

UNIVERSITÉ FERHAT ABBAS SÉTIF 1
FACULTÉ DE MÉDECINE



DÉPARTEMENT DE PHARMACIE

Mémoire De Fin D'étude En Vue De L'obtention
Du Diplôme De Docteur En Pharmacie

COMPLEMENTATION ALIMENTAIRE EN VITAMINES
(REVUE DE LA LITTÉRATURE)

Soutenu publiquement le : 10/09/2023

Présenté et soutenu par : AIBECHE Roukaya Hasna Karimane

Encadrant : Dr. ACHOURI. K. M.A.H.U. en hydrologie-bromatologie

Jury d'évaluation :

Président du jury : **Dr. BOUMAAZA. N. E. M.C.B** en chimie

Examineurs :

- **Dr. ABDELHADI. K.** M.A.H.U. en chimie thérapeutique.
- **Dr.TCHEIR .A** Docteur en pharmacie .

Année Universitaire 2022/2023

UNIVERSITÉ FERHAT ABBAS SÉTIF 1
FACULTÉ DE MÉDECINE



DÉPARTEMENT DE PHARMACIE

Mémoire De Fin D'étude En Vue De L'obtention
Du Diplôme De Docteur En Pharmacie

COMPLEMENTATION ALIMENTAIRE EN VITAMINES
(REVUE DE LA LITTÉRATURE)

Soutenu publiquement le : 10/09/2023

Présenté et soutenu par : AIBECHE Roukaya Hasna Karimane

Encadrant : Dr. ACHOURI. K. M.A.H.U. en hydrologie-bromatologie

Jury d'évaluation :

Président du jury : **Dr. BOUMAAZA. N. E. M.C.B** en chimie

Examineurs :

- **Dr. ABDELHADI. K. M.A.H.U.** en chimie thérapeutique.
- **Dr .TCHEIR.**

Année Universitaire 2022/2023

قَسَمُ الصَّيْدِي

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

أُقَسِّمُ بِاللَّهِ الْعَظِيمِ

بِحُضُورِ أَسَاتِدَتِي بِهَذِهِ الْكُلِّيَّةِ وَزُمَلَائِي فِي الدَّرَاسَةِ

أَنْ أُجِلَّ كُلُّ الَّذِينَ سَاهَمُوا فِي تَلْقِينِي مَبَادِيءَ فَنِّ الصَّيْدَلَةِ وَأُعَبَّرَ لَهُمْ عَنِ اعْتِرَافِي بِالْجَمِيلِ

وَذَلِكَ بِوَلَائِي الدَّائِمِ لِتَعَالِيمِهِمْ

وَأَنْ أُمَارِسَ مِهْنَتِي بِضَمِيرٍ خَالِصٍ وَأَنْ أَتَّبِعَ عِنْدَ مُبَاشَرَةِ مِهْنَةٍ

الصَّيْدَلَةَ لَا الْقَوَانِينَ الْقَائِمَةَ وَالْجَارِي بِهَا الْعَمَلِ فَحَسَبَ بَلْ جَمِيعَ سُنَنِ الشَّرَفِ وَالنَّزَاهَةِ وَالتَّعَفُّفِ

وَأَنْ لَا أَبُوحَ إِلَى أَحَدٍ بِالْأَسْرَارِ الَّتِي تُعْهَدُ إِلَيَّ وَالَّتِي قَدْ أَطَّلَعُ

عَلَيْهَا بِمُنَاسَبَةِ مُمَارَسَتِي لِفَنِّ الصَّيْدَلَانِيِّ وَإِنِّي بِمُحَافَظَتِي عَلَى

هَذَا الْقَسَمِ وَتَمَسُّكِي بِهِ بِقُوَّةٍ أَكُونُ جَدِيرًا بِاحْتِرَامِ زُمَلَائِي

وَتَقْدِيرِهِمْ وَحُرْفَائِي لِمَا فِيهِ خَيْرُ الصَّيْدَلَةِ وَالصَّحَّةِ الْعَامَّةِ

SERMENT DE GALIEN

**JE JURE, EN PRÉSENCE DES MAÎTRES DE LA FACULTÉ, DES CONSEILLERS DE
L'ORDRE DES PHARMACIENS ET DE MES CONDISEIPLES.**

**D'HONORER CEUX QUI M'ONT INSTRUIT DANS LES PRÉCEPTES DE MON ART
ET DE LEUR TÉMOIGNER MA RECONNAISSANCE EN RESTANT FIDÈLE À
LEUR ENSEIGNEMENT.**

**D'EXERCER, DANS L'INTÉRÊT DE LA SANTÉ PUBLIQUE, MA PROFESSION
AVEC CONSCIENCE ET DE RESPECTER NON SEULEMENT LA LÉGISLATION
EN VIGUEUR MAIS AUSSI LES RÈGLES DE L'HONNEUR DE LA PROBITÉ ET DU
DÉSINTÉRESSEMENT.**

**DE NE JAMAIS OUBLIER MA RESPONSABILITÉ ET MES DEVOIRS ENVERS LE
MALADE ET SA DIGNITÉ HUMAINE, DE RESPECTER LE
SECRET PROFESSIONNEL.**

**EN AUCUN CAS, JE NE CONSENTIRAI À UTILISER MES CONNAISSANCES ET
MON ÉTAT POUR CORROMPRE LES MŒURS ET FAVORISER DES ACTES
CRIMINELS.**

**QUE LES HOMMES M'ACCORDENT LEUR ESTIME SI JE SUIS FIDÈLE À MES
PROMESSES.**

Résumé

Résumé

Les compléments alimentaires étant considérés comme une denrée alimentaire. En Algérie, les compléments alimentaires sont soumis à la libre circulation, ce qui peut favoriser la commercialisation de produits dangereux. Nous avons fait une étude bibliographique, dont l'objectif était de mettre à la disposition des professionnels de la santé (médecin, pharmacien) et des nutritionnistes, un recueil d'informations très utile, concernant les compléments alimentaires vitaminiques. Ces compléments sont très utiles voire indispensables dans certaines situations particulières comme le cas de la vitamine B9 chez la femme enceinte. Mais peuvent aussi être très nuisible comme le cas de la consommation à long terme de la vitamine B6.

Mots clés : Compléments, aliments, vitamines, santé.

ملخص

تعتبر المكملات الغذائية مادة غذائية. في الجزائر، تخضع المكملات الغذائية لحرية الحركة، مما قد يشجع على تسويق منتجات خطيرة. أجرينا مراجعة ببيوغرافية، كان الهدف منها تزويد المهنيين الصحيين (الطبيب والصيدلي) وخبراء التغذية، بمجموعة مفيدة من المعلومات المتعلقة بالمكملات الغذائية الفيتامينية. هذه المكملات مفيدة جدا أو حتى ضرورية في بعض الحالات الخاصة مثل حالة فيتامين ب9 عند النساء الحوامل. ولكن يمكن أيضا أن تكون ضارة جدا كما هو الحال في الاستهلاك طويل الأجل لفيتامين ب6.

الكلمات المفتاحية : المكملات، الأطعمة، الفيتامينات، الصحة.

Summary

Food supplements are considered to be foodstuffs. In Algeria, food supplements are subject to free circulation, which can encourage the marketing of dangerous products. We have carried out a bibliographical study with the aim of providing health professionals (doctors, pharmacists) and nutritionists with useful information on vitamin supplements. These supplements are very useful, even essential, in certain special situations, such as vitamin B9 for pregnant women. But they can also be very harmful, as in the case of long-term consumption of vitamin B6.

Key words: supplements, food, vitamins, health.