



LES CONTRAINTES DE L'AVION

1) Angoisses et peur de l'avion

Cela est très courant, de nombreuses personnes, ne supportent pas de prendre l'avion et s'en privent d'ailleurs, ce qui les empêche de faire ce qu'ils veulent ou de découvrir d'autres univers.

Vous pouvez utiliser des plantes, telles que la marjolaine, le tilleul, l'orange amère, l'huile essentielle de mandarine zest ou de lavande.....

Puis excellente occasion pour découvrir et pratiquer l'EFT, voir la vidéo sur le sujet.

2) Décalage horaire

Très déstabilisant et fatigant, quand il est important.

L'homéopathie en comprimés peut aider , mais un protocole EFT sur l'horloge des méridiens est très efficace pour atténuer ces effets indésirables.

Il est conseillé, dès en arrivant dans le nouveau pays, de régler sa montre à l'heure locale et de s'adapter immédiatement aux nouveaux horaires et rythmes de vie.

Pour trouver plus facilement le sommeil, la bergamote peut vous aider en agissant aussi comme un stimulant de la mélatonine, hormone du sommeil.

3) Les accidents vasculaires

Plus de 12 millions de personnes en France souffrent de problèmes circulatoires veineux.

En avion, le phénomène est aggravé par la position assise prolongée, l'immobilité, le manque de place à allonger ses jambes, la différence de pression, tout cela augmente le risque de gonflement des jambes et des œdèmes.

Pour éviter cela, il est recommandé de porter des bas de contention de classe 1 ou 2 durant le voyage.

Vous pouvez prendre avant de partir 1 semaine avant des plantes telles que vigne rouge, hamamélis, marron d'inde, ginkgo biloba, associés à des antioxydants, tels que vitamine E, sélénium, vitamine C, seront d'un apport positif pour la protection de la paroi veineuse.

4) Risques d'otite

Les otites sont le résultat d'une hyperpression qui bloque l'ouverture de la trompe d'Eustache

Elles se produisent souvent lors de la descente de l'avion, chez les personnes ayant un rhume ou bien chez les personnes qui ne pratiquent pas les exercices préventifs (la déglutition, le bâillement) et dans ce cas, le tympan peut se rétracter et aller jusqu'à se déchirer.

Il est impératif de traiter les affections rhinopharyngées, avant de prendre l'avion et il est conseillé d'utiliser des pulvérisateurs nasaux (avec zinc et cuivre) + acides aminés afin d'améliorer l'état des muqueuses rhinopharyngées et de relancer le métabolisme de la muqueuse nasale.

Législation.

La consultation d'un praticien de santé, d'un praticien EFT, d'un naturopathe ou d'un réflexologue ne se substitue en aucun cas à celle d'un médecin et ne remplace pas le diagnostic médical. Nous ne sommes pas habilités à poser de diagnostic. Toutes les informations dans ce site ne sont pas d'ordre médical. Si votre état de santé le nécessite, il faut impérativement consulter votre médecin.

source : SOFIBIO juin 2015

www.danielechiron.com ; info@danielechiron.com ; tel = 06.08.96.55.91 n°siret : 33488028300083