

Tenner&helse

MEDLEMSBLAD FOR FORBUNDET TENNER OG HELSE

18. Årgang – nr. 4 desember 2012

- De reelle omkostninger ved amalgamfyllinger
- Vår organisme er et økosystem
- Strøm påvirker oss





REDAKTØRENS HJØRNE

2012 er inne i sin avslutning, og det er nå snart fem år siden amalgamforbudet ble en realitet i Norge, og to år siden innføringen av et totalforbud. Internasjonalt fortsetter kampen mot amalgam som tannfyllingsmateriale parallelt med arbeidet for å forby enhver bruk av kvikksølv. Litt paradoksalt blir det derfor at forbudet mot glødepærer, som ble innført denne høsten, medfører økt bruk av kvikksølvholdige sparepærer. Hvert år havner millioner av disse pærene direkte i søpla.



Denne utgaven av Tenner & helse har fokus på kroppens unike evne til helbredelse. Det er en stor tragedie at vi fratas den naturlige muligheten vi har til å opprettholde god helse. Summen av miljøpåkjenninger er enorm for mennesker i dag, og det må vel være hevet over tvil at cocktail effekten av ulike giftstoffer, stråling og stress utsetter kroppene våre for belastninger langt over det som er forsvarlig. Dette speiler seg blant annet i ulike smerte- og sykdomstilstander.

Mennesket er et helt vesen, og del av en større økologisk sammenheng. Når vi ser hva som er i ferd med å skje rundt oss, med tanke på naturødeleggelser og forurensning, er det grunn til å gå på barrikadene, ikke bare mot bruk av kvikksølv, men mot alt som truer vår eksistens som friske mennesker.

Jeg ønsker oss alle en fortsatt fredelig adventstid, en god jul og et helsebringende nytt år.

Redaktør
Toril Sonja Gravdal



FORBUNDSLEDER HAR ORDET

I år som i fjor har Forbundet Tenner og Helse deltatt på to alternativmesser.

Dette året er det fylkeslagene i hordaland og Aust/Vest Agder som har bidratt med innsats.

I mars deltok FTH på alternativ messen i Grieghallen i Bergen. Og i oktober på alternativmessen i sørlandsparken i Kristiansand.

Vi opplever at mange setter pris på den informasjonen vi formidler. Blant annet om bivirkninger av odontologiske biomaterialer.

Forgiftninger av kvikksølv fra amalgamfyllinger er en viktig årsaksfaktor ved svært mange helseplager og sykdommer.

En myte finnes i helsevesenet; at det bare er en forsvinnende liten del av pasientene som har problemer relatert til amalgam og andre tannfyllingsmaterialer. Egentlig er de amalgamskadede omtrent like mange som andelen personer med diabetes.

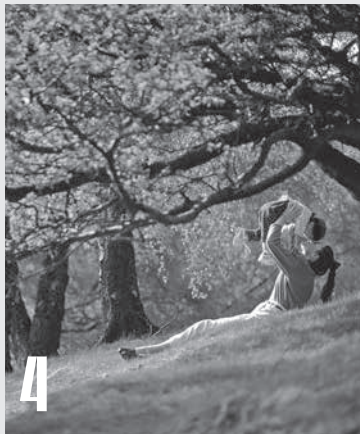
Likevel får de tannhelseskadde på ingen måte den hjelp og støtte som diabetespasientene får. De er derimot, så langt, blitt betraktet som psykisk syke. På dette feltet har helsevesenet mislykkes, sier Anne Marie Lidmark, folkehelseviter og prosjektleder for Hetprosjektet i Sverige. Les mer om dette på hjemmesidene våre www.tenneroghelse.no



På vegne av sentralstyret ønsker jeg dere alle en

GOD JUL OG ET GODT NYTT ÅR!

Vennlig hilsen
Dag Einar Liland,
leder FTH



- S 4 Vår organisme er et økosystem
- S 6 Småstoff
- S 8 Selvhelbredelse, en forutsetning for livets bestående
- S 12 Renaturer dine omgivelser
- S 15 Baldron senter åpnet i Oslo sentrum
- S 16 Småstoff
- S 21 Norsk Byggbiologi Forening stiftet
- S 22 Cellehealing og fornyelse av celler
- S 23 Småstoff
- S 24 Strøm påvirker oss
- S 26 Aloe Vera produkter med svært gode resultater



VERVEKAMPANJE

**Støtt vårt viktige arbeid!
Vi trenger deg som medlem!**

Verv 1 medlem – bli med i trekningen av
GAVEKORT pålydende kr 1000,-

Dersom du verver 2 medlemmer får du dobbelt vinningsjans!
- og verver du 3 – trippel!

Melding om vervet nytt medlem sendes post@tenneroghelse.no
eller Forbundet Tenner og Helse,
Totlandvegen 365, 5226 Nesttun

VÅR ORGANISME ER ET ØKO

– Ny viten – gammel kunnskap

Gjentatte ganger de siste årene har vi kunnet lese om ny forskning som understreker betydningen av alle de millioner av mikroorganismer som bor på våre slimhinner.

Av Fride Aasen;
naturlig terapeut MNNH REG.

NORSKE FORSKERE

I 2007 kunne man lese en artikkel i bladet *umb-nytt* (Universitetet for miljø og biovitenskap) som het "Historien om hvordan bakteriene lur oss". Artikkelen forteller om forskningen til den norske professoren Leiv Sigve Håvarstein. Han er ledende i verden innen forskning om hvordan bakterier blir kompetente for naturlig genetisk transformasjon, det vil si hvordan de tar opp arvestoff fra andre bakterier. Håvarstein har sett spesielt på bakterien *Streptococcus pneumoniae* som blant annet kan gi lungebetennelse, hjernehinnebetennelse og mellomørebetennelse. Vi mennesker har en såkalt vertikal genoverføring. Det vil si at vi overfører gener fra oss selv til barna våre, og slik fra generasjon til generasjon. Bakteriene derimot, har en horisontal genoverføring. De kan ta opp DNA fra en annen bakterie og plutselig få helt andre egenskaper. Håvarstein forklarer det slik: "Når bakteriene blir utsatt for stress utenfra, som for eksempel antistoffer fra en vaksinert person, kan de bytte kapsel ved å ta opp kapselgener fra en pneumokokk med en annen type kapsel. De snur så å si kappen etter vinden og unngår å bli slått i bakken av antistoffene". "Da kan vi bli syke, selv om vi er vaksinert", sier Håvarstein. "På samme måte er det med antibiotikaresistens. Et reservoar av antibiotikaresistensgener finnes hos pneumokokkenes snille slektninger som lever i munnhulen vår. Gjentatte antibiotikakurer fører til at disse bakteriene gradvis forandrer seg og blir mer motstandsdyktige mot antibiotika. Når de slemme søskenbarna, pneumokokkene kommer på besøk, kan disse

angripe de bofaste streptokokkene og ta opp i seg deres resistensgener på et blunk", forteller Håvarstein videre.

Det å kjenne sin fiende og vite hvilke sjakktrekk fienden har, gir de som skal utvikle behandlingsmetoder informasjon om hva de bør gjøre og ikke bør gjøre, mener Håvarstein.

HUMAN MICROBIOME PROJECT

I et intervju i Aftenposten 21. juni 2010 med Dag Hessen, professor i biologi ved Universitetet i Oslo (Institutt for biologi), omtales et forskningsprosjekt ved navn Human Microbiome Project. HMP er et av flere forskningsprosjekter som tar sikte på å lære mikrolivet i kroppen bedre å kjenne. Hessen påpeker det faktum at vi har 10 ganger så mange bakterier i kroppen som egne kroppsceller. I tillegg er det et uttall andre mikroorganismer. Man antar at mikroorganismerne i kroppen vår har hundre ganger så mange gener som vi mennesker har. Dette kan påvirke hvordan våre gener uttrykkes, som for eksempel hvordan enzymer vi til enhver tid produserer i fordøyelsessystemet, sier han.

Vi er et økosystem for bakteriene, og det ligger nok mange tusen, ofte millioner års felles utvikling bak dette partnerskapet. Vi er avhengige av bakteriene, men må samtidig sørge for å kontrollere at de ikke tar over styringen, sier Hessen. Det er nemlig slik at vi i utgangspunktet ikke kunne levd uten bakteriene, som for eksempel *E.coli*, som vi er helt avhengig av som nedbryterhjelp i fordøyelsessystemet. Men de kan også snu seg mot oss, og gi oss plager og sykdommer. Ofte er det slik at "snille" bakterier kan bli "slemme" dersom det blir miljøendringer inne i kroppen, sier han. Vi har ulike bakterier med oss

gjennom livsfasene, og de koloniserer oss fra første stund, ifølge den norske biologen.

DAVID SERVAN-SCHREIBER

Videre kan vi lese i Aftenposten 25. oktober 2010 om den fransk-amerikanske hjerneforskeren David Servan-Schreiber som har skrevet boken: "Kreft og terrenget ditt". Han beskriver forholdet mellom inflammasjoner i kroppen og kreft. David Servan-Schreiber er en av grunnleggerne av Leger uten grenser i USA. I følge David Servan-Schreiber er inflammasjoner er forutsetning for at kreft kan utvikle seg. Årsaken til inflammasjoner er som regel kroniske infeksjoner, for eksempel fra virus. Den kjente forskeren forklarer det slik: "Betennelsen får kroppen til å sende ut inflammasjonshemmende stoffer som skal reparere skaden, men som kreftcellene klarer å bruke som mat for å utvikle seg til en svulst. Han mener økningen av kreft ikke kommer av at folk blir eldre og dermed sykere, men påvirkningen miljøet og kosten har på kroppen vår vedrørende inflammasjoner.

OLE AUDUN WERNER HAABETH

I løpet av 2011 har norsk forskning ved Ole Audun Werner Haabeth og Alexandre Corthay (avdeling for immunologi og transfusjonsmedisin og Senter for immunregulering ved Universitetet i Oslo) kommet med tilsynelatende motsatt resultater - *at betennelse bekjemper kreft* (Forskningstidskriftet Apollon 3/11). De beskriver sine funn slik: "Betennelsesbeskyttelsen mot kreft er et tett samarbeid mellom to av immunsystemets viktige bestanddeler; T-hjelpecellene og makrofager. T-hjelpecellene sporer opp kreftcellene ved å gjenkjenne visse proteinforandringer i

SYSTEM

kreftcellene. Ved hjelp av signalmolekyler instruerer T-hjelpecellene makrofagene. Makrofagene er storspisende celler som får den blodtørstige oppgaven med å drepe kreftcellene.” Videre kan vi lese: ”Makrofagene kan også sende ut signalmolekyler som stopper blodkardannelsen i kreftcellene. Blodkardannelse er viktig for at svulsten skal vokse. Da klarer ikke svulstene å vokse og vil til slutt sulte i hjel”.

Det at disse to forskningsresultatene tilsynelatende et motstridende, vil ikke si det samme som at en av dem ikke er riktig. Begge to har validitet. La oss heller konkludere med:

- Inflammasjoner gir grobunn for utvikling av kreftceller
- Kroppen har innebygget forsvar mot at inflammasjoner fører til kreft

JØRGEN VALEUR, ARNOLD BERSTAD OG TORE MIDTVEDT

Flere norske forskere konkluderer med at dysbioser i tarmen kan føre til kroniske sykdommer, spesielt ved fortsettlekk tarm. Våre tarmbakterier mistenkes ikke bare for å spille en sentral rolle i tarmplager som tarmkreft, irritabel tarm (IBS) og inflammatorisk tarmsykdom (Crohns sykdom og ulcerøs colitt). Forskere mener vi også kan finne årsaken til mange kroniske lidelser blant bakterier og parasitter i tarmen, blant annet over-

vekt og diabetes. Kanskje bakterier også har en finger med i spillet ved fibromyalgi og kronisk tretthetssyndrom, mener Jørgen Valeur, Arnold Berstad og Tore Midtvedt, som nylig skrev om ideen i Tidsskriftet for Den norske legeforening.

Selv om dette er vyer og ennå ikke fakta fra forskningens side, er disse uttalelser i tråd med mange naturterapeuters erfaring fra de siste tiår.

Noe av det viktigste som har blitt avdekket de siste årene, er hvilke egenskaper bakteriene har, og hvordan de påvirker kroppen og hjernen vår. Bakteriene utfører viktige funksjoner som kroppen selv ikke klarer. De hjelper til å bryte ned maten vi spiser, og forsvaret oss mot angrep fra patogene mikrober. Det mest oppsiktsvekkende er imidlertid at bakterier kan kommunisere både med hverandre og med oss.

I 2011 viste et eksperiment at melkesyrebakterien *Lactobacillus rhamnosus* kunne redusere angst- og stressadferd til dyr ved å påvirke vagusnerven. I tillegg til å sende nervebeskjeder kan bakterier ”slå gener av og på”. I 1996 oppdaget en doktorgradsstudent at bakterier kunne skru på gener som gjorde at tarmcellene gav dem mat, forteller Midtvedt. Han forteller videre at man vet om bakteriearter som kan slå av og på over 400 menneskelige gener.

Da er det ikke å undres over hvor stor påvirkning bakterier har på menneskers helse. Valeur mener det er snakk om en ny æra innen medisinen, den nye viten som dukker frem.

BIOPATI

En varm og solrik junidag i 1986 var jeg på et foredrag av biopat Carl Erik Farnes i Trondheim. Selv om det var en tilfeldighet som førte meg dit, ble tema i det han fortalte toneangivende i mitt liv. Nå - 25 år etterpå, er temaet fortsatt det mest spennende jeg vet om. Det foredraget dreiet seg om, var historien om forholdet mellom *mennesker og mikrober*. Et forhold som de fleste andre forhold: når det er bra, vokser og trives man, og er lykkelig, men når det er dårlig, forvitrer og degenerer man.

