



**NIMBAL
COMICS**

**ΝΤΕΙΒΙΝΤ
ΣΑΣΚΙΝΤ**

**ΤΖΕΙΣΟΝ
ΠΙΠΕΡΜΠΕΡΓΚ**

**ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ
ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ**

ΤΑ NIMBAL COMICS ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΟΥΝ

Η ΙΑΤΡΟΣ ΚΥΡΙΑ ΛΙΒΓΟΥΕΛ

ΕΞΕΡΕΥΝΗΣΗ ΣΤΟ
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ
ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ & ΣΤΟΝ
ΕΝΤΕΡΟΕΓΚΕΦΑΛΙΚΟ
ΑΞΟΝΑ!

ΕΠΙΛΕΓΟΝΤΑΣ
ΤΟ ΔΙΚΟ ΣΟΥ
ΜΟΝΟΠΑΤΙ
ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ!







Ο ΓΙΑΤΡΟΣ ΜΟΥ ΜΟΛΙΣ ΜΟΥ ΕΙΠΕ ΟΤΙ Ο ΛΟΓΟΣ ΠΟΥ ΠΟΝΑΕΙ ΤΟΣΟ ΠΟΛΥ Η ΚΟΙΛΙΑ ΜΟΥ ΕΙΝΑΙ ΕΠΕΙΔΗ ΕΧΩ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ.

ΤΙ, ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ; ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΑΥΤΟ?



ΓΙΑ ΝΑ ΕΙΜΑΙ ΕΙΣΙΚΡΙΝΗΣ, ΔΕΝ ΕΙΜΑΙ ΚΑΙ ΤΟΣΟ ΣΙΓΟΥΡΟΣ.

Ο ΓΙΑΤΡΟΣ ΜΙΑΛΕ ΣΥΝΕΧΩΣ ΓΙΑ ΚΑΠΟΙΑ ΝΕΥΡΑ ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΜΟΥ ΚΑΙ... ..ΠΟΥΦ... ΓΙΑ ΤΑ ΚΑΚΑ ΜΟΥ!

ΑΚΡΙΒΩΣ. ΚΑΙ ΟΜΩΣ ΕΤΣΙ ΕΛΕΓΕ

ΦΡΙΚΗ!



ΕΙΠΕ ΟΤΙ ΤΑ ΝΕΥΡΑ ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΜΟΥ ΕΙΝΑΙ ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ ΕΥΑΙΣΘΗΤΑ...

...ΚΑΙ ΜΕ ΑΝΗΣΥΧΝΕΕ ΛΙΓΟ. ΔΕΝ ΞΕΡΩ ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΩ.

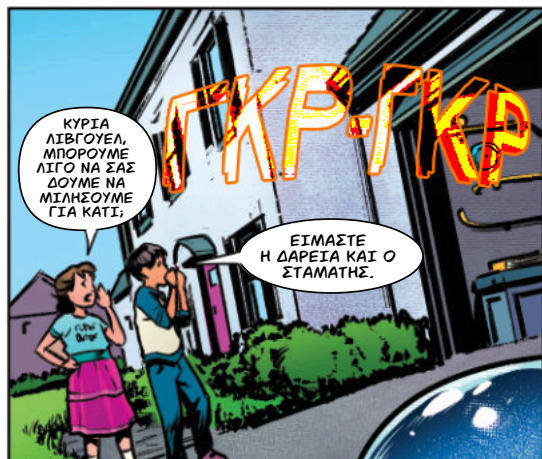
ΕΓΩ ΞΕΡΩ!



ΠΑΜΕ ΝΑ ΔΟΥΜΕ ΤΗ ΓΙΑΤΡΟ ΚΥΡΙΑ ΛΙΒΒΟΥΕΛ. ΕΙΝΑΙ ΠΑΝΕΞΥΠΝΗ. ΣΙΓΟΥΡΑ ΘΑ ΞΕΡΕΙ ΝΑ ΜΑΣ ΕΞΗΓΗΣΕΙ!



ΚΥΡΙΑ ΛΙΒΓΟΥΕΛ...
...ΚΥΡΙΑ ΛΙΒΓΟΥΕΛ, ΕΙΣΤΕ ΕΔΩ;



ΚΥΡΙΑ ΛΙΒΓΟΥΕΛ, ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΛΙΓΟ ΝΑ ΣΑΣ ΔΟΥΜΕ ΝΑ ΜΙΛΗΣΟΥΜΕ ΓΙΑ ΚΑΤΙ;

ΕΙΜΑΣΤΕ Η ΔΑΡΕΙΑ ΚΑΙ Ο ΣΤΑΜΑΤΗΣ.



ΚΑΙ ΒΕΒΑΙΑ!

ΉΡΘΑΤΕ ΝΑ ΔΕΙΤΕ ΤΗ ΝΕΑ ΜΟΥ ΕΦΕΥΡΕΣΗ; ΤΗΝ ΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΗ ΚΑΥΘΥΛΑ ΠΑΝΤΟΣ ΚΑΙΡΟΥ...

...ΚΑ.ΚΑ. ΓΙΑ ΣΥΝΤΟΜΙΑ!!

ΕΕ... ΠΕΡΙΣΤΡΟ ΟΝΟΜΑ.



ΕΙΧΑΜΕ ΚΑΠΟΙΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ.

ΔΕΝ ΚΑΤΑΛΑΒΑΙΝΩ ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΑΥΤΟ... ΟΜΩΣ Ο ΓΙΑΤΡΟΣ ΜΟΥ ΕΙΠΕ ΟΤΙ ΤΟ ΕΧΩ.

Ε, ΓΙ ΑΥΤΟ ΣΙΓΟΥΡΑ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΩ. ΡΩΤΗΣΤΕ ΜΕ Ο,ΤΙ ΘΕΛΕΤΕ!



ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ;



ΤΕΛΕΙΑ ΕΡΩΤΗΣΗ! ΕΙΝΑΙ ΚΑΤΙ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΟΛΟΙ ΝΑ ΤΟ ΞΕΡΟΥΝ!

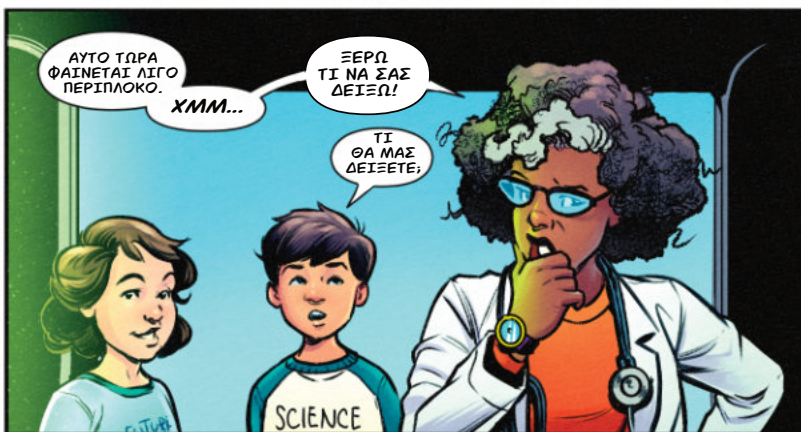
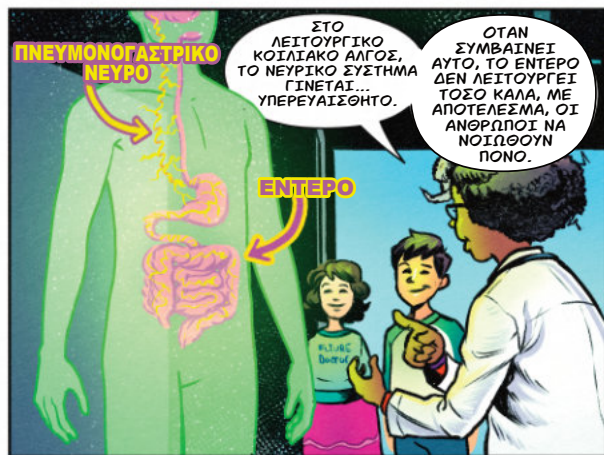
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ... ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥ ΣΥΧΝΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΟ ΣΤΟΜΑΧΙ ΚΑΙ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ...

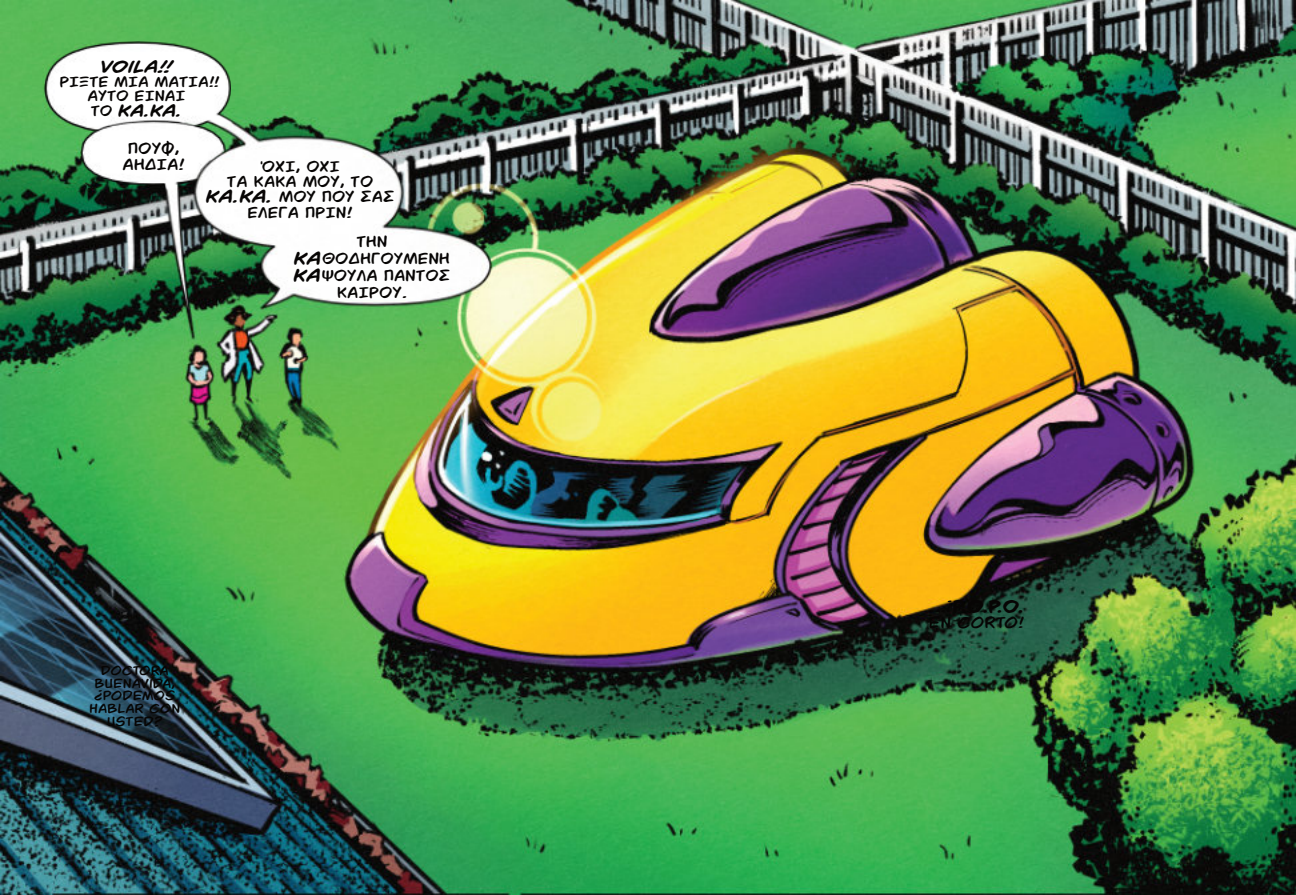
...ΜΕ ΑΛΛΑ ΛΟΓΙΑ ΤΟ ΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΙΚΟ.



ΤΟ ΚΥΡΙΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΣΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ ΕΥΡΙΣΚΕΤΑΙ ΣΤΗΝ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΓΚΕΦΑΛΟΥ-ΕΝΤΕΡΟΥ. Ο ΕΓΚΕΦΑΛΟΣ ΚΑΙ ΤΑ ΝΕΥΡΑ ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΝΤΑΙ ΜΕ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ.

ΕΑΝ ΕΧΕΙΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ ΔΕΝ ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΝΤΑΙ ΚΑΛΑ.





VOILA!!
ΠΙΣΤΕ ΜΙΑ ΜΑΤΙΑ!!
ΑΥΤΟ ΕΙΝΑΙ
ΤΟ ΚΑ.ΚΑ.

ΠΟΥΦ,
ΑΗΔΙΑ!

ΌΧΙ, ΟΧΙ
ΤΑ ΚΑΚΑ ΜΟΥ, ΤΟ
ΚΑ.ΚΑ. ΜΟΥ ΠΟΥ ΣΑΣ
ΕΛΕΓΑ ΠΡΙΝ!

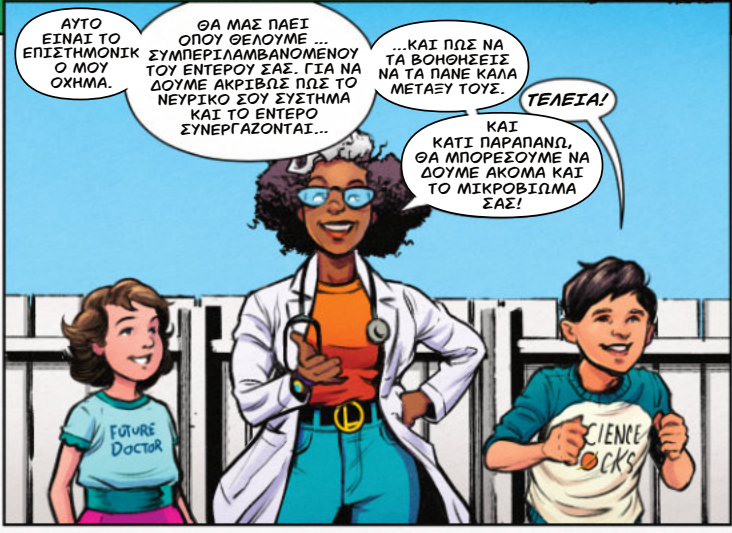
ΤΗΝ
ΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΗ
ΚΑΨΟΥΛΑ ΠΑΝΤΟΣ
ΚΑΙΡΟΥ.

