

Thailands nasjonalfukt Mangostan:

# Dronningen av frukter

:: Tekst: Elisabeth Hægeland, [elisabeth.haegeland@mediumforlag.no](mailto:elisabeth.haegeland@mediumforlag.no)

80

MEDIUM MAGASIN NR. 3 2008

## Dette inneholder mangostan:

- Catechiner – en kraftig antioksidant som finnes i grønn te
- Polysakkarider – komplekse og sunne karbohydrater som kan forebygge kreft og bakterievekst, og er den aktive komponenten i aloe vera
- Stilbener – hindrer soppdannelse
- Quinoner – antibakterielt stoff
- Vitaminer og mineraler – B1, B2, B6, C, potassium, jern, kalsium, fosfor og niacin
- Xantoner – antioksiderende, betennelsesdempende og COX-2-hemmende

**Skallet fra den thailandske nasjonalfrukten mangostan har vært populær innen asiatisk folkemedisin i hundrevis av år, og har blitt brukt til behandling av betennelser, infeksjoner, diaré, sår og syfilis. Dette kan skyldes den uvanlig store mengden antioksidanter i frukten, men den store hemmeligheten kan også vise seg å være xantoner.**



Mangostan antas å stamme fra Sundaøyene og Molukkene i det østlige Indiahavet ved Malaysia og Indonesia, hvor frukten fremdeles vokser vilt. Lokale skrifter fra rundt 600 e.Kr. antyder at frukten ble brukt som helsebringende urteutskudd på den tiden. Thailand var i 1810 først ute med å kultivere frukten og introduserte den for flere mennesker. Landet valgte å utpeke den som sin nasjonalfrukt, både på grunn av smaken og de velgjørende egenskapene.

I Sørøst-Asia blir frukten fremdeles brukt i behandling av ulike tilstander. Tradisjonelt har befolkningen brukt skallet i te og som omslag på sår og eksem. Dette skal ha lindret smerter og symptomer fra betennelser, dysenteri, diaré, mage- og fordøyelsesbesvær, sopp, virus, parasitter, bakterieinfeksjoner og hudproblemer.

### **Dronning Victorias favoritt**

Ifølge en legende skal dronning Victoria ha fått servert mangostan under et opphold i Asia i 1840. Hun syntes smaken var helt utsøkt, og prøvde å få frukten importert hjem til England. På den tiden var det så godt som umulig å få tak i fersk mangostan i Nord-Europa. Reisen fra Asia tok flere uker, og det var svært få utenfor fruktens vekstområde som fikk anledning til å nyte den.

Dronningen gav likevel ikke opp. Hun lovet at den som kunne skaffe henne en perfekt og fersk mangostanfrukt, skulle bli adlet til ridder. Ingen klarte den vanskelige oppgaven, men takket være dronningens iberdige jakt, har mangostan fått den ærverdige tittelen «dronningen av frukter».

Siden har forskere fra hele verden studert fruktens egenskaper og virkninger med vestlige forskningsmetoder. 150 år med forskning har resultert i over 110 publiserte artikler i vitenskapelige tidsskrifter, samt undersøkelse

av dens virkning på alle systemer i kroppen. De siste 20 årenes forskning viser at mangostan inneholder mange gunstige vitaminer, antioksidanter og sunne karbohydrater som kan forebygge kreft og bakterievekst.

### **Tusenvis av antioksidanter**

Et av høydepunktene fra forskningen er isolasjonen av svært store mengder antioksidanter i frukten. Måling av tørr frukt kom frem til 17.000 antioksidanter per 100 gram mangostan, mens den i fersk tilstand inneholdt 24.000 antioksidanter per 100 gram.

Til sammenligning har granatepler, som er kjent for å inneholde mye antioksidanter, 3037 enheter per 100 gram. Svsker har 5770, blåbær 2400, rosiner 2830, solbær 2036 og grønnkål har 1770 antioksidanter per 100 gram.

