

*Praxis für Naturheilkunde  
Frauenheilkunde - Kinderheilkunde*

**Ramona Wagener**

Heilpraktikerin

Vor der Hurth 9 – 57250 Netphen

Telefon: 0 27 32 – 55 90 54 7

Unglinghausen im Advent 2011

Liebe Besucher und Freunde der Praxis,

ein sehr erfolgreiches, spannendes und ereignisreiches Jahr neigt sich dem Ende zu. Ich möchte mich bei Ihnen für Ihr Vertrauen und auch teilweise für Ihre Geduld sowie Ihre Anregungen bedanken. Ohne Ihre Mithilfe und Gedankenanstöße wäre meine Arbeit nur halb so gut. Gleichzeitig möchte ich die Gelegenheit nutzen, Sie jetzt schon auf Veranstaltungen im Neuen Jahr hinzuweisen.

Zwei Dinge sind mir noch wichtig.

1. Ich biete in meiner Praxis den **Speichelhormontest** an. Mit Hilfe dieses einfach durchzuführenden Tests können die Sexualhormone ( Progesteron, Estradiol, Estriol und Testosteron ) sowie weitere Hormone bestimmt werden. Für Paare mit Kinderwunsch, für Frauen mit ausgeprägten PMS- oder Wechseljahrs-beschwerden, bei Migräne, Erschöpfung, Schlafstörungen, mangelnder Libido und Haut- und Haarproblemen kann es sinnvoll sein diesen Hormontest durchzuführen. Normalerweise testen Ärzte die meisten Hormonarten im Blutserum. Im Speichel ist die Hormonkonzentration zwar sehr viel geringer als im Blutserum, aber wir finden dort nur „aktive“ (sofort wirksame) Hormone. Im Blutserum sind die meisten Hormone an Eiweiße gebunden und dadurch eigentlich nicht wirksam. Die wirklich aktiven, also ungebundenen Hormone sind im Blutplasma, im Speichel und teilweise auch im Urin. Möchte man also wissen, wie viele Hormone wirklich im Körper wirksam sind, so sollte man einen Speicheltest durchführen.

Der Hormonspeicheltest läuft über ein seriöses Labor. Die Erstattung der Testkosten ist zur Zeit nur über die Privatkassen möglich.

Für alle, die mehr über unsere Hormone wissen möchten, biete ich im März 2012 einen Vortrag an.

2. **Der Weihrauch – nicht nur weil Weihnachten ist, sondern als Therapeutikum**

Wer denkt bei Weihrauch nicht an die Heiligen Drei Könige? Weihrauch gehörte - neben Myrrhe und Gold - zu den Gaben der Könige aus dem Morgenland. Damals kostete ein Kilogramm Weihrauch umgerechnet etwa 500 Euro. Weihrauch galt also schon in früheren Zeiten als kostbares Geschenk – und als Therapeutikum. Weihrauch ist das natürliche Harz (Olibanum) des Weihrauchstrauches. Man unterscheidet dabei den indischen Weihrauch *Boswellia serrata* vom arabischen *Boswellia sacra*.

Klinische Untersuchungen weisen darauf hin, dass die aus dem Harz des Weihrauchbaums gewonnenen *Boswellia*-Säuren eine stark entzündungshemmende Wirkung bei chronischen Entzündungen wie Rheuma und Polyarthritiden haben. Diese Hinweise auf eine Hemmung der Entzündungsmechanismen konnte - ebenfalls in klinischen Untersuchungen - bei Patienten mit chronisch entzündlichen Darmerkrankungen nachgewiesen werden. Auch bei Asthmatikern oder Allergikern wurde der Weihrauch als wirksam getestet. Die Firma Zilly GmbH (Baden-Baden) hat eine homöopathische Olibanum-Serie auf den Markt gebracht: als Urtinktur, Salbe (Urtinktur: Wollwachsalkoholsalbe 1:9), Tabletten und Globuli in der D1. Es hat sich gezeigt, dass mit diesen Präparaten - natürlich innerhalb eines Gesamtkonzepts - sehr wohl Linderungen der Beschwerden zu erzielen sind.

Sollten Sie fragen dazu haben, so sprechen Sie mich gerne an.

