

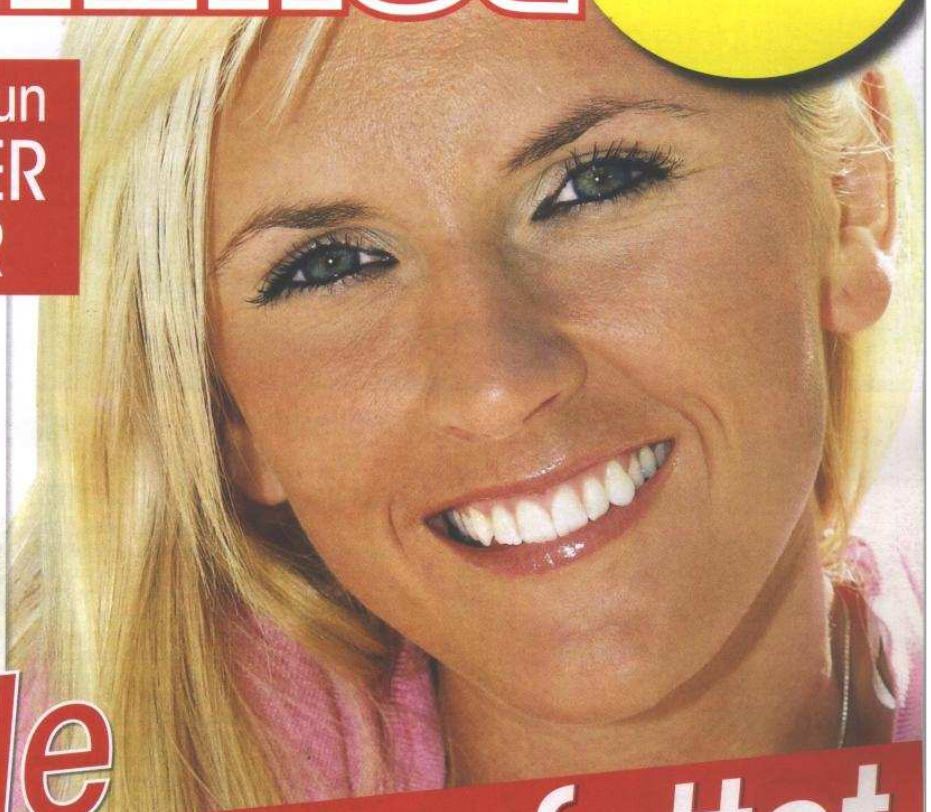
Mest å lese

NR. 30 - 21. JULI 2008

KR 38

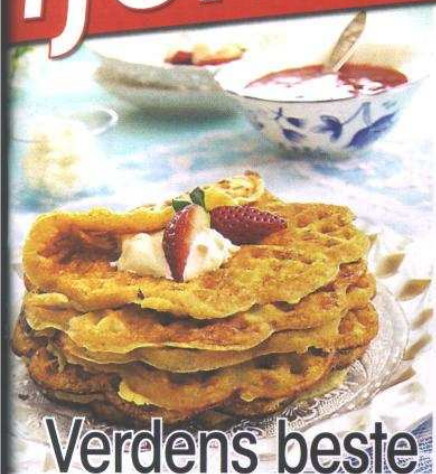
Tett på
Maria
Arredondo

Margareth og Reidun
÷ 2 STØRRELSER
PÅ 30 DAGER



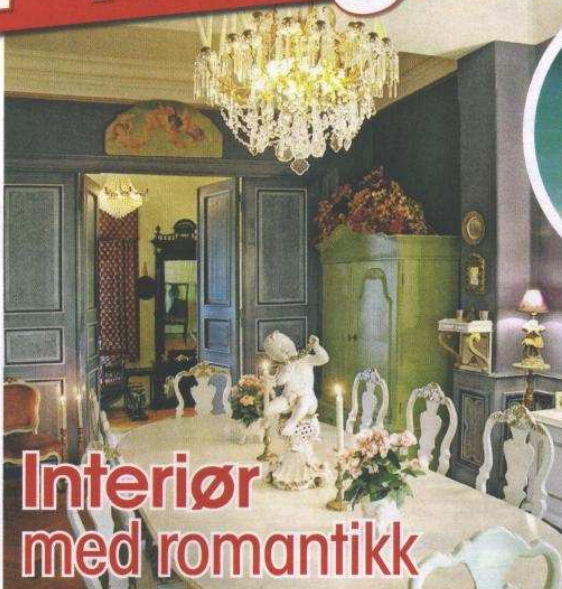
Ny pille

fjerner magefettet



Verdens beste

bc 002 30 **VAFLER**



Interiør
med romantikk

SISTE
SJANSE!