DOCTOR
BUENA VISTA
SPRINGS
HABLAB CON
HUSTED

PO.
EN BORTO!



MMM,
ΤΙ;



ΑΥΤΟ
ΕΙΝΑΙ ΤΟ
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚ
Ο ΜΟΥ
ΟΧΗΜΑ.

ΘΑ ΜΑΣ ΠΑΕΙ
ΟΠΟΥ ΘΕΛΟΥΜΕ ...
ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΟΥ
ΤΟΥ ΕΝΤΕΡΟΥ ΣΑΣ. ΓΙΑ ΝΑ
ΔΟΥΜΕ ΑΚΡΙΒΩΣ ΠΩΣ ΤΟ
ΝΕΥΡΙΚΟ ΣΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑ
ΚΑΙ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ
ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΝΤΑΙ...

...ΚΑΙ ΠΩΣ ΝΑ
ΤΑ ΒΟΗΘΗΣΕΙΣ
ΝΑ ΤΑ ΠΑΝΕ ΚΑΛΑ
ΜΕΤΑΞΥ ΤΟΥΣ.

ΤΕΛΕΙΑ!
ΚΑΙ
ΚΑΤΙ ΠΑΡΑΠΑΝ,
ΘΑ ΜΠΟΡΕΣΟΥΜΕ ΝΑ
ΔΟΥΜΕ ΑΚΟΜΑ ΚΑΙ
ΤΟ ΜΙΚΡΩΒΙΩΜΑ
ΣΑΣ!



ΜΙΚΡΩΒΙΩΜΑ:
ΚΥΡΙΑ, ΕΠΙΝΟΕΙΣΤΕ
ΝΕΕΣ ΛΕΞΕΙΣ;

ΟΧΙ!
ΚΑΘΟΛΟΥ!
ΤΟ ΜΙΚΡΩΒΙΩΜΑ
ΕΝΟΣ ΑΤΟΜΟΥ ΕΙΝΑΙ
ΜΙΑ ΑΚΟΜΗ ΑΓΓΙΑ
ΚΟΙΤΙΑΚΟΥ
ΑΛΓΟΥΣ.

ΤΩΡΑ ΘΑ
ΣΑΣ ΔΕΙΞΩ...



ΟΛΟΙ ΣΤΟ
ΚΑ.ΚΑ.!

ΜΠΛΙΑΧ,
ΓΙΑΤΙ ΤΟ ΕΠΙΣΤ
ΕΤΗΣ;

ΧΕΧΕ...
ΕΛΠΙΣΩ ΜΕΣΑ
ΝΑ ΜΥΡΙΞΕΙ
ΚΑΛΑ.



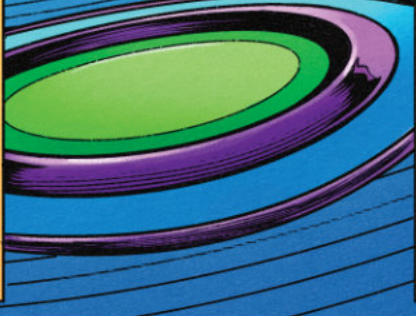
ΩΡΑΙΑ. ΠΟΥ ΛΕΤΕ ΝΑ ΠΑΜΕ;

ΔΙΑΣΤΗΜΑ!!

ΣΤΟΥΣ ΔΕΙΝΟΣΑΥΡΟΥΣ!



ΈΧΩ ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΙΔΕΑ. ΠΑΜΕ ΕΝΑ ΤΑΞΙΔΙ ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΤΟΥ ΣΤΑΜΑΤΗ;



...ΑΝ ΤΟ ΛΕΤΕ ΕΣΕΙΣ...



ΣΤΑΜΑΤΗ, ΑΝ ΘΕΛΕΙΣ, ΠΑΤΗΣΕ ΤΟ ΚΟΥΜΠΙ ΚΑΙ ΠΕΣ ΠΟΥ ΠΑΜΕ.

MMM...



ΠΑΡΕ ΜΕ ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΜΟΥ!!

TKK

ΟΥΑΑΑΑΑΟΥ!





ΒΛΕΠΕΤΕ
ΟΛΑ ΑΥΤΑ ΤΑ
ΒΑΚΤΗΡΙΑ;
ΑΥΤΑ
ΦΤΙΑΧΝΟΥΝ ΤΟ
ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ
ΣΑΣ!
ΔΕΝ
ΕΧΟΥΜΕ ΔΕΙ
ΤΟ ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ.
ΠΕΡΙΜΕΝΕΤΕ!



...ΠΡΙΝ
ΜΙΑΣΟΥΜΕ ΓΙΑ
ΤΟ ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ,
ΥΠΑΡΧΕΙ ΚΑΤΙ ΑΛΛΟ
ΠΟΥ ΘΕΛΩ ΝΑ ΣΑΣ
ΔΕΙΞΩ...

...ΚΑΤΙ
ΠΟΛΥ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ. ΤΟ
ΕΝΤΕΡΙΚΟ ΝΕΥΡΙΚΟ
ΣΥΣΤΗΜΑ.

ΕΤΣΙ
ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΟΥΝ
ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΚΑΙ
Ο ΕΓΚΕΦΑΛΟΣ.



ΠΕΡΙΧΕΙ ΠΑΝΩ ΑΠΟ 500 ΕΚΑΤΟΜΜΥΡΙΑ ΝΕΥΡΑ! ΕΙΝΑΙ ΤΟΣΟ ΜΕΓΑΛΟ ΚΑΙ ΤΟΣΟ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΠΟΥ ΘΕΩΡΕΙΤΑΙ Ο «ΔΕΥΤΕΡΟΣ ΕΓΚΕΦΑΛΟΣ ΜΑΣ».

ΤΟ ΕΝΤΕΡΙΚΟ ΝΕΥΡΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΕΙΝΑΙ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΙΝΗΣΗ ΤΟΥ ΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΙΚΟΥ ΣΩΛΗΝΑ ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΨΗ ΤΩΝ ΤΡΟΦΩΝ. ΕΙΝΑΙ ΕΝΑ ΔΙΚΤΥΟ ΝΕΥΡΩΝ ΠΟΥ ΔΙΑΤΡΕΧΕΙ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ.



ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΕΙ ΜΕ ΤΟΝ ΙΔΙΟ ΑΚΡΙΒΩΣ ΤΡΟΠΟ ΠΟΥ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΟΥΝ ΤΑ ΝΕΥΡΑ ΣΤΟΝ ΕΓΚΕΦΑΛΟ, ΜΕΣΩ ΝΕΥΡΟΔΙΑΒΙΒΑΣΤΩΝ.

ΟΙ ΝΕΥΡΟΔΙΑΒΙΒΑΣΤΕΣ ΕΙΝΑΙ ΧΗΜΙΚΟΙ ΣΠΙΝΘΗΡΕΣ ΟΠΩΣ Η ΣΕΡΟΤΟΝΙΝΗ ΚΑΙ ΕΙΝΑΙ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ



ΚΑΙ...ΚΑΤΙ ΑΛΛΟ ΕΠΙΣΗΣ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝ...

ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΑΠΟ ΤΟ 90% ΤΗΣ ΣΕΡΟΤΟΝΙΝΗΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΒΡΙΣΚΕΤΑΙ ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ!

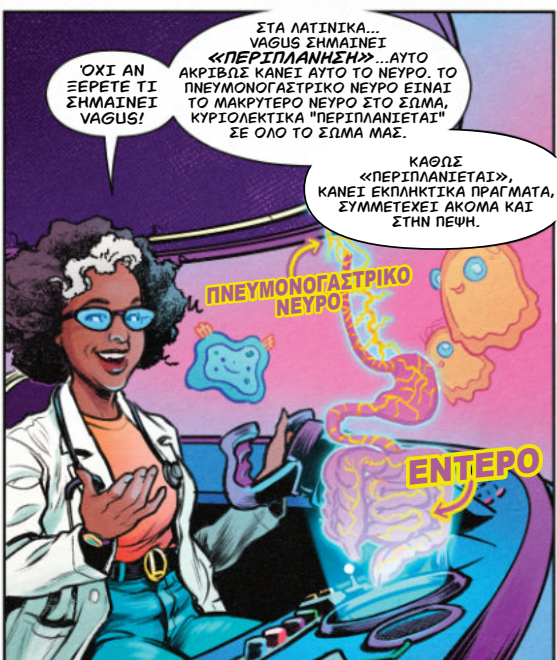
ΠΡΕΠΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΑΠΕΙΡΕΣ ΟΙ ΧΗΜΙΚΕΣ ΣΠΙΘΕΣ!



ΕΙΝΑΙ!

ΤΟ ΕΝΤΕΡΙΚΟ ΝΕΥΡΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΒΡΙΣΚΕΤΑΙ ΣΕ ΣΥΝΕΧΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΕΓΚΕΦΑΛΟ ΜΕΣΩ ΕΝΟΣ ΕΙΔΙΚΟΥ ΝΕΥΡΟΥ ΠΟΥ ΟΝΟΜΑΖΕΤΑΙ ΠΝΕΥΜΟΝΟΓΑΣΤΡΙΚΟ ΝΕΥΡΟ.

ΠΝΕΥΜΟΝΟΓΑΣΤΡΙΚΟ ΝΕΥΡΟ: ΠΕΡΙΕΡΓΟ ΟΝΟΜΑ.

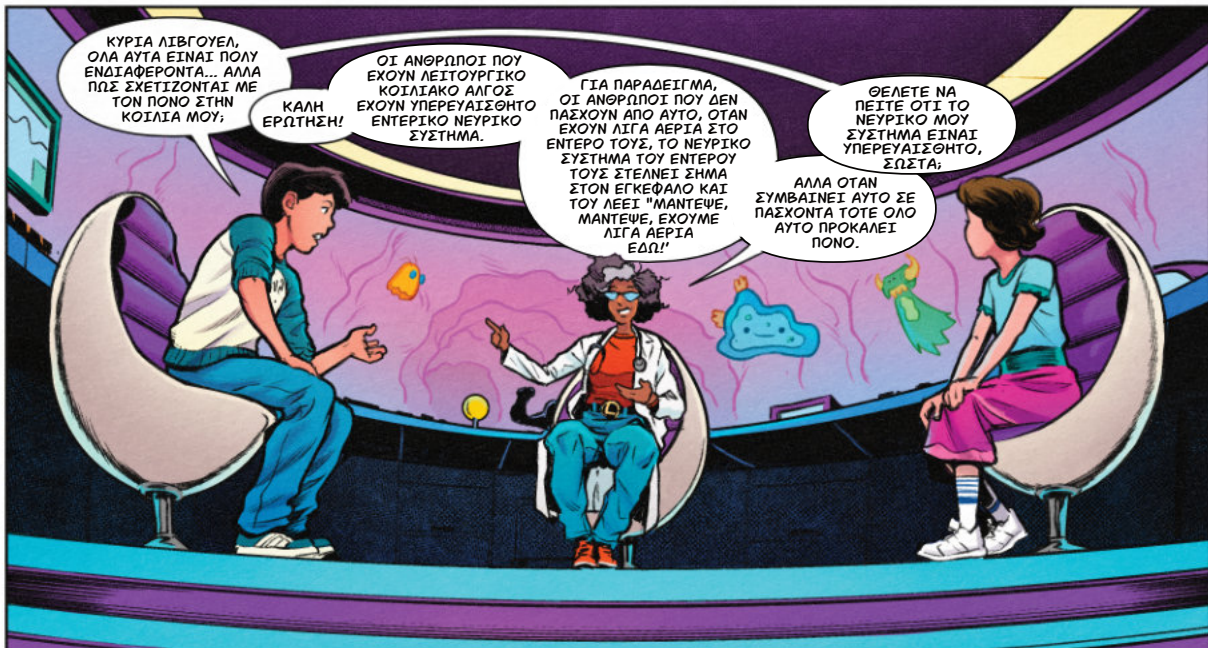


ΣΤΑ ΛΑΤΙΝΙΚΑ... VAGUS ΣΗΜΑΙΝΕΙ «ΠΕΡΙΠΛΑΝΗΤΗΝ»...ΑΥΤΟ ΑΚΡΙΒΩΣ ΚΑΝΕΙ ΑΥΤΟ ΤΟ ΝΕΥΡΟ. ΤΟ ΠΝΕΥΜΟΝΟΓΑΣΤΡΙΚΟ ΝΕΥΡΟ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΜΑΚΡΥΤΕΡΟ ΝΕΥΡΟ ΣΤΟ ΣΩΜΑ ΚΥΡΙΟΛΕΚΤΙΚΑ «ΠΕΡΙΠΛΑΝΙΕΤΑΙ» ΣΕ ΟΛΟ ΤΟ ΣΩΜΑ ΜΑΣ.

ΚΑΘΩΣ «ΠΕΡΙΠΛΑΝΙΕΤΑΙ», ΚΑΝΕΙ ΕΚΠΛΗΚΤΙΚΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ, ΣΥΜΜΕΤΕΧΕΙ ΑΚΟΜΑ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΠΕΨΗ.



ΑΛΛΑ ΟΤΑΝ ΕΙΜΑΣΤΕ ΑΓΧΩΜΕΝΟΙ Ή ΝΕΥΡΙΚΟΙ, ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΝΟΙΣΙΘΟΥΜΕ «ΠΕΤΑΛΟΥΔΕΣ ΣΤΟ ΣΤΟΜΑΧΙ ΜΑΣ» Ή ΝΑ ΝΟΙΣΙΘΟΥΜΕ ΜΙΑ ΑΝΑΚΑΤΟΣΟΥΡΑ.



