

En skygge af sig selv!

Ja, så er der igen gået en del tid, hvor jeg ikke har fået opdateret min hjemmeside. Dette undskylder jeg.

Men kort sagt så har jeg haft travlt og ligeledes har jeg haft nogle problemer som har gjort det lidt svært for mig, at holde motivationen til træningen.

Som overskriften indikere, så har jeg ikke helt følt mig frisk i lang tid. Jeg har i lang tid haft hovedpine, været svimmel og sløj. Dette kom kraftigt til udtryk her i sommers, hvor jeg ikke længere turde køre motorcykel pga svimmelhed. Jeg opsøgte derfor min nye læge for lige som at hører om det var noget af samme slags som i 2008 i Berlin eller bare en kraftig omgang pandehulebetændelse. Lægen sagde "du har ikke pandehulebetændelse og har ikke haft det overhovedet"

Efter flere prøver viste det sig at jeg var sund og rask. Havde dog nogle utrolige høje værdier for nogle allegier, men ellers ikke noget. Dog var der noget med min nakke og ryg sagde han. Det viste sig at min nakke ved led C1, C2, C3 sad forskudt og her til sagde kiropraktikeren, at "du må da havde haft hovedpine i lang tid".

Mit svar "ja, i snart flere år. Det kommer og går".. Min gamle læge sagde altid de var bihule/pandehulebetændelse og gav mig antibiotika for det, men det viser sig måske bare at være skæv nakke og nogle meget overspændte ryg/nakke muskler som er skyld i det. Ligeledes sidder der noget i klemme i øverste del af rygge. Dette hæmmer min vejtrækning lidt, så derfor bliver det godt når det er på plads igen.

Så mit råd " søg ny og yngre læge, hvis ikke det giver mening"..

Nu er behandlingen startet og jeg mærker allerede en forskel. Hvis det forsætter sådan her bliver det vildt i 2011☺..

Vi ses..