



## **Kirsten Tang**

Kemiingeniør (M.Sc.) og PMP® (Project Management Professional)

### *Kirsten fortæller:*

Det, der motiverede mig til at læse til ernæringsterapeut, er de gode personlige erfaringer jeg selv har haft med ernæringsterapien efter min kroniske tarmbetændelsesdiagnose i foråret 1998, hvor jeg i en periode havde op til 12 (blodige) diarréer om dagen.

Den etablerede lægeverden fortalte mig, at der ikke var meget man kan gøre ved sygdommen. Medicin kan måske holde betændelsen nede. Kirurgi kan lindre. Jeg var hverken parat til det ene eller det andet.

Via private kontakter fik jeg kendskab til en scleroseramt læge, der havde fået hjælp af en dygtig ernæringsterapeut, der også var farmaceut. Det var første gang jeg stiftede bekendtskab med, at der var noget, der hedder ernæringsterapeut. Med min naturvidenskabelige baggrund var det noget, der appellerede til mig at få en anbefaling fra en læge, og at ernæringsterapeuten også var farmaceut. I juli 1998 havde jeg således min første konsultation hos farmaceut og ernæringsterapeut Mia Damhus.

Jeg startede således efter Mias anbefalinger at spise efter diæten i bogen ”Bryd den onde cyklus” af Elaine Gotshall, der i korte træk går ud på at spise efter en diæt, der eliminerer alle kulhydrater bortset fra dem i frugt og honning. Det havde jeg i det lange løb en god oplevelse med, og jeg har ikke mærket noget til min ”kroniske” tarmbetændelse siden oktober 1999, så takket være ernæringen er tarmbetændelsen ikke kronisk!

Da jeg havde børnepasningsorlov fra mit projektlederjob i sommeren 2008 havde jeg tid til at se lidt indad og fandt ud af, at jeg gerne ville studere ernæringsterapi, fordi det egentlig har haft min store interesse lige siden jeg blev hjulpet på rette kurs af ernæringsterapien.

Det faglige niveau på uddannelsen er højt. Vi læner os et langt stykke hen ad vejen op ad evidensbaseret forskning, men heldigvis tager uddannelsen også hensyn til den kliniske erfaring, hvilket jeg med min personlige sygehistorie er taknemlig for. Skulle jeg udelukkende have lyttet til lægeverdenen og den evidensbaserede forskning og dermed fortsat samme livsstil og madvaner som dengang, er det min vurdering, at jeg ikke havde været symptomfri i dag.

Jeg kan godt lide det holistiske udgangspunkt i uddannelsen, hvor menneskekundskaben er integreret. Lægeverdenen har jo i mange år kendt til placebo effekten eller tro kan flytte bjerge, så hvorfor i alverden dog ikke tage det aspekt med i behandlingen af en person?

På uddannelsen har jeg lært en masse om ernæring (hvem kunne dog have gættet det ☺ ) men også om mig selv og min krop. Som en sidegevinst er det lykkedes mig at slippe af med en jævnligt tilbagevendende hovedpine med tilhørende opkast ved at udelukke gluten og kartofler fra min kost. Jeg føler mig ret overbevist om, at jeg aldrig havde fundet frem til det, hvis jeg ikke var startet på ernæringsterapeutstudiet.

Jeg kunne godt tænke mig at bruge uddannelsen og min personlige historie til at udbrede viden om ernæringsterapien enten ved at skrive bøger, holde foredrag eller arbejde for den gode sags tjeneste i andre sammenhænge. Men først og fremmest uddanner jeg mig til ernæringsterapeut for min egen skyld. Det er en personlig rejse, hvor jeg allerede har lært meget om mig selv.