

ladrôme
LABORATOIRE

Nouveauté

Réveiller le bon dormeur qui sommeille en nous

Heureusement qu'on a arrêté de compter les moutons depuis un moment car sinon, on se retrouverait à coup sûr à la tête d'un sacré troupeau. Déjà que le sommeil des Français était de moins en moins long - nos nuits ne durent en moyenne plus que 6h45 selon une étude Santé Publique France - mais voici maintenant qu'il perd également en qualité. 16% des Français déclarent souffrir d'insomnies, 73% d'entre eux se réveillent au moins une fois dans la nuit durant environ 30 minutes...¹ et le plus inquiétant, c'est que ce phénomène s'est encore accentué avec la crise sanitaire. **Depuis le début de la pandémie, 42% avouent aussi que la qualité de leur sommeil s'est dégradée. Et parmi ces derniers, 89%² ont eu recours à un traitement régulier ou à une supplémentation pour soulager leur stress et leurs troubles du sommeil, c'est dire alors si le sujet nous concerne tous ou presque.**

Evidemment, on cherche idéalement tous à ne pas s'en remettre à des somnifères dont on sait très bien qu'ils peuvent créer une accoutumance. Autre option souvent privilégiée, les produits à base de mélatonine qui sont généralement très efficaces mais qui, chez de nombreuses personnes, provoquent des effets secondaires dont on se dispenserait volontiers. **L'option des compléments alimentaires à base de plantes qui se présente aussi à nous, a alors plus spontanément nos faveurs, à condition encore de trouver des produits se distinguant à la fois par leurs irréprochables formules et leur indéniable efficacité.** C'est justement la promesse faite par BIO'Sommeil, la toute nouvelle gamme signée ladrôme laboratoire, le spécialiste du bien-être depuis sa naissance en 1993.

2 complices pour lâcher prise

Infusion aux 5 plantes BIO

Oui, sa recette certifiée bio aux subtiles notes miellées de Verveine et de Lavande est absolument délicieuse mais si on l'adopte bien volontiers, c'est avant tout parce qu'elle associe astucieusement pas moins de 5 plantes reconnues pour se préparer à un sommeil de qualité. On y retrouve notamment de la Mélisse³ qui permet le relâchement physique et mental simplifiant ainsi grandement l'endormissement tout en maintenant un sommeil calme et bienfaisant, sans réveil nocturne. À ses côtés, ladrôme laboratoire y a adjoint de la Lavande fine, de la Verveine Odorante, de la Marjolaine ainsi que du Tilleul reconnu pour favoriser la détente et la relaxation afin de réunir les conditions idéales pour profiter d'une bonne nuit réparatrice. Un sachet - sans agrafes pour une meilleure recyclabilité, c'est toujours bien de le préciser - à infuser dans une tasse d'eau chaude, voici sans doute la solution la plus simple pour se détendre naturellement.

Nouveau Infusion BIO'Sommeil ladrôme laboratoire - Boîte de 20 sachets, 3€95

“ Comme on fait son lit, on se couche » ? On ignore si ce proverbe dit vrai et si véritablement la manière dont on aura fait notre lit au préalable influera positivement sur la nuit que l'on s'apprête à passer, mais on peut en revanche vous certifier que les derniers moments passés avant d'aller se coucher relèvent d'une importance particulière pour plonger plus ou moins facilement dans les bras de Morphée. Bien sûr, et comme chacun sait, on évite tant que possible les écrans dont plusieurs études ont démontré que leur lumière pouvait ralentir la production naturelle de mélatonine. En lieu et place d'un épisode de notre série préférée sur notre tablette, on préférera mille fois un temps calme. Un peu de lecture ? Une méditation ? Pourquoi pas idéalement et encore plus si c'est l'occasion de déguster en même temps la nouvelle infusion BIO'Sommeil imaginée par ladrôme laboratoire.



