

*Helhetsterapeut
Reidun Syversen i
Fredrikstad har utviklet et
eget testsystem innen kinesio-
logi der hun avprogrammerer
og snur allergener i kroppen.
Et spesielt fokus har hun på
matoverfølsomhet som årsak
til kroniske lidelser.*

Helhetsterapeuten:

Overfølsomhet - nøkkelen til alle kroniske lidelser?

Svaret på gåten bak alle kroniske sykdommer ligger i hver eneste hjerne og hver eneste kropp. En helhetsterapeut i Fredrikstad mener hun har funnet nøkkelen som avslører årsaken til alle kroniske lidelser - alt fra pollenallergi til livstruende sykdommer som kreft.

:: Tekst og foto: Elisabeth Hægeland, elisabeth.haegeland@mediumforlag.no

I hele sitt tidlige voksne liv, fra hun var 18 til 34 år, var Reidun Syversen utrolig plaget med blærekatarr og nyre- og bekkenbetennelse. Annenhver måned i 14 år gikk hun på antibiotika. Hele kroppen, immunsystemet og hormonene gikk på tverke. Noen ganger var hun helt lam i kroppen og kunne ikke gå. Legene skjønnte ikke problemet, og selv en av de største nyrespesialistene i Norge på den tiden kunne ikke hjelpe henne.

Men Reidun var så klar i toppen at hun på eget initiativ dro til Tonsåsen rehabiliteringssenter i Valdres. Her fastet hun og fikk vite hva utrensing, mat, tanker og følelser gjør med oss. I lang tid hadde hun også lest en god del om naturmedisin. I tillegg oppsøkte hun alle homeopatene hun fant i Østfold. Men ingen greide å gjøre henne bra før hun fikk lære hvordan maten vi spiser, og tankene vi tenker, påvirker våre følelser og fysiologiske prosesser. Først etter en helhetlig behandling ble hun frisk – etter 14 år på blå resept. Siden har plagene aldri kommet tilbake.

Flere utdannelser

Nå har Reidun jobbet som helhetsterapeut, coach og kursholder i 21 år. I løpet av alle de årene har hun aldri vært borte fra jobben

på grunn av sykdom – ikke en eneste dag. Hvordan kan det ha seg?

Først og fremst har hun hele tiden vært opptatt av å studere alt som fungerer innen helse og naturmedisin. Siden 1984 har hun tatt en hel rekke kurs og utdannelser i alternative behandlingsformer – reaksjonsmønstre, NLP, kognitiv terapi, tankefeltterapi, aromaterapi, soneterapi, øreakupunktur, aurikkelterapi, akupunktur, ECIWO, akupunktur 2000, kinesiologi, kopping, kosthold og ernæring.

Hun studerte i Kina, Sri Lanka, USA og Norge – hele tiden på jakt etter svar. I tillegg tok hun et 2-årig medisinstudium og vurderte å bli lege. Men hun innså at legeyrket ikke passet henne, fordi hun skjønnte hvor stor plass syntetiske medisiner har i helsevesenet. Selv hadde hun erfart at noe helt annet enn medisiner gjorde henne frisk. I stedet gikk hun videre med alternativ medisin, og startet sin egen praksis i Fredrikstad 28. mars 1989. Fremdeles driver hun Helse & Allergisenter Torvbyen. Ved siden av har hun en tjeneste som klar-synt, kanalisierer, coach og kostholdsveileder på Ekspertthjelp.no.

