans cette base de données.

Conditions d'entreposage

Doivent être établies conformément aux exigences décrites dans le *Règlement sur les produits de santé naturels*.

Spécifications

- Les spécifications du produit fini doivent être établies conformément aux exigences décrites dans le Guide de référence sur la qualité des produits de santé naturels de la Direction des produits de santé naturels et sans ordonnance (DPSNSO).
- L'ingrédient médicinal doit être conforme aux spécifications mentionnées dans la BDIPSN.

EXEMPLE D'INFO-PRODUIT :

Veuillez consulter la ligne directrice, Étiquetage des produits de santé naturels pour plus de détails.

Info-Produit	
Ingrédient médicinal dans chaque mesure *Trigonella foenum-graecum* (Fenugrec – graine)	XX g
Usages • Utilisé traditionnellement en phytothérapie pour aider à stimuler l'appétit. • Utilisé traditionnellement en phytothérapie comme tonique digestif pour aider à la digestion. • Utilisé traditionnellement en phytothérapie pour aider à soulager la dyspepsie et la gastrite. • Utilisé en phytothérapie comme laxatif léger. • Utilisé traditionnellement en phytothérapie comme expectorant pour aider à soulager l'excès de mucus des voies respiratoires supérieures. • Utilisé traditionnellement en phytothérapie comme tonique nutritif. • Utilisé traditionnellement en phytothérapie comme galactogogue pour aider à la production de lait. • Utilisé traditionnellement en phytothérapie comme thérapie de soutien pour aider au contrôle du taux de glucose. • Utilisé en phytothérapie pour aider à réduire les taux de lipides sanguins élevés.	
Mises en garde	
Si applicable[1] : **Allergènes: allergène alimentaire, gluten (source de gluten), sulfites** **Contient de l'aspartame**	
Consultez un praticien de soins de santé avant l'utilisation si • vous êtes enceinte • vous avez le diabète.	
Consultez un praticien de soins de santé si les symptômes persistent ou s'aggravent.	
Mode d'emploi Adultes 18 ans et plus : Prendre X mesure(s), X fois par jour.	
Autres renseignements (Ajoutez les informations d'entreposage)	
Ingrédients non-médicinaux Énumérez tous les INM	
Questions? (Appelez) 1-XXX-XXX-XXXX	

[1]Cette section peut être retirée du tableau si le produit ne contient pas d'allergène ou d'aspartame.

Références citées

Al-Habori M, Raman A. Anti-diabetic and hypocholesterolaemic effects of fenugreek. Phytotherapy Research 1998;12(4):233-242.

API 2001 : The Ayurvedic Pharmacopoeia of India, 1e édition, Part I, Volume I. Delhi (IN):

Government of India, Ministry of Health and Family Welfare, Department of Indian Systems of Medicine & Homoeopathy; 2001.

Blumenthal M, Goldberg A, Brinkmann J, éditeurs. Herbal Medicine: Expanded Commission E Monographs. Boston (MA): Integrative Medicine Communications; 2000.

Bradley PR, éditeur. British Herbal Compendium: A Handbook of Scientific Information on Widely Used Plant Drugs, Volume 2. Bournemouth (R-U): British Herbal Medicine Association; 2006.

Brinker F. Herb Contraindications and Drug Interactions, 4e édition. Sandy (OR): Eclectic Medical Publications; 2010.

Bruneton J. Pharmacognosie, phytochimie, plantes médicinales. 3e édition. Tec & Doc, Paris; 1999.

Felter HW, Lloyd JU. King's American Dispensatory, Volume 1, 18e édition. Sandy (OR): Eclectic Medical Publications; 1983 [Réimpression de la publication originale de 1898].

Gardner Z, McGuffin M, éditeurs. American Herbal Products Association's Botanical Safety Handbook. 2e édition. Boca Raton (FL): Taylor and Francis Group; 2013.

Grieve M. A Modern Herbal, Volume 1. New York (NY): Dover Publications; 1971 [Réimpression de la publication de 1931 Harcourt, Brace & Company].

Hoffmann D. Medical Herbalism. The Science and Practice of Herbal Medicine. Rochester (VT): Healing Arts Press; 2003.

Khory RN, Katrak NN. Materia Medica of India and Their Therapeutics. Delhi (IN): Komal Prakashan; 1999 [Réimpression de la publication de 1903].

