



Elisabeth, vår naturläkare (SNLF)

Blodanalys för din hälsa

Infektioner, trötthet, sömnproblem, oro, rastlöshet, allergier och hudproblem, muskelsmärter, låg stresströskel, magproblem...

Att inte vara riktigt sjuk, men ändå inte känna sig fullt frisk, är en verklighet många känner igen sig i. Det blir ett naturligt tillstånd att försöka fungera och leva med känslan av att kroppen inte fungerar på alla "cylindrar".

Vi har länge känt till begreppet järnbrist. Vid trötthet och håglöshet kontrolleras Hb och järnvärde. Ligger vi för lågt får vi bekräftelse på hur vi känner oss, samt eventuellt järntabletter och kostråd. Men om man inte har järnbrist så kan man ha låga värden av andra ämnen i kroppen. Det vet vi inom Sanamingruppen, som har utfört över 8 000 blodanalyser på svenskar i olika åldrar.

Inte bara järnet har kontrollerats, utan även bl.a. zink, magnesium, kalcium, koppar, selen, B-vitaminer, Q10, E-vitamin osv. Vi finner ofta låga värden, sällan livshotande bristtillstånd, men förändringar tillräckliga för att störa normala kroppsfunktioner och vårt välbefinnande.

Sedan mitten av 80-talet samarbetar Sanamingruppens 17 privata mottagningar med biokemister och forskare på Bayers laboratorium i Stuttgart. Där har man sedan 60-talet intresserat sig för, och forskat runt mineraler och vitaminers betydelse för vår hälsa. Man utför analyser i helblod (serum och blodceller) där mineralnivåerna är stabila och inte växlar med "dagsformen" eller med vad som intagits dagen innan.

Senare år har testprogrammet utökats till att även omfatta fullständig fettstatus och analys av födoämnesintolerans. Analysmetoden ger en fullvärdig möjlighet att kunna utforma individuellt anpassade åtgärder och näringsprogram. Från att det i huvudsak varit svårt sjuka människor med kroniska besvär, är det nu allt fler som kommer i förebyggande syfte.

Svaga punkter och ärftliga problem kommer ingen undan, men det finns också möjlighet att ge kroppen resurser till att fungera bra efter sina förutsättningar.

Gabriella, 29, tidigare trött och orkeslös:

Nu är jag pigg och fylld av livsglädje!

Gabriella Ericsson är 29 år och jobbar som förskollärare. Gabriella var ständigt sjuk, förkylning på förkylning, bihåleinflammation, ögoninflammation osv. Vilket medförde flera penicillinkurer varje år. Hon kände sig helt enkelt aldrig riktigt frisk, vilket i sin tur gjorde att all hennes energi tog slut. Energi som hon behövde för att ta sig tillbaka från sin utbrändhet. Det som till slut fick bågaren att rinna över och i sin tur fick Gabriella att ta kontakt med Hälsoakliniken var att hon spenderade hela förra sommaren och semestern med att vara sjuk.



Gabriella kan numera leva ett aktivt liv igen.

När hon kom till Hälsoakliniken första gången i höstas var hon trött, orkeslös och hennes eksem blossade. Proverna som togs visade att hon bland annat hade zinkbrist. Gabriella fick olika vitaminer och mineraler för detta. Efter några veckor åkte hon på en rejäl förkylning, hyn blev sämre och eksemet blossade ännu mer. En försämring kan uppstå i början av behandlingen. Så det var bara att stå ut, det skulle ju bli bättre och det blev det.

Förkylningarna lös med sin frånvaro

Hyn blev sakteliga bättre och framförallt så kom orken och glädjen tillbaka. Nu åtta månader senare så är eksemet på bättringsvägen, utan all kortison-salva. Från att ha varit konstant förkyld så har Gabriella sen hon började med vitaminer och mineraler haft två förkylningar under dessa åtta månader. Vilket är ganska otroligt med tanke på hennes yrke, där man utsätts för

bakterier och virus dagligen. Ett stort plus i kanten är att hennes magkatarr dessutom har blivit bra. Nu är hon mycket piggare, orken och lusten har kommit tillbaka. Gabriella gjorde ett nytt mineraltest som visade att balanserna i kroppen har stabiliserats.

Kosttillskott

Gabriella äter fortfarande kosttillskott. De har blivit en del av hennes vardag och hon känner att hon mår bra av dem. Vitaminer och mineraler håller henne pigg och frisk. Gabriella har äntligen tagit tag i något som hon länge velat men inte orkat, nämligen börjat en buggkurs.

Många kan tycka att det är för dyrt och visst har det kostat en slant, men hur mycket har hon inte sparat genom att inte ha en enda sjukdag på åtta månader.

– Det är värt vartenda öre, avslutar Gabriella.

SANAMIN
gruppen

i samarbete
med Bayers-
laboratorium
i Stuttgart



Hälsoakliniken

www.halsokliniken.com

Barnängsgatan 6, Stockholm

Tel 08-34 80 06