

## Het verhaal van Martine

# Meer lucht en minder medicatie

### Allergieën, astma en sinusitis

Het verhaal van Martines gezondheidsproblemen begon in haar kindertijd. Toen had ze heel veel last van allergieën. Ze was niet alleen allergisch voor stof. Ook gras en bomen en de meeste huisdieren lokten een allergische reactie uit.

Na een tijd verminderten die klachten, maar rond haar dertigste waren ze terug van weggeweest. Toen staken hooikoorts en astma de kop op en had ze last van chronische sinusitis. Ze kon niet buitenkomen zonder haar puffer, allergie-medicijnen en neusspray. Die werden voorgeschreven door haar arts en longspecialist, die de situatie opvolgden.

### Een alternatieve oplossing

Martine fietste altijd erg graag maar had hoe langer hoe minder energie om te

fietsen. Ze was veel sneller uitgeput en kwam ook in ademnood na lange inspanningen. Toen ze startte op een poetsdienst kwam ze terecht bij een klant die accupunctuur uitoefende.

Wanneer die leerde over haar klachten en Martine aanmoedigde om accupunctuur een kans te geven, ging ze daar gretig op in. Na enkele sessies verwees die persoon haar door naar een collega die werkte met Chinese kruiden. Zo

begon een zoektocht binnen de complementaire geneeswijzen om een definitieve oplossing te vinden voor haar gezondheidsproblemen. Gelukkig kreeg ze bij elke poging 100% steun van haar echtgenoot.

“Martine was veel sneller uitgeput en kwam ook in ademnood na lange inspanningen.”

### De totaaloplossing van 3-isOne

Tijdens een bezoek aan de Ladies Fair via het magazine Goed Gevoel, kwam Martine

Christels boek, Definitief Verlost, tegen aan haar verkoopstand. Christels totaal methode, zoals die in haar boek werd beschreven, prikkelde Martine. Ze besloot Christel te contacteren en bij haar het 3-isOnetraject te volgen.

Het traject vond Martine allesbehalve gemakkelijk. Vooral tijdens de reinigingsfase moest ze wel even op haar tanden bijten. De herstelfase vond ze iets gemakkelijker omdat ze daarin weer wat meer vrijheid en keuze kreeg op vlak van voeding. Het was dus zeker geen einde van haar zoektocht. Uiteindelijk werd het veel beter dan dat: het werd een deel van een grotere zoektocht. Samen met Christel bleef ze testen en zoeken naar de aanpak die het meeste vruchten zou afwerpen.

### **De vruchten van verandering**

En die vruchten bleven niet uit. Na het doorvoeren van een flink aantal veranderingen

in haar voedings- en levenspatroon, had Martine veel meer energie. Het opgeblazen gevoel waar ze al jaren mee rondliep, was weg. Terwijl ze aanvankelijk bang was dat

het traject zou mislukken, werd het voor haar een succesverhaal.

Ze kan nu weer vaker sporten. Ze gaat regelmatig wandelen en fietsen en ze doet ook de '7 minute workout'. Bovendien geniet ze van al die activiteiten. Haar me-

dicatiegebruik heeft ze kunnen halveren. Ze is dan ook heel enthousiast over wat het 3-isOnetraject voor haar gedaan heeft. Het is een goede stap voor alle mensen met gelijkaardige klachten. Martine heeft dankzij dit traject op maat haar eigen weg kunnen zoeken naar een comfortabele levensstructuur. Ze wil in geen geval terug naar haar oude eetgewoonten.

“Christels  
totaal methode, zoals  
die in haar boek  
werd beschreven,  
prikkelde Martine.”

Martine Van Elven