Skrap
&
REIS

VINN
SPANIA-
FERIE

Ny slankepille angriper magefettet

Gikk ned to størrelser PÅ 30 DAGER

Fett som legger seg rundt magen, er ikke bare lite kledelig – det er også helsefarlig. På bare en måned reduserte Reidun Strøm (66) og Margareth Valmestadrød (58) fra Tønsberg magemålet betraktelig. Hemmeligheten er en ny, norsk naturpille.



HJEMMETREPORTASJE

Tekst: Ann Britt Bangeraas
Foto: Jørn Grønland, colourbox.com

–Jeg var rund som en ball rundt magen og veldig misfornøyd med kroppen. Da jeg så annonsen der det ble avvertet etter personer som ville være med og teste ut en ny pille som skulle være så bra, spesielt for magefett, løy jeg på alderen for å få være med. Med mine 66 år var jeg seks år eldre enn det som

var satt som øvre aldersgrense, men dette måtte jeg bare få være med på. Det er den smarteste løgnen jeg noensinne har servert. Dette ble et springbrett til et lettere, sunnere og bedre liv, sier Reidun Strøm.

Hun fremstår som en dame av typen «liten og nett» – akkurat som hun var frem til 50-årsalderen.

–Derfra ballet det på seg. Selv om jeg alltid har rørt på meg, la den ene kiloen seg utenpå den andre, og de fleste havnet rundt magen. Det var absolutt ikke morsomt, sier Reidun.

Hun var én av 28 personer som ble valgt ut for å teste effekten av «30 days», som det nye natur-

produktet heter. Halvparten av disse fikk den virkelige pillen. De resterende fikk placebo – en narrepille.

Rask effekt

–Jeg skjønnte fort at jeg var i den gruppen som hadde fått de aktive virkestoffene. Det tok ikke lang tid før det ble merkbart bedre plass i klærne, sier hun.

–Levde du som før mens studien pågikk?

–Jeg trente som jeg alltid har gjort, og spiste stort sett det samme. Alle deltagerne fikk beskjed om at det kunne lønne seg å holde litt igjen på raske karbohydrater som fint brød og poteter. Men jeg har alltid vært veldig glad i brødskeer med ost, og gjorde ingen store endringer. Likevel viste målinger etter en måned at jeg hadde redusert magemålet med hele 7 centimeter.

Da skal jeg si jeg fikk blod på tann. Jeg meldte meg inn på et treningssenter og begynte å trene mer målrettet, samtidig som jeg ble mer bevisst på hva jeg puttet i munnen. Resultatet er at kroppen

er blitt mer som den var. Gamle klær passer igjen, og for første gang på veldig mange år bruker jeg olabukse. Så dette har vært morsomt, sier Reidun.

Ny kropp

En annen som er fornøyd, er Margareth Valmestadrød. Hun hadde utallige mislykkede slankeforsøk bak seg da hun ble med i studien.

–Jeg har ikke gått ned så veldig mye i vekt, men kroppen har endret seg vesentlig. I løpet av den måneden studien varte, reduserte jeg magemålet med 5,5 centimeter og både midje- og hoftemålet med 2 centimeter. Etterpå har jeg fortsatt å ta produktet og gått ned ytterligere 8 centimeter rundt magen. Det kjennes herlig, sier Margareth, som også er blitt mye mer bevisst på kosthold og trening.

–Jeg spiser overhodet ikke hvete-mel lenger, og bruker bona eller sykkelen jevnlig. Summen av alt er blitt et mye bedre liv. Jeg føler meg vel både fysisk og psykisk, sier Margareth.

ann-britt.bangeraas.@bm-media.no



PAR I HELSE:

Audrey Wong er utdannet urtespesialist. Sammen med ekte-mannen Nils Mortensen har hun komponert en pille som synes å ha spesielt god effekt på magefettet.

Dette viste studien av pillen

28 personer med moderat overvekt deltok i studien som ble gjort på produktet «30 days». Vel halvparten fikk slankepillen, mens de resterende fikk placebo – narrepiller. Ingen visste hvem som fikk hva. Samtlige ble målt rundt mage, midje og hofter ved studiens start og etter 30 dager.

I den aktive gruppen viste målingene i snitt følgende reduksjon:

- Mage: -4,0 cm
- Midje: -3,8 cm
- Hofter: -2,0 cm

I placebo-gruppen viste målingene i snitt følgende reduksjon:

- Mage: -0,2 cm
- Midje: -0,2 cm
- Hofter: -0,3 cm

–Det er imponerende resultater på så kort tid, sier dr.ph. Erling Thom, som har vært faglig ansvarlig for studien.

Han legger til at dette imidlertid kun dreier seg om en liten, såkalt pilot-studie, og at det trengs en større studie for virkelig å kunne dokumentere

disse pillenes slankende effekt.

–Det hadde også vært ønskelig å ta blodprøver og se på hva som skjer med fettstoffene i blodet når magefettet reduseres. Det får bli neste skritt, sier Thom.

Helsekost

«30 days» fås kjøpt i helsekostbutikker.

Pris for en måneds forbruk er kr 359.

