

---

## Mia spiste sig ud af antidepressiv og ritalin

Denne mail fra Mia har jeg fået lov at dele med jer:

”Hej Karen. Jeg har lige set et længere interview med dig - virkelig spændende. Det bekræftede mig i mange af de ting jeg selv har oplevet på min egen krop og psyke”.

Har selv diagnosen ADHD og har tidligere haft en depression. På et tidspunkt fik jeg både antidepressiv, ritalin og concerta.

Jeg er lige blevet færdig som kostvejleder, og under min uddannelse har jeg ændret en masse ting i kosten. Foruden et væggtab er jeg i dag helt fri for medicin og har aldrig haft det bedre.”

Med venlig hilsen Mia Thorsø.

Hvis du ikke har set det omtalte interview, så klik [Her](#):