Jeg har nå jobbet i over 20 år som biopat og fordypet meg i det vi i biopatien kaller symbioseterapi eller immunterapi, hovedfaget innen biopati. Symbioseterapi beskriver og behandler forholdet mellom kroppen og alle de mikroorganismene som lever på huden og slimhinnene våre. Det vil si kroppens overflate. Hud og slimhinner er kroppens *bymur*, og danner en naturlig barriere mellom kroppens indre og ytre. Mange tenker kanskje ikke over det, men innholdet i tarmene våre, er fortsatt utenfor *fortsetter side 18.*



Markering foran Stortinget

Oslo og Akershusavdelingen markerte 29. september med stand utenfor Stortinget.

Denne dagen var det også flere store demonstrasjoner i Oslo sentrum, og konkurransen om folks oppmerksomhet var stor. Likevel var det flere som sa ja takk til et blad, og noen tok seg også tid til en liten prat.

På bildet ses fra venstre : Helene Freilem Klingberg, Oddvar Juklestad og Turid Stranger.



FTH i nye kontorlokaler

FTH har nå tatt i bruk nye kontorer på Lørenskog. Husvert er FFO, og beliggenheten utenfor Oslo sentrum gir en langt gunstigere husleie enn vi hadde tidligere.

En stor TAKK til John Pandur, som har påtatt seg størsteparten av jobben med flyttingen.

Nytt tilskuddsregelverk

Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (Bufdir) har sendt ut på høring et forslag til nytt tilskuddsregelverk for funksjonshemmedes organisasjoner. Frist for høringssvar er satt til 3. desember. Det er også sendt ut et høringsnotat med utdypende forklaringer til de sentrale bestemmelser i utkastet. Bufdir vil etter høringsfristen har utløpt gjennomgå og vurdere de innkomne høringssvarene. Basert på denne gjennomgangen vil direktoratet bearbeide utkastet ytterligere, med det mål å avgi et endelig forslag til nytt tilskuddsregelverk til Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet medio februar 2013.

Søknadsbehandlingen for 2013 vil i all hovedsak foretas etter samme regelverk som før, og tilskuddsregelverkene for 2013 vil bli publisert på direktoratets nettsider i løpet av kort tid.

*Forbundet Tenner og Helse
ønsker alle lesere en riktig god jul og et godt nytt år!*



STATSBUDSJETTET 2013

Mens vi venter på at tannlegebehandling skal dekkes av folketrygden, på lik linje med annen legebehandling, må vi ta til takke med:

I STATSBUDSJETTET FOR 2013 FORESLÅR REGJERINGEN

- å bevilge 40 millioner kroner til tilbud om tannhelsekontroll hvert annet år for eldre over 75 år, med virkning fra 1. juli 2013. Der tannlegen følger statens honorartakster vil selve kontrollen være gratis, og dekkes av stønaden på 800 kroner.
- å øke folketrygdens stønadsordning til tannbehandling for personer med varig sykdom eller med varig nedsatt funksjonsevne med 20 millioner kroner med midler som frigjøres som del av utfasing av ordningen med særfradrag for store sykdomsutgifter.
- å styrke tiltak innenfor tannhelsetjenestens kompetanseløft og tiltak overfor særskilt utsatte grupper med 30 millioner kroner ved omdisponering fra folketrygdens stønadsordning til tannlegehjelp.



LANDSMØTE 2013

Forbundet Tenner og Helse avholder landsmøte i Bergen 25.-26. mai 2013.

Saker som ønskes fremmet på landsmøtet må være sentralstyret i hende senest 30. mars.

Husk å melde adresseendring!

Vi minner om at det er viktig at du informerer oss om din nye adresse ved flytting, slik at du fortsatt mottar medlemsbladet fra oss.

FTH ønsker å motta din e-post adresse

Vi oppfordrer alle medlemmer i FTH som har e-post adresse om å sende den sammen med navn og medlemsnummer til kontor@tenneroghelse.no slik at vi kan registrere den i medlemsregisteret.

LAD OS KRÆVE ET GLOBALT FORBUD AF KVIKSØLV-PRODUKTER

DER ER
MANGE
KILDER DER



FORGIFTER
DIG MED
TIDEN

Nobody needs
mercury!



Dr. Mutter



Dr. Klinghardt



Dr. McGuire



Dr. Cutler



Dr. Huggins



Prof. Haley

Div. anerkendte eksperter har bevist skadelige virkninger af tungmetaller på din krop og hjerne. Læs også Lene Hanssons bog DETOX OG SUPERFOOD

Symptomer på kronisk ophobet kviksølv-/tungmetalforgiftning er mangeartede og forvirrende for mange læger:

Abnorm træthed • Angst, indre uro, stressfølsomhed
Søvnforstyrrelser • Manglende koncentrationsevne/hukommelse
Nedsat indlæringsevne • Synsforstyrrelser • Kolde hænder og fødder
Hovedpine/depression • Svimmelhed • Muskelsmerter/ledsmerter
Hudområder med unormal følsomhed • Fordøjelsesforstyrrelser
Rystelser • Kroniske bihuleinfektioner • Allergiske problemer

Læs mere på websitet og del dine tanker med ligesindede i **facebook** gruppen:

www.tungmetal.dk

SELVHELBREDELSE, en forutsetning for livets beståe

Av **Are Thoresen, CMV, veterinær, homøopat, akupunktør**

Det er viktig å være seg bevisst at alt vi gjør med dyr eller mennesker for å oppnå en helbredelse på et naturmedisinsk grunnlag, er bygget på at vi stimulerer kroppens egen evne til selvhelbredelse.

I seg selv har de naturmedisinske metodene liten eller ingen virkning, bortsett fra at de er i stand til å stimulere selvhelbredelsen.

Derfor vil disse metodene falle dårlig ut om man undersøker deres egenvirkning, slik man ønsker å gjøre i vanlige medisinske forsøk.

Sykdom er tap av kontroll. Når det gjelder kreft tapes kontrollen over celleveksten.

Selvhelbredelse forekommer naturlig, - i hvert fall av og til. Når vi blir i stand til å gjeninnta kontrollen over vår kropp og våre prosesser.

Og selv om det er sjeldent, så er det uansett en realitet og en mulighet, - for oss alle.

- om vi bare kunne finne ut hvordan den kan utløses, hvordan vi kan sette den i gang, hvilken knapp vi kan trykke på...

Den katolske kirken klassifiserer det som **et under** når en person har blitt helbredet av en tilsynelatende uhelbredelig sykdom, uten inngripen av leger eller andre helbredere, med et mulig unntak for healere.

I et medisinsk leksikon som Zetkin/Schaldach er ikke begrepet engang nevnt.

I Aschehougs store norske leksikon er selvhelbredelse heller ikke nevnt.

På Google var det 6.990.000 treff for "Self healing", da vesentlig, om ikke utelukkende innen alternativ medisin.

Innen vanlig medisin karakteriseres slike hendelser som ikke forklarlige hendelser, tilfeldigheter, løgn eller pasientens selvbedrag eller ønske om å bli bedre. Og om de

opptrer innen forsøk eller pasient-evalueringer, utelukkes pasienten som regel fra forsøket.

Men, om selvhelbredelse virkelig forekommer, ja da må jo **muligheten** for dette være til stede i kroppen. Ikke bare hos den som blir helbredet, men hos oss alle.

Sannheten er jo selvsagt at selvhelbredelse forekommer hele tiden, hos hver enkelt av oss. Hele tiden bekjemper kroppen våre betennelser, bakterier, sopp og virus, endog prioner. Hele tiden drepes potensielle kreftceller.

Hele tiden er vi i kontroll.

Det er bare når denne kontinuerlige selvhelbredelsen eller kontrollen svikter, stopper opp, at sykdom oppstår. Og om vi selv, vår kropp eller andre faktorer klarer å settes selvhelbredelsen i gang igjen, ja da kaller vi det et under, for selvhelbredelse, for placebo.

Derfor har jeg gjennom hele mitt profesjonelle liv vært interessert i å finne og kartlegge disse selvhelbredende prosessene, for således å kunne sette dem i gang hos syke hvor de har hengt seg opp, sette den syke i stand til å igjen ta kontrollen i eget hus.

Ut i fra den erfaringen jeg har med selvhelbredelse, er det en rekke faktorer som kan sette en syk person i stand til å ta kontrollen, sette i gang selvhelbredelsen; psykiske faktorer, meditasjon, kunstnerisk aktivitet, planter, akupunktur, soneterapi, musikk eller osteopati. Derfor er det nærliggende å tro at selvhelbredelsen har flere nivåer eller inngangsporter, akkurat som i samfunnet for øvrig.

Innen skolemedisinen kalles ofte selvhelbredelsen for "Placebo".

Placebo er når man, av ukjente årsaker, ofte noe så enkelt som tro og overbevisning, virkelig **har** blitt frisk.

Kroppens egne helbredende

mekanismer, som kan igangsettes av akupunktur og/eller psykiske faktorer, er ofte eksakt de samme som blir stimulert av konvensjonelle terapier. Det er vist i forsøk at en slik placebo-effekt fører til reelle og identiske forandringer i hjernen, likt de endringer som "en virkelig" terapi fremkaller. Hvordan dette fungerer er fortsatt omdiskutert.

Dette temaet har blitt inngående dokumentert av Dr. Ario Conti, en sveitsisk forsker, i hans beskrivelse og introduksjon av neuroimmunomodulering. Innen denne forskningen har man vist at psyken har direkte og reelle forbindelser til nervesystemet. Nervesystemet har den

nde

aller største betydning for påvirkning av hormonsystemet og immunsystemet, og derved er av den aller største betydning for de fleste sykdommer.

Derfor har de forskjellige alternative terapeuter forskjellige resultater, og om man fjerner den personlige påvirkningen (placebo) i dobbeltblinde forsøk, fjerner man denne her beskrevne effekten eller muligheten for en svært effektiv terapi.

SELVHELBREDELSENS FORUTSETNING; EN FUNGERENDE KROPP - KONTROLL - FEED BACK

All virkelig helbredelse er selvhelbredelse.

Det er bare kroppen selv, våre egne selvhelbredende systemer, som kan gi en fullverdig og varig helbredelse.

Et sår kan ikke gro om ikke kroppen selv lar det gro.

Et hårstrå kan ikke vokse om ikke kroppen selv kan la det vokse.

For mange år siden var jeg på rideferie på Dovre. Der traff jeg en professor i indremedisin, og kom selvsagt i samtale med ham om selvhelbredelse.

Han konkluderte etter en tid med at "den eneste sanne helbredelse er placebo".

Dog, da jeg noen år senere skulle skrive en artikkel om selvhelbredelse og placebo, og ville referere

uttalelsen til denne professoren, benektet han å ha sagt noe slikt.

En forutsetning for at en syk person kan gjeninnta kontrollen over eget liv, at han kan sette i gang selvhelbredelsen eller la den bli satt i gang av en terapeut, er at "kommandolinjene" fungerer, og at de selvkontrollerende prosessene ikke er ødelagt.

At mekanismene fungerer. Mange ting gjør at dette kan være vanskelig, særlig når man først allerede er syk;

- Medisinene man tar kan hemme selvhelbredelsen, så som cortison eller cellegift.
- Stråling ødelegger mange av



kroppens prosesser, blant annet immunsystemet. Da er det vanskelig å sette i gang selvhelbredelsen.

- Vanskelige psykiske situasjoner.
- Kronisk stress og sterke psykiske belastninger som skilsmisse, død av kjære eller vanskelige jobbsituasjoner.

SELVHELBREDELSENS REGULERINGSMEKANISMER

Selvhelbredelsen har flere systemer og nivåer å spille på

Gener

Vi har en rekke gener som regulerer kroppens forskjellige funksjoner for eksempel celleveksten.

I forhold til kreft, er det da viktig om disse genene er slått på eller av.

Hva som slår dem på eller av er de samme prosessene som regulerer selvhelbredelsen.

Det elektriske systemet

Bjørn E. W. Nordenstrøm, M.D. har oppdaget og beskrevet BCEC, "Biologically Closed Electric Circuits". Han har vist at hele organismen er regulert av et statisk elektrisk felt. Han har vist at strømmen av elektrisk energi kan danne helt nye strukturer så som fibrøse membraner, organkapsler og ulike former av kanaler. Elektrisk strøm, dannet av ionstrømmen i blodkarene, lymfekarene og i interstitielle kanaler, skaper i sin tur et elektromagnetisk felt.

Når blodkarene avgir grener, skjer det ofte i ~90° vinkel. Likeså danner blodkarene ofte loop-formasjoner. Disse fungerer som transformatorer for både den ioniske strømmen og det elektromagnetiske feltet. Dette feltet regulerer organismens mange funksjoner, også av- og på-genene.

Nervesystemet

Dette systemet er involvert i de fleste prosesser i kroppen, og ved å stimulere dette på spesifikke måter, kan mye reguleres.

Meridianene

Meridiansystemet som brukes innen

kinesisk medisin er også en viktig reguleringsmekanisme for kroppens prosesser. Innen dette systemet finnes det også spesifikke punkter for kontroll av prosesser som har kommet ut av kontroll, for eksempel ukontrollert cellevekst. Innen dette systemet er det utviklet spesifikke punkter for kontroll av spesifikke sykdommer og problemer på spesifikke steder på kroppen.

Blodsystemet

Blodforskyningen til de forskjellige vev og organer er også med på å regulere disse aktivitetene. Jo mer blod jo høyere aktivitet. På denne måten er blodsystemet en viktig del av organismens reguleringsalternativer, og en viktig del av selvhelbredelsen. Øker blodtilstrømningen til et område som ikke fungerer optimalt, kan ofte problemet løses.

Peptider, et signalsystem

Tidligere ble proteinene regnet for å være livets primære molekyler (proteios = primær), men i løpet av de siste tiårene har det blitt klart for vitenskapen at det viktigste systemet består av protein-segmenter. Disse kalles peptider. Disse peptidene kan finnes overalt i kroppen, og inngår i en rekke sofistikerte prosesser og funksjoner, alt fra toxiner og antibiotika til signalsubstanser. Peptidene har hittil blitt antatt å bli produsert ved behov, men den forskningen jeg har gjort har vist at disse peptidene ofte oppstår ved at passende deler av proteinene klippes av, og derved frigjøres store mengder peptider i løpet av sekunder. Proteinene i blodet fungerer altså som et reservoar av peptider til bruk ved akutte situasjoner.