– De som jobber med biokjemi er blitt forelsket i mangostan, for de vet at den er helt annerledes enn andre frukter. Den har tydeligvis en forebyggende effekt, sier Linda Magnus-Andresen. Hun har drukket mangostanjuice over lengre tid, og føler seg bedre og lettere enn før hun begynte.

### **Friskere aldring**

I forhold til de fleste andre frukter, har mangostan 20 til 30 ganger så stor evne til å absorbere skadelige frie radikaler som bryter ned cellene i kroppen. Frie radikaler er ustabile molekyler i kroppen som finner, angriper og skader andre molekyler. De starter en kjedereaksjon som skaper enda flere frie radikaler og skader. Hver dag angripes cellenes DNA og enzymer av frie radikaler 10.000 ganger bare gjennom kroppens stoffskifte og oksidasjonsprosess. Dette er livsnødvendige kjemiske reaksjoner som skjer i alle levende celler.

For å forstå oksideringen i kroppen, kan

du tenke deg et eple som en celle i kroppen. Deler du eplet i to vil det oksidere og bli brunt på grunn av lufta. Pensler du den ene halvdel av eplet med sitronsaft, vil du se at det holder seg friskere. Sitronsaften inneholder antioksidanter som gjør at eplet holder seg lengre.

Oksideringen fra frie radikaler forsterkes gjennom usunt fett, forurensing, soling, flyreiser, stress, sigarettøyk, alkohol – og trening. Når du trener, forbruker du faktisk mange antioksidanter. Trener du hardt, bør du derfor fylle på med mye antioksidanter, er forskernes råd.

Antioksidanter er altså motstoffet som reduserer oksidasjonen i kroppen ved å stabilisere de frie radikalene, og dermed reduseres de skadelige, kjemiske reaksjonene. Ved å tilføre nok antioksidanter, kan man forebygge sykdom, styrke immunsystemet og bidra til en lengre og bedre alderdom. Muligheten for å få bedre helse når man blir eldre, øker også.

**«De siste 20 årenes forskning viser at mangostan inneholder mange gunstige vitaminer, antioksidanter og sunne karbohydrater som kan forebygge kreft og bakterievekst»**

### **X-faktoren: xantoner**

Det unike som skiller mangostan fra andre frukter og grønnsaker, er at den inneholder store mengder xantoner. Dette er en nokså nyoppdaget molekylgruppe. Xantoner er biologisk aktive molekyler med doble karbonforbindelser, noe som gjør dem robuste og stabile.

Frem til i dag har forskere funnet rundt



Linda Magnus-Andresen, Svein Erik Hellström og Malin Røen er overbevist om at mangostan-juice har god effekt på helsa.



### Mangostans mulige virkninger, ifølge forskning:

- Motvirker tretthet
- Kan forebygge svulster og kreft
- Motvirker alderdomstegn
- Antioksidant
- Kan senke blodsukker
- Styrker immunforsvar
- Senker ugunstig LDL-kolesterol
- Kan hjelpe med vekttnapp
- Hemmer virus
- Naturlig antibiotika
- Hemmer soppdannelse
- Kan hjelpe mot depresjon
- Kan redusere angst
- Kan forebygge demens
- Kan hjelpe mot leddgikt
- Senker feber
- Motvirker diaré
- Kan redusere nervesmerter
- Motvirker psoriasis
- Raskere heling av sår

(Kilde: Breakthroughs in Health, Vol 1, issue 5, 2006)

Xantoner er mest utbredt i tropiske områder, hovedsakelig i Sørøst-Asia, hvor de som oftest finnes i barkvekster. Utbredelsen er begrenset, både på grunn av geografi og av det lille antallet plantefamilier de er funnet i. Mesteparten av naturlige xantoner er oppdaget i kun to plantefamilier – Guttiferae og Gentianaceae.

### Lindrer smerte og betennelser

Fra lang tid tilbake har mangostan blitt brukt mot dysenteri, en betennelsessykdom i tarmene. Det førte til at forskerne utarbeidet teorien om at mangostan også kunne hjelpe mot betennelse andre steder i kroppen.

