



## NATURLIG HJÆLP TIL SUNDE URINVEJE

Rigtig mange kvinder har prøvet tranebær for at holde urinvejene sunde. Enten som saft eller i form af kapsler eller tabletter. Roseberry er et nyt innovativt produkt med understøttende ingredienser, der hver især bidrager til den positive effekt: Tranebær, hibiscus og C-vitamin.

Roseberry indeholder desuden C-vitamin, der kan gøre urinen sur og derved hjælpe med at holde urinvejene sunde. De fleste bakterier lever nemlig dårligt i et surt miljø.

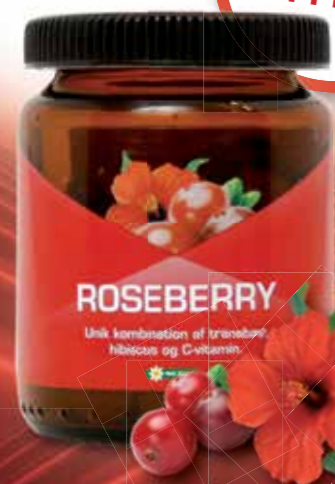
Den tredje ingrediens er hibiscus. I Roseberry anvendes et standardiseret ekstrakt, som i nye undersøgelser har vist, at det bidrager effektivt til at bibeholde sunde urinveje. Dermed understøttes effekten af de andre ingredienser.

Roseberry kan du købe hos Matas og i helsekostforretninger over hele landet.

Et glas indeholder 90 tabletter.

*Innovativ  
nyhed*

For at få gavn af tranebær, bør man indtage mindst 36 mg af det biologisk aktive plantestof proanthocyanidin – eller PAC. Roseberry indeholder denne mængde i kun to tabletter.



**HURTIG  
EFFEKT**

Læs mere om Roseberry på [www.mezina.dk](http://www.mezina.dk)



MEZINA



## Naturens hjælp mod overflødige kilo



# KONJAK

KONJAK er et helt nyt slankeprodukt til overvægtige voksne. KONJAK indeholder et naturligt kostfiber (glucomannan), der udvindes fra konjakplanten. Glucomannan har som det første naturprodukt fået EU's godkendelse for, at det virker som hjælp til vægttab.

Glucomannan er et vandopløseligt fiber, der har den egenskab, at det kan optage sin egen vægt 2-300 gange. Når tabletterne opløses i maven, dannes en gelémasse, der fylder mavesækken, så du hurtigere føler dig mæt. Når du anvender KONJAK sammen med en energireduceret diæt, vil det øge dit samlede vægttab i forhold til diæt alene. Læs mere om KONJAK på [www.mezina.dk](http://www.mezina.dk).

**KONJAK kan købes  
i helsekostforretninger og hos Matas**

# Velvære med tarmskylning

Af Marianne Palm

**Udskylning af tarmen har været kendt i årtusinder i form af indhældning eller lavement. Og hvorfor har man gjort det? Man får det ganske enkelt bedre!**

Tarmskylning virker ikke kun i tarmen, for reflekspunkter på tyktarmen repræsenterer de forskellige væv og organer i kroppen, hvilket er en af forklaringerne på, at tarmskylning har betydning for hele dit velbefindende. Kineserne har vidst det i tusindvis af år, men også efter tarmskylninger har man set, at der er en tæt relation mellem tyktarm, hud og lunger.

Derfor ser man ofte gode resultater ikke kun ved træg tarm og forstoppelse, men også ved forskellige hudproblemer eller infektionssygdomme, når lunger og tarmsystem får det bedre. Bliver behandlingen ledsaget af kostomlægninger og eventuelle kosttilskud, behøves oftest kun to til tre behandlinger.

### Hvordan foregår en tarmskylning?

Selve skylningen varer ca. 35-45 minutter og er uden lugtgener og ubehag for dig. Du ligger behageligt på ryggen på en briks og skal kun kortvarigt ligge på siden ved behandlingens opstart.

Vandet løber ind og ud af tarmen via et specielt designet rør i et lukket system, der gør det helt lugtfrit. Vandet skyller affaldsstoffer ud, og den proces hjælpes på vej med massage af maven.

Behandlingen kan efter skylningen suppleres med indhældning af mælkesyrebakterier. Det vil gavne en tarmflora, der kan være udpint efter gentagne antibiotikabehandlinger, diarre eller tarminfektion.

### Mød de to behandlere ud i tarmskylning og kostomlægning

Ulla Stavnsbjerg på klinik Colon, [www.klinikcolon.dk](http://www.klinikcolon.dk), Frederiksberg eller i Fredensborg, Tlf. 28 91 27 87  
Gitte Johansen på Tarmskyl Nord v/Gitte Johansen, Ålborg/Nørresundby. Tlf. 98 10 33 28. [www.tarmskylnord.dk](http://www.tarmskylnord.dk),

#### Behandlingen er uegnet ved

- Betændelse i tarmene • Graviditet • Hjertelidelser • Nylig tarmoperation (indenfor 6 måneder)

#### Behandlingen kan have gavnlig effekt ved

- Candida (svamp) • Diarre • Forstoppelse, skjult forstoppelse, en følelse af ikke at blive tomt • Hudproblemer • Intolerance over for fødevarer • Irriteret tyktarm • Ondt i maven • Oppustethed • Luftdannelse • Reaktionen (fx diarre) efter penicillin- og antibiotikabehandling • Udrensning før en kikkertundersøgelse af tyktarmen • Udposninger på tyktarmen • Udrensning i forbindelse med faste • Udrensning i forbindelse med leverskylning • Ved kostomlægning for at opnå vægttab (nulstille tarmen)

#### Gratis e-bog om tarmskylning

Du kan downloade en gratis e-bog om tarmskylning på [www.sund-forskning.dk](http://www.sund-forskning.dk) eller på [www.klinikcolon.dk](http://www.klinikcolon.dk), skrevet af Ulla Stavnsbjerg

