

Hanák Noémi története

Szia Tünde,

Remélem jól vagy te is és családod is!

Már akartam korábban írni visszajelzést, de még vártam pár eredményre, hogy teljes legyen a kép.

Január végén befejeztem a 4 hónapos étrendet. Szigorúan betartottam mindent, még karácsonykor se bűnöztem, ami nem volt éppen egyszerű... Szerencsés vagyok, mert a környezetem is jól kezelte a helyzetet. A partnerem, a családom és a munkatársaim is támogattak, nem volt nyaggatás, piszkálódás. Azóta is igyekszem a tanácsaid szerint enni és már ezt érzem természetesnek, nincs sóvárgás, elcsábulás. Lassan közeledik az első húsmentes évfordulóm is. Sose voltam jobban, végre jól érzem magam a bőrömben. Annyi pozitív változást tapasztalok, hogy el sem merem hinni. Nincs migrén, sokkal jobb a közérzetem, nem izzadok éjjel mint egy ló, végigalszom az éjszakát mindenféle intermezzók nélkül, újra van libidóm és nem fájnak az együttlétek! Szuper az emésztésem, nem puffadok, nem morog és ad ki furcsa hangokat a pocakom (ez sok kellemetlen pillanattól kímél meg), ledobtam a felesleges kilóimat, élvezem a lelkiismeret-furdalás mentes evést és úgy tűnik most már szépen beállt a súlyom is, a BMI-m ideális (két ruhaméretet fogytam amúgy). Az általános vérvételem szuper lett, az orvosom nagyon megdicsért, azt mondta hogy nagyszerű a javulás a fél évvel ezelőtti eredményekhez képest. A tornát az elmúlt 1-2 hónapban kicsit elhanyagoltam, de most a karantén alatt újrakezdtem.

De a lényeges részt a végére hagytam. Hónapok óta nem vettem be egyetlen egy fájdalomcsillapítót sem. Korábban úgy ettem a Cataflamot mint a cukorkát. Nincs zokogás, falkaparás a mensi első napján. Nincs hasmenés és hányás. Fel tudok kelni és menni a dolgomra, nem az ágyat nyomom egész nap. Nem mondom, hogy elmúlt a fájdalom,de egyre jobb. Az utóbbi 4 hónapban már dolgozni is el tudtam menni, nem kellett beteg szabit kivennem, ami szuper. Nincsenek random szurkálások a petefészkeimnél hónap közben és elmúlt az állandó mellfeszülés és fájdalom is.

Aztán a hab a tortán, hogy voltam márciusban UH-n. Új orvoshoz kerültem, aki szépen végignézte az előző orvosaimtól az UH riportokat, vizsgálat eredményeket, aztán meg nem akart hinni a szemének, mikor csinálta az UH-t. Többször is megkérdezte, hogy biztos hogy volt-e bilaterális endo cisztám és hogy láttam-e őket, megmutatták-e az UH-t végző orvosok a képernyőn (Igen, részletesen elmagyaráztak és megmutattak mindent), merthogy ő a bal oldalon semmit nem lát és ezek a ciszták csak úgy nem szoktak eltűnni.. Teljesen tiszta a bal peteféskem, a 4 cm-es endo cisztámnak nyoma sincs. A jobb oldali ciszta pedig, habár nem jelentősen, de zsugorodott.

Azt mondta a méhem olyan állapotban van, hogy tankönyvbe lehetne rakni. Mobilis, ideális a mérete, méhfal vastagsága... stb. A végén hozzátette, hogy bármit csinállok, csináljam tovább, mert úgy tűnik jó. Persze gyorsan hozzátette, hogy azt a megmaradt jobb oldali cisztát ő azért szeretné kivenni. Hát én meg nem szeretném... Csinálom az étrendet és a tornát és reméljük a legközelebbi UH-n megint nem fog hinni a szemének.

Hormonokat még nem néztem meg, de ezek után kíváncsian várom azt is....

Tudom, hogy van még min dolgoznom, de nem adom fel, mert látom, hogy jó úton járok.

Elmondani nem tudom,hogy mennyire hálás vagyok neked a segítségédért és útmutatásokért!!! Bárcsak előbb találtam volna rád!

Sok puszi, Noémi.