



**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)

## Når slimhinnene ikke fungerer

Det finnes slimhinneforstyrrelser som ingen medisiner kan helbrede. Men mineral- og kostbehandling kan hjelpe.

**JEG MØTER MANGE** pasienter med kroniske slimhinneforstyrrelser i øyne, bihuler, luftveier, spiserør, tarm, blære og urinveier samt underliv. De har gått til legen for å få medisiner som skal dempe symptomene, men de blir aldri friske. Tvert imot blir de fleste verre med tiden. Blodprøver og diverse undersøkelser gir oftest ingen klare svar på hva som er galt og hvorfor. Symptomene er ofte allergilignende plager, økt slimsekresjon, intoleranser for ulike matsorter, tarmforstyrrelser og endret avføringsmønster, urinblæresvær og ømme, irriterte underlivsslimhinner.

Når ingen kan sette en diagnose på disse plagene, får pasienten

utdelt symptomlindrende medisiner for å holde plagene i sjakk. Dette kan hjelpe i starten, men ikke over tid. Til slutt er det ingenting som hjelper.

**SLIKE KRONISKE** slimhinneforstyrrelser er blitt økende de siste årene. Dette kan i stor grad skyldes endringer og svekkelse av slimhinnes immunforsvar lokalt eller generalisert i alle slimhinnene. Slimhinnes immunforsvar kan svekkes ved en eller flere av følgende mangler eller faktorer:

- Svekket eller ødelagt normalbakterieflora på grunn av bruk av antibiotika.
- Mangel på mineraler som kal-

sium, magnesium, kobber, sink, mangan og selen samt A- og C-vitaminer.

- Økt inntak av miljøgifter og tilsetningsstoffer i mat.
- Oppvekst av sopp på slimhinner.
- Økt mengde frie radikaler i kroppen.
- Peptider fra kosten som forstyrrer immunforsvaret.
- Infeksjoner eller betennelsestilstander på slimhinnene.

**MANGEL PÅ** kalsium og magnesium kan medføre såkalte histaminallergier. Magnesiummangel alene kan føre til slimhinneforstyrrelser i tarmsystemet og dermed øke risikoen for å utvikle matintoleranser. Kobbermangel

### Kronisk katarr

En kvinnelig pasient i 50-årene hadde mange forskjellige plager første gang hun kom til time. Deriblant forstyrrelser i magen og tarmslimhinnene, som ble oppfattet som en kronisk katarrtilstand. Plagene medførte at hun blant annet ikke kunne spise druer. Bare drue var nok til at hun fikk sterke magesmerter. Etter tre måneders mineral- og kostbehandling kunne hun spise ubegrenset med druer uten problemer. Slimhinnene var nå friske igjen.

bidrar også til slimhinneallergier, da kobber skal beskytte mot utvikling av betennelsestilstander. Derimot vil for høyt kobber og samtidig for lav sinkverdi kunne bidra til økt gjær- og soppdannelse på slimhinnene. Dette kan da gi en kronisk soppinfeksjon (candida), som blant annet kan lage betydelige tarmforstyrrelser og matintoleranser.

*Rolf Luneng*