



Gesund – Fit – Schön

Ein Interview mit Heilpraktikerin Claudia C. Döhring:



CLAUDIA C. DÖHRING
HEILPRAKTIKERIN
TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN
AKUPUNKTUR · ARZNEIMITTEL THERAPIE
PSYCHOLOGISCHE BERATUNG

Gautinger Straße 36 · 82234 Weßling
08153/889 71 46

**NEU IN WESSLING
TAG DER OFFENEN TÜR
AM 10.11.2012**

Anlässlich Ihres Tages der Offenen Tür am 10.11.2012 beantwortet Heilpraktikerin Claudia C. Döhring einige Fragen:

F: Frau Döhring, sie praktizieren seit 2005 Traditionelle Chinesische Medizin, was sind Ihre Behandlungsmethoden?

A: In einem ausführlichen Gespräch finde ich zunächst heraus, was die Ursache für die Beschwerden sind und wie die konstitutionelle Situation des Patienten ist. Die Behandlung erfolgt dann mittels Akupunktur, manueller Behandlungen, sowie der Verschreibung individueller Kräuterrezepturen, die der Patient zu Hause in Form von Tee trinkt.

F: Was bewirken die Kräutertees?

A: Mit Hilfe der Kräutertees können besonders gut chro-

nische Erkrankungen behandelt werden. Bei Erschöpfung kommen zum Beispiel aufbauende Rezepturen zum Einsatz. Es gibt Rezepturen, die gezielt die Energie (Qi) aufbauen, das Blut aufbauen, die Knochen stärken, Blockaden auflösen, oder pathogene Faktoren ausleiten. Es muss immer individuell entschieden werden, was im Vordergrund steht.

F: Sie bieten auch Psychologische Beratung an?

A: Die Ursachen für Beschwerden sind meist komplex und können rein physischer Natur aber auch emotional bedingt sein. Wut und Ärger, die immer unterdrückt werden, können z.B. Magenprobleme verursachen. Die Gespräche helfen dem Patienten, solche Zusammenhänge zu erkennen. Atem-, Stimm- und Körperarbeit helfen, das eigene Potenzial immer mehr und auf eine gesündere Weise zu leben.

F: Vielen Dank für das Gespräch.

A: Gerne. Weitere Fragen beantworte ich gern persönlich am Tag der offenen Tür.



die Kultserie im Bayerischen Fernsehen.

gesund & schön Funktionelles Figurtraining

mit Gabi Fastner

Intelligent trainieren statt auspowern!



Geben Sie Ihrem Körper den Powerkick, den er braucht um gesund, leistungsfähig und attraktiv zu bleiben. 15 Minuten täglich reichen vollkommen aus!

Bestell-Nr. 1157
DVD Länge 116 Min.

PSF Film + Video GmbH · Grubenweg 6 · 82327 Tutzing
T 08158-99 54 99 · Online-Shop: www.telegym.de

Fit und mit viel Schwung durch die kalte Jahreszeit! Der aktuelle TELE-GYM Katalog ist da

Wenn jetzt draußen der Wind peitscht und die Hände klamm werden, sinkt die Motivation am täglichen Joggingtrab durch Wald und Fauna. Dennoch ist das tägliche Fitnessstraining – gerade jetzt zur Erkältungszeit – ein Powerkick für Körper, Geist und Seele. 15 Minuten am Tag reichen aus, um das Immunsystem zu stärken, den Körper zu straffen und den Gemütszustand auf ein hohes „Wohlfühl-Niveau“ zu bringen. Im aktuellen 46 Seiten starken Katalog präsentiert TELE-GYM – der Experte für Fitness- und Gesundheits-DVDs (www.telegym.de) – ein breites Spektrum an DVDs für das tägliche „Ich fühle mich richtig gut-Gefühl“ an. Vom einzigartigen Anti-Aging-Programm „Gesund und schön durch funktionelles Figurtraining“ mit Gabi Fastner über „Stretching“ mit Yasmin Ott bis hin zum „Full Body Workout“ ist für jeden etwas dabei. In der Neuproduktion „Gesund und schön durch funktionelles Figurtraining“ hat Gabi Fastner mit TELE-GYM Übungen entwickelt, die ganze Muskelketten stärken und dabei

Bewegungsabläufe aus Sport und Alltag ideenreich und kraftvoll zusammenbringen. „Jugendliches Aussehen und ein straffer Körper haben wenig mit den Pfunden zu tun, die man auf den Rippen hat“, ist Gabi Fastner überzeugt. „Hauptsache, die Proportionen stimmen!“ Mit den aktuellen Fitness- und Gesundheits-DVDs von TELE-GYM ist es für jeden möglich, seinen Körper gezielt und gesund zu formen.