Får svar med muskeltesting

Etter et års praksis som terapeut begynte

Dette sier Reidun Syversen hun har gode resultater med, uten å love noe som helst:

- allergier og overfølsomhet
- astma
- fibromyalgi
- revmatisme
- hormonelle problemer
- høyt blodtrykk
- Candida
- cøliaki
- Crohns sykdom og ulcerøs kolitt
- ME og tretthetssyndrom
- kreft og svulster i bryst, prostata, underliv, milt og lymfer
- angst
- schizofreni
- bipolar 1 og 2
- søvnproblemer
- lese- og skriveproblemer
- ADHD og Tourettes

Mat og drikke vi oftest reagerer på:

- brød og kornprodukter: hvetemel, rugmel, byggmel og havregryn
- sukker
- gjær
- pølser
- svine- og oksekjøtt
- melk, sjelden andre meieriprodukter
- øl, vin og sprit
- kaffe og svart te
- sure frukter: sitron, appelsin, eple, kiwi, pære, nektarin, fersken, mandarin, rabarbra og plomme
- E-stoffer og fargestoffer

Andre ting vi ofte reagerer på er:

- muggsopp
- pollen
- el-stråling

Ved å bruke en form for kinesiologisk muskeltesting får Reidun Syversen svar fra klientens kropp. Slik får hun vite hva som er årsak til sykdom, hvilke matvarer man reagerer på, og hva slags kosttilskudd og mat man trenger.



Reidun begynte å teste pollenallergikere. Via klientens hjerne fant hun svar på hva kroppen reagerer på, og hva som skal til for å snu allergener i kroppen. Som behandling har hun brukt en videreutviklet form for kinesiologi, der hun tester og avprogrammerer allergenet. Hun snur allergenet i kroppen, slik at kroppen blir immun mot dette. I tillegg lærer hun pasientene stressmestring, og hun bruker TFT til å snu negative reaksjonsmønstre som hindrer muligheter for vekst. Alle pasientene får soneterapi for å få ut spenninger. Ved behov brukes akupunktur og kopping. Poenget er at hun avprogrammerer alle typer allergener, slik at kroppen til slutt lærer seg å tåle alt.

Da Reidun så at pollenallergikerne ble kvitt plagene sine, fortsatte hun med testing av astmatikere før hun utviklet systemet videre for matoverfølsomhet. Her stoppet prosessen en stund, fordi noen også hadde virus i kroppen. Alle hadde bakterier, og noen hadde kroniske lidelser og parasitter. Så oppdaget hun at Olivenbladekstrakt fra East Park hjelper folk med Candida, ulike infeksjoner og svakt immunforsvar, fordi det kan drepe virus, bakterier og parasitter. Via muskeltesting fant hun ut hvilken dosering hver enkelt skulle ha.

Som vanlig fant hun ut hvilke allergener kroppen reagerer på, og hvordan dette skal snus med avprogrammering slik at man til slutt tåler å bli utsatt for allergenene. I tillegg testet hun for vitamin- og mineralmangler og hvor bra kroppens organer jobber.

Syke reagerer på mat

I årenes løp har Reidun hatt flere klienter med fibromyalgi, revmatiske lidelser og høyt blodtrykk, og noen med kreft som var gitt opp av legene. Til og med klienter med schizofreni, bipolar lidelse, ADHD, Tourettes syndrom, ulcerøs kolitt, Crohns sykdom, cøliaki og revmatiske og andre kroniske sykdommer kommer til henne for å få behandling og kostholdsråd.

– Gruppen med kroniske lidelser reagerer på gjær, sukker, E-stoffer, fargestoffer, sure frukter, muggsopp, pølser, svin, okse, øl, vin og sprit. Noen reagerer på melk, noen få på alle meieriprodukter. Alle reagerer på sukker, sier Reidun. Mange reagerer også på hvetemel, rug, bygg og havre. Reidun forklarer det med at maten i dag er så raffinert og bearbejdet at opptaket i kroppen er forverret. Raffinerte kornprodukter omdannes til sukker i kroppen. Dette forstyrrer hormonbalansen, og kroppen får for mye syre.

– Alle mennesker med kroniske lidelser har en form for overfølsomhet. Det er ikke allergi, men en mindre grad av allergi, sier

Reidun å skjønne at hun kom til kort selv med naturmedisin. Faren hennes hadde astma og bihulebetennelse, og hun klarte bare å få bihulene hans bra. Astmaen ble bedre, men ikke bra.

