



## Qu'apporte l'oxygène aux consommateurs de tabac et d'alcool ?

L'oxygène est l'élément vital à la survie de notre corps, à l'inverse du CO2. L'oxygène est indispensable pour que notre corps transforme ce que nous buvons et mangeons en énergie.

Le taux d'oxygène dans l'air diminue dans le temps. Il y a 10.000 ans le taux d'O<sup>2</sup> dans l'air atmosphérique était de 30%, aujourd'hui il est à peine de 21%.

Les différents types de pollution (atmosphérique, agricole, industrielle, voitures, liée à la consommation de l'Homme) font que nous sommes, sans nous en rendre forcément compte en hypoxie = en manque d'oxygène.

Les effets du manque d'oxygène se traduisent sur notre organisme sous divers maux plus ou moins gênants : maux de tête, fatigue passagère, sauts d'humeurs, stress, manque de concentration, douleurs musculaires, etc.

L'oxygénothérapie permet entre autre **de se détoxifier**. Elle permet notamment aux personnes qui sont dépendantes du tabac et/ou de l'alcool de trouver **une aide pour lutter contre les sensations de manque**.

De plus, l'oxygène a pour vertue **d'accélérer l'élimination des toxines et notamment de l'alcool présent dans le sang**.

Après une soirée trop arrosée, rien de mieux que de s'oxygéner (par exemple à l'aide des **canettes d'oxygène**) pour faire diminuer le taux d'alcool, retrouver ses esprits plus vite, se revigorer et lutter contre les migraines liées à l'alcool.