

Wechseljahre

Die Wechseljahre - Zeit des Umbruchs, für manche eine Zeit vieler Beschwerden, für viele aber auch eine Chance zur Weiterentwicklung.

Auf welche Weise und wie stark die Zeit der Wechseljahre das körperliche und seelische Wohlbefinden und somit Ihre Lebensqualität beeinträchtigen, hängt von einer Vielzahl unterschiedlicher Faktoren ab.

Eine positive Grundeinstellung zum Leben und die Fähigkeit sich selbst zu mögen kann in den Wechseljahren helfen. Jede Frau kann einiges selbst für sich tun, um in der Zeit des Wechsels fit und gesund zu bleiben.

Hitzewallungen, Herzrasen, Schlafstörungen - jede zweite Frau leidet unter diesen unangenehmen Erscheinungen während der Menopause. Doch dagegen können Sie etwas tun.



Beschwerdefrei durch die Wechseljahre, das Leben mit voller Kraft genießen

Die ganzheitliche natürliche Medizin hält eine Reihe von Methoden bereit, diese Zeit des Wandels zu unterstützen, z.B. Pflanzentherapie, Mikronährstofftherapie, Ernährungstherapie, Akupunktur, Homöopathie, **bioidentische Hormone**.