ΚΥΡΙΑ ΛΙΒΓΟΥΕΛ, ΟΛΑ ΑΥΤΑ ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ... ΑΜΑ ΠΩΣ ΣΧΕΤΙΖΟΝΤΑΙ ΜΕ ΤΟΝ ΠΟΝΟ ΣΤΗΝ ΚΟΙΛΙΑ ΜΟΥ;

ΚΑΛΗ ΕΡΩΤΗΣΗ!

ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ ΕΧΟΥΝ ΥΠΕΡΕΥΑΙΣΘΗΤΟ ΕΝΤΕΡΙΚΟ ΝΕΥΡΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ.

ΓΙΑ ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ, ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΠΟΥ ΔΕΝ ΠΑΣΧΟΥΝ ΑΠΟ ΑΥΤΟ, ΟΤΑΝ ΕΧΟΥΝ ΛΙΓΑ ΑΕΡΙΑ ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΤΟΥΣ, ΤΟ ΝΕΥΡΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΤΟΥ ΕΝΤΕΡΟΥ ΤΟΥΣ ΣΤΕΛΝΕΙ ΣΗΜΑ ΣΤΟΝ ΕΓΚΕΦΑΛΟ ΚΑΙ ΤΟΥ ΛΕΕΙ "ΜΑΝΤΕΥΕ, ΜΑΝΤΕΥΕ, ΕΧΟΥΜΕ ΛΙΓΑ ΑΕΡΙΑ ΕΔΩ!"

ΘΕΛΕΤΕ ΝΑ ΠΕΙΤΕ ΟΤΙ ΤΟ ΝΕΥΡΙΚΟ ΜΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑ ΕΙΝΑΙ ΥΠΕΡΕΥΑΙΣΘΗΤΟ, ΣΩΣΤΑ;

ΑΜΑ ΟΤΑΝ ΣΥΜΒΑΙΝΕΙ ΑΥΤΟ ΣΕ ΠΑΣΧΟΝΤΑ ΤΟΤΕ ΟΛΟ ΑΥΤΟ ΠΡΟΚΑΛΕΙ ΠΟΝΟ.



ΑΚΡΙΒΩΣ, ΑΥΤΗ Η ΥΠΕΡΕΥΑΙΣΘΗΣΙΑ ΠΡΟΚΑΛΕΙ ΠΟΝΟ ΣΤΗΝ ΚΟΙΛΙΑ.

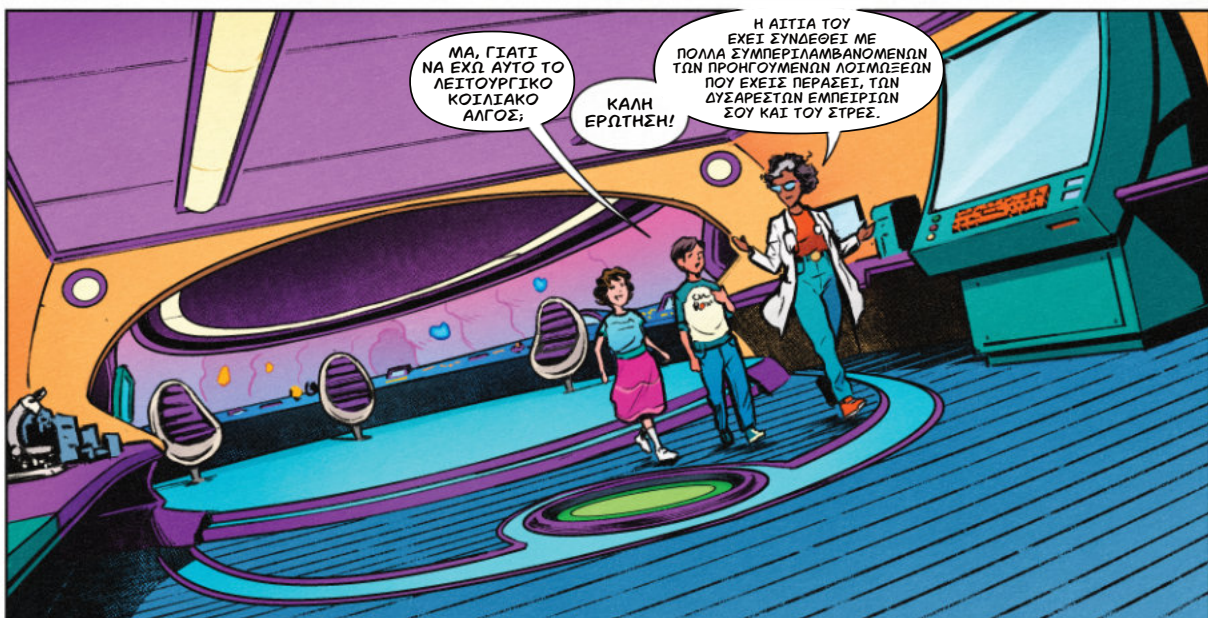
ΜΟΥ ΠΡΟΚΑΛΕΙ ΤΟΣΟ ΠΟΝΟ ΠΟΥ ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ ΦΕΥΓΩ ΑΠΟ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙ ΔΕΝ ΘΕΛΩ ΝΑ ΒΓΑΙΝΩ ΜΕ ΦΙΛΟΥΣ.

ΣΕ ΜΕΡΙΚΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ ΤΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΜΠΟΔΙΣΕΙ ΤΙΣ ΣΥΝΗΘΕΙΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ.



ΕΙΝΑΙ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ ΟΤΙ ΠΑΡΟΛΟ ΠΟΥ ΤΟ ΑΙΣΘΗΜΑ ΤΟΥ ΠΟΝΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΑΠΑΣΙΣΤΟ, ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΕΙ ΒΛΑΒΗ ΣΤΟ ΙΔΙΟ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ.

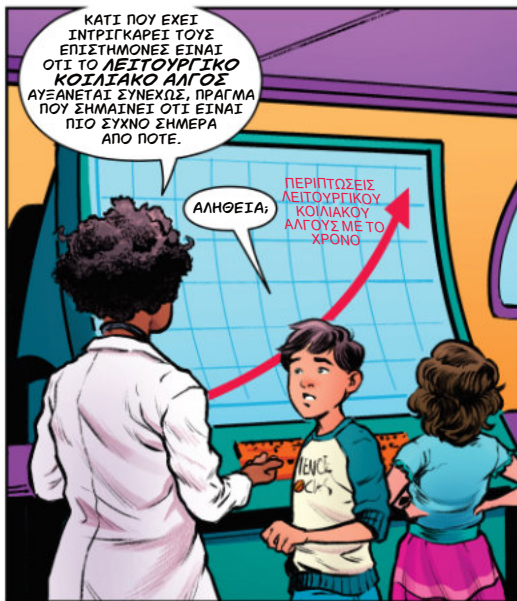
ΤΟ ΚΛΕΙΔΙ ΕΔΩ ΕΙΝΑΙ ΝΑ ΑΦΑΙΡΕΣΕΤΕ ΤΟΥΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΠΡΟΚΑΛΟΥΝ ΤΟΝ ΠΟΝΟ ΚΑΙ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΕΤΕ ΤΑ ΝΕΥΡΑ ΝΑ ΧΑΛΑΡΩΣΟΥΝ, ΩΣΤΕ Ο ΠΟΝΟΣ ΝΑ ΚΑΤΑΛΑΓΙΣΕΙ.



ΜΑ, ΓΙΑΤΙ ΝΑ ΕΧΩ ΑΥΤΟ ΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ;

ΚΑΛΗ ΕΡΩΤΗΣΗ!

Η ΑΙΤΙΑ ΤΟΥ ΕΧΕΙ ΣΥΝΔΕΘΕΙ ΜΕ ΠΟΛΛΑ ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΩΝ ΤΩΝ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΩΝ ΛΟΙΜΩΣΕΩΝ ΠΟΥ ΕΧΕΙΣ ΠΕΡΑΣΕΙ, ΤΩΝ ΔΥΣΑΡΕΣΤΩΝ ΕΜΠΕΙΡΙΩΝ ΣΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΣΤΡΕΣ.



ΚΑΤΙ ΠΟΥ ΕΧΕΙ
ΙΝΤΡΙΓΚΑΡΕΙ ΤΟΥΣ
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΕΣ ΕΙΝΑΙ
ΟΤΙ ΤΟ **ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ
ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ**
ΑΥΞΑΝΕΤΑΙ ΣΥΝΕΧΩΣ, ΠΡΑΓΜΑ
ΠΟΥ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΟΤΙ ΕΙΝΑΙ
ΠΙΟ ΣΥΧΝΟ ΣΗΜΕΡΑ
ΑΠΟ ΠΟΤΕ.

ΑΛΗΘΕΙΑ;

ΠΕΡΙΠΟΤΕΙΣ
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟΥ
ΚΟΙΛΙΑΚΟΥ
ΑΛΓΟΥΣ ΜΕ ΤΟ
ΧΡΟΝΟ



ΣΕ ΟΛΟ ΤΟΝ
ΚΟΣΜΟ, ΕΚΑΤΟΜΜΥΡΙΑ
ΕΚΑΤΟΜΜΥΡΙΑΝ ΑΝΘΡΩΠΟΙ
ΤΟ ΕΧΟΥΝ! ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ
ΑΠΟ ΚΑΘΕ ΑΛΛΗ ΧΡΟΝΙΚΗ
ΣΤΙΓΜΗ ΣΤΗΝ
ΙΣΤΟΡΙΑ.

ΟΥΑΟΥ!
ΔΗΛΑΔΗ
ΕΙΜΑΣΤΕ
ΠΟΛΛΟΙ!



ΥΠΑΡΧΟΥΝ
ΠΡΟΕΔΡΟΙ ΤΩΝ ΗΠΑ,
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΣΤΕΣ ΑΘΛΗΤΕΣ,
ΑΣΤΕΡΕΣ ΤΟΥ ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΟΥ,
ΡΟΚ ΣΤΑΡ ΚΑΙ ΑΚΟΜΗ ΚΑΙ
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΕΣ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ
**ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ
ΚΟΙΛΙΑΚΟ
ΑΛΓΟΣ!**

ΚΑΘΕ ΦΟΡΑ ΠΟΥ
ΠΕΡΠΑΤΕ ΕΞΩ,
ΠΙΘΑΝΟΤΑ ΝΑ ΠΕΡΠΑΤΕ
ΔΙΠΛΑ ΣΕ ΚΑΠΟΙΟΝ ΠΟΥ
ΤΟ ΕΧΕΙ ΧΩΡΙΣ ΝΑ ΤΟ
ΣΥΝΕΙΔΗΤΟΠΟΙΕΙΤΕ.



ΕΧΕΤΕ
ΙΔΕΑ ΓΙΑΤΙ
ΤΟΣΟΙ ΠΟΛΛΟΙ
ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΕΧΟΥΝ
**ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ
ΚΟΙΛΙΑΚΟ
ΑΛΓΟΣ;**



ΥΠΑΡΧΕΙ
ΚΑΤΙ ΝΕΟ ΠΟΥ
ΕΧΕΙ ΠΡΟΚΥΨΕΙ ΚΑΙ
ΚΑΝΕΙ ΤΟ ΝΕΥΡΙΚΟ
ΜΑΣ ΣΥΣΤΗΜΑ
ΥΠΕΡΕΥΑΙΣΘΗΤΟ;



ΤΕΛΕΙΣ
ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ!

ΥΠΑΡΧΟΥΝ
ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ
ΜΑΣ ΠΟΥ ΚΑΝΟΥΝ ΤΟ
**ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ
ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ**
ΠΙΟ ΣΥΧΝΟ ΣΗΜΕΡΑ
ΑΠΟ ΠΟΤΕ.

ΓΙΑ ΝΑ
ΚΑΤΑΛΑΒΟΥΜΕ
ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΤΟ ΓΙΑΤΙ,
ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΟΥΜΕ
ΚΑΤΙ ΛΙΓΟ
ΡΙΣΚΟΚΙΝΔΥΝΟ.

ΑΛΗΘΕΙΑ;
ΤΙ?!

ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΑΜΕ
ΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ
ΕΚΔΟΡΜΗ!



ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ
ΕΚΔΟΡΜΗ;

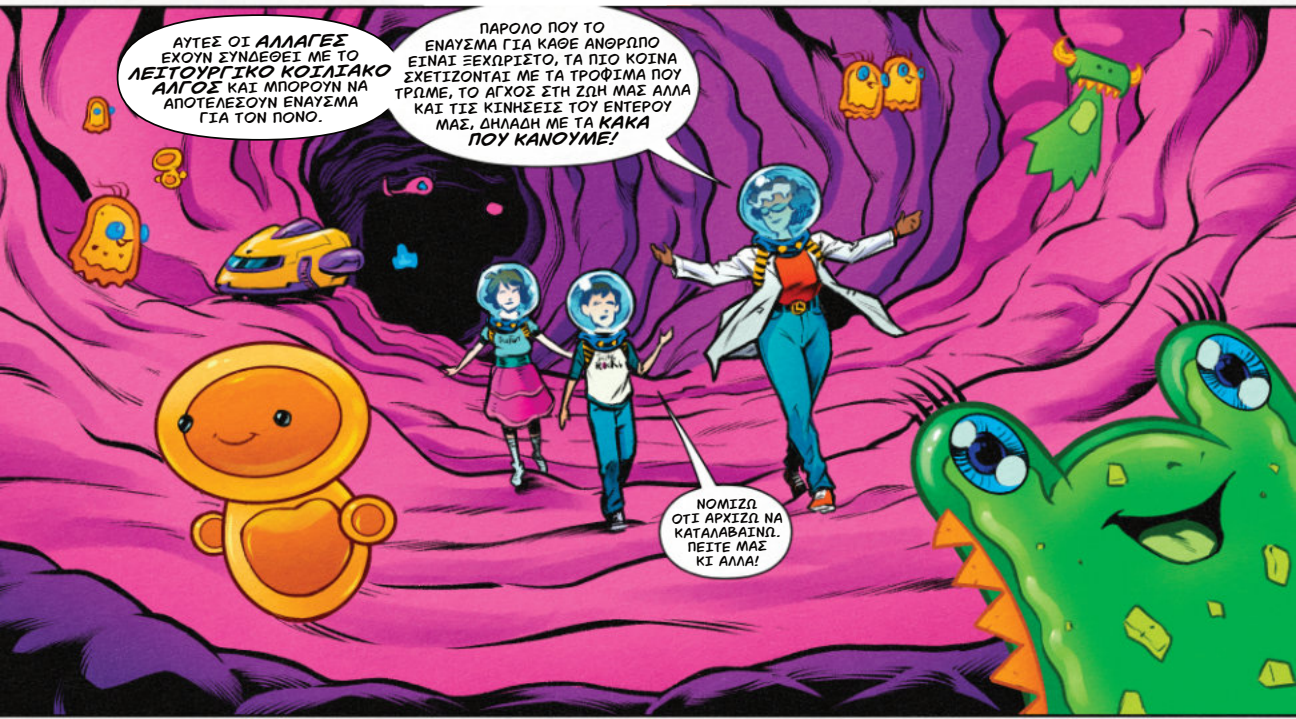
ΣΩΣΤΑ!
ΕΤΟΙΜΑΣΤΕΙΤΕ!