Selvhelbredelsens multiplisitet

Det er svært viktig å være klar over at selvhelbredelse ikke bare er en enkeltstående mekanisme, som kan settes i gang uansett sykdom. Selvhelbredelsen er, siden den jo bygger på et samspill mellom alle kroppens selvregulerende systemer, svært komplisert. Den må således settes i gang på forskjellig måte alt etter

hver sykdom sin egenart. Til og med når pasienter har kreft, er det forskjellige måter selvhelbredelsen må settes i gang, alt etter hvilken type kreft det er, dessuten hvordan og hvor kreften har oppstått. Dette har jeg redegjort for i foredrag, i bøker og i artikler

HVA KAN SETTE SELVHELBREDELSEN I GANG

Viktig er å vite at selvregulering er en spesifikk prosess. Det betyr at stimulering av selvhelbredelse fordrer en spesifikk stimulus.

Selvhelbredelsen settes i gang av en impuls rettet mot den spesifikke prosessen som er satt ut av spill, den spesifikke selvhelbredelsesmekanismen.

Akupunktur

Innen akupunktur kan man nå til å stimulere de fleste av kroppens prosesser. Da er det viktig å først finne ut hvilken prosess som har sviktet sin kontrollerende funksjon, og så stimulere denne. Den sviktende prosessen er aldri lokalisert på det samme stedet som hvor kreften eller sykdommen har oppstått. Derfor vil behandlingen aldri bli symptomatisk, bare kausal; årsaksrettet.

Osteopati

Alle kroppens vev, hinner eller strukturer står i kontinuerlig kommunikasjon med alle kroppens prosesser. Derfor kan man ved hjelp av osteopati eller kiropraktikk også sette i gang selvhelbredelsen.

Imaginerings

Som Ario Conti har vist står hjernen i forbindelse med alle prosesser, og ved hjelp av spesielle imaginasjoner kan man likeledes stimulere de prosesser som har sviktet sin kontrollerende funksjon, og latt sykdom oppstå.

Vitaminer og mineraler

At vi har optimale mengder og tilførsel av vitaminer og mineraler er nødvendig for at det elektriske feltet skal kunne virke.

En fullverdig diett

For at de forskjellige prosessene skal fungere optimalt, er det viktig med en fullverdig diett. Om en prosess har sviktet, bør man spise mer av de fødemidler som er viktige for nett-opp denne prosessen.

Psykiske faktorer

Som Ario Conto har vist, vil vår psykiske tilstand, at vi har kontroll, virke inn på den kontrollen kroppen har over for eksempel celleveksten.

Planter

Organenes funksjonsdyktighet innvirker sterkt både på det elektriske feltet, på kontrollen av de forskjellige prosessene og på psyken. Diverse planter kan stimulere de forskjellige organene og prosessene.

SELVHELBREDELSENS UTFØRING, BLODET, NERVESYSTEMET OG IMMUNSYSTEMET

Blodet består av en rekke proteiner, blant annet Hemoglobinet.

Dessuten står blodet under kontroll og innflytelse av et elektrisk felt, et system av statisk potensiale. Kroppens bioelektriske system, et holistisk elektromagnetisk system, som kontrollerer blodets bevegelser, enzymenes aktivitet og mye av det som foregår i blodet.

Når sykdom eller annen ubalanse oppstår av ulike grunner, vil dette virke inn i dette bio-holografiske systemet, og mottiltak iverksettes av kroppen; selvhelbredelse. Dette systemet fanger altså opp forstyrrelser i kroppen, forstyrrelser som forårsakes av skader, vevsdød, feilproduksjoner, bakterievekst med mer. Dette systemet gir så beskjed via de elektriske spenningsstrømmene, av Nordenströms beskrevne som et system av "closed electric circuits" til blodåresystemet, som kobler av peptider fra de proteinene som befinner seg i blodet, ofte haemoglobinet. Disse peptidene vil da regulere de syke prosessene tilbake til normal aktivitet.

Om dette systemet ikke virker, kan man gå inn på en rekke nivåer for å få satt det i aktivitet, og slike tek-

nikker er det at mye av naturmedisinen bygger på, blant annet akupunkturen.

Akupunkturpunkter kan sette de selvhelbredende systemene i aktivitet.

Forholdet mellom akupunktur og immunsystemet er et svært viktig og interessant emne. Også innen skolemedisinen har man de senere årene blitt mer og mer klar over immunsystemets store betydning for en rekke sykdommer. Enkelte skolemedisinere hevder endog at *alle* sykdommer har mer eller mindre årsak i et immunsystem i ubalanse.

Ut i fra dette kan vi forstå at et godt fungerende immunsystem er ytterst viktig for kroppens velbefinnende, og at dette har stor betydning for de fleste sykdommer. Dette gjelder særlig i dag hvor immunsystemet blir utsatt for store påkjenninger, både hos mennesker, dyr og planter.

Mange undersøkelser viser at akupunktur aktiverer immunsystemet. Det virker både på den ikke-spesifikke cellulære (celle-bundet immunitet) og den humorale (blodrelatert, det vil si avhengig av forskjellige stoffer i blodet) immuniteten. Stimulering av visse punkter aktiverer de hvite blodlegemene slik at de formerer seg raskere og blir mer aktive i å drepe mikrober og virus. Mikrosirkulasjonen i vevene blir også påvirket slik at de hvite blodlegemene og antistoffene i blodet lettere når fram til de bakterier og virus de skal uskadeliggjøre.

Etter radioaktiv stråling er det særlig immunsystemet som blir svekket, og flere forsøk viser at akupunktur raskt får immunsystemet tilbake til normalfunksjonen. Dette gjelder både antall røde og hvite blodlegemer. I Hiroshima fikk befolkningen etter 1945 en uønsket demonstrasjon på dette. Gjennomsnittlig levealder for strålingsbelastede og akupunkturbehandlede japanere var den dobbelte av de ubehandlede.

Det er gjort forsøk på å måle hastigheten de hvite blodlegemene beveger seg mot bakterier og virus med. En halv time etter akupunkturbehandling beveger de hvite blodlegemene seg dobbelt så raskt mot

bakterier som før akupunkturen. Det er således hevet over en hver tvil at akupunktur stimulerer immunsystemet.

Nervesystemet regulerer alle kroppens prosesser. Via dette, som ved de fleste regulerende soneterapier inkludert akupunktur, kan spesifikke nerver stimuleres, som så igjen stimulerer de prosessene som har kommet i underfunksjon, og som derved har sviktet sin regulerende funksjon overfor andre prosesser.

SELVHELBREDELSENS FOTSOLDATER, PEPTIDENE (DE RØDE) OG DE HVITE BLODLEGEMENE

Bioaktive peptider eller peptider er aminosyrekjeder som består av 2-40 aminosyrer. Deres funksjon er å formidle signaler i og utenfor cellene. De bioaktive peptidene har ofte en fleksibel struktur, og de kan binde seg til spesifikke områder på små proteiner, større proteiner, RNA eller DNA.

Disse peptidene benytter kroppen som et viktig ledd i sin selvhelbredelse. Disse peptidene klippes av eller frisettes fra store proteiner i blodet, eller fra de røde blodlegemene, når sykdom truer og selvhelbredelsen skal settes i gang. Det er i utallige forsøk vist at vesentlige effekter av akupunktur medieres via peptider.

De hvite blodlegemene er ofte de som blir stimulert eller må utføre de prosesser som peptidene har satt i gang. De må rydde opp i døde celler, eller drepe de sykdomsrelaterte celler som er bekjempet av peptidene eller andre deler av selvhelbredelsen.

SELVHELBREDELSEN, MEDISINENS FRAMTID

En vitenskap, basert på innsikt i kroppens egne kontrollmekanismer, hvor kontrollen over sykdommer kan stimuleres via ulike og spesifikke stimulering av kroppen; så som planter, akupunkturpunkter, soneterapi, meditasjoner, bevegelser, musikk...

Ja, det virker som en svanesang.

RENATURER DINE OMGIVEL

Av **Marit Grendstad**

Marco Polo ble på en av sine reiser alvorlig syk. Diagnosen er ukjent, men behandlingen er kjent. Hele hans store følge på mange tusen menn, måtte stoppe opp og Marco Polo ble fraktet til den høyeste fjelltoppen hvor han ble i hele ett år. Han ble frisk og fortsatte videre med sitt store følge.

Hva skjedde på denne fjelltoppen? Vi vet ikke så mye, men vi vet at der oppe var den reneste lufta og det reneste vannet – en enkel og kjent behandlingsform med livgivende effekt.

Fjellet - og hytta på fjellet - har for mange blitt et sted å lade opp batteriene. For andre igjen, har det vært et tilfluktssted og fristed fra

stress fra omgivelsene, enten de er synlige eller usynlige. Det er gått noen hundre år siden Marco Polo ble frisk av å være på fjellet. I dag vet vi at vannet i fjellbekken ikke lenger er rent, at lufta også er forurensset og at det er dekning til mobiltelefonen også på fjellet. Hvor er nå vårt fristed og hvor kan vi hente energi slik Marco Polo gjorde?

I dag oppholder vi oss 90% av tiden innendørs. Hva gjør det med oss? Hvor livgivende er energien i våre omgivelser?

"Henter vi energi fra våre omgivelser?" Et litt uvant spørsmål for de fleste av oss, men ikke desto viktigere. Er det slik at vårt usynlige innemiljø (- og utemiljø), faktisk kan forstyrre effekten av den gode innsatsen vi ellers gjør for oss selv? Vi

pusser opp våre hus og investerer mye slik at det synlige miljøet er godt for oss. Når det så kommer til vårt usynlige miljø, er investeringene ikke like store. Våre usynlige omgivelser er faktisk vel så viktige som våre synlige omgivelser.

Hva finner vi så i det usynlige miljøet i våre omgivelser? Se for deg at du "tar ut" et felt på 1m³ av innelufta og analyserer det. Her finnes høyfrekvent og lavfrekvent stråling fra telemaster, høyspentmaster og elektromagnetiske felt. Her passerer SMS og MMS på vei fra avsender til mottaker. Plasserer du en radio eller TV i denne kubikkmeteren med luft, vil du kunne lytte til og se på stasjoner fra store deler av verden. En bærbar pc kan plasseres på det samme stedet og "hele

Problemer kan aldri løses med den samme fremgangsmåte som de oppstod.

Albert Einstein

verden" kan vises på dataskjermen. Hvis du f.eks. plasserer en person fra NASA i din stue, vil vedkommende høyst sannsynlig kunne hente informasjon ut av dette feltet - informasjon som bl.a. kommer fra satellitter langt ute i verdensrommet. Denne informasjonen vil kunne være i denne m^3 av innelufta selv om vi ikke har utstyr til å hente den ut. Hvordan vil så luftkvaliteten være i denne m^3 med luft? Hvis vi tar en prøve som så sendes til et laboratorium for videre undersøkelse, hva vil de finne av svevestøv, miljøgifter, soppsporer?

Det viktigste spørsmålet vi bør stille oss, er om informasjonen i dette feltet er livgivende for mennesker og vårt biologiske system, - eller ikke.

Er det mulig å forvandle våre omgivelser slik at de resonnerer positivt med vårt biologiske system? Er det mulig å ha helbredende omgivelser i vårt eget hjem? Vi vet at vårt biologiske system er totalt avhengig av den livgivende energien fra sola. Hadde det ikke vært fantastisk om vi kunne flytte denne livgivende energien fra sola inn?

Dette er faktisk tanken bak miljøteknologien fra memon® bionic instruments i Tyskland. Er det mulig å sette den livgivende informasjonen fra sola inn i stua vår - og på soverommet? Hva med vannet som vi drikker, og hva med bilen og alle de fantastiske mulighetene som ny teknologi presenterer for oss, - er det mulig å forvandle det usynlige stresset til noe som er positivt for oss? Svaret er JA.

Da jeg fikk høre om memon®, ble det meg fortalt at memon® nøytraliserte sykdomsfremkallende informasjon fra jordstråling, høyspentmaster, telemaster, trådløse

nettverk, mobiltelefoner osv, samtidig som informasjonsfeltet inneholdt den livgivende informasjonen fra sollyset. Min umiddelbare reaksjon var at "dette er ikke mulig, - det er ingenting som gjør dette!" Etter undersøkelser og mange spørsmål, stod jeg igjen med valget om å prøve dette, eller å gå glipp av muligheten for å oppleve noe så fantastisk. Jeg gjorde det første, - og jeg har aldri angret på det. Det er viktig for meg å understreke at memon® ikke er noen tryllestav, som forvandler alt, inkludert oss selv. Vi må like fullt ta vare på helheten, fortsette med god mat, god behandling, gode relasjoner osv. Den vesentligste forskjellen jeg har merket med memon®, er at jeg endelig kunne slappe av i mitt eget hjem, kjøre bilen uten å bli trøtt og at jeg faktisk kunne snakke i mobiltelefonen, noe som før var helt umulig. Langsamt kom jeg meg på beina, etter amalgamforgiftning, el-overfølsomhet, matintoleranse osv, men denne gangen med "vinden i ryggen", fordi effekten av memon® hadde en helbredende effekt på helse og humør.

Informasjonen i vårt miljø er avgjørende for hvordan vi har det, og hvordan vi får det. Mange vil nå være kjent med Bruce Lipton, biolog og forsker og hans bok: "The Biology of Belief". I denne boka vises forskning og mekanismene som påvirker cellene når de mottar og bearbeider informasjon. Informasjon i feltet er avgjørende for hvordan vårt biologiske system fungerer. Han sier: "...våre liv er bestemt ikke av våre gener, men av vår respons på signalene fra miljøet som driver livet fremover".

