



Som født på ny efter tarmskylning

Anne Marie Triana Skaugvoll

Jeg har længe overvejet en tarmskylning. Et par af mine veninder har prøvet det og var begejstrede, så jeg tog mod til mig, og bestilte en tid til Colon Hydroterapi hos Colonic Copenhagen ved Rundetårn.

Levende lys og urtete

Jeg blev modtaget af en smilende Pia, som bød mig velkommen i de lyse lokaler og bød på urtete eller kildevand. Der var levende lys og duftede friskt og dejligt. Derefter udfyldte jeg en formular, som skulle vise, hvordan min fordøjelse og krop fungerer i det hele taget.

Det er det godt for

Pia tog sig god tid til at forklare mig, hvordan vores fordøjelse fungerer, og hvordan behandlingen skulle forgår.

Tarmskylninger er en effektiv måde til at rense tyktarmen for affaldsstoffer og genetablerer den naturlige balance i tarmfloraen. Kombineret med den rette kost kan den forbedre fordøjelsen og afhjælpe forskellige problemer så som: oppustet mave, forstoppelse, træg mave, luftdannelse, diarré, parasitinfektion, candida-svamp, hudsygdomme, væske i kroppen, surt tarm-miljø, svamp i underlivet, hovedpine, migræne, koncentrationsbesvær, depressioner, kronisk træthed, eksem, hukommelsesproblemer, psoriasis, allergier, unaturligt stort søvnbehov og uren hud.

Forberedelsen

Hun forklarede hvordan og hvorledes jeg skulle gøre mig klar til start, bevæbnede mig med et blødt tæppe, et håndklæde og en lille pose med glidecreme, så min lille mås ikke skulle lide. Jeg fik lov til at være lidt alene i rummet. Det var dejligt, at finde ud af, at jeg fik lov til at bevare min intimsfære, og at mine grænser ikke blev overskredet på noget tidspunkt.

Belysningen var dæmpet og under forløbet, kunne jeg vælge at lytte til musik, læse eller se fjernsyn, og jeg havde en knap, som jeg kunne trykke på, hvis jeg gerne ville have Pia til at hjælpe mig med noget. Hun bankede også på en gang i mellem, for at sikre sig, at jeg havde det godt og alt var i orden.

Selve behandlingen

Til selve behandlingen, skulle jeg benytte et særlig nænsomt hydroterapisystem, hvor jeg skulle indføre et lille engangs-plastikrør i endetarmen. Jeg dækkede mig til med tæppet og trykkede på knappen, så Pia vidste, at jeg var klar. Hun startede systemet, gav mig en dejlig varm pude over maven, og det hele kunne begynde.

Det føltes som om jeg havde lidt mavekneb, men ellers var det en behagelig og smertefri behandling. Jeg kunne vælge at få lidt mavemassage eller zoneterapi, men valgte i første omgang at være lidt alene og vænne mig til situationen. Senere i forløbet fik jeg dog lidt mere mod og Pia gav mig mavemassage, som satte endnu mere gang i udrensningen.

Jeg kunne vælge at følge med i spejlet og se på de gennemsigtige rør på alt, hvad der blev tømt fra mig, men jeg kunne også bare se væk og læse. Jeg må tilstå, at jeg kiggede meget på røret, og undrede mig over, hvad der kom ud og over hvor lidt, jeg nok havde overstået min anale fase.

Som født på ny

Så var det hele forbi, og jeg fik et glas probiotika, som er et tilskud af levende tarmflorabakterier, som er med til at forbedre balancen i maven. Jeg sagde farvel til Pia, som bad mig ringe eller komme forbi, hvis jeg havde brug for det eller havde spørgsmål.

Nu er der gået et par uger siden behandlingen, og jeg kan mærke, at min mave fungerer optimalt og at min hud er blevet renere. Jeg er mere motiveret til at hjælpe min krop til at forblive i denne tilstand, og til at fortsætte et sundere liv.

Det er ikke sidste gang, at jeg besøger Colonic.