En indisk forskergruppe rapporterte i et medisinsk tidsskrift at skallet fra mangostan undertrykker akutt og kronisk betennelse hos rotter. Samme studie viste at inntak av skallet forhindrer anafylaktisk sjokk – den sterkeste allergireaksjonen man kan oppleve – hos griser og rotter, og at det forhindrer artritt hos rotter.

Det er nettopp xantonene i mangostan som forhindrer betennelse, siden de er naturlige COX-2-hemmere. COX-2 er enzymer fører til betennelser og forteller oss at vi har smerter i kroppen. Når man får i seg xantoner, kan man oppnå samme effekt som når man tar en smertestillende tablett som inneholder COX-2-hemmere.

– Mange sykdommer er forbundet med en betennelse. Det er kroppens måte å jobbe med et eller annet problem. Da får du symptomer. Fjerner du betennelsen, kan de andre tingene også sakte, men sikkert, bli bedre, sier Linda Magnus-Andresen.

En annen forskningsrapport viste at xantoner fra mangostanskallet ikke klumper blodet eller gir magesår. Dette kan være alvorlige bivirkninger av betennelseshemmende kjemiske medisiner som paracetamol.

### Tarmproblemer og sår

De som har erfaring med mangostan, sier at den er spesielt egnet mot tarmproblemer. Som nevnt har asiater brukt den mot tarmbetennelsen dysenteri i flere hundre år, så det er ikke uventet. Skal vi tro de fleste naturmedisinere, kan denne effekten være gunstig for mange andre helseproblemer også.

– Hele 70 til 80 prosent av immunsystemet vårt ligger i tarmen. Når tarmen blir styrket, vil også andre deler av kroppen fungere bedre. Det blir som en kjedereaksjon, forklarer hun.

Skallet har også blitt lagt som omslag på huden til folk med brannsåre, kutt eller andre sår. Spesielt brannsåre har vist seg å bli fine. En mann som hadde brent seg kraftig i ansiktet og på hendene, la på omslag av mangostanskal kun på ansiktet hver dag. Etter en uke hadde han fortsatt byller på hendene, men i ansiktet hadde han ikke et eneste brannsåre.

### Diabetes type-2

En del mennesker har blitt friske fra diabetes type 2 ved å innta skallet fra mangostan i juiceform. Forklaringen kan ligge i at mangostan inneholder svært mange fytokjemikalier. Dette er næringsstoffer som finnes i planter og frukt, som har antioksiderende virkning, og beskytter mot sykdom og balanserer blodsukkeret. Xantoner er et eksempel på et slikt fytokjemikalie.

Japanske forskere fant ut at xantonet mangiferin har en kraftig virkning hos mus med diabetes type 2. Stoffet senket glukosenivået i musene på tre uker, men hadde ingen lignende effekt på friske dyr. Forskerne konkluderte med at mangiferin kan være nyttig i å behandle diabetes type 2. Dette betyr ikke at man kan bli helbredet av diabetes ved å drikke mangostan fruktjuice, men at det kan redusere eller forebygge sykdommen. Medisinsk doktor J. F. Templeman skriver: «Vi har ennå ikke klare vitenskapelige bevis på hvordan xantonene i mangostan virker i forbindelse med diabetes type 2. Men vi har mange rapporter fra diabetikere som opplevde bemerkelsesverdige fall i blodsukkeret da de inntok frukten.»

Live Røen kan bekrefte dette. Hun har hatt diabetes type 1 i 35 år. Nå har hun drukket mangostanjuice i ett år, og merker at behovet for insulin har gått ned. Tidligere brukte hun sju sprøyter daglig, men nå er hun nede i tre-fire sprøyter.

– Min erfaring som insulinavhengig diabetiker, er at det er veldig viktig å jevnlig måle blodsukkeret, i tilfellet behovet for insulin skulle reduseres. For vi vet at for mye insulin og lavt blodsukker kan gi følelser, forteller hun.

