**Comment obtenir les meilleurs résultats avec AllerPops**

(Nº de brevet des États-Unis 9 795 579)

# Comment l'utiliser :

## Pour les meilleurs résultats :

## Commencez environ une heure avant un repas, suivez ces quatre étapes, une fois tous les deux jours, jusqu'à ce que vos symptômes disparaissent. Il se peut que vous ne sentiez aucun changement après les premières sucettes. Vous pouvez également répéter cette procédure 1 à 3 fois avant la saison des allergies pour obtenir de meilleurs résultats.

* + - 1. Brossez-vous les dents avec de l'eau (pas de dentifrice).
			2. Frottez la langue avec une débarbouillette chaude et humide de l'arrière vers l'avant jusqu'à ce que la majeure partie du biofilm blanc/jaune sur la partie supérieure soit enlevée. *Attention : aller trop loin peut provoquer un réflexe nauséeux.*
			3. Gargarisez-vous avec de l'eau chaude (température optimale de 120 ºF) pendant environ 10 à 20 secondes. Crachez et gargarisez-vous à nouveau pendant cinq minutes. Votre langue devrait être rouge, sans biofilm. Si ce n'est pas le cas, frottez-la avec la débarbouillette mouillée et gargarisez-vous encore une fois.
			4. Mangez un AllerPop# tout en faisant vos choses préférées. Laissez fondre lentement la sucette dans votre bouche. Ne mâchez pas la sucette et ne l'avalez pas entière. Cela peut prendre jusqu'à une heure. Jetez la sucette usagée après une heure si vous ne l'avez pas terminée.

# Having a healthy family member who does not have allergies suck the pop first for a couple of minutes may speed up the relief process.

## Avertissement : Bien que cela arrive rarement, *cessez d'utiliser AllerPops si vous vous sentez malade, fatigué, ou si vous avez de la fièvre ou un mal de tête léger. Ces sensations devraient disparaître dans la semaine suivante, probablement accompagnées des symptômes d'allergie.*

## Méthode simple :

Cette méthode s'adresse aux enfants et autres personnes qui ne peuvent pas se gargariser correctement.

* + Mangez un AllerPop tous les deux jours, tout en prenant une boisson chaude ou après vous être brossé les dents. Si vous frottez la langue, les dents, la gencive et d'autres surfaces buccales avec un chiffon humide légèrement chaud pendant plusieurs minutes, le processus sera plus efficace. L'eau chaude et tiède sucrée peut être utilisée pour les jeunes enfants si elle leur plaît davantage.

Veuillez noter que cette méthode peut prendre des mois pour atteindre un soulagement durable et vous finirez par acheter plusieurs boîtes d'AllerPops.

# Avant de commencer :

* **Nous avons inclus** : 12 sucettes AllerPops prébiotiques.
* **Vous pourriez avoir besoin** d'un thermomètre pour aliments, d'une débarbouillette, d'un pot d'eau ou d'un pichet.
* **Qui NE DOIT PAS l'utiliser** : les femmes enceintes, les personnes atteintes d'une infection des voies respiratoires ou de la région de la tête ou du cou, dont le système immunitaire est affaibli ou qui sont allergiques à l'un ou l'autre des ingrédients.
* **Risque d'étouffement** ! Les adultes devraient superviser toute utilisation par des enfants de moins de trois ans.

# Votre hygiène bucco-dentaire est-elle *trop* extrême ?

Beaucoup de gens veulent se brosser les dents et la langue pour tuer tous les germes qui causent la mauvaise haleine. Mais l'utilisation de dentifrice avec des antibiotiques (comme le triclosan) et le recours à une hygiène buccale excessive tuent les bactéries amicales qui gardent les allergies sous contrôle. Cela réduira également l'efficacité de cette trousse. Nous vous recommandons de vous brosser les dents une fois par jour avec un dentifrice sans antibiotiques.

Un aliment courant qui pourrait inhiber les probiotiques oraux est le vinaigre. Il est conseillé de ne pas le garder dans la bouche pendant une période prolongée.

De plus, bien nourrir vos probiotiques intestinaux avec des légumes, des grains entiers et des champignons peut aussi vous aider à combattre les allergies.

# À quoi faut-il s'attendre ?

Les sucettes prébiotiques AllerPops rétablissent l'état naturel de votre système immunitaire : un état où il ne sera plus aussi sensible aux allergènes de l'air. AllerPops favorise un environnement favorable aux probiotiques de la bouche et la communauté bactérienne qui en résulte dans la cavité buccale est généralement stable et procure un soulagement durable des allergies\*.

Selon la façon dont la bactérie ciblée réagit aux prébiotiques, il peut falloir de plusieurs (allergies saisonnières) à plus de dix (allergies pendant toute l'année) jours pour obtenir un soulagement. Si vos symptômes persistent depuis longtemps, il se peut que vous ne sentiez pas une grande différence au cours des dix premiers jours ou plus. Dans la plupart des cas, une boîte d'AllerPops devrait être suffisante. Dans certains cas, vous devrez peut-être acheter une boîte supplémentaire si vous avez observé des progrès, mais que vous n'êtes pas satisfait.

Il n'est pas nécessaire de continuer à utiliser les sucettes prébiotiques AllerPops après avoir atteint les résultats désirés. Nous ne recommandons pas l'utilisation à long terme d'AllerPops. Si les allergies réapparaissent (par exemple, après avoir pris des antibiotiques), il suffit de les reprendre.

