

In januari 2005 en de maanden daarna ben ik succesvol afgevallen door de producten van Cambridge te gebruiken en natuurlijk door de uitstekende begeleiding van Karin. Veel meer moeite mee had ik met op gewicht blijven. Ik was goed in afvallen, maar de snaai buien bleven en zorgden ervoor dat ik enkele malen “op herhaling” terugkwam bij Karin en haar collega's. Dan lukte het me weer om mijn streefgewicht te bereiken, maar in de periode daarna slopen de kilo's er weer aan.

Tot ik er in mei van dit jaar niet alleen een aantal kilo's, maar ook een aantal lichamelijke en psychische klachten bij had. Die laatste wogen voor mijn gevoel meer dan de echte, op de weegschaal zichtbare kilo's. Ik had zelf al verschillende oorzaken voor de herkomst bedacht; andere baan, druk gezin of de overgang.

Wat deze laatste keer in het bijzonder opviel, was de toename van vet rond mijn taille, zeg maar per maand een vetrol erbij. Als dit zo doorging, was ik binnen korte tijd een tuimelaar, help!!!

Tijdens mijn wekelijkse bezoeken aan Karin sprak zij het vermoeden uit, dat mijn klachten konden worden veroorzaakt door hyperinsulinemie. De manier om daarachter te komen was het laten doen van een bloedtest. Hiervoor had ik een verwijzing van de huisarts nodig. Nadat ik mijn klachten bij mijn huisarts had voorgelegd, samen met de uitgebreide informatiebrief van Karin, kreeg ik alle medewerking voor het laten doen van de test. Toen ik enkele weken later terugkwam, lag de uitgeprinte lijst met de bloedsuitslagen voor mij klaar. Een snelle rekensom (volgens een speciale formule) leerde dat ik inderdaad aan hyperinsulinemie leidt, en dat de oorsprong van veel van mijn klachten hiertoe te herleiden is.

Ik was inmiddels al begonnen met het slikken van twee soorten voedingssupplementen. Na het vaststellen van de hyperinsulinemie werd daaraan een derde toegevoegd. Binnen enkele weken merkte en voelde ik hiervan het effect; mijn behoefte om te snoepen verdween bijna helemaal, ik heb er geen trek meer in. En mijn gemoedsrust nam zienderogen toe, de sombere buien, doorwaakte nachten en rusteloosheid ben ik kwijtgeraakt. Een mooie proef op de som kreeg ik, toen ik overstapte op een ander merk supplementen waarvan de dosering lager/anders bleek te zijn. Mijn klachten kwamen terug en hierdoor raakte ik nog meer overtuigd van het gebruik van de juiste middelen en de juiste dosering.

Nu ik een aantal maanden heb ervaren wat uitgebalanceerde voeding, aanvullende mineralen en voldoende tot veel lichaamsbeweging met mij doen, ben ik ervan

overtuigd dat dit voortaan een niet meer weg te laten aanvulling op mijn leefwijze is. Alleen al terugdenken aan de periode voordat de hyperinsulinemie werd geconstateerd en hoe ik me toen voelde is genoeg!

Ik ben blij dat Karin mij op dit spoor heeft gezet en nog steeds begeleid. Het gebruik van de maaltijdvervangende producten van straight away helpen mij nu bij het afvallen en geven mij een verzadigd gevoel, de hele dag door.

En oh ja, ook de overtollige kilo's raak ik weer kwijt en mijn taille komt weer tevoorschijn.

Sandra