

APNEA

La apnea es el cese de la respiración. Es un trastorno del sueño potencialmente grave en el que la respiración se detiene y vuelve a comenzar repetidamente.

Durante el sueño, pueden ocurrir periodos de apnea durante unos segundos antes de que se reanude la respiración. Se le llama la apnea del sueño.

Puede deberse a latidos cardiacos irregulares, presión arterial alta, obesidad o daño en el área del cerebro responsable del control de la respiración.

Los aceites esenciales para la apnea

Los aceites esenciales que puedes utilizar son: Abeto Balsámico, Cedro, Enebro, Incienso, Incienso Sagrado, Lavanda, Madera de Cedro, Raven, R.C, Ylang Ylang, Brain Power, Clarity, Common Sense, Present Time, Pícea Azul, Ruta VaLa, Sacred Mountain, Stress Away, Valor, Valor II, White Angelica.

Recomendaciones

Frota Valor o Valor II en la planta de los pies.

También puedes probar la píceca azul a frotarla en los pies.

Difunde en el aire Clarity o el aceite esencial de tu elección por las noches para prevenir los episodios de apnea durante el sueño.

Aplica el aceite esencial de tu elección en los puntos Vita Flex antes de dormir.

Puedes difundir los aceites esenciales que ayuden a la respiración, como Raven, R.C., Brain Power...

Suplementos

También puedes tomar: SleepEssence, Thyromin, Ultra Young Plus.