PSF Film + Video GmbH
Grubenweg 6
82327 Tutzing
Tel. 08158 - 99 54 22,
Fax 08158 - 99 54 88



DIE PEELING-SAISON BEGINNT · Schöne Haut mit Fruchtsäuren

Der Sommerurlaub ist vorbei, die Sonne scheint nicht mehr so kräftig und es ist höchste Zeit wieder etwas für unsere strapazierte Haut zu tun. Dabei steht Ihnen die Heilpraktikerin Christine Korff, von der Naturheilpraxis für Haut und Gesundheit in Söcking, mit Rat und Tat zur Seite.



In der modernen ästhetischen Medizin werden Peelings auf der Basis von Fruchtsäuren eingesetzt. Sie sind ein natürliches Produkt, wie z.B. Zitronen-, Apfel- und Weinsäure. Die Wirkung hängt von der Konzentration der Fruchtsäure und dem pH-Wert der Produkte ab. Eine Kur umfasst je nach Hauttyp 6 - 12 Sitzungen im Abstand von 1 - 4 Wochen.

Fruchtsäurepeelings bewirken die Entfernung der abgestorbenen Hautschüppchen, eine Reduzierung der Dicke der Hornschicht und eine Anregung der Hauterneuerung. Sie sorgen für ein gleichmäßigeres, gepflegtes Hautbild, für die Steigerung der Collagenbildung und die Stabilisierung des Säureschutzmantels der Haut. Interessant ist ein Säurepeeling bei Fältchen, grobporiger und müde wirkender Haut, bei Anzeichen vorzeitiger Hautalterung, unreiner und narbiger Haut und bei Verhornungsstörungen.

Peelings können auf jeden Hauttyp individuell eingestellt werden. Wichtig für ein optimales Resultat ist die Vorbereitung zu Hause, sie dauert 2 - 4 Wochen. Neben Unterspritzungen mit Hyaluronsäure für tiefe Falten, Meso-Therapie und Mikroinjektions-Therapie zur

Glättung oberflächlicher, feiner Fältchen bietet Frau Korff auch die Carboxy-Therapie zur erfolgreichen Straffung im Augen- und Kinnbereich an.

In meiner Naturheilpraxis behandle ich akute und chronische Erkrankungen (z.B. Schmerzsymptomatik, Infektionen, Allergien, Ängste, Depressionen, Burn Out etc.) neben dem Schwerpunkt der Psychosomatik. Der Mensch wird aus ganzheitlicher Seele als Ganzes (Körper-Seele-Geist) betrachtet, um die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. In einer Zeit großer Veränderungen ist es für

uns wichtig, einfache Methoden zu kennen, um uns selber besser kennen zu lernen. „Erkenne Dich selbst“ ist eines der wichtigsten Ziele in diesen Zeiten. Die Seelenhausmethode ist, neben anderen Verfahren, eine einfache, effiziente Methode um dies zu erreichen.

Ein Haus, ob geträumt oder vorgestellt, ist eines der häufigsten Symbole, die es für unser Selbst gibt. Das Symbol oder Seelenhaus zu verändern heißt, dass wir diese Veränderung auf eine sehr einfache Weise herbeiführen können.

Der einfachste Weg, um mit unserer Seele zu kommunizieren, funktioniert am besten über Bilder, denn die Bildsprache ist unsere Ursprache. Die Analogie zu einem Haus ist seit alters her bekannt, da sich seelische Prozesse darin zeigen und jeder ein Haus und seine wesentlichen Inhalte kennt. Die Methode ist somit selbsterklärend und leicht verständlich ist. Das Seelenhaus zeigt mittels der Bildsprache unseren energetischen Fingerabdruck nach außen, unsere Gesamtpersönlichkeit als Mensch zeigt sich dadurch. Jedes Zimmer hat eine Funktion, z.B. ist die Küche der Ort der Versorgung, das Bad ist der Ort der Reinigung und Erholung etc. Im Seelenhaus zeigen sich alle unsere Aspekte, Konflikte etc. Mit einfachen Techniken können wir unser Seelenhaus verändern und unsere Themen / Konflikte lösen. Wenn wir im Inneren etwas verändern, zeigt es sich im Außen.