Ved å installere memon® miljøteknologi i et bygg, vil informasjonen i luften og vannet endres. Det

settes en enhet på strøminntaket og en enhet på hovedvanninntaket. I informasjonsfeltet som bygges vil sykdomsfremkallende informasjon nøytraliseres, - informasjonen fra jordstråling, høyfrekvent og lavfrekvent stråling osv. Som en konsekvens av at informasjonsfeltet endres, vil balansen mellom pluss- og minusioner endres, og bildet vil se slik ut. Bildet nederst er slik vi finner balansen mellom positive og negative ioner i naturen.



Et ganske vanlig innemiljø.



Etter installering av memon.

Det er også utført mange målinger av svevestøv før og etter installering av memon®. Den siste målingen ble gjort i år på en barneskole på Sørlandet. Målinger ble foretatt før og etter memon® ble installert og viser en nedgang i svevestøv på 50 - 80%.

Det er utført mer enn 30 tester på effekten av memon®, det finnes utfyllende informasjon om disse på www.imedvind.no. En av testene som nylig er gjort ble utført i Tyskland var på rallykjørere.



Blodprøver ble analysert før og etter kjøring ved hjelp av mørkefeltsmikroskop. Resultatene er helt tydelige, kroppen reagerer med mindre stress når en memonizerCAR er installert i bilen.

memon®, har løsninger for alt fra vanlige boliger til større bygg som skoler, hotell osv, samt løsninger for bil, mobiltelefon, bluetooth, bærbare pcer osv.

Det er nå 4 år siden memon® kom til Norge første gang. Det er en glede å arbeide med en slik teknologi som transformerer våre omgivelser på denne måten.

Jorunn Østberg kjøpte sin første mobiltelefon 5. mai 2011. Tidligere var det helt utenkelig at hun noen gang skulle kunne bruke en slik telefon, da hun fikk problemer bare ved å være i nærheten av andres påslåtte mobiltelefoner. Hun har slitt med plager fra amalgam og eloverfølsomhet i mange år, men

etter å ha installert en brikke fra memon, kan hun nå snakke i mobiltelefonen uten å kjenne negativ effekt, og har telefonen med seg hele tiden. Det er gått snart 2 år siden hun tok i bruk mobiltelefonen med memonbrikken i, og hun er fortsatt like fornøyd. I tillegg til mobilbrikken, har hun i snart ett år hatt med seg en memonizerCAR som egentlig er ment å gi beskyttelse i bilen. Dette for sikkerhets skyld - for å demme opp for den stigende dosen EMF vi blir utsatt for.

Janne Vikerødegården er bosatt på Hedemarken og har lenge vært klar over hvordan vi forstyrres av omgivelser som ikke er sunne for oss. Hun fikk høre om memon via familie og venner, og forstod fort at dette var en løsning hun ville satse på. I hjemmet ble memon installert og mobiltelefoner som var i bruk fikk en memonbrikke. Janne kjente

at det ble mer rolig hjemme. Det neste skritt var å hjelpe seg selv og barna slik at de var mest mulig beskyttet utenfor huset. På sin egen arbeidsplass, på et kontor i et stort offentlig bygg, var det en utfordring å holde energien og konsentrasjonen oppe hele dagen. På kontoret fikk hun installert memon og hun har på seg en bærbar enhet når hun er andre steder i bygget. Dersom hun har glemt å ta med seg den bærbare brikken på jobben, i møter eller på reise, merker hun veldig fort at hun blir mer sliten og urolig i kroppen.

Med disse grepene hun nå har tatt for å holde seg og familien mest mulig frisk, har hun mer energi og har fått en bedre helse.

Janne kjenner så tydelig den positive effekten av memon, at en memonizerCAR til drømmebilen, som er en el-bil, allerede er innkjøpt.

Marit Grendstad er mangeårig medlem av Tenner & Helse. Etter å ha prøvd uttallige behandlingsformer og lett på mange steder etter svar på bl.a. trøtthet, ble det lettere å fokusere innsatsen da metallsmaken kom i munnen under samtale i mobil-telefon. Fra ille til verre, gikk det så framover, men først da hun satte fokus på å gjøre noe med det usynlige miljøet rundt seg, ble det mer effekt av det andre hun gjorde.

I Medvind er i dag importør av memon® til Norge og har base i Kristiansand hvor Marit bor nå. Mer informasjon: www.imedvind.no

I neste nummer av bladet, vil Marit dele erfaringer og sette fokus på andre utfordringer vi møter i våre omgivelser, og samspillet mellom oss og våre omgivelser.

Et nytt senter for miljømedisin, rådgiving og detox-behandling:

BALDRON SENTER åpnet i Oslo Sentrum



I overkant av 70 mennesker var innom BALDRON senteret på åpningsdagen. Foreningen BALDRON, som driver stedet, er veldig fornøyd med lokalene: skjermet og miljøvennlig, med vakre farger. Og selvsagt med kablet telefon og internett. "Kan dere ikke ha trådløst, da? Det er jo så praktisk..."

I FORVANDLINGENS TEGN...

Foreningen BALDRON har vokst fra en frittstående forening for forskning og terapi til å være en ledende aktør innen miljømedisin og alternativ helse – og er spesielt kjent for sitt store internasjonale nettverk av premissesettende forskere (bl.a. Dr. Dietrich Klinghardt i USA, Dr. Walter

Medinger i Østerrike). Endelig har vi tatt skrittet og fått egne salgs- og kontorlokaler, møte- og terapirom i Oslo sentrum. Nå ble det BALDRON senter i en vakker villa i Fastings gate 4 ved Stensparken i Oslo!

Selvstendigheten ble feiret med åpningsfest 26.september. Mat og drikke, musikk og et knippe interessante innslag.

Giftfri og estetisk innemiljø – med piano...

I flere ukers dugnad har de har malt med skjermingsmaling og vakre, naturlige farger fra Biopin i laseringsteknikk – malt av kunstnerarkitekten Aron Fabian med gode hjelpere. Og lokalene er så godt skjermet at du må gå ut for å få dekning med mobilen. Og det midt i byen! Inne har vi bare skjermede

lamper og absolutt sparepærefritt miljø! Vi har funnet vakre møbler, til og med fått givendes et piano Alle som kommer kan få lov å spille og gjerne ta en sang. Det blir flere og flere samarbeidspartnere i det voksende BALDRON-nettverket. Vil du være med?

Du er hjertelig velkommen!

Hilsen Marianne og Raphael og et voksende BALDRON-team



De reelle omkostninger ved amalgamfyllinger

Av Charles G. Brown, advokat og president for World Alliance for Mercury-Free Dentistry (www.toxicteeth.org)

Kvikksølvfyllinger er dyrere enn de kvikksølvfrie alternativer, ifølge en ny undersøkelse utgitt av en bred koalisjon av helse-, forbruker, og miljøgrupper i USA , inklusiv Consumers for Dental Choice.

Undersøkelsen er utarbeidet av Concorde East/West, et internasjonalt konsulentfirma med base i Bruxelles som leverer forskning både til FN og det amerikanske Environmental Protection Agency. Undersøkelsen påviser i detaljer hvordan samfunnet betaler for dentalt kvikksølv i form av økte omkostninger til forurensningsbekjempelse, forringelse av offentlige ressurser, samt ikke minst de helsemessige effekter forbundet med kvikksølvforurensning.

Rapportens resultater bekrefter at amalgam ikke er den billigste løsning, når de såkalt «eksterne omkostninger blir medregnet» uttaler Michael Bender, direktør for Mercury Policy Project.

Hvem betaler de høye omkostninger forbundet med dentalt kvikksølv? Ville dyr og planter, fiskene, bøndene, tannlegene, også de miljøbevisste, ansvarlige, kvikksølvfrie tannlegene, skattebetalerne, forbrukerne, vannforbrukerne, de gravide, barna, din familie... i siste instans ...Deg selv.

Minn dine venner og naboer om at dentalt kvikksølv ikke bare berører det enkelte individ – det påvirker alle når det forurenser:

- Vårt vann
- Vår luft
- Vår jord

I miljøet omdannes dentalt kvikksølv til methyllkvikksølv og blir dermed en kilde til kvikksølv i f.eks. fisken som vi spiser. Herfra er virkningene av dentalt kvikksølv velkjente og er nylig bekreftet av det amerikanske Environmental Protection Agency: hjerneskade og nevrologiske problemer, særlig hos barn og ufødte babyer hos gravide kvinner.

De miljømessige bekymringer og indirekte sunnheitsrisiki fra dentalt kvikksølvforurensning viser klart behovet for definitivt stopp for bruken av amalgam. Nå vet vi at økonomiske faktorer også støtter dette: amalgam er ikke et «knalltilbud», men vesentlig dyrere enn de kvikksølvfrie fyllinger. Og inntil kvikksølv-tannleger skifter kurs eller regjeringer handler, vil vi alle fortsatt betale prisen.

Oversettelse: H.F.Klingberg og det danske BLADET.

Høyt innhold av kvikksølv hos isbjørn i Canada

En ny studie har kartlagt nivåer av ulike miljøgifter hos isbjørn i Alaska, Nord-Canada og Øst-Grønland.

Resultatet viser at isbjørn i nordvest Canada har det høyeste innholdet av kvikksølv i leveren i studiet. Forskerne tror det ulike kvikksølvnivået skyldes varierende opptak av metallet i planktonarter som isbjørn tar opp via dietten.

- Vi ser at kvikksølv korrelerer med en fettsyre som finnes i planktonarten Calanus som finnes i isbjørns næringskjede i høy-Arktis, forteller forsker Heli Routti fra Norsk Polarinstitutt.

Funnet underbygger forskernes antagelse om at Calanus er et viktig ledd i opptaket av kvikksølv i marine næringskjeder i Arktis.

Disse funnene er nok et eksempel på at klimaendringene ikke er den eneste trusselen isbjørnen og andre arter knyttet til sjøisen og det marine økosystemet i Arktis står overfor, sier miljøvernminister Bård Vegar Solhjell.

www.forskning.no



Ren mat

Ren Mat har i en årrekke vært medlemsblad for den økologiske organisasjonen Oikos. For snart ett år siden ble det relansert som et moderne magasin i nytt format, med fokus på mat og forbrukerstoff og ny tilnærming til økologisk livsstil. Bladet kommer ut fem ganger i året.



Nye hofteproteser kan lekke tungmetaller

Idrettsproteser, er en ny type hofteproteser, som i første rekke settes inn på personer som etter operasjonen, vil fortsette å leve et fysisk aktivt liv med idrett.

Ved en vanlig hofteleddsoperasjon sager man av pasientens hoftekule, som siden erstattes med protesen. Ved operasjonen for en idrettsprotese beholder man imidlertid hoftekulen, som i stedet får en slags metallhette og en metallskål i leddhulen. Dette får til følge at tungmetallene krom og kobolt kan lekke og forårsake smertefulle cyster hos pasienten.

Dette kan føre til at man må foreta en ny operasjon. Statistikk for de nordiske land viser at to år etter operasjonen har tre ganger flere pasienter med idrettsproteser ble operert på nytt sammenlignet med dem som får vanlige hofteproteser. For kvinner er motsvarende siffer fem ganger flere.

Kilde: tf-Bladet. Oversettelse: H.F. Klingberg

"Hørt" på Facebook



Hvor skal de gjøre av alt kvikksølv et nå som det er forbudt å lagre det i tennene? I sparepærene selvfølgelig...

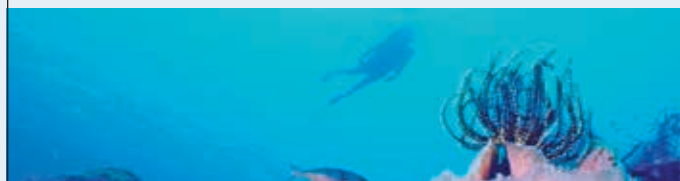
Ubåten utenfor Fedje

Til våren skal all tungoljen tappes ut av den tyske ubåten U-864, som ligger på havbunnen utenfor Fedje. De nye undersøkelsene rundt vraket starter i desember.

Det er DOF Subsea som har fått begge oppdragene. Avtalen om oljetømming og nye utredninger har en verdi på rundt 55 millioner kroner. Dermed er ubåtregningen oppe i ca. 125 millioner kroner etter funnet i 2003.

"Oljetømmingen ser jeg som et forarbeid til de nye undersøkelsene. Det er jo bra at det skjer, men det er jo kvikksølv et vi er aller mest redd for", sier Fedje-ordfører Kristin Handeland NRK.no.

I mars ble Vestlandet rammet av to jordskjelv. For folket på Fedje førte jordskjelvet umiddelbart til angst for kvikksølvlekkasje fra den tyske ubåten U-864. Det tyske fartøyet hadde om lag 65 tonn flytende kvikksølv i lasten. Øyfolket har lenge kjempet for å få myndighetene til å heve ubåten og på den måten få opp kvikksølv et, i stedet for å dekke den til på havets bunn. Ti år med stadig nye utredninger og ekspertråd har så langt ikke ført til handling. Nå frykter beboerne på Fedje at myndighetene ikke skal tenke på mulighetene for en naturkatastrofe.



FTH følger vaksineofrene: VAKSINERT TIL SYKDOM

Norsk pasientskadeerstatning har mottatt 225 saker. 82 av disse er ferdigbehandlet når det gjelder hvorvidt pasientene har rett til erstatning. Det er gitt medhold i 28 saker.

24 barn og unge mellom 4 til 18 år har fått medhold i at de har fått narkolepsi som kan skyldes vaksinen. Det er også fire voksne som har fått medhold. Tre av dem har fått erstatning på grunn av plager som følge av selve sprøytetikket. Det dreier seg om skader som smerter, lammelse og betennelse i området rundt sprøytetikket. En har fått forverret nevrologisk tilstand med påfølgende økte lammelser.

Det er grunn til å tro at det vil bli store erstatningsutbetalinger i flere av disse sakene. Så langt er det utbetalt i overkant av 10 millioner kroner. I statsbudsjettet for 2013 er det satt av 75 millioner kroner, som er et anslag for forventede erstatningsutbetalinger knyttet til skader som følge av Pandemrixvaksinen.

Det er gitt avslag i 54 saker, der har man ikke funnet at det er en sammenheng mellom vaksinen og plagene pasienten opplever.

