



4. TALÁLKOZÓ

A 4. TALÁLKOZÓ SZINTÉN NAGYON JÓL SIKERÜLT. KB. 25-EN LEHETTÜNK. VOLTAK VENDÉG ELŐADÓK: EGY PSZICHOLÓGUS és dr. KOVÁCS ÁGOTA.

A pszichológus szakember segítségével kitöltöttük két tesztet, mellyel fel tudtuk mérni a bennünk lappangó depresszió és szorongás mértékét. Az eredmények titkosak maradtak, hiszen mi magunk pontoztuk le a tetsztjeinket.

Aztán kötetlen formában beszélgettünk másik vendégünkkel Kovács Ágotával, aki nagyon közvetlen, segítőkész módon igyekezett a betegek kérdéseire választ adni. A következő kérdések merültek fel:

1. Felmerült, hogy nem kellene vásárolni a drága komplex vitamin készítményeket, hiszen a napi tápszer adag fedezné a napi szükségletet, mind vitamin, mind ásványi elem téren. A tápszer 90%-os támogatottságú.

2. Beszéltünk a szteroid hosszú távú alkalmazásáról. Mivel vannak olyan agresszív lefolyású gyulladások, ezért a szteroid alkalmazása elkerülhetetlen, de mindenkinél csak addig alkalmazzák, ameddig feltétlenül szükséges.

3. Az immuránt miért adják néha már a műtét után olyan hamar? Ez is csak specifikus esetben fordul elő, a betegség agresszív volta miatt.

4. Probiotikumok? Ezek laktobacillusok, melyek segítik a bélflóra megfelelő állapotba való visszaállítását, ezért a bélfal ellenállóbb lesz a gyulladással szemben és a felszívódás is javul. Főleg nekünk javasolt, akik állandó gyógyszereznek magukat.

5. Mit együnk? Aki jól van, az ehét bármit, kivéve a csipős, nagyon erős ételeket, de a fűszereket ne kerüljük el, hiszen azok is lehetnek hatékonyak. Az aktív időszakban, nagyon fontos a TÁPSZER FOGYASZTÁSA, hiszen a bélnek nem kell érte megdolgozni, csak beszippantja és már fel is töltöttünk sok-sok finom vitaminnal és ásványi anyaggal.

Nagyjából ezek a kérdések merültek fel.

UGYE, HOGY NEM VOLT UNALMAS!

MINDENKIT SZERETETTEL VÁRUNK A KÖVETKEZŐ TALÁLKOZÓRA!