ΘΑ ΠΑΜΕ ΝΑ
ΔΟΥΜΕ ΠΟΥ ΚΑΙ
ΠΩΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΕΙΤΑΙ
ΤΟ **ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ
ΚΟΙΛΙΑΚΟ
ΑΛΓΟΣ!**



Ο ΚΟΣΜΟΣ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ ΓΕΜΑΤΟΣ ΜΕ ΠΟΛΛΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΜΑΣ. ΠΑΡΟΛΟ ΠΟΥ Ο ΚΟΣΜΟΣ ΣΤΟΝ ΟΠΟΙΟ ΖΟΥΜΕ ΜΟΙΑΖΕΙ ΜΕ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ ΤΩΝ ΠΡΟΓΩΝΩΝ ΜΑΣ, ΣΤΗΝ ΟΥΣΙΑ ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΣ.

ΟΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΑΠΟ ΤΙΣ ΑΛΛΑΓΕΣ ΕΙΝΑΙ ΣΠΟΥΔΑΙΕΣ, ΑΛΛΕΣ ΟΜΩΣ ΕΙΝΑΙ ΚΑΚΕΣ, ΤΟΣΟ ΓΙΑ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΜΑΣ ΟΣΟ ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΟ ΝΕΥΡΙΚΟ ΜΑΣ ΣΥΣΤΗΜΑ.



ΑΥΤΕΣ ΟΙ ΑΛΛΑΓΕΣ ΕΧΟΥΝ ΣΥΝΔΕΦΕΙ ΜΕ ΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΙΓΟΣ ΚΑΙ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΟΥΝ ΕΝΑΣΜΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΟΝΟ.

ΠΑΡΟΛΟ ΠΟΥ ΤΟ ΕΝΑΣΜΑ ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΑΝΘΡΩΠΟ ΕΙΝΑΙ ΞΕΧΩΡΙΣΤΟ, ΤΑ ΠΙΟ ΚΟΙΝΑ ΣΧΕΤΙΖΟΝΤΑΙ ΜΕ ΤΑ ΤΡΟΦΙΜΑ ΠΟΥ ΤΡΩΜΕ, ΤΟ ΑΓΧΟΣ ΣΤΗ ΖΩΗ ΜΑΣ ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΤΙΣ ΚΙΝΗΣΕΙΣ ΤΟΥ ΕΝΤΕΡΟΥ ΜΑΣ, ΔΗΛΑΔΗ ΜΕ ΤΑ ΚΑΚΑ ΠΟΥ ΚΑΝΟΥΜΕ!

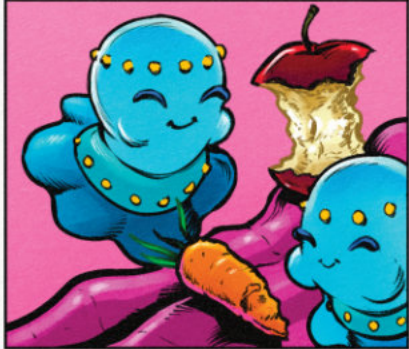
ΝΟΜΙΣΩ ΟΤΙ ΑΡΧΙΣΩ ΝΑ ΚΑΤΑΛΑΒΑΙΝΩ. ΠΕΙΤΕ ΜΑΣ ΚΙ ΑΛΛΑ!

ΔΙΑΛΕΞΕ ΤΟ ΔΙΚΟ ΣΟΥ ΜΟΝΟΠΑΤΙ

ΕΑΝ ΘΕΛΕΙΣ ΝΑ ΜΑΘΕΙΣ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΤΟ ΠΩΣ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΟ ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ ΚΑΣ ΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΙΓΟΣ, ΠΗΓΑΙΝΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ... 12

ΑΝ ΘΕΛΕΙΣ ΝΑ ΜΑΘΕΙΣ, ΠΩΣ ΝΑ ΤΟ ΘΕΣΩ ΠΙΟ ΚΟΣΜΙΑ, ΓΙΑ ΤΑ ΚΑΚΑ ΣΟΥ & ΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΙΓΟΣ ΠΗΓΑΙΝΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ... 16

ΑΝ ΕΙΣΑΙ ΑΚΟΜΗ ΠΙΟ ΠΕΡΙΕΡΓΟΣ ΚΑΙ ΘΕΛΕΙΣ ΝΑ ΜΑΘΕΙΣ ΠΩΣ ΤΟ ΑΓΧΟΣ ΚΑΙ ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΙΓΟΣ ΠΗΓΑΙΝΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ... 19



ΤΡΟΦΕΣ / ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ & ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ

ΟΙ ΤΡΟΦΕΣ ΠΟΥ ΤΡΩΜΕ ΕΧΟΥΝ ΜΕΓΑΛΗ ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΠΑΝΩ ΜΑΣ. ΟΙ ΠΡΟΓΟΝΟΙ ΜΑΣ ΔΕΝ ΕΪΧΑΝ ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΕΧΟΥΜΕ ΣΗΜΕΡΑ, ΕΠΙΣΗΝ ΑΠΛΑ ΔΕΝ ΕΪΧΑΝ ΤΙΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΦΑΓΗΤΟΥ ΠΟΥ ΕΧΟΥΜΕ ΕΜΕΙΣ!



ΛΕΤΕ ΔΗΛΑΔΗ, ΟΤΙ ΟΙ ΠΡΟΓΟΝΟΙ ΜΑΣ ΔΕΝ ΚΥΝΗΓΟΥΣΑΝ ΓΙΑ ΝΑ ΜΑΖΕΨΟΥΝ ΚΑΡΑΜΕΛΕΣ ΚΑΙ ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ.

ΧΑ,
ΧΑ!

ΑΚΡΙΒΩΣ! ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΡΧΗ, ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΕΤΡΩΓΑΝ Ο,ΤΙ ΕΥΡΪΣΚΑΝ ΕΥΚΟΛΑ ΣΤΗ ΦΥΣΗ.



ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΦΡΟΥΤΑ, ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ ΚΑΙ, ΟΤΑΝ ΜΠΟΡΟΥΣΑΝ, ΚΡΕΑΣ.

ΤΟ ΣΩΜΑ ΜΑΣ ΚΑΙ ΤΟ ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ ΜΑΣ ΠΡΟΣΑΡΜΟΖΟΝΤΑΙ ΣΤΗΝ ΠΕΨΗ ΤΩΝ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΠΟΥ ΤΡΩΜΕ.

ΚΥΡΙΑ ΛΙΒΓΟΥΕΛ, ΤΙ ΑΚΡΙΒΩΣ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ;



ΚΟΙΤΑΞΤΕ ΕΚΕΙ. ΑΥΤΑ ΠΟΥ ΒΛΕΠΕΤΕ ΕΙΝΑΙ ΒΑΚΤΗΡΙΑ.

ΑΥΤΑ, ΜΑΖΙ ΜΕ ΆΛΛΑ ΜΙΚΡΟΣΚΟΠΙΚΑ ΟΝΤΑ, ΖΟΥΝ ΣΤΟ ΎΠΕΡΟ ΣΑΣ ΦΤΙΑΧΝΟΝΤΑΣ ΈΝΑ ΟΙΚΟΣΥΣΤΗΜΑ ΣΑΝ ΤΑ ΦΥΤΑ ΚΑΙ ΤΑ ΖΩΑ ΜΕΣΑ ΣΕ ΜΙΑ ΖΟΥΓΚΛΑ.

ΑΥΤΑ ΤΑ ΜΙΚΡΟΣΚΟΠΙΚΑ ΠΛΑΣΜΑΤΑ ΦΤΙΑΧΝΟΥΝ ΤΟ ΕΝΤΕΡΙΚΟ ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ ΣΑΣ.

ΣΤΗΝ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ, ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΣΑΣ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΤΡΙΣΕΚΑΤΟΜΜΥΡΙΑ ΑΠΟ ΑΥΤΑ ΤΑ ΒΑΚΤΗΡΙΑ ΚΑΙ, ΠΟΛΛΑ ΆΛΛΑ "ΜΙΚΡΟΥΛΙΚΑ ΖΩΪΪΑ".

COOL!

*Ο ΟΛΛΑΝΔΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΑΣ ANTON VAN LEEUWENHOEK ΕΪΔΕ ΓΙΑ ΠΡΩΤΗ ΦΟΡΑ ΖΩΪΤΑΝΑ ΒΑΚΤΗΡΙΑ ΜΕ ΜΙΚΡΟΣΚΟΠΙΟ ΣΤΗ ΔΕΚΑΕΤΙΑ ΤΟΥ 1670 ΚΑΙ ΤΑ ΟΝΟΜΑΣΕ "ΜΙΚΡΟΥΛΙΚΑ ΖΩΪΪΑ"

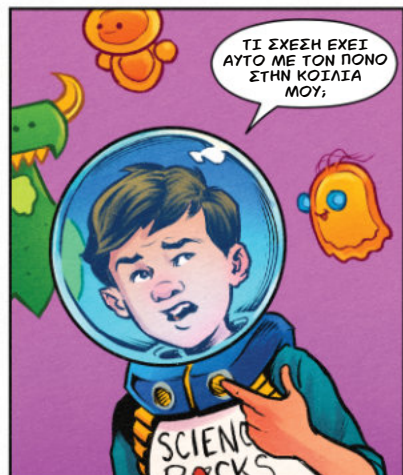


ΑΠΙΣΤΕΥΤΟ!
ΑΥΤΑ ΕΔΩ
ΓΙΑΤΙ ΕΙΝΑΙ
ΕΔΩ;

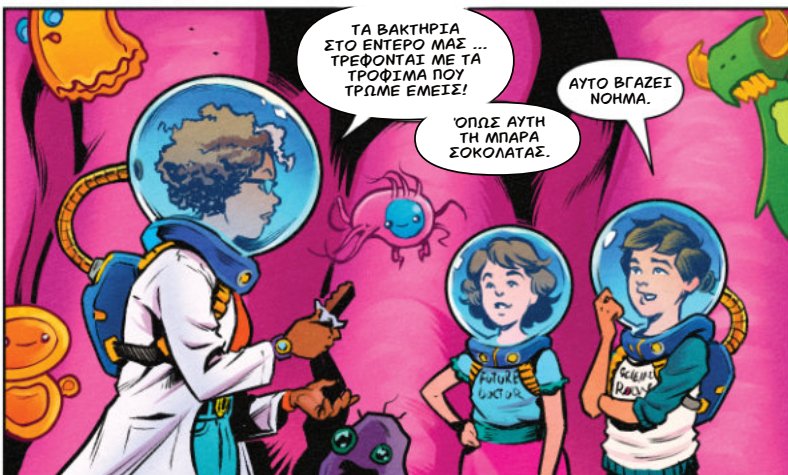
ΑΥΤΑ ΕΙΝΑΙ
ΤΟ ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ
ΜΑΣ, ΕΙΝΑΙ ΕΔΩ
ΓΙΑ ΝΑ ΜΑΣ
ΒΟΗΘΗΣΟΥΝ!



ΤΑ ΒΑΚΤΗΡΙΑ ΣΤΟ
ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ ΜΑΣ ΜΑΣ
ΒΟΗΘΟΥΝ ΝΑ ΔΙΑΣΤΑΣΟΥΜΕ
ΤΑ ΤΡΟΦΙΜΑ, ΝΑ ΦΤΙΑΞΟΥΜΕ
ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ ΚΑΙ ΜΑΣ
ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΟΥΝ ΑΠΟ
ΛΟΙΜΩΣΕΙΣ.



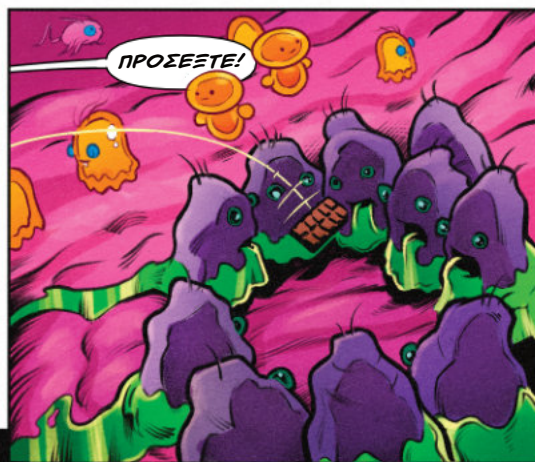
ΤΙ ΣΧΕΣΗ ΕΧΕΙ
ΑΥΤΟ ΜΕ ΤΟΝ ΠΟΝΟ
ΣΤΗΝ ΚΟΙΛΙΑ
ΜΟΥ;



ΤΑ ΒΑΚΤΗΡΙΑ
ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΜΑΣ ...
ΤΡΕΦΟΝΤΑΙ ΜΕ ΤΑ
ΤΡΟΦΙΜΑ ΠΟΥ
ΤΡΩΜΕ ΕΜΕΙΣ!

ΑΥΤΟ ΒΓΑΖΕΙ
ΝΟΗΜΑ.

ΌΠΩΣ ΑΥΤΗ
ΤΗ ΜΠΑΡΑ
ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ.



