



## Hjelp mot astma og kols

### Gode erfaringer

Oralmats Venner er en nettside laget av folk som i mange år har slitt med luftveisplager, og har gode erfaringer med bruk av rugspiredråper. Noen hevder at de er blitt helt friske, andre at de er blitt såpass friske at de lever godt med sykdommer som bihulebetennelse, bronkitt, astma og KOLS. Rugspiredråper fås kjøpt i helsekostbutikker og på [www.oralmat.com](http://www.oralmat.com). Les mer på [www.oralmatsvenner.com](http://www.oralmatsvenner.com).

**KVITT HOSTEN:** Anne Lise Mortensen er kvitt sin plagsomme hoste, og fysisk arbeid går som en lek!

Anne Lise kunne slutte med astmamedisin

# Ble frisk med rugspiredråper

Anne Lise Mortensen (51) var så plaget med astma og allergier at hun måtte slutte i jobben i en blomsterbutikk. Etter at hun begynte å ta rugspiredråper, ble hun frisk og kunne slutte med astmamedisin.

TEKST: SISSEL FANTOFT FOTO: RONNY TRÆLVIK

For 14 år siden oppsøkte Anne Lise Mortensen lege fordi hun lenge hadde slitt med en vond, kronisk hoste.

– Jeg hadde ikke noe pustebesvær, så jeg tenkte ikke at det kunne være astma. Men hosten var helt forferdelig, og ble bare verre etter at jeg begynte å jobbe i en blomsterbutikk. Da fikk jeg også allergi, og måtte til slutt gi opp den jobben, forteller hun.

Legen konstaterte raskt at hun hadde astma, og sendte henne videre til undersøkelse på sykehus.

– Der skulle jeg testes på ti punkter, men de måtte gi seg etter fem, fordi jeg fikk så voldsomt utslag på astma. Jeg begynte på astmamedisinen Ventolin, som jeg gikk på i mange år, forteller hun.

Da Anne Lise for seks år siden flyttet til Finnsnes i Troms ble hun kjent med en dame som hadde en bekjent med kols.

– Hun fortalte at hun brukte rugspiredråper, og var blitt mye bedre. Min far døde av kols, så lungesvakhet ligger kanskje i vår familie. Derfor bestemte jeg meg for å prøve rugspiredråper, sier Anne Lise.

## HOSTEN FORSVANT

Etter bare et par dager ble hosten nesten borte.

– Det var helt fantastisk! Hosten forsvant helt, så dette fungerer

veldig bra for meg. Ganske raskt bestemte jeg meg for å slutte med astmamedisinen, og den har jeg aldri brukt siden, bortsett fra hvis jeg skal et sted hvor jeg vet jeg blir utsatt for parfymelukt. Da har jeg også med astmaspray. Ofte går det bra med bare rugspiredråper, men jeg har med sprayen for sikkerhets skyld, sier Anne Lise.

Tidligere måtte hun alltid ta ekstra astmamedisin hvis hun ble utsatt for parfymelukt.

– Astmamedisinen hjelper der og da, men etter en stund kommer hosten tilbake igjen, sier hun.

Enkelte forteller at de får mye slim de første dagene etter at de begynner med rugspiredråper, men det merket ikke Anne Lise noe til.

– Det eneste som skjedde med meg, var at den plagsomme hosten forsvant. Så lenge jeg tar dråpene føler jeg meg helt frisk! Jeg tar dråpene tre ganger om dagen ved å la dem ligge under tunga i tre minutter. Jeg er ikke i tvil om at de virker for meg, sier hun.

## ET NATURPRODUKT

Rugspiredråper er et naturprodukt som består av uttrekk fra kultiverte spirer av rug. Det skal styrke immunforsvaret, og være spesielt egnet til bruk mot pustevansker som astma og kols.

Lars Klette er daglig leder og eier alle aksjene i Oralmat Pte.



**HVER DAG:** Anne Lise lar rugspiredråpene ligge under tunga og virke i tre minutter. Det finnes nå sterkere dråper som ikke trenger så lang virkningstid.

Ltd., som har rettigheter til å selge de australskproduserte rugspiredråpene i Skandinavia. Klette saksøkte i fjor Steinar Madsen i Statens Legemiddelverk for injurier mot selskapet. Oslo tingrett avviste erstatningskravet i fjor høst. Mattilsynet har tidligere lagt ned forbud mot å markedsføre rugspiredråper med medisinske påstander – men det er fullt lovlig å selge produktet uten slike påstander.

Anne Lise Mortensen er ikke i tvil om at rugspiredråpene er årsaken til at hun kunne kutte ut sine astmamedisiner, og har anbefalt produktet til flere venner og kjente.