## Ikke medisin

Det er viktig å påpeke at mangostan ikke er noen erstatning for eller alternativ til medisin. Den fungerer ikke mot alt, og er ikke noe mirakelmiddel for noen slags sykdommer. Det er en matjuice. Er man syk, må man gå til lege og spesialister for å rådføre seg. De som drikker mangostanjuice, drikker det mest fordi de vil forebygge sykdom, holde seg friske, og styrke håpet om en god alderdom. Det er akkurat som å være opptatt av å spise sunn mat.

– For meg er mine fem om dagen i denne juicen, for jeg klarer ikke å spise fem frukter hver dag. De råtner på fatet, ler Malin Røen, som vært sykepleier i flere år. Selvsagt spiser hun så mye frukt og grønnsaker hun kan, men gjennom juicen blir den daglige dosen velgjørende stoffer sikret. I tillegg tar hun omega-3 og vitaminer.

Mangostanjuice er ikke et fullstendig ernærings supplement. Den er et tilskudd til kosten, og den skal ikke markedsføres som noe annet enn det. XanGo er en slik juice, og blir markedsført uten noen medisinske påstander. Den inneholder 40 prosent mangostanpuré av både skallet og fruktkjøttet, og er en 100 prosent naturlig juice uten tilsetningsstoffer.

## Ble bedre av psoriasis

Å drikke og å legge omslag av mangostanjuice har vist seg å kunne hjelpe folk med psoriasis. Har du psoriasis eller eksem, kan det hjelpe og smøre juicen direkte på huden. En bekjent av Malin har gjort dette med sin egen psoriasis, og har også drukket juicen. Nå er han mye bedre av sin psoriasis.

Det samme skjedde med en kvinne i Sverige som Linda kjenner. Etter ni måneder med juicen sier hun selv at hun er mye bedre. Hun hadde vært plaget med sår hud over hele kroppen siden hun var 14 år. Moren måtte på den tiden legge tjærebeslag over hele kroppen hennes over natten, og skrape av hud neste morgen. I dag har denne damen bare litt utslett på armene.

## Bra for sener og ledd

Malins bror Grim Røen, som er bonde og snekker, har hatt senebetennelse siden han var 14 år. Han har prøvd mange forskjellige produkter uten å bli bra. Da søsteren bad han om å prøve mangostanjuice, var han skeptisk.

– Nå har han drukket den i åtte måneder, og han er blitt mye bedre, forteller Malin glad. Men hvis han stopper å drikke juicen kommer senebetennelsen tilbake. Derfor trenger han å drikke den som et tilskudd til kosten enda en tid. Han har hatt sykdommen i 20 år, så det vil kanskje ta måneder eller år

før han eventuelt blir frisk.

Han kjører også motocross, og merker at etter trening og løp har han ikke plagene han hadde tidligere. Da fikk han lett senebetennelse på grunn av belastningene kjøringen medførte. En venninne av Malin har fibromyalgi, en smertetilstand i muskler og ledd i kroppen. Etter å ha drukket mangostanjuice i omtrent et halvt år, kjente hun bedring i kroppen.

En annen kilde, Jakob Winsnes, begynte å drikke juicen av høflighet overfor sine venner. Han hadde ingen forventninger, for han mente han hadde god helse. Etter fjorten dager kom likevel resultatene. En nervøs mage han hadde slitt med i over 20 år, ble normal. Dette gjorde at han ville fortsette med juicen. Etter enda to måneder ble en kronisk tennisalbue gradvis bedre. Denne skaden hadde han pådratt seg som tømmerhogger flere år tidligere.

## «Det unike som skiller mangostan fra andre frukter og grønnsaker, er at den inneholder store mengder xantoner»

## Depresjon og angst

De har hørt om flere som har hatt depresjon og angst som sier de har blitt bedre etter å ha drukket juicen. Det finnes mange eksempler rundt om i verden med folk som har opplevd det samme.