Mills S. The Essential Book of Herbal Medicine. Toronto (ON): Arkana; 1993.

Mills S. The Dictionary of Modern Herbalism. Wellingborough (RU): Thorsons Publishers Ltd; 1985.

Mills S, Bone K. The Essential Guide to Herbal Safety. St. Louis (MO): Elsevier Churchill Livingstone; 2005.

Mills E, Duguoa J, Perri D, Koren G. Herbal Medicines in Pregnancy and Lactation. An Evidence-Based Approach. New York (NY): Taylor and Francis; 2006.

SC 2026: Santé Canada. Direction des produits de santé naturels et sans ordonnance. Monographie des antioxydants. [Consulté le 29 avril 2026]. Disponible à : https://webprod.hc-sc.gc.ca/nhpid-bdipsn/atReq?atid=antiox4&lang=fre

Sharma RD and Raghuram TC. Hypoglycaemic effect of fenugreek seeds in non-insulin dependent diabetic subjects. Nutrition Research 1990;10(7):731-739.

USDA 2025: United States Department of Agriculture, Agricultural Research Service (USDA ARS), Germplasm Resources Information Network (GRIN) – Global. U.S. National Plant Germplasm System. [Consulté le 24 avril 2026]. Disponible à : https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomysearch

Wichtl M, éditeur. Herbal Drugs and Phytopharmaceuticals: A Handbook for Practice on a Scientific Basis, 3e édition. Stuttgart (DE): Medpharm GmbH Scientific Publishers; 2004.

Wiersema J, León B. World Economic Plants: A Standard Reference. Boca Raton (FL): CRC Press LLC; 1999.

Williamson EM. Potter's Herbal Cyclopaedia: The Authoritative Reference work on Plants with a Known Medical Use. Saffron Walden (R-U): The C.W. Daniel Company Limited; 2003.

Williamson EM, éditeur. Major Herbs of Ayurveda. Londres (R-U): Churchill Livingstone; 2002.

Williamson EM, Evans FJ, Wren RC. Potter's New Cyclopaedia of Botanical Drugs and Preparations. Saffron Walden (R-U): C.W. Daniel Company Limited; 1988.

Wren RC. Potter's Cyclopedia of Botanical Drugs and Preparations. Londres (R-U): Potter and Clark; 1907.

Références consultées

API 1999 : The Ayurvedic Pharmacopoeia of India, 1e édition, Part I, Volume II. Delhi (IN): The Controller of Publications; 1999 [Réimpression de la publication de 1990].

Barnes J, Anderson LA, Philipson JD. Herbal Medicines: A Guide for Healthcare Professionals, 3e édition. Londres (R-U): The Pharmaceutical Press; 2007.

Barnes J, Anderson LA, Philipson JD. Herbal Medicines: A Guide for Healthcare Professionals, 2e édition. Londres (R-U): The Pharmaceutical Press; 2002.

Bartram T. Bartram's Encyclopedia of Herbal Medicine. Londres (R-U): Robinson Publishing Ltd; 1998.

BHP 1996 : British Herbal Medicine Association (BHMA) Scientific Committee. British Herbal Pharmacopoeia. Bournemouth (UK): British Herbal Medicine Association; 1996.

Bisset NG, Wichtl M. Herbal Drugs and Phytopharmaceuticals, 2e édition. Stuttgart (DE): Medpharm GmbH Scientific Publishers; 2001.

Bordia A, Verma SK, Srivastava KC. Effect of ginger (Zingiber officinale Rosc.) and fenugreek (Trigonella foenumgraecum L.) on blood lipids, blood sugar and platelet aggregation in patients with coronary artery disease. Prostaglandins, Leukotrienes, and Essential Fatty Acids 1997;56(5):379-384.

Bradley PR, éditeur. British Herbal Compendium: A Handbook of Scientific Information on Widely Used Plant Drugs, Volume 1. Bournemouth (RU): British Herbal Medicine Association; 1992.

Choudhary D, Chandra D, Choudhary S, Kale RK. Modulation of glyoxalase, glutathione S-transferase and antioxidant enzymes in the liver, spleen and erythrocytes of mice by dietary administration of fenugreek seeds. Food and Chemical Toxicology 2001;39(10):989-997.