– Jeg skjønner at noen er skeptiske, for det fins jo så mange produkter på markedet. Men jeg snakker av egen erfaring, og kjenner flere andre som har de samme

## Rugspiredråper

Dråper av rugspirer blir brukt som alternativ behandling av luftveisrelaterte plager som KOLS, astma og bihulebetennelse.

Oralmat rugspiredråper og rugspray (glutenfritt) kan kjøpes på nettet og inneholder et patentert uttrekk fra biodynamisk dyrkede rugspirer som høstes når de er på sitt mest næringsrike. Ifølge markedsføringen skal rugspiredråpene kunne bidra til å forsterke immunforsvaret ved å holde skadelige mikroorganismer ute av kroppen. Kilde: Wikipedia/Bioshop



**FIKK ALLERGI:** Anne Lises hoste forverret seg da hun begynte i en blomsterbutikk. Da hun fikk allergiske reaksjoner, måtte hun slutte.

**TURKAMERATER:** Med rugspire-dråpene i veska har Anne Lise ingen problemer med å legge ut på tur med sin firbente venn, Lex.

positive erfaringene som meg, så derfor nøler jeg ikke med å anbefale dette, sier hun.

#### EFFEKTIVE ASTMAMEDISINER

Norges Astma- og Allergiforbund (NAAF) forholder seg til det som er internasjonale retningslinjer for astmabehandling, og det omfatter ikke alternative behandlings-

måter. Det samme gjelder for kols.

– Dagens astmamedisiner er så effektive at de fleste med astma vil oppleve å få lange perioder med lite eller ingen plager. Den største utfordringen er å ta medisinen regelmessig, og på riktig måte, sier fagsjef for lunge og allergi i NAAF, Grethe Amdal.

Det finnes ulike typer medisiner ved astma: anfallsmedisiner

(korttidsvirkende beta 2-agonist), anfallsforebyggende (langtidsvirkende beta 2-agonist), forebyggende og forskjellige former for kombinasjonsmedisiner.

– Inhalasjon med steroider (kortison) har gjennom de siste 30 årene vært den viktigste behandlingen for astma, både for voksne og barn. Mange er skeptiske til bruk av steroider, men ulike stu-

dier viser at risikoaspektet ved underforbruk av disse medisiner er større enn ved riktig bruk, sier hun.

– Vi oppfordrer de som henvender seg til oss om at de har effekt av alternativ behandling om å ta kontakt med Nasjonalt forskingssenter innen klemmenter og alternativ medisin, sier Grethe Amdal. **A**

## – Dråpene er verdt å prøve

Rugspiredråper har ifølge en australsk studie dokumentert effekt, og blir anbefalt av flere leger. I motsetning til astmamedisiner, har de ingen bivirkninger.

Rugspiredråper er enkle å bruke, har ingen kjente bivirkninger, og best av alt: De synes å ha oppsiktsvekkende god effekt.

Det hevder lege Finn Reiestad, som er spesialist i anestesi og blant annet har mange års erfaring som overlege ved Ullevål sykehus, og som gjesteprofessor ved Harvard Medical School i USA.

– Bronkial astma er en betennelsesaktig sykdom i luftveiene, kjennetegnet av variabel luftveismotstand i bronkiene, med nær-

mest normal luftgjennomstrømming utenom anfallene. Sykdommen kan deles inn i mild, moderat og alvorlig form, også kalt KOLS (kronisk obstruktiv lungesykdom), forklarer Reiestad.

De fleste astmapasienter er friske mellom anfallene – bortsett de som har utviklet KOLS.

– Astmaanfallene preges av økt luftveismotstand og pustebesvær på grunn av hevelsene i bronkienes slimhinner, sier Reiestad.

Astma behandles vanligvis med inhalasjonssteroider, som er

grunnsteinen i moderne astma-behandling.

– Ved å bruke rugspiredråper daglig i anbefalte doser kan disse være en spennende tilvekst til tradisjonell astmabehandling, kanskje særlig til barn, hvor de tradisjonelle astmamedisinene har større bieffekter enn hos voksne, sier Reiestad, som viser til en fersk australsk studie som dokumenterer effekten av rugspiredråper.

– Den er ikke publisert ennå, men er beskrevet flere steder. Det er en stor, klinisk studie som er



vitenskapelig korrekt utført. Selv om jeg er skolemedisiner og naturlig skeptisk, så mener jeg at effekten av rugspiredråper nå er så godt dokumentert at jeg ikke vil nøle med å anbefale bruk, sier han. Han understreker at bruk av dråpene bør gjøres i samråd med fastlegen.