



Prezzo di vendita6,90 €

6,90 €

6,90 €

200ml in piccola ampolla infrangibile di plastica



Descrizione

jala neti lota di plastica, capienza circa 200 ml, da utilizzare per l'irrigazione nasale.

L'irrigazione nasale consiste nel far scorrere nelle cavità nasali soluzioni idrominerali a scopo terapeutico o di igiene. Uno dei metodi più antichi e semplici è il jala neti, una delle 6 pratiche yogiche di purificazione (shatkarma) e consiste nel versare il liquido in una narice facendolo uscire contemporaneamente dall'altra.

Benefici: l'irrigazione nasale può essere eseguita quotidianamente, il passaggio del liquido rimuove dalle cavità nasali il muco, i contaminanti e gli allergeni respirati. Fra i numerosi benefici della pratica vi sono la prevenzione ed il trattamento di: sinusite, raffreddore, rinorrea, rinite allergica e alitosi.

Preparazione: riempire il neti lota con acqua potabile fatta bollire e lasciata poi raffreddare fino a circa 30°C, aggiungete sale marino non iodato oppure sale rosa himalayano in ragione di 9 gr. per litro d'acqua (come la soluzione fisiologica).

Istruzioni d'Uso: in piedi sporgersi sul lavandino, inserire delicatamente il beccuccio del neti lota in una narice e piegare la testa di lato. Respirare a bocca aperta senza ingoiare il liquido: la soluzione dovrebbe uscire dalla narice inferiore con un flusso regolare. Ripetere dall'altra parte ed infine soffiare fuori tutta l'acqua rimasta nelle narici. **NON EFFETTUARE JALA NETI IN CASO DI EPISTASSI CRONICA ED IN ETA' INFERIORE AI 4 ANNI. LE INFORMAZIONI RIPORTATE HANNO SOLO FINE ILLUSTRATIVO E NON SOSTITUISCONO IL PARERE MEDICO.**
Lavare il neti lota con acqua calda e sapone lasciando asciugare all'aria.