ΠΡΟΣΕΞΕΤΕ!



ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΠΟΛΛΟΙ
ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΙ ΤΥΠΟΙ
ΒΑΚΤΗΡΙΩΝ ΠΟΥ ΑΠΟΤΕΛΟΥΝ
ΤΟ ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ ΜΑΣ ΚΑΙ,
ΑΚΡΙΒΩΣ ΌΠΩΣ ΣΥΜΒΑΙΝΕΙ
ΜΕ ΤΑ ΖΩΑ, ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ
ΒΑΚΤΗΡΙΑ ΑΡΕΣΟΥΝ
ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ ΕΙΔΗ
ΤΡΟΦΙΜΩΝ.

ΤΟ ΚΑΤΑΛΑΒΑΙΝΩ.
ΌΠΩΣ Ο ΕΛΕΦΑΝΤΑΣ
ΚΑΙ ΤΟ ΛΙΟΝΤΑΡΙ.
ΕΙΝΑΙ ΚΑΙ ΤΑ ΔΥΟ ΖΩΑ,
ΑΛΛΑ ΤΡΩΝΕ ΠΟΛΥ
ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ
ΤΡΟΦΙΜΑ.



ΑΚΡΙΒΩΣ!
ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΑ
ΤΡΟΦΙΜΑ ΠΟΥ ΤΡΕΙΕΙ ΕΝΑ
ΑΤΟΜΟ, ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΙ
ΤΥΠΟΙ ΒΑΚΤΗΡΙΩΝ ΘΑ
ΑΝΑΠΤΥΧΘΟΥΝ ΣΤΟ
ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ ΤΟΥ.

ΤΑ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ
ΒΑΚΤΗΡΙΑ ΕΙΝΑΙ ΚΑΛΑ
ΚΑΙ ΔΕΝ ΠΡΟΚΑΛΟΥΝ
ΠΡΩΒΛΗΜΑΤΑ. ΟΡΙΣΜΕΝΑ
ΌΜΩΣ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ
ΠΡΟΚΑΛΕΣΟΥΝ ΠΟΝΟ
ΣΤΗΝ ΚΟΙΛΙΑ.

ΌΤΑΝ ΤΡΩΜΕ
ΤΡΟΦΕΣ ΠΟΥ
ΑΥΞΑΝΟΥΝ ΑΥΤΑ ΤΑ
«ΚΑΚΑ» ΒΑΚΤΗΡΙΑ,
ΑΥΤΟ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΚΑΙ
ΤΟ ΠΩΣ ΑΙΣΘΑΝΕΤΑΙ
ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ
ΜΑΣ.



ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΜΟΝΟ
ΌΤΙ ΤΟ ΝΑ ΤΡΩΜΕ ΛΑΘΟΣ
ΤΡΟΦΕΣ ΑΛΛΑΖΕΙ ΤΟΝ ΤΥΠΟ
ΤΩΝ ΒΑΚΤΗΡΙΩΝ ΜΑΣ,
ΑΛΛΑ ΑΛΛΑΖΕΙ ΚΑΙ ΤΗ
ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ
ΤΟΥΣ.

ΤΑ ΑΕΡΙΑ ΤΕΝΤΩΝΟΥΝ
ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΣΑΝ ΜΠΑΛΟΝΙ ΚΑΙ
ΑΥΤΟ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΕΙ ΤΑ ΝΕΥΡΑ ΠΟΥ
ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΣΤΟ ΤΟΙΧΩΜΑ ΤΟΥ
ΕΝΤΕΡΟΥ ΚΑΙ ΠΡΟΚΑΛΟΥΝ
ΠΟΝΟ ΣΤΗΝ ΚΟΙΛΙΑ.

ΌΤΑΝ ΓΙΑ
ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ ΟΡΙΣΜΕΝΑ
ΒΑΚΤΗΡΙΑ ΚΑΤΑΠΙΝΟΥΝ
ΖΑΧΑΡΗ, ΌΠΩΣ, ΠΧ ΑΥΤΗ ΠΟΥ
ΥΠΑΡΧΕΙ ΣΤΑ ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ,
ΠΑΡΑΓΟΥΝ ΑΕΡΙΑ.

ΩΧ!
ΤΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΕΔΩ
ΧΕΙΡΟΤΕΡΕΟΥΝ!
ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΝΑ
ΦΥΓΟΥΜΕ!

ΠΟΦΦ ΠΟΦΦ ΠΟΦΦ
ΠΟΦΦ ΠΟΦΦ ΠΟΦΦ
ΠΟΦΦ ΠΟΦΦ ΠΟΦΦ

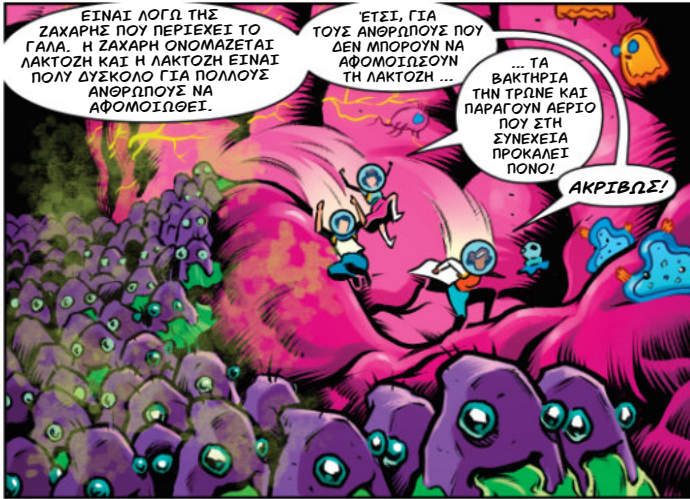


ΟΥΣΤΙ! ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΚΑΙ ΆΛΛΑ ΤΡΟΦΙΜΑ ΠΟΥ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΠΡΟΚΑΛΕΣΟΥΝ ΑΕΡΙΑ ΚΑΙ ΠΟΝΟ;

ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΑΠΑΝΤΗΣΩ ΓΙΑ ΜΕΝΑ...

...ΤΟ ΓΑΛΑ ΕΙΝΑΙ ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΤΟ ΚΑΝΕΙ! ΘΕΛΩ ΝΑ ΠΩ, ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ ΤΟ ΚΑΝΕΙ!

ΕΥΕΙΣ ΔΙΚΙΟ, ΤΑ ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ, ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΟΥ ΤΟΥ ΓΑΛΑΤΟΣ, ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΟΥΝ ΕΚΚΛΥΤΙΚΟ ΠΑΡΑΓΟΝΤΑ ΣΕ ΠΟΛΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ.



ΕΙΝΑΙ ΛΟΓΩ ΤΗΣ ΖΑΧΑΡΗΣ ΠΟΥ ΠΕΡΙΕΧΕΙ ΤΟ ΓΑΛΑ. Η ΖΑΧΑΡΗ ΟΜΟΜΑΖΕΤΑΙ ΛΑΚΤΟΖΗ ΚΑΙ Η ΛΑΚΤΟΖΗ ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥ ΔΥΣΚΟΛΟ ΓΙΑ ΠΟΛΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ ΝΑ ΑΦΟΜΟΙΩΘΕΙ.

ΕΤΣΙ, ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ ΠΟΥ ΔΕΝ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΑΦΟΜΟΙΩΣΟΥΝ ΤΗ ΛΑΚΤΟΖΗ...

... ΤΑ ΒΑΚΤΗΡΙΑ ΤΗΝ ΤΡΩΝΕ ΚΑΙ ΠΑΡΑΓΟΥΝ ΑΕΡΙΟ ΠΟΥ ΣΤΗ ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΠΡΟΚΑΛΕΙ ΠΟΝΟ!

ΑΚΡΙΒΩΣ!



ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΚΑΙ ΆΛΛΑ ΕΙΔΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΕΧΟΥΝ ΑΜΕΣΗ ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ.



ΓΙΑ ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ, Η ΚΑΦΕΪΝΗ ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΕΤΑΙ ΣΕ ΚΑΠΟΣΙΑ ΠΟΤΑ ΓΙΑ ΑΘΛΗΤΕΣ, ΣΤΟΝ ΚΑΦΕ ΚΑΙ ΣΕ ΚΑΠΟΣΙΑ ΑΝΑΦΥΚΤΙΚΑ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΡΟΚΑΛΕΣΕΙ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΕΝΤΕΡΟΥ ΚΑΙ ΣΠΑΣΜΟ.



ΤΩΡΑ, ΘΑ ΣΑΣ ΔΕΙΞΩ!



ΩΩΩΠΑ!



ΟΠΟΤΕ, ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΤΡΩΕΙ ΚΑΠΟΙΟΣ ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ;

ΚΑΙ, ΑΚΟΜΗ ΠΙΟ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ, ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΠΟΦΕΥΓΕΙ;



ΤΕΛΕΙΑ ΕΡΩΤΗΣΗ!

ΟΙ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΟΙ ΕΚΛΥΤΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΙ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ.

ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟ ΓΙΑΤΡΟ ΚΑΙ ΤΟ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΟ ΣΟΥ ΘΑ ΒΡΕΙΣ ΤΗΝ ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΑΠΑΝΤΗΣΗ.



ΕΙΝΑΙ ΕΠΙΣΗΣ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΝΑ ΘΥΜΟΜΑΣΤΕ ΟΤΙ ΕΝΩ ΚΑΠΟΙΟΣ ΤΡΟΦΗΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΕΚΛΥΤΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΤΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟΥ ΚΟΙΛΙΑΚΟΥ ΑΛΓΟΥΣ, ΑΥΤΟ ΔΕΝ ΣΥΜΒΑΙΝΕΙ ΣΕ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΑΣΘΕΝΕΙΣ.

ΝΑ ΜΙΑ ΛΙΣΤΑ ΜΕ ΤΙΣ ΠΙΟ ΣΥΧΝΕΣ ΔΙΑΙΤΕΣ ΓΙΑ ΤΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ.

ΣΥΖΗΤΗΣΕ ΤΟ ΜΕ ΤΟ ΓΙΑΤΡΟ ΚΑΙ ΤΟ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΟ ΣΟΥ ΚΑΙ ΜΑΖΙ ΘΑ ΑΠΟΦΑΣΙΣΕΤΕ ΠΟΙΟ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΚΑΤΑΛΗΛΟ ΓΙΑ ΣΕΝΑ.



ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ, ΚΥΡΙΑ ΛΙΒΓΟΥΕΝ!

ΠΑΝΤΑ ΠΙΣΤΕΥΑ ΟΤΙ Η ΓΝΩΣΗ ΕΙΝΑΙ ΔΥΝΑΜΗ!

ΤΩΡΑ, ΞΕΡΩ ΤΙ ΝΑ ΤΡΩΩ!

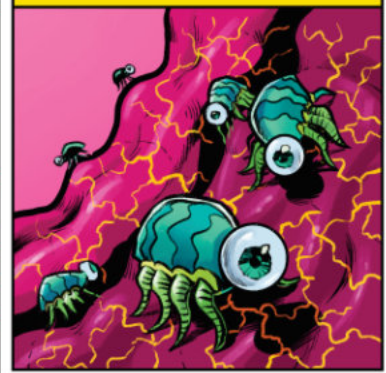
ΟΥΑΟΥ!

ΔΙΑΛΕΞΕ ΤΟ ΔΙΚΟ ΣΟΥ ΜΟΝΟΠΑΤΙ

ΑΝ ΘΕΛΕΙΣ ΝΑ ΜΑΘΕΙΣ, ΠΩΣ ΝΑ ΤΟ ΘΕΣΩ ΠΙΟ ΚΟΣΜΙΑ, ΓΙΑ ΤΑ ΚΑΚΑ ΣΟΥ & ΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ ΠΗΓΑΙΝΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ... 16



ΑΝ ΕΙΣΑΙ ΠΙΟ ΠΕΡΙΕΡΓΟΣ ΚΑΙ ΘΕΛΕΙΣ ΝΑ ΜΑΘΕΙΣ ΠΩΣ ΤΟ ΑΓΧΟΣ ΚΑΙ ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ ΠΗΓΑΙΝΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ... 19



ΑΝ ΘΕΛΕΙΣ ΝΑ ΦΥΓΕΙΣ ΑΠΟ ΕΔΩ... ΠΗΓΑΙΝΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 24

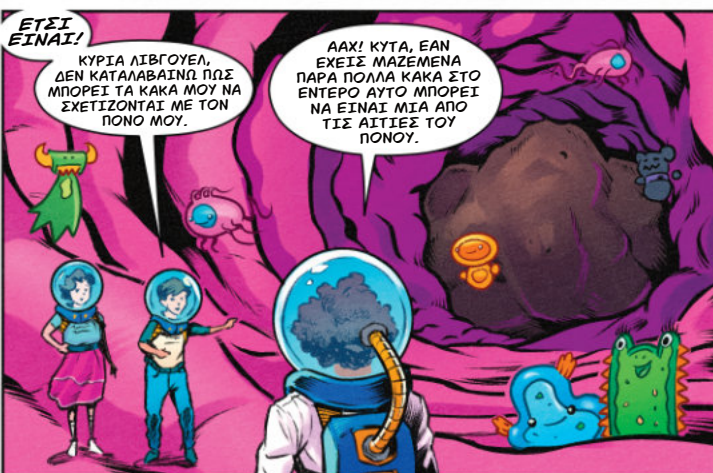




ΑΦΟΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ

ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΕΙΝΑΙ ΕΚΠΛΗΚΤΙΚΟ ΟΡΓΑΝΟ!

ΠΟΤΕ ΔΕΝ ΞΕΡΕΙΣ ΤΙ ΣΟΥ ΕΠΙΦΥΛΑΣΣΕΙ!



ΕΤΣΙ ΕΙΝΑΙ!

ΚΥΡΙΑ ΛΙΒΓΟΥΛ, ΔΕΝ ΚΑΤΑΛΑΒΑΙΝΩ ΠΩΣ ΜΠΟΡΕΙ ΤΑ ΚΑΚΑ ΜΟΥ ΝΑ ΣΧΕΤΙΖΟΝΤΑΙ ΜΕ ΤΟΝ ΠΟΝΟ ΜΟΥ.

