

# TANZ MIT DEN HORMONEN

**Dr. Katharina Maria Burkhardt  
Dr. med. Margit Friesenbichler**

Tanz mit den Hormonen  
Natürliche Alternativen für ihre innere Balance

Format 22 x 16,5 cm  
168 Seiten,  
ISBN 978-3-99052-224-0

**EUR 24,90**

erschienen im Juni 2021 im Verlagshaus der Ärzte



Wie wirken Hormone?

Sie steuern so ziemlich alles in unserem Organismus und beeinflussen unser körperliches und psychisches Wohlbefinden.

Doch wie werden Sie wieder gesund und wie bleiben Sie vital?

Dieser Ratgeber erklärt, was Sie bei Hormonmangel, zu hohen Werten und bestimmten Krankheitsbildern konkret tun können.

*„Dieses Buch ist auch für einen Altersforscher wie mich eine wahre Fundgrube.“*

*Dr. Slaven Stekovic, Molekularbiologe, Universität Graz – Autor von „Der Jungzelleneffekt“*

Die Autorinnen teilen ihr fundiertes Wissen über hormonelle Einflüsse und nachhaltige Lösungen bei alltäglichen Krankheitsbildern wie z. B. Haarausfall und Hautproblemen, Schilddrüsenstörungen, Depressionen, Schlafstörungen, Migräne, Herpes, Wechselbeschwerden, aber auch Störungen durch hormonelle Empfängnisverhütung oder Stress.

*Plus:* eine leserfreundliche Einführung in die Welt der Hormone, Hilfestellung für Frauen und Männer mit alltäglichen Beschwerden, Erfahrungsberichte von PatientInnen, praktische Checklisten zum Nachschlagen, auch für TherapeutInnen

Zu Wort kommen auch fünf PatientInnen, die von Ihren Beschwerden und dem Behandlungserfolg berichten. Erfahren Sie im Buch, wie sich Ihr Lebensstil und die Umwelt auf Ihren Hormonhaushalt auswirken, welche Rolle Kosmetika, die Ernährung und Mikronährstoffe dabei spielen, welche Wechselwirkungen auftreten und wie Sie einem hormonellen Ungleichgewicht gegensteuern können. Erklärt wird darüber hinaus, was bioide Hormone sind, welche Vorteile sie im Vergleich zu synthetischen Hormontherapien haben und Tipps, was Sie bei der Anwendung beachten sollten. Mit Beispielen aus der Praxis, vielen alternativen Behandlungsansätzen zur Unterstützung und umfangreichem Serviceteil.

*Aus dem Inhalt:*

**Wir wirken Steroidhormone**

(z. B. Cortisol, Androgene / Testosteron, Estrogene = Östrogen, Estradiol = Östradiol, Estriol = Östriol, Progesteron, Calcitriol [Vitamin D3])

**Was machen Protein- und Peptidhormone** (z. B. ACTH, TSH, LH, FSH, Prolactin, Insulin)

**Wozu dienen Amin- und Aminosäurederivate** (z. B. Melatonin oder Schilddrüsenhormone (Thyroxin T4, Trijodthyronin T3))

Bei Beschwerden und Krankheiten, die sehr häufig vorkommen, wird in übersichtlichen Tabellen u. a. auf die folgenden Fragen eingegangen:

Was sind mögliche (hormonelle) Ursachen für ein bestimmtes Symptom bzw. eine Erkrankung?

Welche Werte und Tests sind aufschlussreich?

Welche Maßnahmen können Sie bei der Genesung unterstützen?

*Häufige Beschwerdebilder:*

ADHS  
Allergien und Intoleranzen  
Alzheimer  
Andropause  
Blasenentzündung  
Depressionen/Burnout  
Diabetes mellitus Typ 2  
Endometriose  
Epstein-Barr-Virus-Infektion (EBV)  
Haarausfall  
Hautprobleme  
Hashimoto-Thyreoiditis  
Herpes simplex  
Idiopathische Infertilität (Unfruchtbarkeit)  
Immunschwäche  
Krebs  
Magen-Darm-Probleme  
Störungen der Menstruationsblutung  
Migräne  
Osteoporose  
Prämenstruelles Syndrom (PMS)  
Schlafstörungen  
Tinnitus  
Rheuma  
Wechselbeschwerden

**Die Autorinnen:**

**PhDr. Katharina Maria Burkhardt** ist seit über 20 Jahren als Lehrende, Life- und Health Coach sowie als Autorin tätig. Sie absolvierte umfassende Ausbildungen in verschiedenen Heilungs-, Therapie- und Beratungsschulen und ist Gründerin der „Praxis zum Ursprung“ in Graz.

**Dr. med. Margit Friesenbichler** ist Allgemeinmedizinerin in Graz mit komplementärmedizinischem Schwerpunkt. Die bioidente Hormontherapie fließt in die Arbeit mit ihren PatientInnen ebenso mit ein wie die Traditionelle Chinesische Medizin und die Orthomolekularmedizin.

**PRESSE UND ÖFFENTLICHKEITSARBEIT**

Andrea Karall

E-Mail: [a.karall@aerzteverlagshaus.at](mailto:a.karall@aerzteverlagshaus.at)

Tel: +43 (0)1 512 44 86-22 Fax: +43 (0)1 512 44 86-24



Infotext und Cover zum Download finden Sie unter: [www.aerzteverlagshaus.at](http://www.aerzteverlagshaus.at)