– Jeg tror det skyldes at den virker på cellenivå og gjenoppretter den kjemiske ubalansen. Noe som igjen påvirker hormonelle ubalanser, sier den tidligere sykepleieren. Depresjon kan utløses både av en kjemisk ubalanse, skade, sykdom eller stress. Hvordan kan mangostan bidra til å lindre depresjon? Forklaringen kan ligge både i fruktens antioksidanter, xantoner og aminosyrer.

En studie viste nylig at mangostan øker kroppens innhold av den essensielle aminosyren tryptofan, som vi kun kan få gjennom mat og drikke. Tryptofan er direkte relatert

til produksjonen av serotonin, en signalsubstans i hjernen. Legevitenskapen antar at serotonin er viktig for regulering av kroppstemperatur, sinne og aggresjon, humør, søvn, oppkast, seksualitet og appetitt.

Siden mangostan er så rik på antioksidanter kan dette få kroppens systemer til å fungere bedre, og øke energinivået generelt. Det kan også påvirke humøret.

## En fortjent tittel?

Om tittelen «dronningen av frukter» er vel fortjent, kommer an på øyet som ser. De som har vært syke og blitt friske ved å drikke juicen fra skallet, er enige om at mangostan er gull verdt som et kosttilskudd.

Andre har kritisert forskningen bak mangostan, fordi den stort sett består av kliniske studier utført i laboratorier og på dyr. Det som skjer med dyr i et laboratorium trenger ikke nødvendigvis skje med mennesker. Likevel finnes det historiske bevis på at mangostan har vært brukt i mange hundre år mot ulike betennelser og infeksjoner, samt empiriske bevis på at mange mennesker har blitt friske og fått mer energi av den.

I dag drikkes mangostanjuice av rundt en million mennesker på verdensbasis. Selskapet som står bak juicen opplever en enorm vekst. På fem år har XanGo nådd en milliard dollar i omsetning bare på å selge fruktjuice. Er dette tegn på god markedsføring, siden juicen koster like mye som ei litt dyr vinflaske? Eller er det et bevis på at den kostbare juicen virker?

– Det sier mest om effekten av frukten. Det betyr at noe skjer med mennesker når de drikker den. Da anbefaler de den videre til andre. Det blir som en brann i skogen, mener Linda.

Malin og Svein Erik Hellstrøm er enige, og lar oss smake på juicen. Den smaker faktisk ganske godt, litt som ferskpresset juice av friske skogsbær og ananas. Drikker du den anbefalte dagsdosen blir kostnaden 10-15 kroner daglig. Men hvis du mener du har god nok helse, kan du i alle fall prøve å finne frukten i en matbutikk. Slik kan du selv avgjøre om mangostan fortjener sin ærverdige tittel. ■

## Få mer informasjon her:

- Forskning, studier og historie om mangostan: [www.mangosteenmd.com](http://www.mangosteenmd.com), [www.thewholefruit.com](http://www.thewholefruit.com), [www.mangosteeneffect.com](http://www.mangosteeneffect.com) og [www.xango.tv](http://www.xango.tv).
- Om fruktjuicen XanGo: [www.xanthones.no](http://www.xanthones.no), [www.xantoner.no](http://www.xantoner.no) eller ring 941 00 818 eller 941 15 555.
- Spørsmål om mangostanjuice mot diabetes kan rettes til Live Røen på telefon 997 05 461.



# Fikk nytt liv av å drikke mangostanjuice

**Svein Erik Hellstrøm var i fem år stort sett sengeliggende med den alvorligste formen for kronisk tretthetssyndrom (ME) med smerter i hele kroppen. Tusenvis av kroner gikk til ulike behandlingsformer og tilskudd, men han fikk ingen markant bedring før han begynte å drikke mangostanjuice.**

Mye av tiden kunne han ikke gjøre noe annet enn å hvile på et mørkt rom. Bare det å gå korte turer var vanskelig. Skulle han til legen, måtte det forberedes et par dager i forveien.