MINDRE OMFANGSRIKE:
Margareth Valmestadrod (t.v.) og Reidun Strøm meldte seg som frivillige forsøkspersoner da den nye slankepillen skulle testes ut. Det resulterte i minus 5–7 cm rundt magen i løpet av en måned for de to damene.

**Magemål:
-5,5 cm**

**Magemål:
-7,0 cm**

Slik virker slankepillen

Uttrekk fra seks urter i kombinasjon med helsenøyheten betaglukaner. Dette er hemmeligheten bak en ny, norsk pille som angriper magefettet.

Bak slankepillen står ekteparet Audrey Wong og Nils Mortensen i firmaet Med-eq i Tønsberg. De har jobbet med helse- og slankeprodukter i 25 år. Nå har de utviklet pillen «30 days», et produkt som i en liten, men kontrollert studie viser seg å ha god effekt på magefettet.

–Det vi har gjort, er å kombinere seks utrensede urter — artsjokk, lakrisrot, løvetann, mariatistel, rosenrot og schisandra — med betaglukaner. Mens urtene renser nyrer og lever og stimulerer kroppens evne til å kvitte seg med skadelige avfallsstoffer, stimulerer betaglukanene vårt naturlige immunsystem. Samtidig reduserer disse stoffene også stressnivået i kroppen. At stress virker fetende, er en kjent sak, sier Mortensen.

Han er også svært opptatt av hvordan tarmfloraen vår kan påvirke risikoen for fedme.

–Hos et friskt menneske består tarmfloraen av 85 prosent gode bakterier og 15 prosent uønskede. Et bedrovelig faktum er at svært mange i dag har mest av de dårlige bakteriene. Medisinbruk, et kosthold med mye sukker og en generelt usunn livsstil kan være årsaken til at dette misforholdet oppstår. Konsekvensen kan blant annet være forstoppelse, dårlig fordøyelse, overvekt og energiløshet. En amerikansk studie viser dessuten at tarmfloraen er forskjellig hos slanke og overvektige. Overvektige har blant annet en høyere andel av en bakteriegruppe som

bidrar til et høyere opptak av kalorier fra tarmen, sier Mortensen.

–Hvordan kan det ha seg at slankepillen spesielt angriper magefettet?

–Studier indikerer at ingrediensene i denne pillen blant annet stimulerer et protein som øker fettforbrenningen. Dette proteinet finnes i magefettet. Dette er trolig årsaken til at «30 days» er spesielt effektiv mot store mager, sier han, men understreker samtidig at fysisk aktivitet og et sunt kosthold med redusert inntak av sukker og stivelse er det aller viktigste for å holde magefettet borte.



► **KICK-START:**
 – Resultatene jeg oppnådde mens studien pågikk, ga meg en kick-start til et nytt og lettere liv, sier Reidun.

▲ **GLADERE:**
 – Jeg er blitt i mye bedre humor etter at jeg fikk redusert livvidden. Alt er liksom lettere nå, sier Margareth.



Derfor legger du på deg

- Arvelige faktorer, gener.
- Mangel på mosjon og feil matvaner.
- Medisiner. Mange mennesker har sykdommer som gjør at de må ta medisin hver dag. En del medisiner har vektøkning som bivirkning. En «versing» er antidepressiva (medisiner mot depresjon). Pasienter som lider av depresjon, har en tendens til å gå ned i vekt. Når de begynner med medisiner, legger de på seg.

Andre medikamenter er:

- Nevroleptika, som brukes mot psykotiske tilstander.
- Antiepileptika, som brukes mot epilepsi.
- Visse typer migremidler.
- Visse typer allergimedisiner.
- Visse typer blodtrykksmedisiner.
- Glukokortikoider, som brukes mot betennelsestilstander i kroppen.
- Antidiabetika, som er midler mot diabetes.

Er du opptatt av å hindre vektøkning, bør du derfor snakke med legen din om dette slik at han eller hun kan velge det riktige medikamentet for deg.

Derfor er midjefett farlig

Er du mann og har en livvidde på over 94 centimeter, eller er kvinne med en livvidde på over 80 centimeter, har du kanskje *metabolsk syndrom* og dermed økt risiko for diabetes type 2 og hjerte- og karsykdommer. Metabolsk syndrom kjennetegnes av fettlagring i magen og forstyrrelser i fett- og sukker-

stoffsiftet. Du kan være rammet av dette syndromet om du i tillegg til å være rund rundt magen har minst to av følgende fire risikofaktorer:

- Økt nivå av fett (triglyserider) i blodet
- Lavt nivå av det «gode» kolesterolet (HDL)

- Økt blodtrykk
- For høyt blodsukker

Det beste midlet mot å utvikle eller behandle metabolsk syndrom er først og fremst livsstilsendringer med mer mosjon (helst en halvtime daglig), samt et kosthold med mer frukt og grønt, grovt korn, fisk og magre kjøttprodukter.



GAIA

Medeq Gaiapharma