**Mageguiden.no –**

**for deg som lurer på hva som skjer i magen**



*Bildet: Illustrasjon fra Mageguiden.no*

**(Asker, 6.10.2014) Mange har noe de lurer på ved magen sin, ting som kan være vanskelig å snakke om med andre. Derfor lanseres nå Mageguiden.no, en informasjonsside for deg som ønsker kunnskap om hva som skjer i magen.**

Klinisk ernæringsfysiolog Kristine Møller er ekspert på norske mager, og en av fagpersonene bak Mageguiden.no.

– En informasjonsside om magen er en viktig nyhet for mange nordmenn. Mageproblemer angår mange av oss, men slike problemer kan være sårt og vanskelig for mange å snakke om, også med legen. Da er det fint med en nettside der man sannsynligvis finner svar på det man lurer på. Alt er skrevet på en enkel måte, slik at man skjønner det som står, sier Kristine.

**Hvordan ha det fint når man er på do**

Hun håper Mageguiden.no vil bli et naturlig sted for mange å søke svar når man har spørsmål om magen:

– Mageguiden.no gir svar på det man ikke alltid tør spørre andre om. Hvis man lurer på noe om magen eller fordøyelsen skal man kunne gå rett til Mageguiden.no, og vite at man får pålitelig informasjon, sier Kristine, før hun fortsetter:

– Siden gir ny kunnskap på en enkel og interessant måte, og belyser sider ved magehelse som man kanskje ikke har tenkt på før; som for eksempel hvordan ha det fint når man er på do. Vi har også et fokus på at mage og hode er knyttet sammen. I min jobb som klinisk ernæringsfysiolog ser jeg blant annet dette når det er snakk om oppblåsthet, smerter, forstoppelse, diare og mulige matintoleranser.

Kristine setter pris på å være en del av fagteamet bak Mageguiden.no

– Jeg setter stor pris på å være med på oppstarten av en informasjonsside som dette. Jeg synes det er flott at tema som mange kan synes er vanskelige, som fordøyelsen, på Mageguiden.no blir tatt opp på en muntlig og enkel måte. Det bidrar til at flere skjønner dette ikke er flaut å snakke om. Ernæring er så viktig, men kan også bli litt komplisert, og da er det klokt å gjøre det litt mer morsomt ved å ha gode artikler som alle skjønner, der humor er et virkemiddel. Det er viktig å huske at det kan være mye humor knyttet til fordøyelsen, avslutter Kristine smilende.

**For mer informasjon, vennligst kontakt:**

* Kristine Møller, klinisk ernæringsfysiolog, ekspert og talsperson Mageguiden.no, 970 91 890, [kristinemoeller@hotmail.com](mailto:kristinemoeller@hotmail.com)
* Eirik Sverrisson, prosjektansvarlig Mageguiden.no, Meda AS, 95784101, [eirik.sverrisson@medaotc.com](mailto:eirik.sverrisson@medaotc.com),

***Om Mageguiden.no***

*Mageguiden.no er en side som er utviklet av Meda AS. Denne siden er ment å skulle være en inngang til bedre å forstå dine mageplager og bistå deg i å få noen gode ideer til hva du kan gjøre med plagene. Siden belyser vanlige alminnelige plager, svarene vi henter kommer fra en lege, en apoteker og en ernæringsekspert. Samt fra gode kilder på nett. Meda er et legemiddel-firma med produkter innen dette og andre områder. Vi ønsker å bistå våre kunder med gode produkter som kan hjelpe med Hverdagsplager og andre mer alvorlige og langvarige plager.*