– Jeg ble dårligere og dårligere. Jeg kunne ikke prate, ikke engang si hei. Da sykepleierne hilste, var det som om noen slo inni hodet mitt. Jeg hadde aldri trodd det var mulig å ha det så altomfattende vondt, forteller han dypt alvorlig.

Siden han lå i senga det meste av døgnet i lang tid, fikk han en voksaktig svette som måtte skrapes bort. Den luktet helt motbydelig. Kroppen stivnet og alt ble vondt. Han kunne ikke engang lese eller se på tv, på grunn av overømfintlighet overfor lyd og lys.

– Jeg fikk kanskje med meg en setning eller to, men på dårlige dager kunne jeg ikke lese et eneste ord på grunn av smertene. Alt i kroppen var vondt hele tiden, og jeg kunne heller ikke vri meg i senga. Da jeg skulle snu meg, var det omtrent som å rive av meg huden, sier han.

## Verdens dyreste urin

Flere ganger om dagen fikk han ha hjelp av sykepleier Malin Røen til det meste. Hun gav han mat med mye antioksidanter, blant annet rørte blåbær. På de tunge dagene maktet han ingenting. Suppe og drikke var det eneste han klarte å innta. Det fantes gode dager, da han spiste så godt som normalt, men han måtte spise veldig forsiktig. Han kunne for

eksempel ikke spise ute, og all aktivitet måtte planlegges i dagevis.

Han hadde sår i spiserøret og kastet opp blod, men fikk god hjelp av sin lege, Dr. Roldal Strand, som også gav han aloe vera-juice. Etter en tid med denne behandlingen lukket såret seg. Dr. Strand gav ham da troen på at livet kunne komme tilbake.

Svein Erik prøvde også nonijuice, en velkjent drikk basert på frukten morinda citrifolia.

– Jeg hadde verdens dyreste urin. Det kom bare ut igjen, så det hadde tilsynelatende ingen virkning på meg. Jeg brukte masse penger på ting som gav minimalt resultat, sier han. Samtidig er han klar over at både aloe vera- og nonijuice har hjulpet mange andre. Det synes å være individuelt hva som virker.

## Ville dø i fred

Etter fem år i smertehelvete fikk han en kasse av mangostanjuicen XanGo av en kamerat. Drikken var akkurat introdusert i Norge. Kameraten spanderte juicen på han, og sykepleieren gav han drikken.

– Jeg ville ikke ha, og følte jeg hadde prøvd nok av tradisjonell og alternativ medisin. Til



*Tidligere sykepleier Malin Røen synes det er vanskelig alltid å holde seg til de berømte «fem om dagen». Noen dager synes hun et glass mangostanjuice er nok.*

slutt ønsket jeg bare å få lov til å dø i fred, sier Svein Erik.

Likevel lagde Malin en blanding med en flaske XanGo på 7,5 desiliter i forholdet én til fem med vann. Dette ble flere liter drikke som Malin gav Svein Erik jevnt utover dagen, hver dag.

– Jeg visste ikke hva hun ga meg, men hun sa det var sunt. Jeg visste ikke hva den røde blandingen var, men for første gang fikk jeg noe som smakte godt!



## Bedre etter seks dager

Svein Erik lå i senga og drakk med ei drikkeflaske og et sugerør utover dagen. Det ble mye væske, og mye som skulle ut igjen. Etter fem dager på juicedietten kunne Svein Erik stå opp fra senga uten store problemer.

– Jeg kjente det var noe helt annet den dagen. Plutselig merket jeg at jeg ikke hadde så vondt i magen, og ikke så vondt i ryggen. Da jeg snudde meg rundt, trengte jeg ikke lenger be om hjelp. Det var ikke vondt å gå lenger, forteller han. Den sjettede dagen var han enda bedre, og kunne til og med gå ut for å hente posten

– Jeg hadde ikke vondt noe sted. Jeg kjente meg bedre enn på lang, og ble i bedre og bedre form. Fortsatt visste jeg ikke at juicen hadde noen effekt på meg, for jeg var ikke klar over at jeg drakk den.

