

## PRESSEMEDDELELSE

### **Ny bog afliver myten om, at appelsinhud ikke kan fjernes - og forklarer hvorfor appelsinhud ofte har følgeskab af andre og mere alvorlige gener i kroppen.**

Stor set alle kvinder får i løbet af livet problemer med appelsinhud på lår, baller eller overarme, men de færreste ved, at de rent faktisk kan komme af med det igen.

En ny bog "Englehud og flotte faste former" slår en pæl igennem myten om, at vi bare skal leve med appelsinhud. I stedet kommer bogen med opskriften på, hvordan huden igen kan blive glat og fast.

Og faktisk kan det gavne kroppens generelle sundhedstilstand at få gjort noget ved appelsinhuden, skriver bogens forfatter bindevævsmassør og sygeplejerske Susanne Jonassen.

"Appelsinhud opstår, når affaldsstoffer hober sig op i bindevævet, og der ikke er tilstrækkelig blodgennemstrømning i området. Det får ikke blot huden til at se "hullet" og ujævn ud. Affaldsstoffer i væv og organer stjæler også energi og modtandsdygtighed fra kroppen, og det kan resultere i en række almene symptomer og smerter, som folk ofte tror, de bare må leve med. Men de kan rent faktisk gøre noget ved det," siger Susanne Jonassen.

### **24 års erfaring og 32.000 behandlinger**

Hun har specialiseret sig i at udrense og opstramme bindevævet og har gennem de seneste 24 år givet mere end 32.000 behandlinger med bindevævsmassage. Gennem årene har hun eksperimenteret med metoder til at fjerne og forebygge appelsinhud, mindske unødvendig polstring rundt om på kroppen og komme de gener til livs, som er forårsaget af ophobningen af affaldsstoffer. Hun er nået frem til, at en kombination af dybdemassage med sugekopper og udrensnings- og bindevævsopstrammende midler fulgt op af en kostlægnings giver det bedste resultat.

"Hver for sig er metoderne ikke unikke. Men det nye er kombinationen af dem, som er meget effektiv. Først behandler man den eksisterende appelsinhud med sugekopper, som både løsner og fjerner affaldsstofferne effektivt. Udrensnings- og bindevævsopstrammende midler får det til at gå hurtigere. Dernæst kigger man på kosten, så man undgår fødevarer, som særligt sætter sig i bindevævet som affaldsstoffer. Dermed undgår man, at appelsinhuden vender tilbage," forklarer Susanne Jonassen.

I bogen fortæller hun både om teknikker til, hvordan man kan lave bindevævsmassage på sin egen krop ved hjælp af sugekopper, og kommer med forslag til kostplaner.

Resultatet er en glat og flot hud og en større grad af velvære i hele kroppen.

Kontakt – oplysninger

Mail: [susanne-jonassen@hotmail.com](mailto:susanne-jonassen@hotmail.com)

Telefon: 23215613

[www.befridinkrop.dk](http://www.befridinkrop.dk)

Venlig hilsen Susanne Jonassen