– Jeg syntes det var veldig trist at jeg skulle ha en sperre, sier Reidun. Faren hennes fikk hjerteinfarkt og døde 61 år gammel. Da sa Reidun til Gud: «Jeg er her for andre mennesker for å hjelpe dem. Nå trenger jeg hjelp til å forstå dette, lære mer og få flest mulig bra.» Etter dette fikk hun en slags beskjed om at hun kunne finne ut

alt hun lurte på, via menneskenes hjerne ved å bruke kinesiologisk muskeltesting. – Hjernen er akkurat som en pc. Fasiten på hva som er årsaken til at man er dårlig, ligger inne i hver eneste person, hevder Reidun. Gjennom testing av flere ulike plager og lidelser på mange tusen personer har hun kommet frem til et system som finner årsakene til kroniske lidelser. Teorien går ut på at det er en overfølsomhet i alle som har kroniske plager og lidelser. Det er snakk om overfølsomhet for alt fra mat og drikke til luft, dufter og stråling.

Reidun. Når du tar en blod- eller hudtest hos legen, finner du kun allergi, ikke overfølsomhet.

Verstingen sukker

En dag får vi alle en eller annen plage, og da mener Reidun at sukker alltid er noe av årsaken. For sukker forstyrrer funksjonen i hypofysen slik at man blir mer følsom, spesielt hormonelt. Sukker lammer immunsystemet og forverrer konsentrasjon og korttidshukommelsen.

– Det ser vi på dem som begynner med p-piller i ung alder. De har lett for å få hormonelle problemer senere i livet, og de kan få problemer med å få barn. Sukker gjør noe med deg fysisk og psykisk slik at du er mer på tå hev og ikke sover så godt. Man blir fort avhengig av det, og man blir mer følsom, irritert og sint og har lettere for å gråte, sier Reidun.

Dette gjelder spesielt hvitt sukker. Skal du absolutt bruke sukker, anbefaler Reidun fruktose. Men bruk ikke mye av det, fordi fruktose har nesten samme effekt på hypotalamus.

Vesten versus Østen

Hvorfor har Vesten mye mer livsstilsykdommer enn Østen, spør Reidun. Kreft er den nest største dødsårsaken etter kardiovaskulær sykdom i vestlige land, og kroniske lidelser er veldig vanlig. Når slike sykdommer forekommer i Asia, så har de rammede enten en vestlig livsstil eller så er de fra et vestlig land. I Sri Lanka, India og Kina er trafikkuulykker, forgiftninger og insektbitt de vanligste grunnene til sykehushinnleggelser.

Mye tyder på at årsaken er at folk i Vesten spiser mye mer sukker, raffinerte karbohydrater og gjær og drikker mye mer alkohol enn de gjør i Østen. I Norge spiser vi veldig mye brød, mens de knapt spiser brød i Asia. Der spiser de ris, grønnsaker, fisk og skalldyr og drikker urteteer i stedet. Kinesere synes ikke det er rart vi blir syke i Vesten.

– Vi trenger ikke krig her oppe, for vi yter krig mot oss selv, vår neste og vår familie. Vi vet veldig lite om tanker og holdninger, og vi vet veldig lite om hva kosten gjør med oss fysisk og psykisk, mener Reidun. Mer kunnskap om dette har de i Østen, så vi har svært mye å lære av dem. Samtidig har Østen også mye å lære av Vesten.

– I Østen lærer de å ta tingene som de kommer. De tar alt på en mer avslappet måte. Nummer 1 er hvordan du tar det og har det. Nummer 2 er hva du spiser, tipser Reidun.

Muggsopp og fukt

Fordi vi bor i et kaldt land med mye

nedbør og fuktighet og lite sol, er vi ifølge Reidun mer mottakelige for negative virkninger av syredannende mat. Spiser man syredannende mat om sommeren eller i solrike land, vil varmen og solen fordampe den syreholdige maten i kroppen, slik at man føler man seg bedre på solrike dager, sier hun.

