
Subject: Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?
Posted by [DHT96](#) on Tue, 27 Mar 2018 10:20:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
ich würde nun gerne mit RU starten, merke allerdings jetzt erst so richtig, wie nervig das werden könnte.

Problem: ich habe keinen geregelten Tagesablauf und weiß auch nicht, was in nächster Zeit auf mich zukommt. Oft habe ich deswegen zB morgens und/oder abends Minox ausfallen lassen.

Langfristig sollte ich wohl davon ausgehen von ca. 8.30h bis 20h außer Haus zu sein und an 1-4 Tagen pro Woche auch abends noch was vorzuhaben.

Meine Fragen deshalb:

- 1) Wie lange vorm Schlafengehen muss man RU nehmen damit es sich nicht überall verteilt?
 - 2) Wie lange kann man mit RU aussetzen, ohne dass es zu einem Rebound kommen könnte?
Bzw: wie lange werden die Rezeptoren geblockt?
 - 3) Wickelt sich jemand so ne Folie um den Kopf, damit sich das RU nicht verteilt? Pilos hatte mal sowas gepostet und ich weiß nicht mehr, welche Folie das war.
-