



GREEN DOCTORS®

Green Doctors® AS
Siri Aabel
Daglig leder

Oslo 2017

Dette er en kort presentasjon av hvem jeg er og hva jeg kan hjelpe deg med. Videre noen praktiske opplysninger om hvordan jeg jobber. Dersom du ønsker å bestille time hos meg, er det fint om du fyller ut vedlagte spørreskjema.

Min utdanning, hva jeg har jobbet med og hva jeg gjør nå:

Jeg er utdannet lege fra Universitetet i Oslo 1984. Etter turnustjeneste på Hamar og i Larvik jobbet jeg et halvt år på Rikshospitalets øyeavdeling. Deretter har jeg drevet min egen allmenn- praksis og jobbet sammen med utøvere av alternativ medisin. Fra 1987-92 utdannet jeg meg til homeopat ved Norsk Akademi for Naturmedisin (NAN). Ved siden av å behandle barn med homeopati var jeg særlig opptatt av pasienter med følgende diagnoser: gjærsoppsyndromet (candida), fibromyalgi, amalgamsyke, lavt blodsukker og matvareintoleranse. Fra 1994-99 var jeg stipendiat ved Universitetet i Oslo, seksjon for allmennmedisin (Medisinske fakultet) og forsket på homeopatisk behandling av pasienter med bjerkepollenallergi. Fra 2001-2004 jobbet jeg sammen med Fedon Lindberg på en spesialklinikk i Oslo for forebyggende medisin, overvekt, diabetes og høyt blodtrykk. Jeg driver nå rådgivning fra kontoret i Eckersbergs gate 30 i Oslo. Jeg er medlem av den norske legeforening.

Hva kan jeg hjelpe deg med:

- Samtaler og utredning av plager ut i fra et helhetsperspektiv. Årsaksrettet behandlingsforslag.
- Kostholdsveiledning (lavt blodsukker, insulinresistens, matvareintoleranse, candida)
- Vektreduksjon (varig), årsaksrettet behandling av fedme og overvekt.
- Allergibehandling (alternativ til «skolemedisin»)
- Råd om hvordan du kan bli kvitt kronisk sykdom som angst, depresjon, allergi, astma, migrene, gikt, høyt blodtrykk, tarmsykdom, forstoppelse, hormonubalanser, diabetes 2, osv.
- Alternativ behandling av infertilitet
- Barn og overvekt
- Barn og sengevæting
- Barn og psykiske lidelser (scizofreni, autisme, ADHD)

Hvem samarbeider jeg med eller henviser til:

- Samarbeider med: homeopat, akupunktør, kinesiolog, fotsoneterapeut, healer, kiropraktor, ernæringsfysiolog, osteopat, fysioterapeut, tannlege, andre leger, psykolog, colonhydroterapeut (tarmskylling), gestaltterapeut, biopat.
- Henviser til: Røntgen, blodprøver, hårprøve, urinprøve på proteinintoleranse, spesialister på sykehus, poliklinikker og privatpraktiserende spesialister.

Praktiske opplysninger

Timebestilling, pris, betaling:

- Jeg jobber uten driftstilskudd eller refusjonsavtale og må derfor ta høyere honorar enn en «vanlig lege». 30 minutters konsultasjon koster kr 1200,-, hel time (60 min) kr 2400.- Du bestemmer selv hvor lang tid du vil ha, men jeg anbefaler de fleste å sette av en hel time første gangen. Inkludert i denne prisen er forarbeid med å lese gjennom de papirer du returnerer samt full utredning med blodprøver (ca. 40 ulike) og/eller røntgen, henvisninger osv.
- Du kan betale med kort.
- Timer som ikke er avbestilt innen kl. 13.00 arbeidsdagen før må betales fullt ut.
- Hvis du må endre tidspunkt for timen, ring/sms alle dager mellom 9-15 Tlf: 922 90 827

Tilgjengelighet:

- Du kan legge igjen beskjed/sms til meg. Jeg ringer deg opp igjen så fort jeg kan.

Tid, forsinkelser:

- Jeg gir alle den tiden de har bestilt (hel eller halv time), derfor er det viktig at vi avslutter når tiden er ute. Av og til blir det likevel forsinkelser og jeg gir da beskjed. Si fra til meg hvis du har bilen på parkometer eller har tidsnød på annen måte.