Kilde: Norsk Pasientskadeerstatning



fortsetter fra side 5.

kroppen så sant det ikke har sivet gjennom tarmveggen. Da immuncellene våre har som oppgave å beskytte det indre miljøet fra skadelige og truende stoffer som befinner seg i miljøet rundt oss, finner vi naturlig nok størsteparten av forsvarscellene stasjonert her. Det er utrolig viktig at kroppens forsvarsbarriere fungerer, da mesteparten av de stoffene som befinner seg utenfor oss kan skade oss. Selv maten vi spiser må gjennom en nøye prosess med kjemisk nedbrytning og omforming, før den kan opptas som næring. Det fysiske forsvaret vi gjennom en lang evolusjon har utviklet, er en av de viktigste forutsetninger for liv.

En av bøkene som har gjort størst inntrykk på meg som naturterapeut, er boken: "Kroppens forsvar", av M.D. Ronald J. Glaser. Boken gir et historisk perspektiv på utviklingen av liv på jorden, og hvilken betydning immunforsvaret har for spilt for denne utviklingen og opprettholdelsen av livet til mennesker, dyr og planter. Jeg vil gjerne gjengi noe av det som ble tatt opp i denne boken.

ARVEN FRA FORTIDEN

Mennesker, dyr og planter er ikke de eneste som lever på denne kloden. Både inne i oss og rundt omkring oss myldrer det av liv. Et hav av mikrober lever i naturlig sameksistens med oss; bakterier, virus og mange andre mikroorganismer. Vi har utviklet oss sammen med dem alle - på hvert eneste trinn av evolusjonsprosessen. De eksisterte ved vår side allerede før vi kunne puste, og mesteparten av tiden har vi kjempet med dem om plassen og føden. Fra livets begynnelse for flere millioner år siden og helt opp til vår egen tid har våre sterkeste motstandere vært encellede mikrober. Selv om vi mennesker aller helst vil se på oss selv som jordens herskere, overlegen i størrelse og viktighet, har vi alltid kjempet den viktigste kampen mot motstandere som aldri var mer enn en mikromillimeter i størrelse. Tusenvis av mikrober har alltid stått - og står parat til å ødelegge oss. I denne kampen er det ikke vært vår intelligens, våre våpen eller gode allierte som har beskyttet oss. Det er

derimot vårt immunsystem som har sikret oss overlevelse. Vår overlevelse som art gjennom hele evolusjonsprosessen har i det store og hele vært avhengig av de våpen vår organisme har klart å utvikle for å imøtegå disse mikrobenes angrep. Mennesker som blir født uten immunforsvar har ingen ting å stille opp mot mikrobenes fremferd.

Som vitenskap er immunologien kun ca. 100 år gammel, selv om de prosessene den omtaler er like gamle som jorden selv. Kroppens evne til å håndtere en infeksjon begynte å utvikle seg for milliarder av år siden. Utviklingen av antistoffer og immunceller som beskytter kroppen vår startet ved jordens begynnelse.

Vi kan med sikkerhet si at de kjemiske prosessene som finner sted i kroppen vår, de prosessene og forbindelsene som utgjør stoffskiftet vårt, det sukker og fett som produserer energien vår, og de aminosyrene som bygger opp proteinene våre - er alle de beste forbindelsene naturen har kunnet fremstille. De er seierherrene fra over en milliard års kamp for retten til å leve.

FORSVAR OG BESKYTTELSE

Dannelsen av membraner var det første eksemplet på det viktige forholdet mellom liv og forsvar. Ved tilblivelsen av membraner kunne man skille mellom det indre og det ytre. Evnen til å holde enkelte stoffer utenfor og samtidig å beskytte indre prosesser betød stabilitet. Membranenes verdi lå først og fremst i deres rolle som beskyttelse. I tillegg til dette førte de mange kjemiske prosesser sammen innenfor et lite område. I vår tid bærer vi nemlig ikke bare de mest fantastiske livsprosesser inne i oss, men også det mest effektive og raffinerte forsvarssystem som verden noen gang har sett - vårt immunsystem. Det er sluttresultatet av en komplisert og mirakuløs evolusjonsprosess.

SYMBIOSE ER GRUNNLAGET FOR ALT LIV

I 1878 brukte botanikeren De Bary ordet *symbiose* for første gang. Han oppdaget at lav er sammensatt av en alge og en sopp som gjensidig hjelper hverandre. Algen tar seg av fotosyntesen og skaper energi ut av den, og

soppen opptar mineraler og andre næringsstoffer fra jorden. Dette gjensidige og hjelpende forholdet gjør at disse to artene *sammen* er en sterkere vekst enn de kunne være hver for seg. Med symbiose mener vi det positive samspillet mellom forskjellige former for liv som er avhengig av hverandre for å leve. Man lever altså til gjensidig gagn for hverandre. *Symbiose kaller vi også det nære og livsviktige forholdet mellom menneskekroppen og alle dens mikroorganismer som lever på hud og slimhinner.*

SYMBIOGENESE

Lynn Margulis har doktorgraden i mikrobiologi og er professor ved Universitetet i Massachusetts, Amherst. Margulis innehar en rekke titler og er forfatter av mange bøker, blant annet "The Origin of the Eucariotic Cells" og "The Symbiotic Planet". Allerede på 1960-tallet fremla Margulis teorien om at alt høyerestående liv (planter, dyr, blomster og mennesker) er en konsekvens av en symbiose mellom forskjellige bakterier. Denne symbiosen skaper *symbiogenese* - en ny og mer levedyktig livsform. Uten denne symbiosen hadde det ikke eksistert forutsetning for liv slik vi kjenner til det i dag. Sammen med kjemikeren James Lovelock skrev Margulis boken om Gaiahypotesen (The Gaia Hypothesis), hvor hele kloden oppfattes som en levende biologisk og selvregulerende organisme. Stabiliteten og symbiosen mellom alle jordens mikroorganismer mener de er viktig for å skape det livsgrunnlaget vi mennesker trenger for å overleve. Med sin hypotese forandrer Margulis Darwins teorier som går ut fra oppfatningen om at alt utvikles fra én organisme. Hun påpeker at alt i naturen er avhengig av et gjensidig samspill mellom livsformer og disses omgivelser: All evolusjon er et resultat av *samspill*, ikke konkurrerende prosesser.

SAMEKSISTENS

Mange av de vanligste sykdommene vi kjenner til er forårsaket av mikroorganismer; bakterier, virus eller sopp. Kroppens forhold til, og behandling av disse mikrobene er av stor betydning for helsen vår. Det eksisterer

mange mikroorganismer, både i og utenfor kroppen vår. Så mange at det er nesten umulig å tenke seg omfanget. Noen få gram jord kan inneholde flere millioner bakterier. Nesten like mye i luft og vann. I jorden finnes faktisk den tetteste konsentrasjonen av mikroorganismer. De hjelper til med nedbrytningen av blant annet stoffer fra døde planter, dyr og mennesker. Vi har flere bakterier i kroppen vår enn vi har celler. Bare i tarmsystemet har et voksent menneske over 1 kg bakterier. Uten mikrober ville ikke verden fungere som den faktisk gjør. Det er viktig å innse at bare et ganske lite antall av disse mikrobene er skadelige for oss mennesker. Disse kaller vi *patogene mikroorganismer*. Mesteparten av alle bakterier er nemlig nødvendige, og vi hadde ikke kunnet leve uten dem. De viktige *melkesyrebakteriene* i tarmsystemet bryter ned maten vi spiser og beskytter oss mot patogene mikrober. Disse bakteriene hjelper oss til å overleve – og til gjengjeld gir vi dem *kost og losji*. Dette er symbiose – å leve til gjensidig nytte.

MILJØAVHENGIG

Bakterier er encellede organismer som er veldig avhengige av et stabilt miljø for å overleve. Forandres miljøet de lever i – mot et mer toksisk nivå og en forskjøvet syre/base balanse, kan de endre egenskaper for å tilpasse seg det belastede miljøet. Dette kan forskning i dag bevise. Mikrobene kan da gå fra å være livsnødvendige til å bli patogene bakterier. Selv små forandring i surhetsgraden kan påvirke livsbetingelsene og forandre typen av mikroorganismer som overlever på slimhinnene våre.

FORSKJELLIGE TYPER MIKROORGANISMER

Det finnes uttalige typer mikroorganismer, men vi kan for letthets skyld dele dem opp i henhold til hvilke biologiske prosesser de har. Noen mikroorganismer bygger opp, noen river ned, og noen bare sameksisterer i våre omgivelser.

LIVSOPPBYGGENDE MIKROORGANISMER

I denne kategorien finner vi melkesyre-

bakterier og gjærkulturer. De livsoppbyggende bakteriene kan ikke forårsake infeksjoner og kalles derfor *apatogene*. Alle slimhinnene våre inneholder gode bakterier som beskytter kroppen mot de mer fiendtlige stoffer i miljøet rundt oss. Slimhinner er sammen med hud regnet til kroppens overflate. Stoffer som skal inn i kroppen, får ikke passere før de har blitt behandlet av mikroorganismer på slimhinnene. Melkesyrebakterier finnes i store mengder i fordøyelsessystemet og er blant annet med på:

- Produksjonen av næringsstoffer og antioksidanter
- Beskyttelse av slimhinnene
- Avbalanserer reaksjonene mellom Th (T-hjelpecelle) 1 og Th 2 ved hjelp av Th 3 (viktig ved allergi)
- Hemmer patogene mikroorganismer
- Nedsetter produksjonen av endotoksiner
- Reduserer dannelsen av kreftfremmende stoffer (mutagener)
- Stimulerer produksjonen av IgA (beskytter slimhinnen)
- Undertrykker produksjon av IgE (som danner histamin)
- Stimulerer funksjonen av makrofager, NK celler (drepeceller)
- Fremmer vekst, reparasjon og regenerasjon

LIVSNEDBRYTENDE MIKROORGANISMER – RENOVASJONSARBEIDERNE

Bakterienes oppgave er å gjøre våre omgivelser beboelige slik at vi kan overleve. Melkesyrebakteriene gjør sitt, men også forråtnelsesbakterier er viktige. De bryter ned organiske døde stoffer til sine enkeltdeleer slik at andre levende organismer kan bruke dem. Organiske avfallsstoffer må nødvendigvis brytes ned hvis nytt skal kunne bygges opp.

Andre mikroorganismer i denne gruppen er patogene mikroorganismer som forårsaker alvorlige infeksjoner hvis de får trenge gjennom hud og slimhinner. Dette kan være tuberkulosebakterier, pest- og salmonellabakterier. Livsnedbrytende mikroorganismer danner stoffer som skaper alvorlige former for oksidering. Dette leder til dårlig cellefunksjon som igjen kan forårsake sykdom. Det

er derfor viktig at de ikke blir overlegne i antall og styrke.

OPPORTUNISTISK PATOGENE MIKROORGANISMER

Kalles også nøytrale mikroorganismer. I denne gruppen finner vi *Escheria Coli*, gule stafylokokker, streptokokker, candidasopp m.m. Alle disse mikrobene finnes overalt, både i miljøet og i menneskekroppen. Gruppen er i seg selv ikke dominerende. Det er mikroorganismer som lever på våre slimhinner og hud uten å gjøre skade fordi vi har en naturlig beskyttelse mot dem. Huden og slimhinnene er en naturlig barriere. Lokalitet er også viktig. *E. Coli* bakterier er for eksempel greit å ha på slimhinnene i tykktarmen, men ikke i urinblæren (gir blærekatarr).

Opportunistiske mikroorganismer blir først *patogene* ved nedsatt resistens. Kommer de livsoppbyggende mikroorganismer i en mangeltilstand og de livsnedbrytende i eksess, vil de opportunistisk patogene mikroorganismer hjelpe de livsnedbrytende mikrobene i deres arbeid.

Hvis det er en balanse mellom de livsoppbyggende og de livsnedbrytende mikrobene, holdes de nøytrale mikrobene i sjakk og skaper ingen sykdommer.

DEFINISJON AV EN FIENDE

Patogene mikroorganismer kan forårsake alt fra ufarlige infeksjoner til livstruende og endog dødelige sykdommer. Man betegner en mikroorganismes evne til å forvolde sykdom som *virulens*. Heldigvis er de mest vanlige infeksjoner uskyldige og lette for oss mennesker å helbrede. Det vil si – hvis vårt immunsystem er intakt. Det er nemlig ikke bare mikroorganismene i seg selv som bestemmer hvorvidt en infeksjon kan være livstruende. Er immunsystemet av en eller annen grunn svekket, kan selv den mest uskyldige mikroorganisme skape alvorlige sykdommer.

Siden tidenes morgen har patogene mikroorganismer truet menneskenes helse, og vi har som motangrep utviklet et komplisert og effektivt forsvarssystem. Skulle dette systemet av en eller annen grunn svikte, vil selv den mest ufarlige bakterie kunne slå oss

ut. *En fiende vil således alltid bli defineret ut fra immunsystemets evne til å forsvare seg selv.*

LIVSBETINGELSER

De viktigste forutsetningene for opprettholdelse av liv er:

- Symbiose
- Oksygenopptak
- pH-balanse
- Væskebalanse

Når kroppen er i homøostase, bruker den minimalt av energi for å fungere med optimal ytelse. Vi føler oss virkelig på topp helsemessig. Ved belastninger fysisk eller psykisk, kan en eller flere av disse mekanismene forskyves, og kroppen må jobbe ekstra for å bøte på situasjonen. Men, dette behøver ikke å sette oss ut av spill. Kroppen har nemlig en mengde strategier klare.

ADAPTASJON - TILPASNING TIL MILJØET

Innen biopati er man opptatt av kroppens forskjellige nivåer av beskyttelse. Alle disse nivåene er avgjørende for kroppens evne til å forsvare seg og beskytte de funksjonene som er mest avgjørende for opprettholdelse av liv. Da cellens indre miljø er mest avhengig av homøostase (likevekt), har kroppen utviklet en mengde regulasjonsmekanismer via immunsystem, fordøyelse, hormonsystem, nervesystem, avgiftning osv., for å opprettholde stabile forhold for cellen.