– Det er kaldt i Norge om vinteren, og da holder vi på sekretet og avfallsstoffene. Det betyr at det blir dårlig sirkulasjon. Da fordampes ikke noe særlig av syren ut av kroppen. Da holder vi på syren, og kroppen finner frem til det vi er disponert for av sykdom. De tanker og følelser jeg har i kroppen, setter seg der, utdyper helhetsterapeuten.

På gråværsdager puster vi inn mest muggsopp, og da er vi mer disponert for skader fra sukker, gjær og karbohydrater. Muggsopp, bakterier og gjær trives godt i et fuktig miljø, og det er lett å få infeksjoner og betennelser fordi avfallsstoffer og gass samler seg opp. For mye sukker og raske glukosedannende karbohydrater omdannes til syre og fett i kroppen. Sukkeret bobler og gjærer inne i tarmene, og kroppen får problemer med å kvitte seg med avfallsstoffer. Opptaket av vitaminer og mineraler i tynntarmen blir dårligere.

Hvorfor vi blir syke

Folk med mange typer lidelser og sykdommer kommer til Reidun for å få hjelp.

Overfølsomhet for syredannende mat og drikke er etter hennes erfaring oftest årsak til sykdom. Det som danner mye syre i kroppen, er gjær, sukker, kornprodukter, pølser, okse- og svinekjøtt, sure frukter, kaffe, svart te, øl, vin, sprit, eddik og E-stoffer. Sure frukter er appelsin, eple, pære, nektarin, fersken, sitron, mandarin, rabarbra, plomme og kiwi.

Ifølge helhetsterapeuten er alle muskel- og vevssykdommer som fibromyalgi betennelser. Både de med fibromyalgi og revmatikere reagerer på det samme når man tester dem med kinesiologi og spør dem om livsstil.

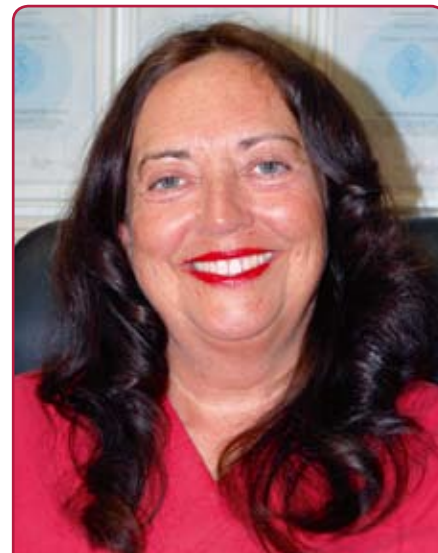
– Alle de jeg har testet av revmatikere, har vitamin B12-mangel, mangel på C-vitamin, sink, kalsium og selen. Kalsium må de ha for å kompensere hormoner og lage nye celler, sier Reidun. De med høyt blodtrykk reagerer på akkurat det samme – all syredannende mat. Noen reagerer på el-stråling i tillegg.

Matoverfølsomhet har Reidun også funnet hos mange med ADHD og hyperaktivitet. Da er det nødvendig med kostholdsendringer. Tankefeltterapi for å snu tankemønstre og soneterapi for å roe ned er også gunstig. Reidun har testet flere med ME/tretthetssyndrom som blir friske

etter testing og behandling. Noen av dem var så syke at de ikke klarte å stå opp fra senga alene. Årsaken var ofte Candida og matoverfølsomhet samt angst, redsel og usikkerhet.