## Tilbakefall

Nå var Svein Erik så mye bedre at han tillot seg å dra til Tromsø på ferie sammen med en kamerat. Han var sikker på at han var helt frisk. Jeg hadde nesten glemt at jeg hadde ligget så mange år i senga, og var så glad for at jeg nå var i så mye bedre form, smiler han.

Men etter en liten tur til Finland på samme reise ble han syk igjen. Han mistet den nyvunne gleden, og var redd for å bli sengeliggende igjen. Han tenkte at nå hadde han tatt i altfor hardt, og ringte straks til fastlegen sin.

– Jeg har hatt en fantastisk fastlege som virkelig har forstått meg, og ønsket å hjelpe meg. Han er av de sjeldne. Da jeg kom tilbake til Trondheim, stod kameraten min og venta på meg. Han spurte: «Har du slutta å drikke juicen?»

Svein Erik svarte ja. Kameraten hentet derfor en ny kasse juice og gav den til Malin. På nytt begynte hun å gi Svein Erik mangostanjuice. Etter fire dager begynte han igjen å føle bedring.

– Det føles som et mirakel at jeg har opplevd en så rask bedring. Det er en sjeldenhet, sier han, dypt takknemlig.

## Trenger juice

Da Svein Erik var på sitt sykeste, drakk han mye væske hver dag. Etter at han følte seg bedre, bestemte han seg for å fortsette med mangostanjuice for å hindre nye tilbakefall. Nå drikker han av den daglig gjennom hele dagen, i mindre doser blandet med vann.

– Når du er syk, nytter det ikke å si at du bare skal smake litt. Jeg drakk en flaske om dagen. I begynnelsen fikk jeg et grønnlig skjær på urinen, og da ble jeg litt redd, sier Svein Erik. Men snart fikk han vite at

«Hvis min historie bidrar til at noen får bedret helse, slik jeg har opplevd, er jeg med på å gi dem et nytt liv»



*Svein Erik Hellstrom hadde alvorlig ME med smerter i hele kroppen i nesten fem år. Mangostanjuice gjorde hans hverdag lettere.*

grønnfargen betyr at toksiner kommer ut. Siden han drikker juicen hver eneste dag, er det naturlig å spørre om man kan bli avhengig av mangostanjuice. Men avhengighet er ikke noe Svein Erik bryr seg om. Han er bare overlykkelig over å være frisk.

– Hvis du mener avhengig av å ha det bra, er svaret ja! Gir du meg valget mellom å være avhengig av å ligge i sengen hver dag, kontra det å drikke et mattilskudd og å ha en tilnærmet god dag, er det klart jeg velger kosttilskuddet. Slik man for eksempel velger tran hver dag, svarer Svein Erik.

– Jeg er glad jeg kan leve livet slik jeg gjør nå. Jeg kan se deg, snakke med deg, og jeg kan ta meg en kopp kaffe uten at noen støtter meg og hjelper meg. Jeg kan gjøre mange

forskjellige ting nå, sier han begeistret. Det er en god nok grunn til å fortsette med juicen.

Nå gjør han sitt beste for å fortelle andre om sin historie, slik at han kan hjelpe andre til å få et bedre liv. Men juicen har også gitt resultater på friske mennesker. En del har rapportert om en bedre hverdag. De våkner lettere om morgenen, og blir ikke så slitne når dagen er over. De føler rett og slett at de har mer energi.

– Alle vil ikke få det samme utbyttet som jeg har. Men noen vil ha liknende opplevelser, og det er disse jeg vil nå. Hvis min historie bidrar til at noen får bedret helse, slik jeg har opplevd, er jeg med på å gi dem et nytt liv. Det er jeg veldig fornøyd med, avslutter han. ■