



GREEN DOCTORS®

For lite magesyre?

Sett en ring rundt symptomer som passer for deg.

1. Jeg har liten appetitt til frokost
2. Jeg raper mye etter måltider
3. Jeg er ofte plaget av halsbrann
4. Jeg har sure oppstøt
5. Jeg er plaget av kvalme
6. Jeg er ofte oppblåst, har mye luft i magen
7. Jeg promper mye
8. Jeg har kronisk diaré
9. Jeg har dårlig ånde
10. Jeg har flisete negler
11. Jeg har hudproblemer
12. Jeg har belegg på tungen
13. Jeg har observert ufordøyde matrester i avføringen
14. Jeg blir kvalm etter å ha tatt kosttilskudd

Sitrontesten: Ta saften av en halv sitron og drikk det på tom mage. Dersom du kjenner det svi i magen (det vil være surt i munnen og svelget) har du nok magesyre. Dersom du ikke merker noen ting kan det tyde på for lite magesyre.

Natrontesten: Ta 1 ts natron i et halvt glass vann og drikk det på tom mage. Du bør få en reaksjon i form av en rap innen få minutter. Ingen raping kan tyde på for lite magesyre.

Ikke ta testene på samme dag! Kan tas flere ganger hvis du er usikker på reaksjonen

Behandling: Kjøp Aciglumin NAF fra apotek eller www.komplettapotek.no. Skal trappes opp på følgende måte:

Dag 1-3 1 tablett **før** hvert stort måltid, svelg med en god slurk vann!
Dag 4-7 2 tabletter **før** hvert stort måltid
Dag 8-11 3 tabletter ..
Dag 12-15 4 tabletter ..
Dag 16-20 5 tabletter ..
Osv.

Du skal trappe opp antall tabletter helt til du får en reaksjon fra magen (svie eller ubehag). Da går du en tablett ned og holder deg der. Når dette antall begynner å gi svie, trapper du ytterligere en ned. Osv.