Noen av Reiduns klienter har hatt kreft. Det begynte med en venninne som hadde kreft for 15 år siden. Hun hadde operert bort brystene og deler av underlivet i april, men legene bad henne ta farvel med familien. I august startet hun behandling hos Reidun to til fire ganger i måneden frem til jul, og hun ble frisk. Prøver og alt var bra igjen, så leger og professorer skjønnte ingenting. Frem til 28. april trente hun seg opp til å gå Skarverennet fra Finse til Ustaoset sammen med Reidun. Dette er et av verdens største turskirenn på 38 kilometer.

– Hun var så sprek at hun gikk mye fortere enn meg opp bakker, sier Reidun begeistret. Siden prøvde hun seg på flere med kreft. Og som ved alle typer lidelser gir hun aldri noen løfter om å bli bra, og hun oppfordrer aldri noen til å kutte ut legebesøk eller medisiner. Reidun har rapportert inn en liste på 100 personer som har hatt eksepsjonelle sykdomsforløp, til Nasjonalt forskningssenter innen kompetent og alternativ medisin (NAFKAM). Alle skal ha hatt kroniske lidelser og blitt bra etter behandling hos Reidun. Målet hennes er at det vil bli lagt inn ressurser på seriøs forskning innen denne typen alternativ behandling. Hun etterlyser leger som vil forske. ■



Kontaktinformasjon:

Helse & Allergisenter
v/Reidun Syversen, Torvbyen,
3. etg., Fredrikstad. Hun treffes på
telefon 975 61 046 eller
e-post reidun@helhetsterapeut.no.
Nettside: www.helhetsterapeut.no.

Jerntabletter nyttet ikke for Ole-Anders (18) da han hadde jernmangel, for kroppen klarte ikke å ta til seg næring. I stedet utviklet han ulcerøs kolitt og ble skremmende underernært. Etter total omlegging av kostholdet og flere behandlinger hos en helhetsterapeut ble han frisk.

Frisk fra «kronisk» tarmbetennelse

Samme hvor mye han spilte fotball og trente, fikk Ole-Anders Syversen aldri toppresultater. Han har alltid vært glad i å stå på ski og spille fotball, men prestasjonene syntes ikke å stå i forhold til treningsinnsatsen. Da han sjekket hva som var galt hos legen, ble det konstatert jernmangel, og han ble satt på jerntabletter. Resultatet ble at blodprosenten steg, men jernlageret var fortsatt lavt. Prestasjonene ble heller ikke bedre.

På konfirmasjonsdagen våren 2007 fikk han fryktelig vondt i magen, og trodde det skyldtes maten. Da sluttet han med jernta-

blettene, og legen gav ham noen tabletter for å roe ned magen. Konfirmasjonsgaven fra foreldrene var en drømmetur til England for å se fotball. Men Ole-Anders var fortsatt fryktelig plaget. Han måtte springe på toalettet rundt 20 ganger om dagen, for alt han spiste, bare rant igjennom. Fotballopplevelsene gikk i grus.

Hjemme i Norge igjen var han så tappet for krefter at han ikke kunne gå på skolen. Ingen næring ble tatt opp av kroppen. Han hadde diaré, blodig avføring og CRP (mål på betennelse) som viste svært høy verdi.

Utallige legeforsøk

I mai 2007 var Ole-Anders så dårlig at moren forlangte å få ham innlagt på sykehus. Etter flere undersøkelser ble moderat til alvorlig ulcerøs kolitt (tarmbetennelse) påvist, og han lå på sykehuset i tre uker og fikk mye antibiotika. I tillegg fikk han en hard kortisonkur (Prednisolon) samt Lanzo, som forebygger magesår. Han ble bedre, men likevel hadde han konstant kvalme uten å få kastet opp ordentlig. Dette var bivirkninger av medisiner.

Før Ole-Anders ble dårlig, veide han 62 kilo. Da han kom på sykehuset i mai, veide han 56 kilo, men da sommeren var over, veide han bare 49 kilo – og han er 178 centimeter høy. Det så ikke vakkert ut. Ole-Anders var fremdeles veldig syk, og han ble gitt enda en ny medisin, Remikade. Men også denne resulterte i bivirkninger. På høsten ble han igjen innlagt på sykehus med knuterosen, som er smertefulle, blårøde knuter på legger, knær og underarmer.

