

Tre dråper under tungen tre ganger om dagen har bidratt til at Inger Lise Pedersen ikke lenger merker noe til allergiplagene som i tidligere år har styrt hverdagen hennes.

Inger Lise Pedersen (64) valgte naturmedisin:

Symptomfri ved hjelp av rug

— For første gang på mange år ønsker jeg våren velkommen. Vanligvis har mine plager begynt alt i februar, men i år er plagene uteblitt. Det er en fantastisk opplevelse som har bidratt til at jeg kan leve på en annen måte enn før. Jeg er uføretrygdet på grunn av ryggen og skal helst gå mye for å holde problemene i sjakk. Mens allergien herjet, måtte jeg holde meg innendørs når det var som fineste ute. Nå kan jeg bevege meg fritt uten problemer. Det har gjort meg veldig optimistisk, sier Inger Lise Pedersen fra Oslo.

Inger Lise har slitt med pollenallergi i hele sitt voksne liv. Hun forteller om røde og hovne øyne, kløe, en stadig rennende nese, og på det aller verste: En hals som snørte seg sammen slik at hun knapt fikk puste.

— Allergien gjorde meg utmatet. Den styrte hverdagen min. Ofte måtte jeg si nei til å være med på hyggelige ting rett og slett fordi jeg var for sliten eller fordi det ville føre til nye utbrudd. Slik har tilværelsen min vært fra februar til juli hvert eneste år. Vinteren har derfor vært min beste tid. Det er da jeg har blomstret. Men i år har jeg tro på at også våren og sommeren skal kunne bli flott, sier Inger Lise og viser frem en liten flaske.

Den inneholder et konsentrat av glutenfri rug — Oralmat — et hyppig brukt allergimiddel, blant annet i Australia. Nå er det også tilgjengelig i Norge. Og det er Inger Lise overlykkelig for.

— Jeg har prøvd mye for å lindre allergiplagene opp gjennom årene, men ingenting, hverken på eller uten resept, har virket for meg. Naturmidler har jeg ikke våget å prøve, og jeg hadde vel ikke prøvd dette heller om det ikke hadde vært for en venninne som gledestrålende fortalte at hennes plager helt var blitt borte takket være disse dråpene. Hun insisterte derfor på at jeg også skulle forsøke. Dette var i februar, og øynene og nesen hadde allerede merket at pollensesongen var i anmarsj. Etter 14 dager med

disse dråpene under tungen var alle symptomene borte. Og mens det er blitt grønnere ute, har jeg holdt meg symptomfri. Det kjennes merkelig og fantastisk.

Inger Lise Pedersen har nå håp om at resten av våren og sommeren heller ikke vil bli ødelagt av allergi.

ann-britt.hangeraas@bm-media.no

Andre naturmidler som kan hjelpe

Lyprinol er en ekstrakt av grønneleppet musling fra New Zealand som i utgangspunktet var ment som hjelpemiddel mot slitasjegikt. Den har også vist seg å kunne redusere symptomene ved astma og allergi. Det er gjort en studie i Russland som bekrefter dette, og to nye studier på personer med moderat til alvorlig astma — én i Brisbane Australia og én i St. Petersburg — er igangsatt. Produktet fås kjøpt i helsekostbutikker og koster 199 kroner.

Nasaleze er en ny spray basert på naturlige stoffer som i flere studier har vist seg å ha en umiddelbar virkning på tett nese, nysing, rennende øyne og øvrige tegn på høysnue. Virkestoffene i nesepøylen øker mengden av neseslim slik at dette lettere kan filtrere allergiene. Dermed er det bare ren luft som slipper ned i lungene. Nasaleze er trygt å bruke for alle, også for barn, gravide og ammende. Produktet fås kjøpt i helsekostbutikker. Pris: kr 159.

Moducare er en ekstrakt av furuolje som styrker immunsystemet og gjør balansen mellom de forskjellige cellene i immunsystemet sunnere. Den har også vist seg å ha god effekt ved både astma og allergi. Det er steroler og steroliner som er de aktive virkestoffene i produktet. Disse stoffene hjelper immunsystemet mot å overreagere. Mat som er rik på steroler og steroliner og som derfor kan være gunstig å innta for astmatikere og allergikere, er riskli, kamskjell, muslinger, sesamfrø, østers, solsikkefrø og avokado. Moducare fås kjøpt i helsekostbutikker og koster 239 kroner.

Dette er Oralmat

Oralmat er et aktivert uttrekk av glutenfri plantesaft fra rugspirer. Det øker antallet lymfocytter i blodet, noe som gir bedre motstandskraft mot fremmede stoffer. Dermed reduseres belastningen på immunforsvaret.

— Regelmessig bruk av Oralmat kan ha forebyggende effekt, og mange opplever at de blir symptomfrie,

sier forsker Lars Klette, som leder prosjektet «Mat som medisin» ved Forskningsparken i Oslo.

Oralmat finnes i to varianter: Dråper mot allergiske reaksjoner i åndedrettsystemet og i bihulene. Salve mot kryssallergi som slår ut på huden. Begge deler selges over Internett på nettstedet bioshop.no, tlf.: 22 95 86 22, og i mange helsekostbutikker. Dråpene koster 199 kroner pr. flaske.

▼ **NY VÅR:** Før hatet Inger Lise Pedersen den grønne årstiden. Den gjorde henne tett, påførte henne røde, hovne øyne og rennende nese. Ved hjelp av noen dråper ekstrakt fra rug er hun nå for første gang på mange år symptomfri.

(Foto: Ann Britt Hangeraas)



BEST på KRYSSORD

NR. 20 - 13. MAI 2005

KR 32,50

÷ 67 kg
på 9 måneder

Hjemmet

Sandie fra Tromsø:

Her er min SUPERKUR



FØR



**Sommer-
kjolene du
trives i**



**Duftende
gjærbakst**



**Festlige
17. mai-ideer**



**Slik holder
du allergien
i sjakk**