

Sevrage médicamenteux et griffonia

J'envisage de faire une cure de griffonia pour retrouver un sommeil naturel mais je ne peux pas arrêter brutalement les gouttes de Laroxyl le soir. Pensez-vous que je peux prendre la griffonia en complément pour effectuer le sevrage progressivement ?

Liliane M. – par mail

Votre question porte en elle la réponse. Si vous voulez faire un sevrage progressif de votre médicament, la griffonia est le meilleur complément alimentaire qui vous viendra en aide pour accompagner ce sevrage. Cela vaut non seulement pour les somnifères mais aussi pour les antidépresseurs. Bien évidemment, n'oubliez pas qu'un sevrage se fait en accord avec votre médecin.