Complément alimentaire préparation au sommeil

Cette nouvelle ligne compte aussi un mélange traditionnel à intégrer à sa routine du soir, une trilogie d'extraits de plantes qui permettra de se détendre avant d'aller dormir. Grâce à son bouchon compte-gouttes, à diluer dans un verre d'eau ou une infusion de notre choix (et pourquoi pas l'infusion BIO'Sommeil pour en potentialiser encore davantage l'efficacité), voici une synergie bien décidée à nous simplifier la vie. **Au cœur de sa recette faisant uniquement la part belle à des plantes bio aux vertus relaxantes, On retrouve notamment la Valériane, la Passiflore et le Houblon pour se préparer à un sommeil sain de qualité. Rien d'étonnant quand on sait que la Valériane³ est la plante la plus étudiée pour traiter la problématique du sommeil puisqu'elle permet d'influer positivement à la fois le temps d'endormissement, la durée et la qualité du repos nocturne.** On peut ainsi dire que tous les ingrédients sont réunis pour recharger les batteries de manière optimale.

Nouveau Complément alimentaire préparation au sommeil BIO'Sommeil ladrôme laboratoire - Flaçon 50ml, 9€90

D'une certaine manière, on peut dire qu'on dort nous aussi comme un bébé. Malheureusement, cela ne signifie pas comme le suggère l'expression qu'on dort d'un sommeil paisible mais plutôt que, et comme le fait généralement un nourrisson, on se réveille toutes les deux / trois heures sans raison apparente. D'accord, on ne prend pas de biberon mais il nous arrive aussi d'aller voir dans le frigo si on n'y trouve pas notre bonheur (les insomnies sont propices aux fringales). **Sauf que si les mois passants, les enfants parviennent à dormir d'une seule traite, il n'en est malheureusement rien pour nous, à moins que l'on adopte de nouvelles habitudes en vaporisant par exemple au moment du coucher la toute première brume d'oreiller imaginée par ladrôme laboratoire.**

2 coups de pouce pour mieux dormir naturellement



Brume d'oreiller

Son parfum doux, chaud et apaisant est terriblement réconfortant, une véritable invitation au lâcher-prise. Quoi de plus normal en même temps lorsqu'on sait qu'elle associe une synergie d'eau florale de Camomille à 5 huiles essentielles certifiées bio et chacune reconnue pour leurs actions olfactives positives sur le sommeil. **Camomille Romaine, Orange Douce, Mandarine, Ylang Ylang et Patchouli, tout ce qu'il faut en somme(il) pour favoriser un sommeil paisible, tout en limitant le risque de réveils nocturnes.** Un produit nomade et pratique d'utilisation qui fera le bonheur de toute la famille puisqu'on peut l'utiliser dès 3 ans et qu'il peut aussi servir pour parfumer délicatement le linge de maison.

Nouveau Brume d'Oreiller BIO'Sommeil ladrôme laboratoire - Flacon 50ml, 9€90



Spray triple action sommeil

Et ce n'est pas le seul spray malin qu'a imaginé ladrôme laboratoire pour sa gamme BIO'Sommeil puisqu'elle propose également un spray buccal novateur, basé sur un concentré d'actifs végétaux, s'adressant plus spécifiquement aux personnes ayant des problèmes d'insomnies. **Prêt à l'emploi et à l'efficacité attestée par un test d'usage, il assure 3 actions synergiques et permet tout à la fois de favoriser l'endormissement, d'éviter les réveils nocturnes tout en améliorant la qualité du sommeil.** Pour y parvenir, il s'appuie sur une combinaison de 5 plantes bio présentes en forte concentration et sélectionnées grâce à l'expertise de la marque en matière de phytothérapie.

Voyons de plus près, nous avons la Mélisse qui permet de lutter activement contre l'insomnie, la Passiflore et la Valériane qui calme l'excitation et apaise les tensions du quotidien, amenant ainsi à un endormissement plus rapide et un repos serein. Et pour finir le Safran et le Pavot Jaune de Californie qui contribue au bien-être mental et physique pour améliorer nettement la qualité du sommeil naturel. Ce soin 100% naturel garanti sans accoutumance exprime à merveille l'équilibre entre savoir-faire, innovation et efficacité qui anime sans cesse les équipes R&D de la marque qui ont en plus veillé à ce que se spray se distingue également par son goût très agréable et sa très faible teneur en alcool. Ont-elles fait des nuits blanches pour imaginer cette gamme sommeil qui convainc à la fois par la praticité de ses formules que par leur efficacité reposant exclusivement sur le pouvoir de la nature et des plantes ? Cela serait bien le comble !

Nouveau Spray Buccal BIO'Sommeil ladrôme laboratoire - Flacon 20ml, 11€



Tous les produits **ladrôme laboratoire** sont vendus en (para)pharmacies, magasins bio et sur www.ladrome.bio