Forarbeid, ditt bidrag: (dette er helt frivillig!)

- For at du skal få mest mulig ut av konsultasjonen hos meg ber jeg deg om å fylle ut så godt du kan vedlagte ark med spørsmål.
- Dette leverer du på kontoret eller tar det med til den første konsultasjonen. Det er en fin anledning for deg å sette deg ned, ta en pust i bakken, sortere og finne ut hvor skoen trykker. Hva er det du trenger hjelp til? Det tar ca. 15-30 minutter å fylle ut skjemaet. Du må også gjerne sende med utskrifter av eventuelle sykehusopphold og journaler eller blodprøver fra tidligere. Jeg leser igjennom alt du vil jeg skal vite om. Ps. IKKE send originaler!

Fylles ut av pasienten:

Henvist fra:

Navn: Fødsel/personnr.: Alder:

Adresse:

Sivilstand: Arbeid pt.: Yrke:

Antall timer jobb pr. dag: Tlf.: priv/jobb/mob:

E-post:

Barn; antall: Alder: Har de kronisk sykdom?

Mor alder frisk/syk/død Hvis syk; hvilke(n) sykdom(mer)

Far alder frisk/syk/død Hvis syk, hvilke(n) sykdom(mer)

Morfar alder f/s/d

Mormor alder f/s/d

Farfar alder f/s/d

Farmor alder f/s/d

Søsken; antall: Kjønn: Alder: Har de kronisk sykdom?

Tenner: (sett ring): plast porselen gull bro stift rotfylling amalgam

Arr; hvor:

Skader:

Tidligere sykdommer (inkl. barnesykdommer), punktvis:

-
-
-
-
-
-
-

Nåværende plager: (alt du kommer på som ikke er som det skal være, eks. luft i magen, kalde føtter, fett hår, sprukne negler, hodepine, angst osv.) Bruk gjerne baksiden av arket.

Sett en ring rundt den evt. de plager du helst vil bli kvitt.

Hva er (har vært) den største psykiske belastningen i livet ditt?

.....

Spørreskjema:

Generelt om diverse risikofaktorer

Sett en ring rundt *ja, nei* eller *vet ikke*

1	Har du tatt ulike vaksiner utover det vanlige	Ja	Nei	Vet ikke
2	Har du noen gang fått blodoverføring?	Ja	Nei	Vet ikke
3	Har du vært utsatt for løsemidler?	Ja	Nei	Vet ikke
4	Har du røkt mye i mange år? (over 20 sig/dag)	Ja	Nei	
5	Er det cøliaki (glutenallergi) i din familie?	Ja	Nei	Vet ikke
6	Kjenner du til tilfelle av tuberkulose i familien?	Ja	Nei	Vet ikke
7	Er det tilfelle av struma, høyt eller lavt stoffskifte i din familie? (sykd. i skjoldbruskkjertelen)	Ja	Nei	Vet ikke
8	Har du noen gang blitt bitt av flått? (skaubjønn)	Ja	Nei	Vet ikke
9	Har du unaturlig mye hårvekst (kvinner) i ansikt, ben, armer eller rundt bryst og navle?	Ja	Nei	
10	Har du plager fra underlivet som kløe, smerte ved vannlating, smerte ved samleie eller diffuse smerter i nedre del av buken/korsrygg?	Ja	Nei	
11	Snorker du? eller er du plaget av søvnighet dagtid?	Ja	Nei	Vet ikke
12	Er det tilfelle av jernoppnopning i blodet (hemokromatose) i din familie?	Ja	Nei	Vet ikke
13	Ble du mishandlet som barn/ungdom fysisk eller psykisk?	Ja	Nei	Vet ikke
14	Har du vært utsatt for mobbing i oppvekst eller på arbeidsplassen?	Ja	Nei	
15	Finnes det tilfelle av psykisk sykdom i familien? (depresjon, scizofreni, psykopati)	Ja	Nei	Vet ikke
16	Misbruker du (eller har misbrukt) medikamenter, alkohol eller narkotika?	Ja	Nei	

Ditt navn:.....

Dato:.....