

Luttez contre les allergies du printemps

Dès l'arrivée du printemps, les éternuements, les rhinites, larmoiements se propagent comme le pollen des fleurs au gré du vent : "Le printemps c'est super joliAtchoum... Oui mais.... Atchoum..... 😊" N'entendez-vous pas tous ces "atchoum" depuis quelques temps autour de vous ?

1 français sur 3 est touché par les allergies soit 10 fois plus qu'on en observait en 1968 !
1 fois sur 2 les pollens sont responsables

Alors comment lutter contre ces allergies qui nous font perdre plus de 100 millions de jours de travail et d'école chaque année en Europe ?

Renforcer vos défenses naturelles vous aide à lutter contre les allergies.

Les phénomènes allergiques sont plus importants lorsque votre organisme est fatigué, il faut donc anticiper la période en préparant au mieux votre organisme.

Quelques conseils qui devraient vous aider :

- respectez une alimentation la plus équilibrée possible à base de protéines, de légumes, féculents et cuisinés le plus simplement possible ;
- assurez-vous une bonne qualité de sommeil : primordial pour que l'organisme puisse réagir au mieux lors des agressions
- si vous connaissez votre allergène, évitez son entourage et pensez peut-être à vous faire désensibiliser, ou alors évitez les balades en campagne pendant la période concernée (3 à 4 semaines environ)
- privilégiez les balades au grand air le matin car la pollinisation est maximale en fin de journée
- mettez en place un programme pour vous armer contre les allergies (voir exemple ci-dessous).

Demandez le programme !

- Pulpe d'Aloès Stabilisée (Réf. 15) : 30 à 90 ml/jour à prendre à distance de repas
- Forever Active Probiotic (Réf. 222) : à prendre le matin à jeun de préférence ou à distance des repas
- Forever Pollen (Réf. 26) ou Forever Propolis (Réf. 27) : à jeun ou à distance des repas à croquer et laisser fondre sous la langue (voir tableau ci-dessous).



La pulpe d'Aloès associée aux probiotics sera consommée plutôt le matin. Cette association est à recommander tous les jours un mois environ avant la pollinisation.

Dès la période de pollinisation, vous pouvez associer certains produits de la ruche. Forever Pollen ou Forever Propolis donneront en effet un coup de pouce à votre organisme pendant toute la période de pollinisation (3 à 4 semaines en général).



La cure de désensibilisation avec Forever Pollen doit commencer suivant les indications du tableau ci-dessous :

Jour	Matin	Midi	Après-midi (16 h)	Soir
1	1/4 de comp			
2	1/4 de comp			1/4 de comp
3	1/4 de comp	1/4 de comp		1/4 de comp
4	1/4 de comp	1/4 de comp	1/4 de comp	1/4 de comp
5	1/4 de comp	1/4 de comp	1/4 de comp	1/4 de comp
6	1/4 de comp	1/4 de comp	1/4 de comp	1/4 de comp
7	1/4 de comp	1/4 de comp	1/4 de comp	1/4 de comp
8	1/4 de comp	1/4 de comp	1/4 de comp	1/4 de comp

Selon les cas, et notamment si l'effet n'est pas suffisant, vous pouvez envisager d'alterner les produits de la ruche en consommant un jour sur deux Forever Pollen et d'intercaler avec Forever Propolis.

Souvenez-vous également que la Pulpe d'Aloès contient des vitamines C et E :

L'administration de vitamine C diminue l'effet de l'histamine inhalée sur les voies respiratoires chez les personnes atteintes de rhinite allergique. Elle diminue la fréquence et la sévérité des crises d'asthme. Elle permet également de réduire l'incidence de l'asthme par diminution de l'hyperréactivité. La vitamine E, quant à elle, est un antioxydant liposoluble. L'administration de vitamine E induit une diminution des symptômes de l'asthme et permet une réduction de l'utilisation des stéroïdes.



Alors maintenant il ne vous reste plus qu'à faire un voeu ! 😊
A vos souhaits !!!!!

[Comment commander ?](#)

[Contact](#)