Næring måtte inntas intravenøst. Han ble satt på en sprøytekur med medisinen Humira, samt Pentasa, Imurel, Nycoplus og Ferroretard (jerntilskudd). Etter to–tre måneder var det liten fremgang, og familien ble enig med overlegen om å doble sprøytedosene i noen måneder. Legen snakket også om muligheten til å fjerne tarmen, som er ganske uvanlig for en 15-åring.

Total forandring

I mellomtiden begynte familien å lete etter andre løsninger, og moren kom over en artikkel om helhetsterapeut Reidun Syversen. Her startet de behandling i februar 2008, og fikk råd om å legge om kostholdet totalt etter at Ole-Anders ble testet med kinesio-logi.

– At jeg ikke skulle spise brød, var et ganske stort sjokk. Det var hardt å legge

Det har vært en lang og smertefull prosess for Ole-Anders Syversen. Etter fryktelige mageproblemer og skrekkelig underernæring har han nå klart å kontrollere sine plager ved å få en helhetlig behandling, kutte ut medisiner og legge om kostholdet.



om kostholdet, sier Ole-Anders. I starten spiste han kun ris, for å få magen fast. Så gikk han gradvis over til ris med litt kylling eller fisk, og utfordret gradvis med flere matsorter.

Da han kom til Reidun, ble han anbefalt å kutte ut medisiner, og det gjorde han fra første dag – helt etter eget ønske. Ganske raskt ble han mye bedre, fikk mindre magesmerter og ble mindre kvalm. Behandlingene han fikk hos Reidun, var tankefeltterapi, akupunktur, kopping, soneterapi og kvantemedisin. I tillegg tok han en rekke naturlegemidler.

Utover vinteren endret familien kostholdet totalt. De fetet opp maten med fløte, meierismør, kaldpresset jomfruolivenolje og crème fraîche for at Ole-Anders skulle gå opp i vekt. De holdt seg unna gjær, sukker, kornprodukter, melk og E-stoffer. Siden har de bare brukt rene produkter, laget all mat fra bunnen av og drukket to–tre liter vann hver dag.

Vekten til Ole-Anders økte raskt, og han følte seg bedre etter hver behandling. Etter seks ukers behandling hadde han vanlig avføring, og i løpet av to måneder hadde han gått opp seks kilo. Magen ble helt bra tolv uker etter at han begynte behandlingen hos Reidun. I løpet av sommerferien 2008

hadde han lagt på seg 20 kilo. Da så han ut som rene filmstjernen i forhold til beinranget han var da han kom til Reidun for første gang et halvt år tidligere.

– Jeg må fortsatt regulere det jeg spiser. Hvis jeg spiser pizza fem ganger i uken, flyr jeg mye mer på do. Merker jeg at jeg blir dårlig, kan jeg bare legge om kostholdet litt og ta flere kosttilskudd en uke eller to, så retter det seg opp igjen, sier Ole-Anders. Han er svært takknemlig for behandlingen og veiledningen han har fått av Reidun, og for oppfølgingen familien har gitt ham. Hele familien hans har lagt om kostholdet sitt nå.

– Jeg går på idrettslinja i Askim. Det hadde jeg ikke gjort hvis jeg ikke hadde kommet hit, forteller han og smiler til Reidun. Nå vurderer han også å bli naturterapeut selv, og holde foredrag for kommunen for å oppfordre dem til å forbedre kostholdet i skolene. ■

NOTIS:

NB: Ole-Anders Syversen og Reidun Syversen er ikke i slekt, selv om de har samme etternavn.

Ole-Anders er utrolig takknemlig og fornøyd med oppfølgingen han har fått av Reidun Syversen. Han tror ikke han ville gått på idrettslinja i Askim hadde det ikke vært for henne.

