



**Rolf Luneng** er utdannet allmennlege, men har også allsidig bakgrunn i naturmedisin. Mange helseplager kan kureres ved kostomlegging og naturlig behandling.

## Skriv til dr. Luneng!

Send gjerne spørsmål til meg via [helsepanelet@allers.no](mailto:helsepanelet@allers.no)

Mange sliter med ryggsmarter

# Når smerten ikke går over

Mange med kroniske smerter blir langtids-pasienter hos terapeuter og behandlere – ofte uten å bli bra, eller bare forbigående bedre.

**ALLE MULIGE SLAGS** terapeuter står parat til å behandle dine kroniske smertepager, men mange blir enten skuffet over manglende effekt, eller de blir avhengig av svært mange behandlinger over lang tid for å holde smertene i sjakk. Det betyr ikke nødvendigvis at terapeutene er dårlige, men heller at man har valgt feil behandlingsmetode – eller at årsaken til smertene sitter et helt annet sted enn det man selv og terapeuten tror.

Jeg har opplevd at pasienter har gått til kiropraktorbehandling i månedsvis med bare delvis eller kortvarig bedring. Noen har nærmest ruinert seg på slike

behandlingsopplegg som til slutt ikke gjorde dem friske likevel. Slik skal det selvfølgelig ikke være. Behandlingen må alltid vurderes og evalueres underveis, slik at man ser at den faktisk hjelper og fjerner årsaken til smertene. Dersom dette ikke skjer innen rimelig tid og et visst antall behandlinger, må behandlingen avsluttes.

**SMERTENS NATUR** og opphav kan være vanskelig å finne ut av, og det er svært mye innen smerteområdet vi ennå vet altfor lite om.

En pensjonist kom til meg på grunn av langvarige ryggplager og smerter i beina. Ryggen var så dårlig at han hver måned måtte ha

minst to–tre kiropraktorbehandlinger for å klare å være oppegående. På tross av gode behandlinger ble ryggen likevel dårligere. Røntgen viste aldersforandringer i rygg-søylen og et begynnende prolaps. Mineralanalysen viste at han hadde altfor lave verdier av kalsium, magnesium, mangan, selen og molybden. Disse viktige mineralene har stor betydning for funksjonen i både beinvevet, leddbrusken, muskelfestene og de leddnære strukturene som leddbånd, leddkapsler og ligamenter. Nok kalsium og molybden er viktig også for syrebasebalansen i vevene. Mangan og selen er bl.a. viktig for å hindre frie radikaler i å lage betennelsesprosesser i vevene.

Han ble satt på kostendringer som ga mer tilførsel av disse næringsstoffene, kombinert med tilskudd av mineralene med de

laveste nivåene. Etter bare fire måneders behandling ble ryggen og beina mye bedre, og han trengte ikke lenger kiropraktorbehandling. Framgangen fortsatte og han merket store, positive forandringer også på andre helseplager. Det er nå ett år siden han avsluttet kiropraktorbehandlingen.

Forklaringen? Samtlige ryggstrukturer har fått tilført nøyaktig de viktige næringsstoffene som skal holde disse friske, sterke, elastiske og betennelsesfrie. Dette viser hvor avgjørende det er at også ryggens ulike strukturer får tilført nok næringsstoffer til å kunne holde seg friske.

Kroppens evne til å reparere seg fra kroniske smerter er stor dersom den får den rette hjelpen.

Rolf Luneng