

12 agosto 2016 0:00

Jet-lag: una dieta per evitarlo

Buongiorno,

Jet-lag: una dieta per evitarlo

http://avvertenze.aduc.it/comunicato/jet+lag+dieta+evitarlo_24686.php

Visto oggi il articolo del 3/8, tramite la newsletter, per cui vi scrivo a parte.

Quando ancora viaggiavo per le Americhe e l'Estremo Oriente 2-3 volte all'anno per motivi professionali, solevo prendere un leve sonnifero dopo il primo pasto, così, per lo meno, dormivo 4-5 ore durante il volo. Tuttavia il jet-lag andava peggiorando con il passare degli anni, fino a che non ho trovato, per caso, un remedio omeopatico chiamato "No-Jet-Lag" (oppure "Jet Ease" in Europa). Prodotto in Nuova Zelanda (e chi, per la posizione geografica, se ne intenderebbe meglio di loro in materia di jet-lag?), questo prodotto è stato, per quanto mi riguarda, la panacea che cercavo da decenni.

Sono ben consapevole del fatto che lo stesso rimedio omeopatico non sempre abbia lo stesso effetto su persone diverse, ma se si considera che non può avere effetti proprio negativi, vale la pena provarlo.

A una certa epoca non l'avevo più trovato, per cui me lo ero fatto fare da un amico farmacista omeopata. La composizione è la seguente:

Arnica montana 30C

Bellis perennis 30C

Chamomilla 30C

Ipecacuanha 30C

Lycopodium 30C

Una pasticca da masticare prima del decollo, poi una pasticca ogni ora durante il volo (permessi intervalli di 4 ore per dormire), di preferenza non assieme ai pasti, e una all'arrivo.

Vedo adesso che esiste tuttavia sul mercato europeo, ma apparentemente non in Italia: <http://jetease.com/>
Julie, da Mulazzo (MS)

Risposta:

La ringraziamo della lettera che ci ha inviato per conoscenza e che pubblichiamo su Cara Aduc.