Nachdem die Qi Gong Kurse in diesem Herbst so erfolgreich angelaufen sind, beginnen Ende Januar drei weitere Hui Chun Gong Kurse sowie ein „Vertiefungskurs“ für alle, die schon mitgemacht haben. Nach den Osterferien findet ein Kurs für die Acht Brokat Übungen statt.

Die näheren Informationen finden Sie auf dem Flyer. Es ist auch möglich, einen Qi Gong Kurs innerhalb einer Firma zur Gesundheitsprävention für die Mitarbeiter durchzuführen. Bei Interesse sprechen Sie mich bitte an. Natürlich besteht auch die Möglichkeit einen Gutschein für einen Kurs zu verschenken. Ebenso biete ich Gutscheine zu Behandlungen an.

*Praxis für Naturheilkunde  
Frauenheilkunde - Kinderheilkunde*

**Die Veranstaltungen im 1. Quartal 2012:**

**Am 14. Januar sowie am 04. oder 18. Februar 2012** findet ein je ein **Reikikurs für den 1. Grad** statt. Uhrzeit von 10 Uhr bis ca. 18 Uhr. Ausgleich 180 Euro. Inklusive ausführlicher Seminarmappe und Verpflegung. Nähere Informationen finden Sie auf meiner Homepage oder Sie rufen mich an.

**Am 11. Februar 2012** möchte ich allen Interessierten eine „**Einführung in das Familienstellen**“ geben. In einer kleinen Gruppe werden Sie Theorie und Praxis der Aufstellungsarbeit kennenlernen. Beginn: 14 Uhr, Ende: ca. 18 Uhr. Ausgleich 35 EU. Da die Teilnehmerzahl auf 6 Personen begrenzt ist, ist eine telefonische Anmeldung unbedingt erforderlich.

**Am 03. März 2012** findet der Workshop „**Mit Achtsamkeit durch den Alltag – Leben in Balance**“ statt. Meine Kollegin Ilka Prinz ([www.prinzcoaching.de](http://www.prinzcoaching.de)) und ich möchten Ihnen Übungen und Hilfestellungen zeigen, mit denen Sie Ihren Alltag beruflich und privat stressfreier und achtsamer gestalten können. Diese Veranstaltung findet von 10 – 17 Uhr in der Bürgerbegegnungsstätte in Unglinghausen statt. Der Ausgleich beträgt 85 EU. Bei Interesse können Sie sich gerne jetzt schon bei mir melden, die entsprechenden Flyer werden erst im Januar verschickt.

**Am 07. März 2012** möchte ich Ihnen erneut eine „**Einführung in das Denkmodell der Chinesischen 5-Elementelehre**“ geben. Es geht um die Bedeutung der 5 Elemente mit den Organentsprechungen, um Yin und Yang sowie Qi (Energie).  
19.30 – ca. 21.00 Uhr, Ausgleich 10 EU.

**Am 21. März 2012** findet der Vortrag „**Im Reigen der Hormone**“ statt. Hierbei geht es um das Zusammenspiel der wichtigsten Hormone im weiblichen Körper und wie wir dieses bei Veränderungen sinnvoll unterstützen können. Z. B. in den Wechseljahren, bei Regelbeschwerden, unerfülltem Kinderwunsch, PMS.  
19.30 – ca. 21.00 Uhr, Ausgleich 10 EU.

Aktuelle Hinweise auf Veranstaltungen und Vorträge z.B. in Kindergärten finden Sie auf meiner homepage unter „Aktuelles“. Schauen Sie einfach immer mal wieder vorbei.

Vielleicht ist Ihr Interesse für das eine oder andere Thema geweckt worden. Ich würde mich freuen!

Die Praxis ist geschlossen vom **22.12.2011 bis einschließlich 02.01.2012**.

***Was ich Dir zum Advent schenken möchte:***

Einen Orgelton wider den finsternen Morgen,  
meinen Atem gegen den Eiswind des Tages,  
Schneeflocken als Sternverheißung am Abend  
und ein Weglicht für den verloren geglaubten Engel,  
der uns inmitten der Nacht die Wiedergeburt  
der Liebe verkündet.

Christine Busta

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen und Ihren Familien ein schönes und erholsames Weihnachtsfest sowie ein gutes und gesundes Neues Jahr.

Ihre

*Ramona Wagener*