

Gesundheit für Körper und Seele



THERAPIEN

Natascha Engers | Heilpraktikerin

Biologische Medizin
Colon-Hydro-Therapie
Systemische Familienaufstellung

Dorothee Knief | Heilpraktikerin
M. Sc. Osteopathie

Osteopathie
Klassische Homöopathie

Vitamin D und Krebs

Vitamin D wird auch als „König der Vitamine“ bezeichnet, denn es hat viel mehr Funktionen als die meisten anderen Vitamine. So reguliert es den Kalzium- und Phosphathaushalt des Körpers und hat Einfluss auf das Herz-Kreislauf- und Immunsystem sowie den Stoffwechsel. Der Mangel an Vitamin D ist – von allen hormonellen Störungen – derjenige mit der größten Verbreitung.

Immer häufiger wird es auch mit der Krebsentstehung und -prävention in Zusammenhang gebracht. Die Statistiken zu den Schutz- und heilenden Effekten einer Vitamin D-Gabe zeigen positive Effekte bei Prostata-, Blasen- und Dickdarmkrebs sowie Brustkrebs bei postmenopausalen Frauen.

„Es ist es wichtig, bei einem Arzt oder Heilpraktiker eine Blutuntersuchung durchzuführen, um Vitamin D3 zu kontrollieren“, sagt Heilpraktikerin Natascha Engers

Bei oraler Einnahme sollten man darauf achten, dass man zusätzlich das Vitamin K2 einnimmt. Es hilft dem Körper, das Vitamin D3 besser aufzunehmen.

Osteopathie und Rückenschmerzen

Rückenbeschwerden sind in der heutigen Zeit ein häufiges Leiden, das sich vom Nacken bis zum Kreuzbein erstrecken kann. Die Beschwerden bleiben oft nicht nur lokal auf den Rücken begrenzt, sondern können über z. B. Muskelverspannungen und Nervenirritationen auch Einfluss auf innere Organe, Extremitäten oder auch den Kopf haben und dort weitere Symptome hervorrufen.

Umgekehrt können auch Störungen der inneren Organe oder Veränderungen der Haltungen z. B. durch Verletzungen eines Sprunggelenkes zu Rückenbeschwerden führen. Die Auslöser sind in einem so fein abgestimmten System wie unserem Körper häufig sehr vielfältig – selten ist „nur“ die Bandscheibe, oder eine „falsche Bewegung“ der Verursacher für den Schmerz, veranschaulicht Dorothee Knief, Osteopathie M.Sc.

Osteopathen berücksichtigen gleichermaßen die anatomische und physiologische Einheit des Körpers, das Wissen um die Selbstheilungskräfte und sehen den Menschen als individuelle Ganzheit, eingebettet in ein soziales Umfeld.

Die eigentliche osteopathische Behandlung ist rein manuell. Da Ernährung, psychische und soziale Situation sowie andere Lebensfaktoren im Rahmen der ganzheitlichen Sicht eine wichtige Rolle spielen, werden sie in Therapie und Behandlung berücksichtigt und mit einbezogen.



Natascha Engers und Dorothee Knief (v. links)

Gemeinschaftspraxis für Naturheilkunde

Natascha Engers | Dorothee Knief
Heilpraktikerin | Heilpraktikerin
M. Sc. Osteopathie

Emminghausen 26
42929 Wermelskirchen

Tel.: 021 93-46 60
nataschae@onlinehome.de

Sprechzeiten: Montag-Freitag
Termine nach Vereinbarung