



Karin Nilsson ses her ved apparatet med "hovedtelefonerne" i hånden. Behandlingen er effektiv - også selvom man har alle odds imod sig.

## Mod alle odds

# Mod alle odds

Næstved-Bladets udsendte storryger har prøvet en ny behandling for at blive røgfri.

NÆSTVED: Den 10. januar i år åbnede Karin Nilsson og Anita Hasbo en Biofeedback-klinik på 1. sal i Farimagsvvej 40 (lige overfor posthuset), hvor de tilbød interesserede at blive røgfri på kun én time.

For en inkarneret storryger lyder det som en drøm at slippe fri af nikotintrangen ved én Biofeedback behandling af én times varighed - men det lyder også nærmest usandsynligt.

Det var således med en stor portion skepsis, og ikke 100 procent motiveret, jeg tog imod et tilbud om at prøve behandlingen med henblik på at fortælle læserne om erfaringerne.

Mandag den 13. marts kl. 13 kunne signalere noget uheldigt, og i weekenden pulsede jeg løs - for nu skulle jeg jo (måske) til at undvære mine cigaretter.

### Nyt i Danmark

Biofeedback betegnes som banebrydende ny teknologi, og består af et apparat, der nærmest minder om en computer, og nogle "elektroder", hvoraf den ene minder om en hovedtelefon, der dels placeres ud for nogle punkter på halsen, dels ud for nogle punkter omkring tindingerne. Desuden er der en håndholdt "elektrode", som nærmest minder om den scanner, der benyttes til at scanne strejkoder med i mange butikker. Denne holdes forskellige andre steder på kroppen, bl.a. på brystet og på anklerne i varierende minuttal.

Således sendes der nogle ultra svage elektromagnetiske impulser gennem kroppen. Dette bevirker at trangen til nikotin forsvinder.

»Det er faktisk nervebanerne, som behandles ligesom i akupunktur og zoneterapi«, fortæller Karin Nilsson, som behandlede Næstved-Bladets udsendte.

»Metoden er opfundet i Tyskland, hvor den er praktiseret i nogle år, men det kom først her til landet for ca. ét år siden - i Jylland, hvor både Anita og jeg er uddannede.

### Vanens magt

Under behandlingen fortalte Karin Nilsson at det eneste, hun kunne love var, at efter behandlingen ville trangen til cigaretterne være væk, og jeg ville ikke få besvær med abstinenser.

»Hvis du vil lykkes med behandlingen, må du selv bekæmpe vanen - cigaretterne bruges af mange som en pause og en anledning til socialt samvær, og du skal fortsætte med at holde en række små pauser, men vælg noget andet i stedet for cigaretterne - gå en tur, gæt kryds og tværs eller find på noget helt tredje, men lad være med at tage andre stimulanser«.

»Husk du har selv valgt at blive røgfri - det er ikke tvang. Men man siger, at det tager ca. tre uger at blive vanen kvit, og du skal blive ved med at overbevise dig selv om, at din krop ikke har brug for cigaretterne«.

### Det virker - trods alt

Efter behandlingen følte jeg mig lidt "rundt på gulvet". Desuden følte jeg en underlig fornemmelse på tungen, men hverken behag eller ubehag.

»Behandlingen sætter gang i en udrensingsproces, der bevirker at kroppen udskiller affaldsstoffer, og de første 12 timer må du ikke drikke kaffe eller andet end vand. Du skal til gengæld drikke masser af vand, og det skal du fortsætte med de første par uger«.

Herudover fik jeg en lille flaske med vand, der var behandlet med elektromagnetisme. Det skulle jeg tage 10 dråber af morgen, middag og aften til flasken var tom.

Da jeg forlod klinikken, var jeg ikke overbevist om virkningen - jeg syntes stadig at jeg tænkte på cigaretter. Tirsdag morgen blev min bil påkørt i Havnegade - så da jeg kom op på kontoret, måtte jeg bare have en cigaret - føj, hvor den smagte grimt - mine smagsløg var åbenbart påvirket - resten af ugen har jeg godt nok tænkt på cigaretter - men der er ingen tvivl om, at der sker ét eller andet, som gør at man mister lusten til nikotin. ien