Immunsystemet regulerer forholdet mellom det indre og ytre av kroppen, både via et ytre plan (hud og slimhinner, sekreter, fagocytterende celler) og et dypere plan (cellulært forsvar). Innimellom disse to, kan kroppen bruke strategier som blant annet innkapsling av infeksjonsfokus og deponering av toksiner i vevet for å beskytte seg mot uønskede stoffer som kan forskyve cellens indre miljø. Dette opprettholder liv, men koster. Patogene mikroorganismer forårsaker dysbioser i stedet for symbiose. Dette forårsaker fordøyelsesproblemer. Slimhinner blir dårlige og kan forårsake allergier og matintoleranser. Mottakelighet for toksiner øker, da kroppens "bymur" ikke gjør jobben sin like godt. Inflammasjoner oppstår som resultat av provokasjon fra

toksiner og dysbiotiske bakterier og parasitter i tarmsystemet. Etter hvert påvirker dette cellen og dens nære omgivelser.

SYKDOM - EN FORM FOR BESKYTTELSE

Når kroppen er nødt til å ty til forsvarsmekanismer som ovenstående, fører dette til det vi kaller kroniske sykdommer. Dette kan være alt fra kroniske infeksjoner til reumatisme, gikt, migrene osv. I biopati blir altså det vi kaller sykdom sett på som *kroppens beskyttelse* av noe som kunne vært ennå verre. Kronisk sykdom er kroppens evne til å tilpasse seg belastninger, og av en positiv art – sett i forhold til de betingelsene kroppen lever under her og nå. For å skape helse, må betingelsene for helse innfris først.

Det vil si fjerning av kroniske infeksjoner, regulasjon av symbiose på hud og slimhinner, gjenopprettelse av syre/basebalansen osv. Det er vår erfaring at først da vil inflammasjoner opphøre og helse gjenopprettes. Helse er en tilstand hvor man ikke har grobunn for utvikling av sykdom.

EN HÆR I AKTIV TJENESTE - ER ET TEGN PÅ PROVOKASJON

Ut fra dette er det klart at inflammasjoner både kan være et tegn på at kroppen begynner å utvikle seg mot cellulære sykdommer som kreft, og på samme tid oppstår som en beskyttelse mot at det skal utvikle seg videre. Kroppen har nemlig flere nivåer av beskyttelse. Det som er klart, er at den beskytter seg ikke mot noe, om den ikke værer en fiende. Ser du en hær av soldater stå oppstilt med riflene klare – bør du skjønne at de er der for en grunn. Har kroppen reaksjoner som inflammasjoner, er det like uvetting å fjerne inflammasjonen som å fjerne soldatene. Vi bør heller fjerne fienden, slik at inflammasjonen ikke har grunn til å utvikle seg. Kroppens evne til beskyttelse har utviklet seg gjennom millioner av år, vi bør ikke tukle med den egenskapen.

DET HELE STARTER MED SYMBIOSE

Min erfaring er uten tvil, at det å rette opp forholdet mellom kroppen

som vertsorganisme og bakteriene som lever på alle vår slimhinner, har utrolig mye å gjøre med behandling av nær sagt alle kroniske sykdommer. Det virker som det er her det hele starter. Det er viktig å vite at ordet symbiose betyr at forholdet må være til gjensidig nytte, det kan ikke være kun den ene part som nyter goder av forholdet. Det er enorme mengder mikroorganismer som kroppen trenger 24/7 for å utføre mange livsviktige prosesser. Til gjengjeld er disse bakteriene avhengig av et sted og bo og mat å spise. De jobber for oss, vi gir dem kost og losji. Pass godt på dine leieboere.

NY FORSKNING - GAMMEL VITEN

Inntil for et par år siden har det vært begrenset med omtale av dette viktige temaet, men i de seneste årene har det kommet fram spennende resultater fra forskning som bekrefter det faktum at bakterier kan mutere, de kan forandre form. Sannsynligvis for å overleve i et mer forgiftet og belastet miljø. Dessverre så innebærer dette at de også går fra å være symbiotiske bakterier til å bli dysbiotiske.

Denne hypotese ble fremlagt allerede på 1800-tallet av Antoine Bechamp. Antoine Bechamp (1816-1908), hadde rett i sine antagelser om bakterienes enorme betydning som beboer av den menneskelige organismen. Bechamp mente sågar at alle celler inneholdt bakterier som kunne oppstå i forskjellige utviklingsfaser, alt etter det miljøet de levde i. Han kalte dette *polymorfisme* (at noe kan ha flere former), og påpekte at miljøet bakteriene levde i var grunnen til om bakteriene oppførte seg som venn eller fiende. Først i dag, er vi i ferd med å bevise at Bechamp hadde rett. Jeg vil tro at dette tema vil bli viktig i all form for behandling av sykdom i fremtiden. Biopati har brukt denne viten i mange år – med fantastiske resultater. Det er oppløftende å lese hvordan ny forskning støtter naturmedisin.

Kilder: forskning.no

Fride Aasen underviser ved Tunsberg Medisinske Skole

Sammen for et sunt innemiljø:

Norsk Byggbiologi Forening (NBF) stiftet

Fredag 23. november 2012 er en merkedag for arbeidet med hus og helse:

Samtidig som kull 4 i den populære utdanningen tok sin eksamen, samlet seg en stor gruppe av ferdige byggbiologer og dannet en norsk forening for byggbiologi. Dermed får arbeidet i Norge en ny og bredere basis. Ikke bare miljøhus, men også giftstoff-frie byggematerialer, arbeidsplasser uten strålingsbelastning og avgiftningsproblematikken skal settes effektivt på dagsorden. Blant foreningens oppgaver er

- 1) å støtte byggbiologenes arbeid og
- 2) oppbyggingen av et byggbiologisk nettverk, samt
- 3) å spre informasjon om byggbiologi i Norge.

Foreningen er åpen for alle byggbiologer og byggbiologistudenter, og det er mulig å tegne interesse-medlemsskap og abonnere på info og nyhetsbrev.

Arbeidet med å forene miljøaktører innen hus og helse er viktigere enn noensinne. En sterk ventilasjonsindustri-lobby sørger for at lovene blir stadig vanskeligere for sunne byggeprinsipper. Under dekke av energifokus er det mye som blir klubbet gjennom av ukloke, begrensende og kostbare beslutninger. Byggbiologene arbeider ikke bare med elektromagnetiske felt og stråling, de ser f.eks. også på luftkvalitet og kjemiske faktorer i byggematerialer. Også i Norge er det slik at det er mange arkitekter som engasjerer seg i dette arbeidet. I Norge har f.eks. GAIA-arkitektene og Arbeidsgruppen HUS vært pådrivere, men i likhet med mange byggvareaktører som forsøker å markedsføre produkter som tar hensyn til helse og miljø, stanger de ofte hodet i veggene mot lovreguleringer som

tilgodeser de pengesterke aktørene med høyteknologiske løsninger for energisparing. Klimapolitikk har blitt et alibi for pengeindustrien.

Nå er det på tide med en samlet motbevegelse! Vi vil arbeide for å få fram forskning og informasjon om helsekonsekvenser. Et hus har mange funksjoner, energi er bare et – og det finnes gode alternativer til passivhus-konseptene med potte-tette hus og dyre ventilasjonsanlegg. Alternative energikilder, giftfrie materialer, gode løsninger for vann, blå-grønn teknologi, gjenbruksideer og klimasoner, systemer for strøm og jording, lys og varme, er bare noen av de temaene som behandles.

Byggbiologien forbinder byggtekniske og biologiske prinsipper, derav navnet. I Tyskland startet dette arbeidet for mer enn 30 år siden, og de ligger desidert lengst framme i forskning og utvikling på dette området. Etter hvert har fokuset dreid mer over mot det elektromagnetiske – som er vår tids store

utfordring. Også muggsopp-problematikken har økt voldsomt – som en konsekvens av bl.a. tette hus og mye strøm -, og lys og lyskvalitet har fått mye oppmerksomhet de siste par årene. Etter hvert har det vokst fram byggbiologiforeninger og institutter i mange land, og det avholdes årlige internasjonale konferanser der fagfolk møtes og legger fram forskning.

I Norge er vi i ferd med å samle trådene. Det er mange aktører innen hus og helse, og det er viktig at vi jobber sammen – for økt bevissthet og kunnskap og for bedre rammebetingelser. Smått kan være veldig godt – og sammen er vi sterke. Vi i foreningen BALDRON låner gjerne bort vårt motto: Vi vokser sammen!

KILDER:

www.husoghelse.no
<http://byggbiologi.org/miljomedisin/hva-er-milj%C3%B8medisin/>
<http://www.baubiologie.de/site/english.php>



Cellehealing og fornyelse av celler

Del 2. Første del av denne artikkelen stod i Tenner og Helse september 2012.

Av **Gunn Randi Eriksen**

Redeox Signal Molekyler (RSM) er cellenes reparasjonsverktøy. Nøkkelen til å leve sunnere lengre.

Naturproduktet Asea inneholder signal- og kommunikasjonsmolekylet Redeox Signal Molekyler, som kan:

- * Beskytte celler mot skadelige frie radikaler.
- * Reparere celler som har blitt skadet.
- * Erstatte celler som er for skadet til å repareres.
- * Hjelp cellene med å ta opp og nyttiggjøre seg næringsstoffer.
- * Aktivere og 5-dobbelte kroppens produksjon av antioksidant enzymene glutathione, SOD og catalase.
- * Virke fornyende og anti-aldrende fordi RSM hjelper nye celler til å forbli friske, istedetfor å arve syk og gammel informasjon fra gamle celler.
- * Øke immunforsvaret fordi signalmolekylene bedrer kommunikasjonen mellom cellene og immunforsvaret.
- * Øke energien.
- * Bedre sportsprestasjoner og forkorte restitusjonstiden etter trening (<http://athletes.asea.net/>).
- * Øke forbreningen (hvis den er for lav).

Asea er ikke et kosttilskudd eller næringstilskudd. Asea inneholder det naturlige signalmolekylet Redeox Signal Molekyler (RSM), som vi alle skal ha i kroppen. RSM er katalysator for en rekke viktige prosesser. De er faktisk så viktige at hvis vi ikke har dem i kroppen, så dør vi på sekundet... Disse signalmolekylene, som reduseres allerede etter 12 års alderen, er svært viktige

for kommunikasjonen mellom cellene og immunforsvaret.

Asea (RSM) virker også via leveren. Leveren er involvert i ca 500 prosesser i kroppen, og er svært viktig for avgiftning. Dette er en av årsakene til at Asea kan være svært bra mot huproblemer, eksem og psoriasis.

Asea er kanskje det største helsefaglige gjennombruddet i vår tid. Det ligger 16 år med dokumentert forskning bak Asea. RSM har vært kjent i 30 år, men det er først nå man har klart å stabilisere RSM, slik at de kan tilføres kroppen på naturlig måte. Asea er det første og eneste produktet i verden med stabile RSM molekyler. Uåpnet flaske er holdbar i ett år etter produksjonsdato. Åpnet flaske kan stå på kjøkkenbenken og bør brukes innen 3-4 uker. I kjøleskap kan flasken holde litt lenger enn 4 uker.

Asea følger også fornyelsen av celler i kroppen. Det betyr at noen kan noen få svært gode resultater etter kort tid, mens andre må vente i 3 mnd - 6 mnd før de ser eller kjenner at resultatene kommer. Dette henger sammen med hvor lang tid det tar for kroppen å fornye cellene i det aktuelle området, og evt. andre medisinske faktorer/sykdom. Ved bruk over tid vil Asea kunne gi en naturlig detox, fordi kroppen vil få flere friske celler. I løpet av en 7 års periode fornyer kroppen alle cellene.

Asea behandler ikke sykdom men tilfører Redeox Signal Molekyler, som gjør at kroppen kan fungere bedre på cellenivå. Dermed vil kroppen kunne bli i bedre stand til å ta vare på seg



selv. Healing prosessen (også kalt rense- og avgiftningsprosessen) er et resultat av kroppens arbeid med å kvitte seg med avfallsstoffer. Vi henviser til brukerveiledningen der det står mer om reaksjoner og symptomer. De fleste reaksjoner går over etter 1-3 dager, men i noen tilfeller kan de vare i flere uker. Det anbefales å drikke rikelig med vann i avgiftningsfasen.

Asea er svært interessant for alle som er opptatt av god helse, vitalitet, forebygging og sport.

Asea er laget av natrium klorid og destillert vann, som er bearbeidet videre og stabilisert i en avansert kjemisk, patentert prosess, slik at kroppen kan gjenkjenne væsken som "sin egen".

Hvis man har for lite av Redox signalmolekylene i kroppen, så vil Asea kunne minne om smaken av "svømmebassengvann". Men både smaken og lukten er forbigående og vil forsvinne eller reduseres betydelig etterhvert som de "tomme" lagene fylles opp og kroppen balanseres.

For mer informasjon se <http://asea.myvoffice.com/nanni/nor>

Kroppen som økosystem

Av Jorunn Østberg

Hva er et menneske? Det er et spørsmål som vi har stilt oss siden tidenes morgen. Dersom spørsmålet innskrenkes til biologien, kan vi enklere komme til svaret. Ny forskning tyder på at vi er mer enn genene som kommer fra mor og far: Milliarder av bakterier i fordøyelsessystemet, hud og hodebunn, krinkler og kroker på overflatene, samarbeider med den del av oss som oppsto i det befruktede egget. Der har vi ca 23000 forskjellige gener, mens bakteriene inneholder omkring 3 millioner. Og vi er dette samarbeidende systemet! Stort sett går det bra, men sykdom kan oppstå dersom systemet kommer ut av ballanse.

Bakteriene, til sammen ca en kilo av dem, fins i store deler av kroppen. Immunsystemet er en organisert gruppe bakterier, som fins for største del i fordøyelseskanalen. Det er ikke likegyldig hvordan de blir behandlet. Antibiotika eller kvikksølv vil ødelegge mange nyttige bakterier, mens for eks. yoghurt eller probiotika stimulerer dem. Bakterier fra en frisk kropp, kan lege den som har resistente bakterier i sitt eget tarmsystem. Og fordøyelse ute av ballanse, kan ha direkte følger for hjerneaktiviteten vår.