ΑΑΧ! ΚΥΤΑ, ΕΑΝ ΕΧΕΙΣ ΜΑΖΕΜΕΝΑ ΠΑΡΑ ΠΟΛΛΑ ΚΑΚΑ ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΑΥΤΟ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΑΙΤΙΕΣ ΤΟΥ ΠΟΝΟΥ.



ΑΥΤΟΣ ΕΙΝΑΙ ΟΛΟΓΟΣ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΝΑ ΕΧΕΙΣ ΜΑΛΛΑΚΑ ΚΑΚΑ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ.



ΌΤΑΝ ΞΕΦΟΡΤΩΝΕΣΤΕ ΤΑ ΚΑΚΑ ΣΕ ΤΑΚΤΙΚΗ ΒΑΣΗ, ΑΥΤΟ ΕΠΙΤΡΕΠΕΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΧΩΡΟ ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΣΟΥ... ΚΑΙ VOILA...

... ΕΙΣΑΙ ΣΕ ΘΕΣΗ ΝΑ ΤΡΩΣ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΤΡΟΦΙΜΑ ΠΟΥ ΔΙΝΟΥΝ ΕΝΕΡΓΕΙΑ ΣΤΟ ΣΙΜΑ ΣΟΥ.

ΑΛΛΑ ΠΩΣ ΤΑ ΚΑΚΑ ΠΡΟΚΑΛΟΥΝ ΠΟΝΟ;



ΕΑΝ ΤΑ ΚΑΚΑ ΔΕΝ ΑΠΟΒΑΛΛΟΝΤΑΙ, ΜΑΖΕΥΟΝΤΑΙ ΜΕΣΑ ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ.



ΚΑΙ ΑΥΤΗ Η ΣΥΝΕΧΗΣ ΣΥΣΣΩΡΕΥΣΗ ΤΕΝΤΩΝΕΙ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ.



...ΚΑΙ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΤΟ ΕΝΤΕΡΙΚΟ ΝΕΥΡΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΠΡΟΚΑΛΩΝΤΑΣ ΣΠΑΣΜΟΥΣ ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΚΑΙ ΠΟΝΟ.



ΓΙ' ΑΥΤΟ Ο ΓΙΑΤΡΟΣ ΣΟΥ ΘΕΛΕΙ ΝΑ ΕΧΕΙΣ ΤΑΚΤΙΚΑ ΜΑΛΑΚΑ ΚΑΚΑ.

ΌΤΑΝ ΛΕΤΕ ΤΑΚΤΙΚΑ, ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΟΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΩ ΚΑΚΑ ΣΧΕΔΟΝ ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ!

ΑΚΡΙΒΩΣ. ΕΠΙΠΛΕΟΝ ... ΤΑ ΚΑΚΑ ΠΟΥ ΚΑΝΕΙΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΜΑΛΑΚΑ ΚΑΙ ΟΧΙ ΕΠΩΔΥΝΑ Η ΔΥΣΚΟΛΟ ΝΑ ΒΓΟΥΝ.

ΟΠΟΤΕ, ΑΝ ΕΧΟΥΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΜΕ ΤΑ ΚΑΚΑ, ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΟΥΜΕ;

ΑΑ! ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΠΟΛΛΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΚΑΝΟΥΜΕ.

ΤΑ ΤΡΟΦΙΜΑ ΠΟΥ ΤΡΩΜΕ ΠΑΙΖΟΥΝ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΡΟΛΟ ΣΤΟ ΠΟΣΟ ΚΑΛΑ ΚΑΚΑ ΚΑΝΟΥΜΕ!

Η ΑΥΞΗΣΗ ΤΗΣ ΠΟΣΟΤΗΤΑΣ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΦΡΟΥΤΩΝ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΑΣ ΑΥΞΑΝΕΙ ΤΗΝ ΠΡΟΣΛΗΨΗ ΦΥΤΙΚΩΝ ΙΝΩΝ.

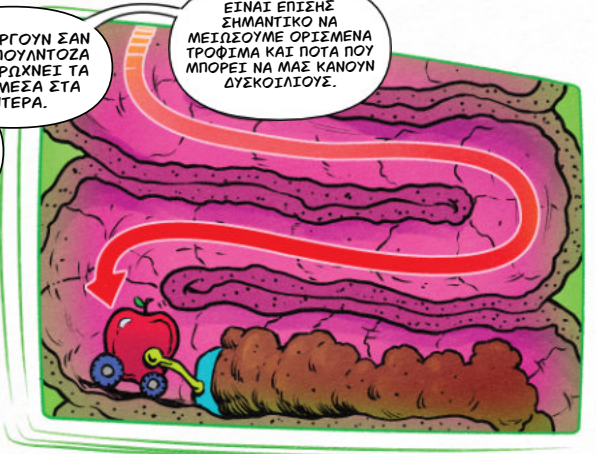
ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥΝ ΣΑΝ ΜΙΑ ΜΠΟΥΛΑΝΤΟΖΑ ΠΟΥ ΣΠΡΙΧΝΕΙ ΤΑ ΚΑΚΑ ΜΕΣΑ ΣΤΑ ΕΝΤΕΡΑ.

ΚΑΙ ΟΙ ΦΥΤΙΚΕΣ ΙΝΕΣ ΕΙΝΑΙ ΕΝΑ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΒΟΗΘΗΜΑ!

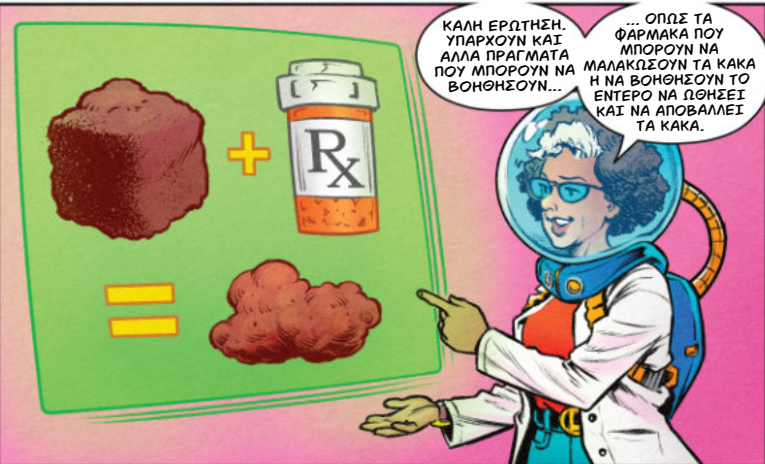
ΕΙΝΑΙ ΕΠΙΣΗΣ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΝΑ ΜΕΙΩΣΟΥΜΕ ΟΡΙΣΜΕΝΑ ΤΡΟΦΙΜΑ ΚΑΙ ΠΟΤΑ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΜΑΣ ΚΑΝΟΥΝ ΔΥΣΚΟΙΛΙΟΥΣ.



((ΜΠΟΥΛΑ))



ΤΙ ΚΑΝΟΥΜΕ ΑΝ Η ΑΛΛΑΓΗ ΣΤΑ ΦΑΓΗΤΑ ΠΟΥ ΤΡΩΜΕ ΔΕΝ ΒΟΗΘΑΕΙ;



ΚΑΛΗ ΕΡΩΤΗΣΗ. ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΚΑΙ ΑΛΛΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΟΥΝ...

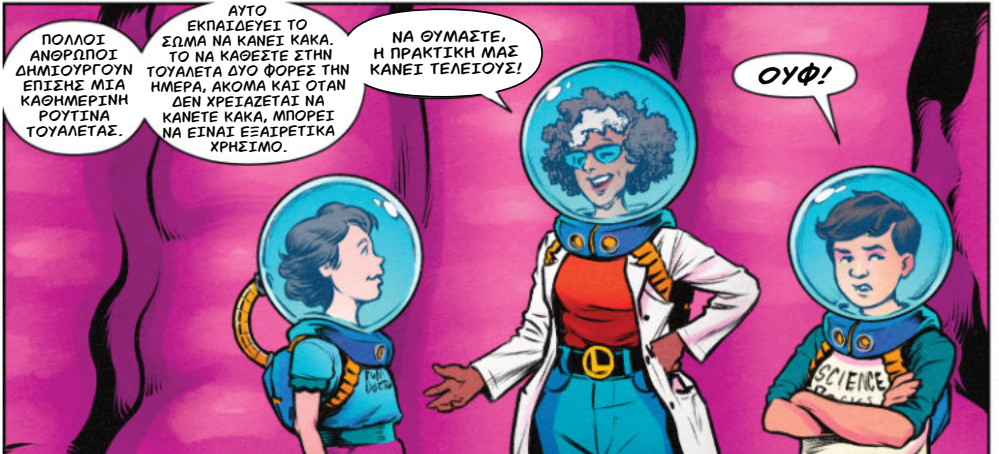
... ΟΠΩΣ ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ ΠΟΥ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΜΑΛΑΚΩΣΟΥΝ ΤΑ ΚΑΚΑ Η ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΟΥΝ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΝΑ ΛΩΗΣΕΙ ΚΑΙ ΝΑ ΑΠΟΒΑΛΛΕΙ ΤΑ ΚΑΚΑ.

ΠΟΛΛΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΔΗΜΙΟΥΡΓΟΥΝ ΕΠΙΣΗΣ ΜΙΑ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΡΟΥΤΙΝΑ ΤΟΥΛΑΕΤΑΣ.

ΑΥΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΕΙ ΤΟ ΣΩΜΑ ΝΑ ΚΑΝΕΙ ΚΑΚΑ. ΤΟ ΝΑ ΚΑΘΕΣΤΕ ΣΤΗΝ ΤΟΥΛΑΕΤΑ ΔΥΟ ΦΟΡΕΣ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ, ΑΚΟΜΑ ΚΑΙ ΟΤΑΝ ΔΕΝ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΚΑΚΑ, ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ ΧΡΗΣΙΜΟ.

ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ, Η ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΜΑΣ ΚΑΝΕΙ ΤΕΛΕΙΟΥΣ!

ΟΥΦ!





ΓΙΑ ΜΕΡΙΚΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ, Η ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΗ ΕΝΟΣ ΣΚΑΜΝΙΟΥ ΚΑΤΩ ΑΠΟ ΤΑ ΠΟΔΙΑ ΤΟΥΣ ΟΤΑΝ ΚΑΝΟΥΝ ΚΑΚΑ ΕΠΙΤΡΕΠΕΙ ΣΤΑ ΚΑΚΑ ΝΑ ΒΓΑΙΝΟΥΝ ΠΙΟ ΕΥΚΟΛΑ.

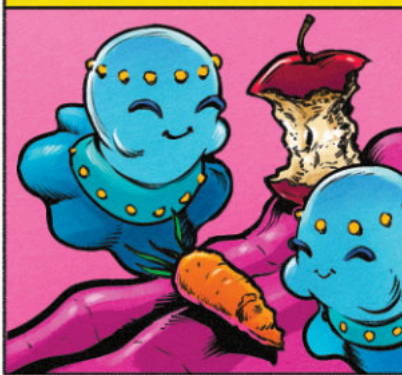


ΤΟ ΚΛΕΙΔΙ ΤΗΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ ΕΙΝΑΙ ΝΑ ΠΑΡΑΜΕΙΝΕΣ ΠΙΣΤΟΣ ΣΤΟ ΠΛΑΝΟ ΠΟΥ ΚΑΝΑΤΕ ΜΕ ΤΗΝ ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΟΥ ΟΜΑΔΑ.

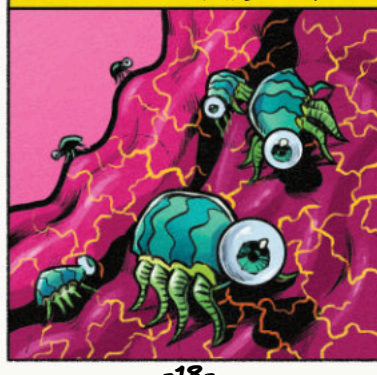
ΑΥΤΟ ΘΑ ΤΟ ΚΑΝΩ ΣΤΑ ΣΙΓΟΥΡΑ!

ΔΙΑΛΕΞΕ ΤΟ ΔΙΚΟ ΣΟΥ ΜΟΝΟΠΑΤΙ

ΕΑΝ ΘΕΛΕΙΣ ΝΑ ΜΑΘΕΙΣ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΤΟ ΠΩΣ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΟ ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ ΚΑΙ ΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΓΓΟΣ, ΠΗΓΑΙΝΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ... 12



ΑΝ ΕΙΣΑΙ ΠΙΟ ΠΕΡΙΕΡΓΟΣ ΚΑΙ ΘΕΛΕΙΣ ΝΑ ΜΑΘΕΙΣ ΠΩΣ ΤΟ ΑΓΧΟΣ ΚΑΙ ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΓΓΟΣ ΠΗΓΑΙΝΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ... 19



ΑΝ ΘΕΛΕΙΣ ΝΑ ΦΥΓΕΙΣ ΑΠΟ ΕΔΩ ... ΠΗΓΑΙΝΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 24



ΣΤΡΕΣ ΚΑΙ
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ
ΚΟΙΛΙΑΚΟ
ΑΛΓΟΣ

ΚΥΡΙΑ ΛΙΒΓΟΥΕΛ,
ΜΠΟΡΕΤΕ ΣΑΣ ΠΑΡΑΚΑΛΩ
ΝΑ ΜΟΥ ΠΕΙΤΕ... ΠΩΣ ΤΟ
ΑΓΧΟΣ ΕΠΙΔΕΙΝΩΝΕΙ ΤΟ
ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ;

ΤΕΛΕΙΑ
ΕΡΩΤΗΣΗ,
ΔΑΡΕΪΑ!

