

## HUGO HATLING ( 73 )

- " Den Svenske Helsebenken hjalp meg tilbake til et normalt liv. Uten benken hadde nok livet mitt sett helt annerledes ut i dag, "forteller Hugo Hatling, som nå er pensjonist.

Det var i 1987 at Hatling så en annonse for helsebenken og han ble da fortalt at han kunne få benken demonstrert på en helsemesse som gikk av stabelen på Sjølyst.

Hatling dro på messen og prøvde benken først en dag.

Han ble umiddelbart bedre, men fikk tilbake smertene da han kom hjem.

Så dro han tilbake til messen neste dag og ble bedre en lengre tid, og etter tredje dagen opplevet han en slik bedring at han kjøpte seg sin egen benk.

" Jeg hadde da vært ut og inn av flere sykehus og smertene var så store at jeg mer lå på gulvet enn jeg kunne sitte i kontorstolen da jeg var på jobben.

Ekspertisen sa jeg hadde nedslitte ryggskiver samt en ryggvirvel for mye, men at det ikke ville hjelpe med operasjon. De hadde heller ingen annen behandling å tilby meg.

Jeg så derfor ikke spesielt lyst på fremtiden med hensyn til helsen, men det var før jeg fikk prøve helsebenken.

I tre år brukte jeg benken daglig og jeg ble stadig bedre.

Etterhvert kunne jeg kombinere den med litt mosjon, og nå lever jeg et tilnærmet helt normalt liv takket være denne fantastiske helsebenken.

Nå mosjonerer jeg og er i fin form, sier en fornøyd Hatling som anbefaler alle med problemer i ryggen til å prøve benken.

Jeg vet selv hvor håpløst det er å leve med store ryggsmarter uten å få hjelp.

Det unner jeg ingen, avslutter den friske pensjonisten.