**Principe de santé de Knoze Jr pour les adultes**

1. Apprivoisez votre faim et dansez entre jeûne et satisfaction.
2. Nourrissez vos probiotiques et dansez entre nature et propreté.
3. Revivez le travail physique et dansez entre travail et repos.
4. Choisissez un destin et dansez entre dessein et liberté.

**\* Ces déclarations n'ont pas été évaluées par l'Agence américaine des produits alimentaires et médicamenteux. Ce produit n'est pas destiné à diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir une maladie.**

**Consultez toujours votre médecin avant de commencer un programme de suppléments. Avant d'utiliser nos produits, apportez-les à votre médecin pour obtenir son approbation. Knoze Jr Corp. n'assume aucune responsabilité en cas d'utilisation incorrecte, d'autodiagnostic ou de traitement avec ces produits. Les produits de Knoze Jr Corp. ne doivent pas être considérés comme des médicaments sur ordonnance et ne doivent pas être utilisés en remplacement d'une thérapie sous surveillance médicale.**

**Élevez un enfant sans allergies**

## Préparez les communautés microbiennes de l'enfant avec celles de la mère, du père, du frère, de la sœur, PAS avec celles du chien, du chat ou de l'environnement…

1. Accouchez naturellement.
2. Enfermez le bébé, idéalement pendant un mois (au moins une semaine), avec sa mère. Traditionnellement, en Chine, un bébé est enfermé pendant les 100 premiers jours et avec la mère pendant le premier mois.
3. Allaitez votre bébé au sein.
4. Dormez avec le bébé dans le même lit.
5. Ne vous baignez pas pendant la première semaine (il suffit d'essuyer doucement avec un chiffon humide). Ne vous baignez pas trop souvent par la suite. La sueur n'est pas une raison pour prendre un bain. La sueur produit des conditions, comme une concentration élevée de sel, qui favorisent et soutiennent les probiotiques pour la peau.
6. Les adultes devraient commencer à mâcher d'abord les aliments, puis les donner au bébé à l'âge de 2-3 mois, en ajoutant les aliments suivants dans ces séquences : commencez par un régime riche en amidon comprenant de l'eau, de la bouillie, des aliments semi-solides et ensuite des aliments solides. Poursuivez avec des aliments riches en protéines, y compris des noix et des légumes (d'abord un régime riche en amidon, puis des noix, des aliments riches en protéines et des légumes). Les aliments mâchés par les adultes sont faciles à digérer pour les bébés, préviennent les infections et aident à établir le microbiote oral et intestinal, ce qui prévient probablement les allergies. L'aidant ne devrait pas avoir d'infection aiguë lors de l'alimentation buccale.
7. Prenez les sucettes prébiotiques AllerPops APRÈS avoir terminé un traitement antibiotique.

**Veuillez consulter votre médecin avant d'appliquer ces principes.**



N'hésitez pas à nous contacter à allerpops.com si vous avez des questions.

**Questions utiles**

**Puis-je prendre des médicaments contre les allergies tout en prenant AllerPops ?**

Oui, vous pouvez prendre des médicaments contre les allergies avant que le soulagement d'AllerPops n'agisse.

**J'ai utilisé une solution saline. Dois-je arrêter de l'utiliser ?**

Oui. Un microbiote nasal sain est également essentiel pour prévenir les allergies. Un lavage nasal constant peut détruire la flore normale et aggraver les allergies, même si vous vous sentez mieux juste après un lavage. Les probiotiques promus par AllerPops peuvent également migrer et vivre dans les fosses nasales et aider à soulager l'inflammation allergique.

**S'il y a des résultats positifs cumulatifs au fil du temps, combien de temps devrais-je tenter d'essayer les sucettes ?**

En règle générale, vous pouvez ressentir un soulagement après avoir utilisé AllerPops pendant 1 à 2 semaines si vous n'avez que des allergies saisonnières et pendant 2 à 4 semaines si vous avez des allergies pendant toute l'année.

Selon la façon dont les bactéries ciblées réagissent aux prébiotiques, il peut falloir de plusieurs (allergies saisonnières) à plus de dix (allergies pendant toute l'année) jours pour obtenir un soulagement. Si vos symptômes persistent depuis longtemps, il se peut que vous ne remarquiez pas une grande différence au cours

des dix premiers jours ou plus. Dans la plupart des cas, une boîte d'AllerPops devrait être suffisante. Dans certains cas, vous devrez peut-être acheter une boîte supplémentaire si vous avez observé des progrès, mais que vous n'êtes pas satisfait.

**Mes allergies ont diminué avec les premières sucettes et ont cessé de s'améliorer avec les suivantes. Que dois-je faire ?**

Cela indique que vous avez probablement atteint le meilleur soulagement avec votre propre microbiote oral. Pour une amélioration ultérieure, vous avez besoin de graines probiotiques provenant d'un membre de votre famille en bonne santé qui n'a pas d'allergies.

Pour ce faire à l'étape 4, laissez un membre de votre famille en santé sucer la sucette pendant deux minutes avant de la prendre.

**J'ai utilisé le tirage à l'huile, les bains de bouche et l'huile de thé pour contrôler l'inflammation de mes gencives. Puis-je continuer à les utiliser ?**

Nous vous suggérons d'arrêter le tirage à l'huile, les bains de bouche et l'application d'huile de thé pendant que vous utilisez AllerPops. Des études indiquent qu'un système immunitaire trop sensible peut contribuer à l'inflammation des gencives. Comme AllerPops favorise les probiotiques oraux pour calmer le système immunitaire, vous constaterez peut-être que l'inflammation des gencives s'améliore avec le soulagement de l'allergie. Parlez-en à votre médecin si vous avez des inquiétudes.