ΠΡΩΤΟΝ,
ΚΟΙΤΑΞΕ ΚΑΤΩ ΑΠΟ
ΤΑ ΠΟΔΙΑ ΣΟΥ ΤΗΝ
ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ ΤΟΥ ΕΝΤΕΡΙΚΟΥ
ΣΠΛΗΝΑ, ΑΚΡΕΒΩΣ ΚΑΤΩ
ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ ΤΟΥ
ΕΝΤΕΡΟΥ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΝΕΥΡΑ
ΠΟΥ ΔΙΑΤΡΕΧΟΥΝ ΤΟ
ΕΝΤΕΡΟ.

ΑΥΤΑ ΤΑ
ΝΕΥΡΑ ΕΠΗΡΕΑΖΟΝΤΑΙ
ΑΠΟ ΤΟ ΠΩΣ
ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΣΤΕ.

ΌΤΑΝ
ΝΟΙΩΘΟΥΜΕ
ΑΓΧΙΑ, ΑΓΧΟΣ Ή
ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ, ΤΟ ΣΩΜΑ ΜΑΣ
ΠΑΡΑΓΕΙ ΝΕΥΡΟΔΙΑΒΙΒΑΣΤΕΣ ΚΑΙ
ΟΡΜΟΝΕΣ ΠΟΥ ΣΤΗ ΣΥΝΕΧΕΙΑ
ΑΠΕΛΥΘΕΡΩΝΟΝΤΑΙ ΣΕ
ΟΛΟ ΤΟ ΣΩΜΑ ΜΑΣ.

ΑΥΤΕΣ ΟΙ
ΟΡΜΟΝΕΣ ΚΑΙ ΟΙ
ΝΕΥΡΟΔΙΑΒΙΒΑΣΤΕΣ
ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΜΕ
ΤΟΝ ΟΠΟΙΟ ΤΟ ΕΝΤΕΡΙΚΟ
ΝΕΥΡΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΑΙΣΘΑΝΕΤΑΙ
ΚΑΙ ΑΝΤΙΔΡΑ ΣΕ Ο, ΤΙ
ΠΕΡΝΑΕΙ ΑΠΟ ΤΟ
ΕΝΤΕΡΟ.

ΥΠΑΡΧΟΥΝ
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ
ΠΟΥ ΔΕΙΧΝΟΥΝ ΟΤΙ ΤΟ
ΜΑΚΡΟΧΡΟΝΙΟ ΣΤΡΕΣ ΑΥΞΑΝΕΙ
ΤΟΝ ΣΠΛΑΧΝΙΚΟ ΠΟΝΟ ΜΕΣΩ ΤΗΣ
ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΩΝ **ΟΔΩΝ**
ΤΟΥ ΠΟΝΟΥ ΚΑΙ ΠΡΟΑΓΕΙ
ΤΟ ΧΡΟΝΙΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ
ΑΛΓΟΣ.

ΤΙ;::

ΟΥΨ!

ΚΥΡΙΑ
ΛΙΒΓΟΥΕΛ, ΜΑΣ
ΜΠΕΡΔΕΨΑΤΕ!

ΜΠΟΡΕΙΤΕ
ΝΑ ΜΑΣ ΤΟ
ΚΑΝΕΤΕ ΠΙΟ
ΞΕΚΑΘΑΡΟ;

ΝΑΙ ΑΣ
ΞΑΝΑΠΡΟΣΠΑΘΗΣΩ!

ΓΙΑ ΝΑ ΤΟ ΘΕΣΩ ΛΙΓΟ
ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ, ΤΟ ΑΓΧΟΣ
ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΕΙ ΤΑ ΝΕΥΡΑ ΜΑΣ
ΚΑΙ ΤΑ ΚΑΝΕΙ ΠΙΟ ΕΥΑΙΣΘΗΤΑ
ΣΕ ΟΤΙ ΣΥΜΒΑΙΝΕΙ
ΓΥΡΩ ΤΟΥΣ...

ΑΥΤΟ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ
ΤΟ ΦΑΓΗΤΟ ΠΟΥ ΤΡΩΜΕ, ΤΑ
ΚΑΚΑ ΠΟΥ ΚΑΝΟΥΜΕ ΚΑΙ ΑΚΟΜΗ
ΚΑΙ ΤΑ ΑΕΡΙΑ ΠΟΥ ΜΠΟΡΟΥΝ
ΝΑ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΜΕΣΑ ΣΤΟ
ΕΝΤΕΡΟ ΜΑΣ.

ΜΠΟΡΕΙΤΕ



ΚΑΙ ΟΤΑΝ ΥΠΑΡΧΕΙ ΠΟΛΥ ΑΓΧΟΣ, ΤΑ ΝΕΥΡΑ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ ΥΠΕΡΒΟΛΙΚΑ, ΚΑΙ ΑΥΤΟ ΟΔΗΓΕΙ ΣΕ ΑΚΟΜΗ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ ΕΥΑΙΣΘΗΣΙΑ, ΣΕ ΥΠΕΡΕΥΑΙΣΘΗΣΙΑ ΟΠΩΣ ΛΕΝΕ ΟΙ ΓΙΑΤΡΟΙ.

ΜΕ ΠΟΣΟ ΤΡΟΠΟ;

FUTURE DOCTOR



ΧΜΜΜΜ...

... ΟΤΑΝ ΚΑΝΕΤΕ ΚΑΤΙ ΞΑΝΑ ΚΑΙ ΞΑΝΑ, ΟΠΩΣ ΟΤΑΝ ΠΑΙΖΕΤΕ ΕΝΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙ Η ΔΙΑΒΑΖΕΤΕ ΚΑΤΙ ΞΑΝΑ ΚΑΙ ΞΑΝΑ...

... ΤΙ ΣΥΜΒΑΙΝΕΙ;

ΓΙΝΟΜΑΙ ΚΑΛΥΤΕΡΟΣ ΠΑΙΚΤΗΣ.



ΑΚΡΙΒΩΣ! ΤΟ ΙΔΙΟ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΙ ΜΕ ΤΟ ΝΕΥΡΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΤΟΥ ΕΝΤΕΡΟΥ.

ΌΣΟ ΣΥΧΝΟΤΕΡΑ ΝΟΙΩΘΕΙ ΤΟΝ ΠΟΝΟ, ΤΟΣΟ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΤΟΝ ΑΝΤΙΛΑΜΒΑΝΕΤΑΙ.



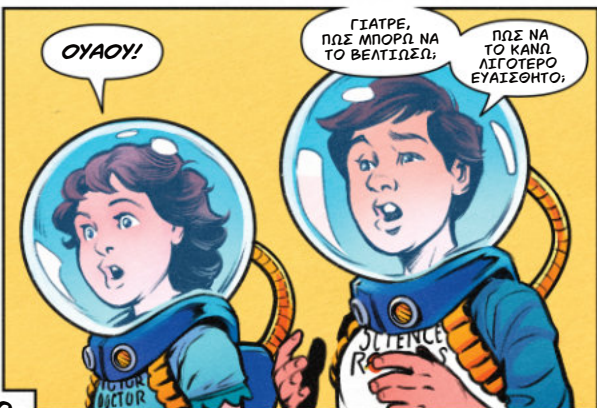
ΤΟ ΟΠΟΙΟ ΟΜΩΣ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΚΑΛΟ.

ΑΚΡΙΒΩΣ. ΟΤΑΝ ΕΜΦΑΝΙΖΕΤΑΙ ΣΤΡΕΣ, ΑΓΧΟΣ Η ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ, ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΓΙΝΕΤΑΙ ΟΛΟ ΚΑΙ ΠΙΟ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟ.

ΌΣΟ ΠΙΟ ΣΥΧΝΑ ΣΥΜΒΑΙΝΕΙ ΑΥΤΟ, ΤΟΣΟ ΠΙΟ ΕΥΑΙΣΘΗΤΑ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΤΑ ΝΕΥΡΑ ΣΤΟΝ ΠΟΝΟ ΚΑΙ ΤΟΣΟ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΠΟΝΟ ΑΙΣΘΑΝΕΤΑΙ ΕΝΑ ΑΤΟΜΟ ΜΕ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΓΧΟΣ.



ΣΤΗΝ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ, ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΓΙΝΕΙ ΤΟΣΟ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟ, ΠΣΤΕ ΑΚΟΜΑ ΚΑΙ ΟΙ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ ΤΟΥ, ΟΠΩΣ ΕΙΝΑΙ Η ΠΕΨΗ Η Η ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗ ΤΩΝ ΤΡΟΦΩΝ ΜΕΣΑ ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ, ΝΑ ΠΡΟΚΑΛΟΥΝ ΠΟΝΟ.



ΟΥΑΟΥ!

ΓΙΑΤΡΕ, ΠΩΣ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΤΟ ΒΕΛΤΙΩΣΩ;

ΠΩΣ ΝΑ ΤΟ ΚΑΝΩ ΛΙΓΟΤΕΡΟ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟ;



ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΠΟΛΛΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΓΙΝΟΥΝ ΓΙΑ ΝΑ ΧΑΛΑΡΩΣΟΥΝ ΤΑ ΕΝΤΕΡΙΚΑ ΝΕΥΡΑ ΚΑΙ ΝΑ ΓΙΝΟΥΝ ΛΙΓΟΤΕΡΟ ΕΥΑΙΣΘΗΤΑ.

ΕΝΑ ΑΠΟ ΤΑ ΠΙΟ ΣΗΜΑΝΤΙΚΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΕΙΝΑΙ Η ΑΠΟΣΠΑΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΣΟΧΗΣ, ΚΡΑΤΩΝΤΑΣ ΤΟ ΜΥΑΛΟ ΣΑΣ ΕΠΙΚΕΝΤΡΩΜΕΝΟ ΣΕ ΑΛΛΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΕΚΤΟΣ ΑΠΟ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΣΑΣ.

ΟΠΩΣ ΕΝΑ ΧΟΜΠΙ;



ΚΑΛΗ ΙΔΕΙΑ! ΝΑΙ, ΣΤΗΝ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ, ΟΤΙΔΗΠΟΤΕ ΕΠΙΤΡΕΠΕΙ ΣΤΟΝ ΕΓΚΕΦΑΛΟ ΝΑ ΕΠΙΚΕΝΤΡΩΘΕΙ ΣΕ ΚΑΤΙ ΑΛΛΟ ΕΚΤΟΣ ΑΠΟ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΕΙΝΑΙ ΧΡΗΣΙΜΟ.

ΆΣΚΗΣΗ, ΔΙΑΒΑΣΜΑ... ΟΤΙ ΣΟΥ ΑΡΕΣΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙΣ... ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΕΙ ΤΑ ΝΕΥΡΑ ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΝΑ ΧΑΛΑΡΩΣΟΥΝ.



ΓΙ' ΑΥΤΟ Ο ΓΙΑΤΡΟΣ ΕΙΠΕ ΣΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΜΟΥ ΝΑ ΣΤΑΜΑΤΗΣΟΥΝ ΝΑ ΜΕ ΡΩΤΟΥΝ ΠΩΣ ΝΙΩΘΩ, ΓΙΑ ΝΑ ΣΤΑΜΑΤΗΣΩ ΝΑ ΤΟ ΣΚΕΦΤΟΜΑΙ...

ΓΙΑ ΝΑ ΧΑΛΑΡΩΣΕΙ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΜΟΥ.

ΑΚΡΙΒΩΣ! Ο ΓΙΑΤΡΟΣ ΘΕΛΕΙ ΝΑ ΣΚΕΦΤΕΣΤΕ ΑΛΛΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ! ΑΥΤΟ ΕΙΝΑΙ ΣΙΓΟΥΡΑ ΕΝΑ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΒΗΜΑ.



ΈΝΑ ΑΛΛΟ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΒΗΜΑ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΕΙΝΑΙ Η ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ ΣΤΡΕΣ ΣΤΗ ΖΩΗ ΣΑΣ ΜΕ ΘΕΤΙΚΟ ΤΡΟΠΟ.

ΑΣ ΤΟ ΠΑΡΑΔΕΧΤΟΥΜΕ, Η ΖΩΗ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ ΓΕΜΑΤΗ ΑΓΧΟΣ. ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ, ΟΙ ΔΑΣΚΑΛΟΙ, ΟΙ ΦΙΛΟΙ, ΟΙ ΝΤΑΝΔΕΣ ΓΥΡΩ ΜΑΣ, Η ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΜΠΟΡΟΥΝ ΟΛΟΙ ΝΑ ΠΡΟΚΑΛΕΣΟΥΝ ΑΓΧΟΣ. ΑΥΤΟ ΊΣΧΥΕΙ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ.



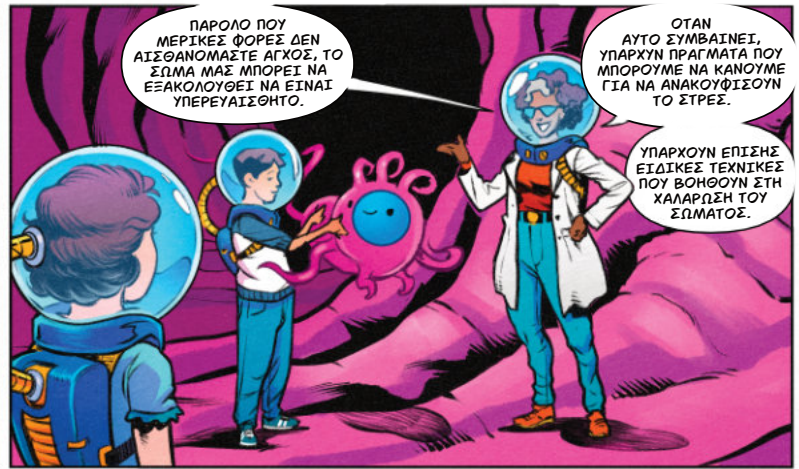
ΕΑΝ ΤΟ ΑΓΧΟΣ ΕΙΝΑΙ ΠΡΟΒΛΗΜΑ, ΤΟΤΕ ΤΟ ΚΛΕΙΔΙ ΕΙΝΑΙ ΝΑ ΦΤΙΑΞΕΤΕ ΕΝΑ ΣΧΕΔΙΟ ΓΙΑ ΝΑ ΜΠΟΡΕΣΕΤΕ ΝΑ ΑΠΑΛΛΑΞΕΤΕ.

