

- Når blir rundkjøringen ferdig?

LANGHUS: Tidligere i uken fortalte vi om den strålende fornøyde beboeren som var så glad for at rundkjøringen har gjort det til en fornøyelse å kjøre bil.

- Det hadde vel vært bedre med en artikkel om når man skal fullføre arbeidet på rundkjøringen.... eller er den ferdig? under

en e-postskribent til redaksjonen.

- Dette er den verste rundkjøringen jeg har sett på lenge. Feil dosering, for høye kantsteiner, manglende autovern, og et forferdelig asfaltlag (lappverk uten sidestykke). Og ikke er det skikkelig arbeid i forkant av rundkjø-

ringen der gangveien kommer opp, og det er manglende fotgjengerovergang. Samt at det er farlig høye asfaltkanter mot grøfta enkelte steder (Kommer en bil ned i der blir det skader på kanaler osv). Og når skal den ferdigstilles? Trodde den skulle være ferdig 1/11-07 jeg.....

STIG PÅ!

STIG PERSSON
er ansvarlig for ØBs sider med nærnytt. Ta kontakt med Stig på tlf. 64 85 51 51 eller på mobil 917 05 642. stigp@oblad.no



Progesteron mot overgangsplager

Det finnes andre muligheter enn østrogen mot overgangsplager.

Stig Persson

stig.persson@oblad.no

SKI: Det påpeker akupunktør Tove Dahl Hunsager, som brenner for å gi pasientene et bedre alternativ.

- Det er mye bruk av østrogen, men østrogenet har virkninger som ikke er heldige, sier hun.

Tove Dahl Hunsager snakker i stedet varmt om naturlig progesteron.

- De fleste kvinner tror at det er østrogen de trenger, mens en spyttprøve kan vise at det er progesteron som det trengs på-fyll av. Og da snakker vi om naturlig progesteron dannet fra diosgenin som det finnes masse av i jamsrotplanten kalt Dioscorea. Diosgenin kan blir konvertert på en billig måte nøyaktig til det samme molekyl som humant progesteron.

Dette naturlige progesteronet har ingen kjente bivirkninger. Man kan få kjøpt krem på helsekosten som inneholder naturlig progesteron (og ikke bare ekstrakt fra planten), forteller Tove Dahl Hunsager.

Hun er utdannet akupunktør i tradisjonell kinesisk medisin i 1992, og bruker også vakuummassasje etter Vita-Geo metoden som behandling, i tillegg til Bachs blomstermedisin.

Overgangsalderen. Når kvinner kommer i overgangsalderen, synker nivået på østrogen noe slik at menstruasjonen opphører. Mens nivået på progesteron ofte synker mer. Dette kan medføre en østrogendominans som gir plager som hetetokter, vektøkning, konsentrasjonsvansker, trøtthet, blodpropp og nedsatt sexlyst.

- Jeg gikk på østrogen i ca. 20 år. Men det var så mye skriverier om at det kan være en økt fare for brystkreft, så jeg prøvde å slutte. Da ble jeg veldig plaget av hetetokter, helt til en venninne anbefalte meg dette, sier Trine-Lise Nybø fra Hebekk.

Prøvene viste at hun nesten ikke produserte progesteron. Så etter et par måneder slo virkningen til for fullt. Hun brukte akupunktur for å dempe plagene i starten da hun trappet ned østrogen og begynte på progesteronkrem, men nå bruker hun bare kremen.

- Jeg kjenner stor forskjell! Det er litt om morgenen, men dagen er mye, mye bedre, sier Nybø som ligger med nåler i 20 minutter når hun er innoom Follo Naturmedisin.

Hjelpe kroppen. - Østrogen lagrer vann og



BEDRE FORM: Akupunktør Tove Dahl Hunsager i full sving med Trine-Lise Nybø fra Hebekk. Hun har fått et nytt liv uten å knaske østrogenstilskudd. **FOTO: STIG PERSSON**

salter i kroppen, mens naturlig progesteron hjelper kroppen selv til å være naturlig vanddrivende, normalisere blodsukkeret og omforme fett til energi, sier Tove Dahl Hunsager.

Andre positive fortrinn er å stimulere osteoplastenes oppbygging av nytt benvev

og hindre osteoperose, økt sexlyst og opprettholde livmorslimhinnene. Sjansen for fibrocyster og kreft i bryst og livmorslimhinner blir også redusert.

Progesteron er også effektivt i behandlingen av infertilitet hos yngre kvinner.



Vanskelig å se informasjonen

LANGHUS: Urbane fenomener har spredt seg også til de mest avsidesliggende krokene i distriktet. Her i Vestre Dals vei på Langhus er det i hvert fall minimalt med publikum. Men det ser ut til at det er gangvei.

www.oblad.no

Dagens spørsmål

Sykler du hele vinteren?

JA
eller
NEI

Gårsdagens:
Synes du NRK er størst på nyhetsformidling på tv?

Ja: 47% Nei: 53%

KRYSSORD

1	2	3	4	5	6
7			8		
	9				
10			11		
12					
13			14		15
16					
17			18	19	
	20				

Vannrett: 1. Prosjekt 7. Kry 8. Pussig 9. Frue 10. Dyr 11. Søkk 12. Egypt. gud 13. Da. øy 14. Like 16. Korrigert 17. Svelle 18. Utlegg 20. Svinge

Loddrett: 1. Gud 2. Falsk 3. Studenter 4. Utryddende 5. Stoff 6. Russ. by 10. Selskap 15. Smykke 19. Selskap

LØSNING

Vannrett: 1. Torpedo 7. Yre 8. Rar 9. Madam 10. Sel 11. Dal 12. Osiris 13. Als 14. KKK 16. Retta 17. Ese 18. Nam 20. Kretse
Loddrett: 1. Ty 2. Ormeslek 3. Rea-lister 4. Eradikant 5. Damask 6. Orel 10. Soare 15. Kame 19. AS



Støvete kjærlighet

På Langhus fant vi denne kjærlighetserklæringen her om dagen. Selv om Valentinesdagen har vært, er det fortsatt mulig å vise sin kjærlighet med nye uttrykksformer.



FOTO: STIG PERSSON

Teppe mot kulda

Det kan være kaldt i Skotbu på denne tiden av året. Så både mennesker og vekster gjør klokt i å kle på seg.