

## Individualisierte Menopausenberatung / Empowerment Menopause

(Individuelle Gesundheitsleistung/ IGeL)

Die Wechseljahre sind eine natürliche Lebensphase – und doch für viele Frauen mit Unsicherheiten und Beschwerden verbunden.

Mit einfühlsamer und individueller Beratung möchten wir Sie in dieser Zeit begleiten und dazu beitragen, dass Sie sich auch in diesem neuen Lebensabschnitt wohlfühlen.

Die Wechseljahre (Klimakterium) sind die Zeit, in der die Regelblutung unregelmäßig wird und schließlich ganz aufhört.

Die Eierstöcke bilden nach und nach weniger Hormone – vor allem Östrogen und Progesteron – und der Körper stellt sich Schritt für Schritt darauf ein.

Viele Frauen bemerken in dieser Zeit Veränderungen, zum Beispiel:

- Hitzewallungen und Nachtschweiß
- Schlafstörungen, innere Unruhe oder Stimmungsschwankungen, Brain-Fog, Konzentrationsstörungen, Erschöpfung
- Trockenheit der Vagina, Schmerzen beim Geschlechtsverkehr
- Veränderungen von Haut, Haaren, Gewicht oder Libido

Unsere individualisierte Beratung umfasst:

- ein ausführliches Gespräch zu ihren Beschwerden, Fragen und Erwartungen
- eine Besprechung welche Untersuchungen sinnvoll sind (z.B. gynäkologische Untersuchung, evtl. Ultraschall, Hormonbestimmung)
- die Erörterung der Behandlungsmöglichkeiten: Lebensstil (Bewegung, Ernährung, Stress), pflanzliche Mittel, lokale Behandlungen (z.B. Hormoncremes), Hormonersatztherapie, z.B mit bioidentische Hormonen
- einen Behandlungsplan, der zu ihrer Lebenssituation passt und für Sie persönlich sinnvoll und sicher ist (z.B. bei Vorerkrankungen oder Risikofaktoren)

Diese Beratungsleistung wird von den gesetzlichen Krankenkassen in dieser Form nicht übernommen und wird nach der Gebührenordnung für Ärztinnen und Ärzte (GOÄ) privat abgerechnet.

Kosten: GOÄ 30A x 2,28 € 120,00

Die Inanspruchnahme dieser Beratung ist freiwillig.

Ihre reguläre gynäkologische Versorgung wird davon unabhängig, wie gewohnt durchgeführt .

Wenn Sie Fragen zur Menopausenberatung haben, sprechen Sie uns bitte an – wir unterstützen Sie gerne bei Ihrer Entscheidung.