Kroppen er i sannhet et sammenhengende system, men altså sammensatt av flere levende deler enn vi vanligvis tenker oss. Mikroorganismene følger også fra mor til barn, så det er en del av arven vi får med oss, selv om de har sitt egen genmateriale. Vi er forskjellige alle sammen, ikke minst når det kommer ned til bakteriestadiet. Vi må lære oss til at de kan være våre viktige samarbeidspartnere, som ikke skal bekjempes med uvetting medisinering eller forurensning. En sunn kropp er lettere å oppnå ved å ta hensyn til disse våre hjelpere, og vi skal ikke gi oss over fordi kroppsgenene vi har arvet, bærer risikoen for sykdom. Bakteriene er enklere å nå, og lettere å påvirke – både i positiv og negativ retning.

Opplysningene stammer fra en artikkel i The Economist 18. august 2012.

HELSEINFORMASJON PÅ NETTET

Av Jorunn Østberg

Innspill fra Stange Bibliotek er utgangspunkt for et prøveprosjekt, ledet av Elin Opheim ved Sykehuset Innlandet. De ser behovet for å utvikle bibliotekene slik at publikum kan få den rette veiledningen i søk etter helseopplysninger på Internet. Der fins en rekke portaler, men ikke alle er like mye å stole på. Hun anbefaler "Sunn skepsis.no", men er også åpen for at alternative metoder og synspunkter skal få sin rettmessige plass i det nye systemet. I Sverige er det allerede opprettet samarbeide mellom bruker-organisasjonene og bibliotekene.

Hensikten er å bidra i kommunehelsetjenestens forebyggende arbeide, gi pasienter innsikt så de blir mer selvhjulpne ved læring og mestring, og derved få ned utgiftene i helsevesenet.

Vi bør følge dette arbeidet med argusøyne, slik at ikke de mest konservative synspunktene blir enerådende. Den offisielle medisinen er også i utvikling. Husk hvordan Vioxx, fra å være en utbredt medisin for behandling av reumatisme, ble borte fra markedet pga livsfarlige bivirkninger. Og kiropraktikk og akupunktur var lenge uakseptable for helsevesenet, mens holdningene er endret nå.

Forprosjektet er ikke avsluttet ennå.

Flått – en fjerndiagnose

Av Jorunn Østberg

Dagbladet har et stort oppslag 6.11. i år – om Lars Monsen. Han har fått antibiotikabehandling mot borelia-smitte fra flåttbitt. Diagnosen er ikke overlege og tidligere smittevern-spesialist Preben Aavitsland enig i. Han har nok overnaturlige evner som kan stille fjerndiagnose, og han mener langtidsbehandling med antibiotika er farlig. Du skal bare akseptere den behandlingen myndighetene går god for, og ellers godta din skjebne uten å kny. Tester som blir vurdert i Augsburg i Tyskland, har man ingen tro på her i landet. Egne tester er påvist å ikke være pålitelige, heller.

Det er altså ingen hjelp å få for Flått-syke, hvis ikke vi hører på dem som har fått helsen tilbake: Det gjelder pasienter ved Norsk borreliose senter i Oslo, eller de som har søkt hjelp av biofoton-behandlere. Jeg kjenner to slike pasienter med hjernebetennelse etter diagnostiserte flåttinfeksjon, som oppgitt av vanlig helsepersonell, på kort tid var tilbake i jobb og uten symptomer - etter ufarlig, men dessverre for pasientene - uautorisert behandling. I vår familie er tre av oss kvitt rester av borreliainfeksjoner. Belastningen er fjernet, så vi er mye sterkere enn før – kanskje inntil Aavitsland sier noe annet? Men er ikke overnaturlige evner også blant leger, noe det norske helsevesenet tar avstand fra – som med biofotonbehandlingen?



Strøm påvirker oss - Strømmålere også

Av Jorunn Østberg

Elektromagnetisk stråling (EMF) på det nivået vi har, er en forholdsvis ny og stadig økende belastning. Vårt moderne samfunn er avhengig av IKT- teknologi, men vi må ikke glemme at mennesket skal benytte denne, uten - i vanvare - å bli ødelagt samtidig.

Norge har tillatt en grenseverdi på 10 millioner mikrowatt pr kvm. Paris opererer med 10.000, Salzburg 10; altså tillates 1 million ganger høyere strålebelastning her. Deres grenseverdier er basert på forskning og før-var-prinsippet. Norge har 14 år gamle regler, som tar høyde for bestråling i 6 minutter. Faktum er at bestrålingen skjer 24 timer i døgnet, og øker stadig.

Nå er det aktuelt å legge enda større byrde på oss enn vi allerede har: med automatiske strømmålere. Det er en teknologi brukt for eks. i California. Der og i andre land har følgene vært at mange må flytte fra boligene sine. Spørsmålet om hva det vil koste tar ikke opp annet enn økonomien. Utgiften vil vi overleve, men kanskje ikke strømbelastningen som følger med? Einsteins "Generelle relativitetsteori" viste at energi og masse er to sider av samme sak. Da er logikken klar: Når det fins masse (stoff) som har giftvirkning, må det også være stråling som utgjør en tilsvarende fare. Bare se hva som skjedde nordpå nylig, hvor en skipsbesetning ble dårlig etter å bli utsatt for stråling fra et amerikansk marinefartøy.

Fra før vi blir født, siger tungmetaller og andre uønskede stoffer inn i oss. (Det er konstatert større kvikksølvmengder i fostres hjernevev enn i moren. Amming driver forurensning ut av mors kropp, men hva gjør det med barnet?) Tannbehandling og matsminke tilfører også kroppen fremmedstoffer. Dette - og all annen forurensning - forstyrrer de naturlige prosessene i menneskekroppen. Resultatet kan bli dårligere fordøyelse og immunforsvar. Når elektromagnetiske felt (EMF) får virke sammen med slik forurensning, vet ingen hvilke fremtidige utslag det vil gi. Vi har forskjellige forutsetninger for å motstå skader, genetikere påviser stadig disse sammenhengene.

Europarådet anbefaler en rekke tiltak for å redusere strålingsbelastningen. Våre ansvarlige myndigheter utviser dårlig skjønn om de ikke sørger for redusert belastning av EMF, og derved bidra til bedre folkehelse. Menneskets motstandskraft avgjør følgene, uavhengig av hva vi innbilder oss, og bare dårlig samvittighet kan pasienter bli påført ved å forklare plagene som psykosomatikk. I stedet for å akseptere piller for å døyve symptomene, vil vi heller hindre at belastningene overskrider tåleevnen. Den som selv tar ansvaret og gjør noe for å motvirke følgene av å leve i en forurenset verden, senker fortjenesten for farmakologisk industri. Forebyggende medisin har lav status i den leiren. Selv ville jeg være fornøyd med å bli betraktet som verneverdig natur - og bli behandlet deretter.

Italiensk høyesterett mener at mobilbruk kan gi kreft i hjernen

60 år gamle Innocente Marcolini fikk diagnosen hjernesvulst etter at han hadde brukt trådløs telefon og mobiltelefon opptil seks timer om dagen i tolv år. Ifølge italiensk høyesterett er det rimelig å anta at det kan være sammenheng mellom telefonbruken og sykdommen.

Les mer: www.felo.no

Helsevirkninger av elektromagnetiske felt

Mens Folkehelseinstituttet skriver følgende i sin pressemelding i forbindelse med ekspertutvalgets rapport om helsevirkninger av elektromagnetiske felt: "Det er ikke vitenskapelig grunnlag for å si at de svake elektromagnetiske feltene rundt mobiltelefoner og annet sendeutstyr gir helseskader. Det er konklusjonen til en ekspertgruppe som i dag legger fram sin rapport om stråling fra svake elektromagnetiske felt", har FELO en annen vinkling til saken:



Pressemelding fra Foreningen for eloverfølsomme (FELO):

Oslo 2012 09 13

Ekspertutvalget innen høyfrekvent stråling og helse har kommet med sin rapport. Foreningen for eloverfølsomme kommer med sine kommentarer i egen rapport:

Helsevirkninger av elektromagnetiske felt.

FELOs kommentarer til Ekspertutvalgets rapport kan oppsummeres ved følgende punkter:

Ekspertutvalgets rapport

- har slagside fordi ingen forskere som argumenterer for en sammenheng mellom stråling og helseskade, er invitert med
- neglisjerer nyere metodekritikk av forskning på eloverfølsomhet. Denne metodekritikken krever en revurdering av tidligere forskning når det gjelder sammenhengen mellom eksponering for elektromagnetiske felt og symptomene til eloverfølsomme;
- unnlater å påpeke alvorlige metodefeil i forskning som, etter utvalgets mening, gir belegg for at mobilbruk *ikke* øker risikoen for svulst i hodet;
- underrapporterer funn som viser at stråling fra mobiltelefoni og annen trådløs kommunikasjon utgjør en helserisiko, blant annet risiko for atferdsproblemer hos barn;

På grunn av den enorme økningen av radiofrekvent stråling fra mobiltelefoner, basestasjoner og trådløse nett vil vi sterkt anbefale at det innføres en mye lavere grenseverdi, i første omgang 1000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$ slik det er gjort i 16 franske prøvekommuner. Grenseverdien i Norge er 10 000 000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$. Befolkningen i Norge må få rett til et bedre strålingsmiljø på linje med innbyggere i flere land, regioner og byer i Europa.

Kontaktperson: Solveig Glomsrød, post@felo.no

Nederlandsk domstol mener at mobilmaster kan true bienes helse

Retten i Zupthen, Nederland har annullert tillatelsen for en UMTS (3G) mobilmast på grunn av birøkt i området. Retten har altså funnet grunn til å anta at mobilmaster kan true bienes helse!

Les mer: www.felo.no

Rene høykvalitets Aloe Vera produkter med svært gode resultater

BODY BEAUTY JELLY

Ren & silkemyk Aloe Vera gele, uunnværlig for husapoteket

Ren Aloe Vera gele som brukes ved hudirritasjoner, betennelser, rifter, sår, utslett, brannså, insektsstikk, solbrenthet, soleksem, eksem og psoriasis. Den kan også brukes som hårgele ved psoriasis i hodebunnen, og som forfriskende body lotion og deodorant. Jelly trenger godt inn i huden. Den kan forsterke effekten av andre produkter. Ved større hudproblemer kan den brukes under andre av Body Beauty's aloe vera kremer, som Allround Creme, Body Massage eller Hånd og Fotkrem. Ren Aloe Vera inneholder naturlig solfaktor 4.

Menn: Huden blir mindre sår og irritert ved barbering når Jelly blandes med barberskum.

Tips: Jelly + Lavendelolje er svært fin på brannså, insektsstikk, akne, betennelser, skrubbsår, brennmanet, brennesle m.m. 1-3 dr. eterisk olje til 30 ml Jelly
Inneholder ren Aloe Vera gele.



BODY BEAUTY LIQUID JELLY

Flytende Aloe Vera gele, trenger raskt inn og dypt ned i huden

Førstehjelp for brannså, skrubbsår, utslett, rød og irritert hud, insektsstikk, brennesle, brennmanet, solbrenthet m.m. Lindrer raskt kløe og svie. Kan brukes i hodebunnen (bruk små mengder) ved psoriasis, eksem, sår og tørr hud. Virker desinfiserende og antiseptisk ved sårvask, og kan brukes til bandasjeoppløsning på ligge- og bensår, eller andre mindre sår. Fin i skole- og tursekken og på stranden. Den forsterker effekten av andre produkter, og kan blandes med andre produkter for å tilføre mer ren Aloe Vera. Kan brukes som fuktighetsgivende hudvann, aftershave eller forfriskende Kroppslotion. Den gir en behagelig, frisk og ren følelse.

Kan brukes som parfymebase og tilsettes eteriske oljer etter ønske. Prøv å lage din egen parfyme eller Aftershave!

Hudvann/Aftershave: 1 - 2 dr. eterisk olje til 25 ml Liquid Jelly.

Kroppslotion: 2 - 5 dr. eterisk olje til 25 ml Liquid Jelly.

Parfyme: 5 -10 dr. eterisk olje til 10 ml Liquid Jelly

Inneholder flytende Aloe Vera gele og allantoin.



BODY BEAUTY ALOE VERA GELE - PRODUKSJON, KVALITET OG RENHET

Body Beauty's Aloe Vera produkter inneholder helt ren og fersk Aloe Barbadensis gele av høyeste kvalitet. Aloe plantene dyrkes økologisk av en norsk produsent, som har egen plantasje i USA. Bladene skrelles for hånd og bearbeides senest 24 timer etter innhøsting, for å kunne bevare de medisinske virkestoffene best mulig.

Body Beauty bruker kun den fine og lyse geleen inne i bladet. Men Aloe Vera Saften inneholder de gunstige bitterstoffene som er så positive for fordøyelsen.

Patentert metode: Produsenten bruker en ekstra god og patentert stabiliseringsmetode for å sikre at flest mulig av næringsstoffene i Aloe planten vil bli bevart. Det finnes mer enn 200 vitaminer, mineraler, enzymer, polysakkarider og proteiner i Aloe gele. Geleen produseres under streng hygienisk kontroll i et lukket system, slik at bakterier ikke kan komme til. Alle Body Beauty's Aloe Vera produkter har GMP-standard. GMP-standard betyr at produksjonsprosessen følger farmasøytisk kvalitet og standard på alle nivå.

Stabilisering: Aloe Vera geleen er gele under hele stabiliseringsprosessen. Dvs. at ingen væske fordamper underveis i prosessen, geleen blir ikke til pulver eller tilsettes vann. Den ferdige Aloe Vera geleen er derfor helt ren med flest mulig av virkestoffene bevart. Body Beauty's Aloe Vera produkter har en nydelig konsistens. De er lette å påføre og trekker godt inn i huden. Etter få dager kan du merke forskjell på huden, fordi virkestoffene i produktene samarbeider med hudens egne gjenoppbyggende prosesser.

