

Anikó története:

Viszlát endometriózis – helló BABY!

Kedves Tünde!

Örömmel értesítelek, hogy a tavaly augusztusi torna és az étrendváltás meghozta hatását. Immár 27 hetes kismama vagyok és lassan tényleg elhiszem, hogy ez velem történik.:-)

A tornát kétnaponta lelkiismeretesen végigcsináltam, illetve a diétát igyekeztem a tőlem telhető módon betartani. Nem volt egyszerű, nem egyszer sírás lett a vége az étkezéseknek, de nem adtam fel. A szénhidrátot és a tejtermékeket teljesen elhagytam. A zsiradéktól megváltam, úgy éreztem, hogy már ez is valami a korábbi étkezéseimhez képest. Nagyon jó érzés kerített hatalmába, hogy végre nem csak ülök ölbe tett kézzel és várok, hogy végre megfogadjon életünk értelme, hanem tesz is érte.

5 kg-ot fogytam, ami ugyan nem volt szükségszerű, de hihetetlenül jól éreztem magam a bőrömben. Végre azt éreztem, hogy egészséges vagyok és életerős. Persze meg kellett küzdenem az Apukámmal és az Anyósommal, akik végig abban a tudatban voltak, hogy fogyókúrázom. Hiába mondtam el nekik többször is, hogy miről szól ez az egész, nem értették meg és egyre csak mondogatták, hogy teherbe esés előtt pont ezt nem kellene. Meg, hogy majd figyeljem meg, hogy ezért nem fog sikerülni stb. Szóval volt azért lelki ráhatás, de nem hagytam befolyásolni magam.

Még mielőtt jelentkeztem volna a tornára, már akkor jelezte nekem egy orvos, hogy megint ott van az endometriózis a petefészkemen, és igyekezzek vissza az egyik városka Klinikai Központjába. Végül is a nyári szabadságolások miatt egy hónappal később kaptam időpontot. Akkor már 3 hete változtattam az étrenden és 2 hete tornáztam, amikor közölték, hogy nem értik, mit látott az a másik orvos az ultrahangon, nincs ott semmi, minden rendben van. Meglepetten álltunk a férjemmel és nem akartunk hinni a fülünknek.:-) Nagyon jó érzés volt.

A következő lombik, októberben sikeres lett. Javultak a hormon értékeim, amire korábban azt mondták, hogy jobb már soha nem lesz. Így most Neked köszönhetően itt ülök a gép előtt egy ficánkoló kisfiúval a pocakomban.:-) Nagyon félttem az elején, hogy vajon minden rendben lesz-e, de eddig minden ok volt, remélem ez után is rendben lesz. A tornát még csinálom, igaz már van olyan gyakorlat, amit nem tudok megcsinálni, de érzem, hogy jót tesz. Az étkezésemben történt némi változás mióta terhes vagyok, de alapvetően a szénhidráttól a mai napig rosszul vagyok, a zsiradékokat pedig nem kívánom.

Eddig nem mertem mindezt leírni, félttem, hogy még valami beárnyékolja az örömünket, de most már bízom benne, hogy minden rendben lesz, és életünk legjobb időszaka nyáron végre elkezdődik.:-)

Nem lehetünk elég hálásak Neked, hogy bevezettél engem ebbe az életmódba és ezáltal végre a mi életünkben is megjelenik a CSODA. Éppen ezért csatoltam egy képet a Picúrrol (18. heti ultrahang kép). Remélem nem vagyok tovakodó ha azt mondom, hogy egy picit a Te gyermeked is.

Hálás köszönettel.