

Detti története:

"39 éves leszek jövő hónapban.

11 éve diagnosztizáltak nálam az endometriózist. 3 évvel később már 4-es stádiumú volt, és sürgős műtétet javasoltak. Borzalmas fájdalmaim voltak. A műtét bélrezekcióval végződött - eltávolították a bél egy szakaszát. Ezt követően varratelégtelenség miatt még két műtét követett. Idén áprilisban került sor az 5. műtétemre. Ezúttal a húgyhólyagról fejtettek le, illetve a méhemből vágta ki endometriózist. Számtalan fájdalomcsillapító, gyulladáscsökkentő, hormon tabletták és 3x6 GNRH kezelés után elegem lett. Tudtam, hogy ez így nem mehet tovább és nem akartam beletörődni a 'sorsomba'.

Keresgéltem az interneten és megtaláltam Tündét és az Arwen tornát.

Elvégeztem nála egy magán mozgás terápia órát, illetve összeállított egy személyre szabott étrendet.

Azt eddig is tudtam, hogy az étkezésem nagyon is sok múlik, na de nem gondoltam volna, hogy ennyire!

Követem az utasításait és nagyon igyekszem, még ha néha nem is mennek könnyen a dolgok. Tündéhez bármikor fordulhatok, ha tanácsra lenne szükségem.

Eddigi életem során még nem nagyon volt olyan menstruációm, amikor nem kellett magam teletömnöm fájdalomcsillapítókkal (a legerősebb fajtából). Amióta életmódot váltottam és hetente több alkalommal tornázom, nem szedek semmilyen gyógyszert.

Azóta nem volt migrénes fejfájásom sem. Előtte havi rendszerességgel előfordult.

Már régóta fontolgattam, hogy húsmentesen étkezzem. A diétának és persze a kitartásomnak köszönhetően 4 hónapja nem ettem húst és meglepően már nem is hiányzik.

Nem mindig könnyű kitartani, de egy biztos, nem fogom ezt az életmódot feladni. Úgy érzem végre igazán teszek vmit a gyógyulásomért...mert célom, hogy meggyógyuljak. Most végre igazán jól érzem magam a bőrömben!"