Body Beauty's Aloe Vera produkter inneholder naturlige ingredienser, er allergitestet, dermatologisk testet, klinisk testet, er biologisk nedbrytbare og er ikke testet på dyr. Body Beauty får mange gode tilbakemeldinger både på produktene og den høye kvaliteten!

TANNLEGE
Erik Barman

Stallgata 15, 5701 Voss
Telefon: 56 52 00 20



TANNLEGE
Rolf Johan Stemland

(se egen annonse, Stemlandklinikken)

Stortingsgata 28, 7 etg. 0161 Oslo
Telefon: 22 83 08 30 Faks: 22 83 43 71

TANNLEGE
Anthony Nordbø

Fritjov Nansensv. 48, 4019 Stavanger
Telefon: 51 58 02 77 Faks: 51 88 05 85

TANNLEGE
Hermansen AS

*Pål Hermansen, Hilde Hermansen,
Akemi Muto Vigen*

Helgesensgt. 21, 0553 Oslo
Telefon: 22 37 88 76 Faks: 22 37 10 21



Bergstien Tannlegesenter AS – 32 83 80 00
Bergstien 64, 3016 Drammen



Frogner Tannklinikk
TANNLEGE
Stein E. Andreassen

Tidemandsgate 2, 0266 Oslo
Telefon: 22 43 08 17

TANNLEGE
Bjørn Fjeldheim

HELSEHUSET
Rådhusveien 5, 4683 Søgne
Telefon: 38 05 10 22



*Tannlegene: Anne Kristin Treider,
Tori Helene Lundebj, Mie Kristine Midtgarden
og Dyveke Knudsen*

Vi har økt vår kapasitet
og kan ta imot nye pasienter.
Solbråtanveien 10, 1410 Kolbotn
Telefon: 66 80 11 44 Faks: 66 80 54 51

TANNLEGE
Opitz Tannhelsesenter

Smålonane 2, 5353 Straume
Telefon: 56 33 57 50 Faks: 56 33 57 51
Timebest. 08.00 – 16.00

REAKSJONER PÅ PRODUKTENE - ALLERGI

Ved hudproblemer, f.eks. sår og sprukken hud, eksem, psoriasis og utslett, anbefaler Body Beauty at du gir produktene tid til å virke og bearbeide problemet. Ved enkelte hudproblemer kan midlertidige forverringsreaksjoner oppstå i startfasen, fordi huden jobber med utrensings- og reparasjonsprosessen. Hvis du er i tvil eller har alvorlige hudproblemer, så anbefales det å kontakte hudpleier eller lege.

Men evt. reaksjoner i bedringsfasen må ikke forveksles med reaksjoner pga. sensitiv hud/allergi! Hvis du er usikker mht. sensitiv hud/allergi: Smør kremen på innsiden av underarmen. Hvis huden blir rød, irritert eller klør etter noen timer, så anbefaler vi deg å bruke et annet produkt.

Informasjon: Gunn Randi Eriksen, mob 41 25 32 86, www.bodybeauty.no
<http://nettbutikk.bodybeauty.no>



SPRE GLEDE

Kappes om å hedre hverandre
står det i Guds ord.

La oss sette gode spor
under vandringen på jord.

Kanskje vi skulle være
mer rause med ros.

Gi noen ære
fremfor å belære.

Inspirere mer enn å kritisere

Ha åpen dør for den
som stenges ute.

Løfte opp den som ligger nede.

Vi går ofte forbi uten å se det.

Et vennlig ord, en utstrakt hånd
kan i vår hverdag spre glede.

Helene Freilem Klingberg



**TANNBEHANDLING
MED OMSORG**

ALLMENNPRAKSIS

-Amalgamsanering

-Tannlegeskrekk

TANNREGULERING

-Hvit regulering

-Funksjonell regulering

Ring 22 830 830

Eller: info@stemlandklinikken.no

VELKOMMEN!



www.stemlandklinikken.no

Stortingsgata 28 (vis á vis Nationaltheateret st), Oslo.



Hvorfor skal en tannlege betale mer enn en tenåring?

Vanligvis betaler bedrifter langt mer enn privatpersoner for sine mobilabonnementer.

Mobiloperatører i bedriftsmarkedet fokuserer på ekstra service og kompliserte tjenester. Dette for å kamuflere et høyt prisnivå, og for å gjøre sammenligning med andre operatører vanskeligere. Gjør du en prissammenligning for din bedrift vil du raskt oppdage at du betaler mer enn hva som er tilfelle for privatmarkedet.

Hos Talkmore gir vi like god service og lave priser til alle! Med Talkmore Bedrift kan du velge mellom en rekke abonnementer som passer svært godt for små, kostnadsbevisste bedrifter – til markedets beste priser, uten bindingstid!

Les mer på Talkmore.no



3000 ringeminutter,
2000 SMS og **1000** MB
for **279,-** pr. måned.

* 0,- for samtaler til andre Talkmore-abonnenter

talkmore
.no/bedrift

Sentralstyret 2011

Leder

Dag Einar Liland
Totlandsvegen 365
5226 Nesttun
Tlf 950 38 029 / 55 10 29 28

Nestleder

Tormod Imeland
Leirkilen
4534 Marnadal
Tlf 91 61 98 07

Sekretær

Helene Freilem Klingberg
Thurmannsgt. 10 B
0461 Oslo
Tlf 22 87 09 28 / 99 58 09 25

Kasserer

John Andreas Pandur
Tårnebyvn 105
2013 Skjetten
Tlf 480 58 655 / 63 84 03 08

Styemedlem

Inger Kristine Bøe
N. Rolfsens vei 23 D, 5094 Bergen
Tlf 55 27 06 19

Kåre Solberg
Moldkvile, 5282 Lonevåg
Tlf 56 39 21 84

Varamedlemmer til sentralstyret

1. Toril Sonja Gravdal
2. Oddvin Herstad
3. Åse Kjelby
4. Anders Christensen

Foreninger i Norden:

Sverige

Tandvårdsskedeförbundet
Kungsgatan 29, SE-461 30
Trollhättan
Tlf.: 0046 520 80600
Fax: 0046 520 80602
E-post: info@tf.nu
Internet: www.tf.nu

Danmark:

**Foreningen mot Skadeligt
Dentalmateriale**
Postboks 203
1501 København
Tlf./fax: 0045 3539 1560

Finland

**Föreningen for Tandpatienter i
Finland rf**
PB 213
SF-00121 Helsingfors
Tlf.: 00358 9 55 66 25

Medlemskap i Forbundet Tenner og Helse koster per år:

- Hovedmedlem, kr. 275,-
- Husstandsmedlem, kr. 100,-

Medlemsavgiften gjelder for ett kalenderår.

Innbetaling merkes "nytt medlem", hvilket fylke du er bosatt i, skriv tydelig ditt navn og adresse og send til:

Forbundet Tenner og helse

Postboks 6416
Etterstad, 0605 Oslo
Tel 994 22 345
E-post: post@tennerog helse.no
Internet: www.tenneroghelse.no
Kontonummer: 7874 06 46620

Foreningen for el-overfølsomme

www.felo.no

Telefon 33 48 13 00
Telefontid tirsdager
kl 10-12 og 15-17

ANNONSERE I TENNER & HELSE?

Kontakt oss!
bjorn.borch@gmail.com

Priser:
Helside 3000 kr inkl. mva
Halvside 1500 kr inkl. mva

Tenner&helse

Nr. 4 - 2012
18. årgang - Grunnlagt 1994

REDAKTØR: Toril Sonja Gravdal
Tel 413 23 943 torilsg@online.no

UTGIVER:
Forbundet Tenner og Helse

ADRESSE:
Solheimsveien 62, 1473 Lørenskog
Tel 994 22 345
post@tenneroghelse.no
www.tenneroghelse.no

POST TIL REDAKSJONEN SENDES TIL:
torilsg@online.no
eller Toril Sonja Gravdal
Kirkerudlia 6e, 1339 Vøyenenga

ANNONSER:
bjorn.borch@gmail.com

REDAKSJONKOMITÉ:
Helene Freilem Klingberg hele-kli@online.no
Jorunn Østberg jorunnos@gmail.com

Tenner & helse kommer ut med 4 nummer pr år.
Signerte artikler står for forfatterens egne
synspunkter, og er ikke nødvendigvis i samsvar
med redaksjonens syn.

NESTE UTGAVE:
Mars 2013
Stoff innlevering: 15. februar

DESIGN:
punkt&prikke punktpricke@me.com

FORMIDLING:
2punktAS

TRYKK:
RK Grafisk AS

Opplag 1800
ISSN 0805-9039

- Forbundet Tenner og Helse tar ikke ansvar for
produkter eller tjenester annonsert i bladet.

FORSIDEFOTO:
Jan Gravdal



Fylkeskontakter

Fylke	Navn	Adresse	Telefon	Tid
Akershus/Oslo	John Pandur (telefonvakt)	Tårnbyvn 105 2013 Skjetten	63 84 03 08	18.00 - 21.00
	Laila Landsnes Johannesen (telefonvakt)	Hulunbakken 19 1481 Hagan	67 06 18 77	Man.-tors 14.00 -16.00
Aust- og Vest-Agder	Tormod Imeland (fylkeskontakt)	Leirkilen 4534 Marnadal	91 61 98 07	
Buskerud	Solveig Arbo Simonsen	3576 HOL	32 09 12 21	
Bergen/Hordaland	Kåre Solberg (fylkeskontakt)	Moldkvile 5282 Lonevåg	56 39 21 84	
	Inger Kristine Bøe (telefonvakt)	N. Rolfsens vei 23 D 5094 Bergen	55 27 06 19	
Finnmark	Trenger ny kontaktperson			
Hedmark	Lillian Henriksen	Nybrukvegen 11 2340 Løten	lillian@curezone.com	
Møre og Romsdal	Anne-Margrethe Holte (fylkeskontakt)	Torebakken 4 6010 Ålesund	70 14 14 42	
Nord-Trøndelag	Silja Brohaug	Skredderveien 5 7600 Levanger	98 06 54 93	
Nordland	Trenger ny kontaktperson			
Oppland	Trenger ny kontaktperson			
Rogaland	Rolf Høvring	Losgata 24 5523 Haugesund	95 52 55 25 krabben@krabben.no	
Sogn og Fjordane				
Sør-Trøndelag	Oddvin Herstad (fylkeskontakt)	Kolstadtunet 3 B 7098 Saupstad	72 58 55 23	
	Ingunn Garlen	Rødrevveien 17 7082 Katten	72 84 69 73	
Telemark	Eirin Bråthen	Bjørnefare 7 3917 Porsgrunn	48 26 50 45	
Troms	Marit Wevle Breivikeidet (fylkeskontakt)	9020 Tromsdalen	77 69 08 23	
Vestfold	Kontaktinformasjon kommer i neste blad.			
Østfold	Trenger ny kontaktperson			

Likemenn i Forbundet Tenner og helse

Akershus/Oslo:

John Andreas Pandur - Generelt likemannsarbeid
Tårnebyvn 105, 2013 Skjetten, tlf: 480 58 655

Bergen/Hordaland:

Kåre Solberg - Generelt likemannsarbeid
Moldkvile, 5282 Lonevåg, tlf.: 56 39 21 84

Inger Kristine Bøe - Generelt likemannsarbeid
N. Rolfsensvei 23D, 5094 Bergen, tlf.: 55 27 06 19

Dag Einar Liland - Generelt likemannsarbeid
Totlandsvegen 365, 5226 Nesttun, tlf: 950 38 029

Hedmark:

Aase Storjordet Drange - Generelt likemannsarbeid
Moensvingen 11, 2450 Trysil, tlf.: 62 45 03 83

Oppland:

Mary K. Gullberg - Generelt likemannsarbeid/
yrkesrettet attføring / arbeid
Gjøvikveien 61, 2827 Hunndalen, tlf.: 61 18 82 07



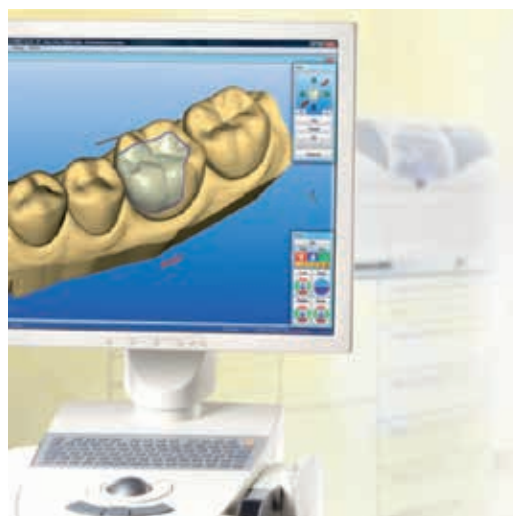
Invester i livskvalitet!

Å le hjertelig og uanstrengt i godt lag. Å vise tennene når du smiler. Å være sikker på at egen helse er ivaretatt. Enkle gleder som er en selvfølge for de fleste, men ikke for alle.

Tungmetaller fra amalgamfyllinger lekker ut og kan gi nedsatt helse og livskvalitet. Bakterier og giftstoffer fra rotfylte eller døde tenner har store allmennmedisinske risikoer, som f.eks hjerte/hjerne infarkt, drypp og diabetes.

Vår klinikk har spesialisert seg på flere områder:

- Amalgamfjerning – effektiv og optimal beskyttelse mot tungmetallbelastning under utskiftning blant annet ved hjelp av friskluftmaske.
- Rehabilitering ved hjelp av porselensfyllinger, innlegg og kroner ferdigstilt i samme seanse med Cerec teknologien.
- Fjerning av infiserte tenner og giftige områder.
- Rehabilitering av tapte tenner ved hjelp av kjevebensforankrede implantater i titan.



Opitz
Tannhelsesenter

Smålonane 2, 5353 Straume
Tlf: 56335750 Fax: 56335751
Mail: post@opitztannhelsesenter.no
Web: www.opitztannhelsesenter.no