Ellingwood F. American Materia Medica, Therapeutics and Pharmacognosy. Sandy (OR): Eclectic Medical Publications; 1983 [Réimpression de la publication de 1919].

Felter HW. The Eclectic Materia Medica, Pharmacology and Therapeutics. Sandy (OR): Eclectic Medical Publications; 1983 [Réimpression de la publication de 1922].

Genet S, Kale RK, Baquer NZ. Alterations in antioxidant enzymes and oxidative damage in experimental diabetic rat tissues: Effect of vanadate and fenugreek (*Trigonella foenum graecum*). Molecular and Cellular Biochemistry 2002;236(1-2):7-12.

Gruenwald J, Brendler T, Jaenicke C, éditeurs. PDR for Herbal Medicines, 3e édition. Montvale (NJ): Thompson PDR; 2004.

Gruenwald J, Brendler T, Jaenicke C, éditeurs. PDR for Herbal Medicines, 2e édition. Montvale (NJ): Medical Economics Company; 1998.

Gupta A, Gupta R, Lal B. Effect of Trigonella foenum-graecum (fenugreek) seeds on glycaemic control and insulin resistance in type 2 diabetes mellitus: a double blind placebo controlled study. The Journal of the Associated Physicians of India 2001;49:1057-1061.

Kaviarasan S, Vijayalakshmi K, Anuradha CV. Polyphenol-rich extract of fenugreek seeds protect erythrocytes from oxidative damage. Plant Foods for Human Nutrition 2004;59(4):143-147.

Korman SH, Cohen E., Preminger A. Pseudo-maple syrup urine disease due to maternal prenatal ingestion of fenugreek. Journal of Paediatrics and Child Health 2001;37(4):403-404.

Mills S, Bone K. Principles and Practice of Phytotherapy. Toronto (ON): Churchill Livingstone; 2000.

Ravikumar P, Anuradha CV. Effect of fenugreek seeds on blood lipid peroxidation and antioxidants in diabetic rats. Phytotherapy Research 1999;13(3):197-201.

Sharma RD. Effect of fenugreek seeds and leaves on blood glucose and serum insulin responses in human subjects. Nutrition Research 1986;6(12):1353-1364.

Sharma RD and Raghuram TC. Short Communication: Hypolipidaemic effect of fenugreek seeds: A clinical study. Phytotherapy Research 1991;5(3):145-147.

Sharma RD, Raghuram TC, Rao NS. Effect of Fenugreek seeds on blood glucose and serum lipids in Type I diabetes. European Journal of Clinical Nutrition 1990;44(4):301-306.

Sharma RD, Sarkar A, Hazra DK, Misra B, Singh JB, Maheshwara BB, Sharma SK. Short Communication: Hypolipidaemic Effect of Fenugreek Seeds: a Chronic Study in Non-insulin Dependent Diabetic Patients. Phytotherapy Research 1996;10(4):332-334.

Srinivasan K. Fenugreek (*Trigonella foenum-graecum*): a review of health beneficial physiological effects. Food Reviews International 2006;22(2):203-224.

Thirunavukkarasu V, Anuradha CV, Viswanathan P. Protective effect of fenugreek (*Trigonella foenum graecum*) seeds in experimental ethanol toxicity. Phytotherapy Research 2003;17(7):737-743.

Yalçin SS., Tekinalp G, Ozalp I. Peculiar odor of traditional food and maple syrup urine disease. Pediatrics International 1999;41(1):108-109.

Historique des versions

Date de publication	Type de mise à jour	Résumé des principales mises à jour (à partir de mai 2026)
2026-05-29	Mises à jour mineures	• Notes introductives • Ajout des allégations de source d'antioxydants • Ajout de notes dans la section Usages ou fins • Ajout de l'information de quantité pour les allégations de source d'antioxydants • Ajout de méthodes de préparation • Formulation des énoncés de risque • Ajout de l'énoncé standard pour les conditions d'entreposage • Ajout d'un exemple de tableau d'Info-Produit • Section des références • Inclusion de l'historique des versions
2018-08-28	Validation (orale seulement)	–
2009-06-24	Mises à jour mineures	–

Date de publication	Type de mise à jour	Résumé des principales mises à jour (à partir de mai 2026)
	(orale et topique)	
2008-01-28	Version initiale (orale et topique)	–