ΑΥΤΟ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ ΤΗΝ ΠΡΟΞΕΓΓΙΣΗ ΑΤΟΜΩΝ ΠΟΥ ΓΝΩΡΙΖΟΥΜΕ ΚΑΙ ΠΟΥ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΟΥΝ, ΟΠΩΣ ΟΙ ΣΧΟΛΙΚΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΟΙ, ΟΙ ΔΑΣΚΑΛΟΙ, ΟΙ ΦΙΛΟΙ Η Η ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ.

ΕΠΙΣΗΣ, ΕΝΑΣ ΚΑΛΟΣ ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΕΙ.



ΚΥΡΙΑ ΛΙΒΓΟΥΕΛ,
ΔΕΝ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΠΩ
ΟΜΩΣ ΟΤΙ ΝΟΣΙΩΘΩ
ΣΥΝΕΧΙΣ
ΑΓΧΩΜΕΝΟΣ.



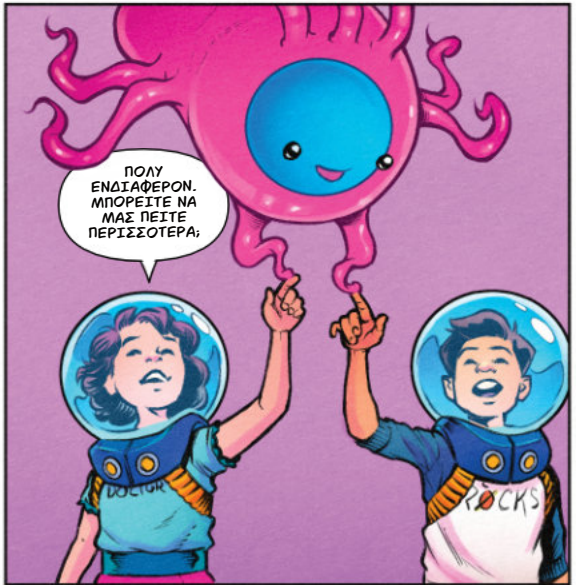
ΠΑΡΟΛΟ ΠΟΥ
ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ ΔΕΝ
ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΣΤΕ ΑΓΧΟΣ, ΤΟ
ΣΩΜΑ ΜΑΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ
ΕΒΑΚΟΛΟΥΘΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ
ΥΠΕΡΕΥΑΙΣΘΗΤΟ.

ΟΤΑΝ
ΑΥΤΟ ΣΥΜΒΑΙΝΕΙ,
ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ
ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΚΑΝΟΥΜΕ
ΓΙΑ ΝΑ ΑΝΑΚΟΥΦΙΣΟΥΝ
ΤΟ ΣΤΡΕΣ.

ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΕΠΙΣΗΣ
ΕΙΔΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ
ΠΟΥ ΒΟΗΘΟΥΝ ΣΤΗ
ΧΑΛΑΡΩΣΗ ΤΟΥ
ΣΩΜΑΤΟΣ.



ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΗΣ
ΤΗΣ ΓΝΩΣΤΙΚΗΣ
ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΚΗΣ
ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ
ΒΙΟΑΝΑΔΡΑΣΗΣ.



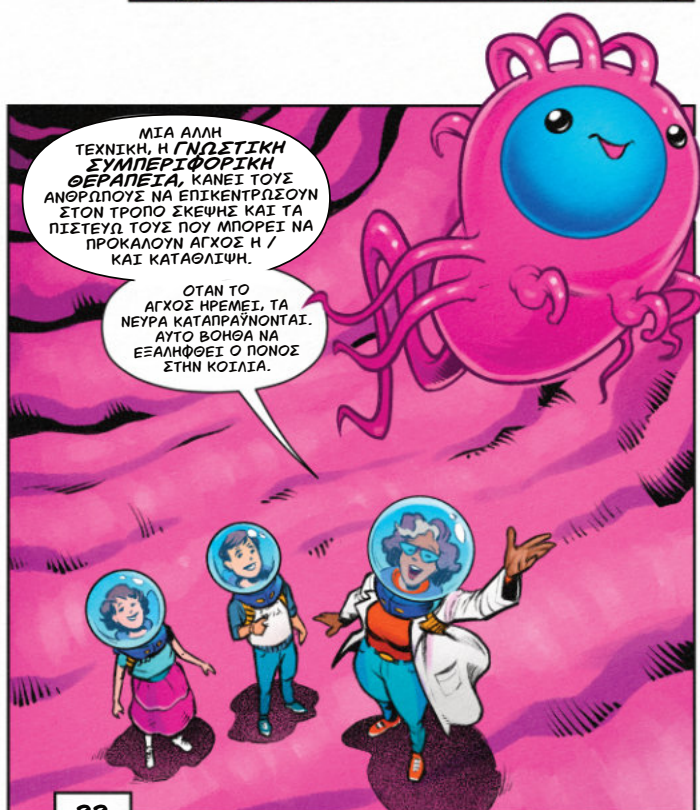
ΠΟΛΥ
ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝ.
ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ
ΜΑΣ ΠΕΙΤΕ
ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ;



ΦΥΣΙΚΑ!

Η ΒΙΟΑΝΑΔΡΑΣΗ
ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ ΤΕΧΝΙΚΗ ΟΠΟΥ
ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΜΑΘΑΙΝΟΥΝ
ΠΩΣ ΝΑ ΧΑΛΑΡΩΝΟΥΝ
ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΩΝΤΑΣ
ΕΙΔΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ
ΧΑΛΑΡΩΣΗΣ.

Η ΕΠΙΤΥΧΙΑ
ΣΤΗΝ ΧΑΛΑΡΩΣΗ
ΑΞΙΟΛΟΓΕΙΤΑΙ ΜΕ ΤΗ
ΜΕΤΡΙΣΗ ΔΕΙΚΤΩΝ
ΥΠΕΡΕΥΑΙΣΘΗΣΙΑΣ.
ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΟΥ,
ΓΙΑ ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ,
ΤΟΥ ΡΥΘΜΟΥ ΤΗΣ
ΚΑΡΔΙΑΣ.



ΜΙΑ ΑΛΛΗ
ΤΕΧΝΙΚΗ, Η ΓΝΩΣΤΙΚΗ
ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΚΗ
ΘΕΡΑΠΕΙΑ, ΚΑΝΕΙ ΤΟΥΣ
ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ ΝΑ ΕΠΙΚΕΝΤΡΩΣΟΥΝ
ΣΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΣΚΕΨΗΣ ΚΑΙ ΤΑ
ΠΙΣΤΕΥΩΝ ΤΟΥΣ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ
ΠΡΟΚΑΛΟΥΝ ΑΓΧΟΣ Η /
ΚΑΙ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ.

ΟΤΑΝ ΤΟ
ΑΓΧΟΣ ΗΡΕΜΕΙ, ΤΑ
ΝΕΥΡΑ ΚΑΤΑΠΡΑΨΝΟΝΤΑΙ.
ΑΥΤΟ ΒΟΗΘΑ ΝΑ
ΕΞΑΛΛΗΦΘΕΙ Ο ΠΟΝΟΣ
ΣΤΗΝ ΚΟΙΤΙΣΙΑ.



ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΑΛΛΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΓΙΑ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΟΥΜΕ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΝΑ ΝΟΙΩΣΕΙ ΚΑΛΥΤΕΡΑ;

ΝΑΙ! ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΚΑΙ ΦΑΡΜΑΚΑ ΠΟΥ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΟΥΝ ΓΙΑ ΝΑ ΧΑΛΑΡΙΩΣΟΥΝ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ.

ΣΥΧΝΑ ΑΥΤΑ ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ ΔΡΟΥΝ ΑΜΕΣΑ ΣΤΑ ΝΕΥΡΑ.



ΒΛΕΠΕΤΕ ΕΚΕΙ ΑΥΤΟ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΠΟΥ ΚΑΝΕΙ ΣΠΑΣΜΟΥΣ;



ΤΩΡΑ ΔΕΙΤΕ ΤΙ ΣΥΜΒΑΙΝΕΙ ΟΤΑΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΩ ΦΑΡΜΑΚΑ ΠΟΥ ΧΑΛΑΡΙΩΝΟΥΝ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ.



ΕΙΔΑΤΕ ΠΩΣ ΤΟ ΦΑΡΜΑΚΟ ΣΤΑΜΑΤΗΣΕ ΤΟΥΣ ΣΠΑΣΜΟΥΣ;

ΟΠΟΤΕ, ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΩ ΓΙΑ ΝΑ ΦΥΓΕΙ Ο ΔΙΚΟΣ ΜΟΥ ΠΟΝΟΣ;

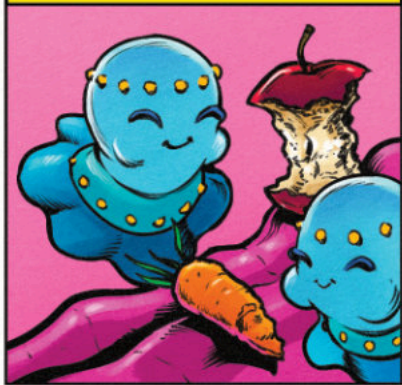


ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΠΟΛΛΕΣ ΠΙΘΑΝΕΣ ΛΥΣΕΙΣ.

ΑΛΛΑ ΤΟ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΠΟΥ ΕΚΕΙΣ ΝΑ ΚΑΝΕΙΣ ΕΙΝΑΙ ΝΑ ΚΑΘΙΣΕΙΣ ΚΑΤΩ ΜΕ ΤΟ ΓΙΑΤΡΟ ΣΟΥ ΚΑΙ ΜΑΖΙ ΝΑ ΒΡΕΙΤΕ ΤΗΝ ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΓΙΑ ΕΞΕΝΑ ΛΥΣΗ.

ΔΙΑΛΕΞΕ ΤΟ ΔΙΚΟ ΣΟΥ ΜΟΝΟΠΑΤΙ

ΕΑΝ ΘΕΛΕΙΣ ΝΑ ΜΑΘΕΙΣ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΤΟ ΠΩΣ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΟ ΜΙΚΡΟΒΙΩΜΑ ΚΑΙ ΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ, ΠΗΓΑΙΝΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ ... 12

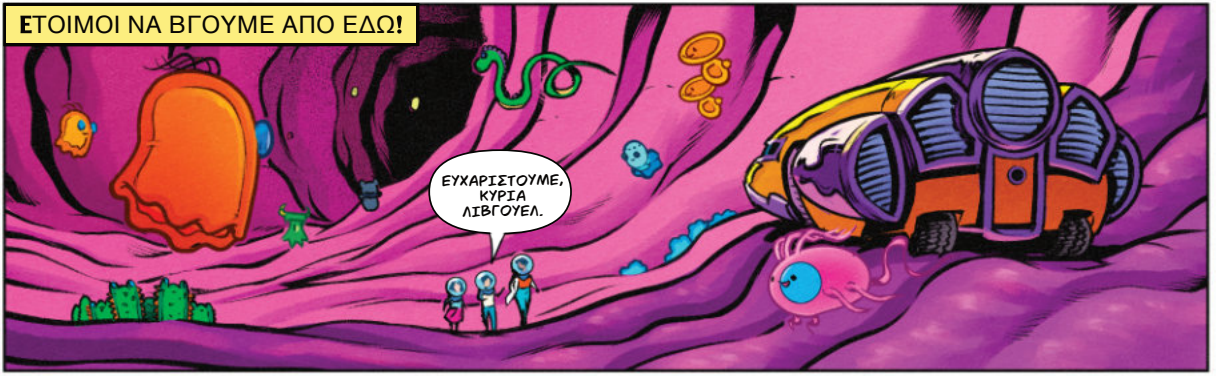


ΑΝ ΘΕΛΕΙΣ ΝΑ ΜΑΘΕΙΣ, ΠΩΣ ΝΑ ΤΟ ΘΕΣΩ ΠΙΟ ΚΟΣΜΙΑ, ΓΙΑ ΤΑ ΚΑΚΑ ΣΟΥ & ΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ ΠΗΓΑΙΝΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ... 16



ΑΝ ΘΕΛΕΙΣ ΝΑ ΦΥΓΕΙΣ ΑΠΟ ΕΔΩ... ΠΗΓΑΙΝΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 24





ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ, ΚΥΡΙΑ ΛΙΒΓΟΥΕΛ.



ΤΑ ΚΑΤΑΛΑΒΑΜΕ ΟΛΑ ΓΙΑ ΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ!



ΤΩΡΑ ΞΕΡΩ ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΩ!!

ΓΙΑ ΠΕΣ!



ΘΑ ΔΟΥΛΕΨΩ ΜΕ ΤΟ ΓΙΑΤΡΟ ΜΟΥ ΓΙΑ ΝΑ ΜΠΟΡΕΣΩ ΝΑ ΕΛΕΓΩ ΤΟΝ ΠΟΝΟ! ΚΑΙ ΜΕΤΑ ΘΑ ΤΟ ΔΙΑΤΗΡΗΣΩ ΕΤΣΙ!

ΓΙΟΥΠΙ!

ΓΙΑ ΝΑ ΜΑΓΕΙΣ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΓΙΑ ΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΚΟΙΛΙΑΚΟ ΑΛΓΟΣ, ΚΑΝΕ ΜΙΑ ΩΡΑΙΑ ΜΑΚΡΑ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕ ΤΗΝ Ή ΤΟΝ ΠΑΙΔΟΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΟΛΟΓΟ ... ΤΗΝ ΔΙΚΗ ΣΟΥ ΚΥΡΙΑ ΛΙΒΓΟΥΕΛ!

ΕΙΔΙΚΕΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ ΤΟΥ
ΤΖΕΙΣΟΝ ΣΤΟΥΣ ΒΟΗΘΟΥΣ
ΤΟΥ ΣΤΗΝ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΤΩΝ
ΧΡΩΜΑΤΩΝ:

ΤΖΕΝΝΑ ΕΛΛΙΣ & ΚΡΙΣ ΤΕΪΛΟΡ





NIMBAL
COMICS