So wie das Leben im Fluss ist, so ist auch unser Seelenhaus ständig im Fluss und es liegt an mir, es zu gestalten.

Diese Technik lässt sich u.a. auch hervorragend einsetzen, um die Lebensaufgabe und Talente, so wie die Ursache von Erkrankungen zu finden und Konflikte zu lösen und um berufliche Themen und Firmenaspekte/-probleme zu klären und zu lösen.



Naturheilpraxis

Dr. rer. nat. Marlies Koel
Heilpraktikerin

Akute und chronische Erkrankungen (Infektionen, Allergien, Ängste, Depressionen, Burn Out, Schmerzsymptomatik, Erkrankungen des Bewegungsapparates etc.)

Aktivierung von Selbstheilungskräften
Potenzialentwicklung
Mentales Training
Burnout-Prävention

Seestraße 7b
82319 Starnberg-Pärcha
Tel. 08151/99877 17
Fax 08151/99877 16
naturheilpraxis@marlies-koel.de
www.marlies-koel.de

Raus aus dem Zivilisationskorsett! Bodybliss – das neue Bewegungstraining für Körper & Geist

Die Ursache, dass wir Menschen uns in der heutigen hektischen Zeit durch krankmachenden Stress immer weiter von unserer Natur entfernen, wird im Zusammenhang mit den typischen Volkskrankheiten Rückenbeschwerden oder Burnout kaum thematisiert.

Wir sind keine Sitzlinge sondern für Bewegung geschaffen. Aber wie schaffen wir es, uns aus dem Korsett zu befreien, um wieder kraft-

voll, geschmeidig und frei zu werden? Hier setzen neue Bewegungsmethoden wie Bodybliss an, die die Integration von Körper, Geist, Seele Emotion und Umweltwahrnehmung ermöglichen.

Bodybliss heißt übersetzt „Glückseligkeit“ und ist eine neue, sinnliche Bewegungsform, die aktuelle Forschungsergebnisse aus der Be-

wegungswelt in tänzerische, fließende und an die Natur angelehnte Bewegungsbilder umsetzt. Über dieses ganzheitliche Körpertraining finden Muskeln und das Nervensystem wieder ins gesunde Gleichgewicht.

Testen Sie Bodybliss bei Fitness Suite, Samstags, um 10:30 Uhr mit Barbara von den Driesch, zertifizierte Bodybliss-Trainerin.

Fitness Suite

Eugen-Friedl-Str. 6
82340 Feldafing

Tel. 08157 - 999 000
www.fitness-suite.de

Jeden Samstag
10:30 Uhr – 12:00 Uhr
(auch auf 10er Karte möglich)
Jetzt kostenlos testen!

Bodybliss
Genussvolles Bewegungstraining
mit Barbara von den Driesch



HAUTARZTPRAXIS FELDAFING

PRIVATPRAXIS FÜR DERMATOLOGIE, ALLERGOLOGIE,
NATURHEILVERFAHREN & ÄSTHETIK

EIN AUSZUG UNSERES BEHANDLUNGSSPEKTRUMS:

- Klassische Hautkrankheiten • Hautkrebsvorsorge
- Lasertherapie • Ambulante Operationen
- Allergologie • Kinderdermatologie
- Naturheilkunde / Eigenbluttherapie
- Faltenunterspritzung / Ästhetik

DR. MED. STEFANIE KAMANN & DR. MED. IRIS NAGEL
Seewiesstraße 1 • 82340 Feldafing
Tel. 08157 / 99 99 468 • info@dermatologie-feldafing.de

Hautarztpraxis Feldafing:

Mit Laser und Peeling gegen Gesichtsröte und für einen strahlenderen Teint

Laserbehandlung gegen Gesichtsröte (Rosacea) und Besenreiser (Die Gesichtsröte (Rosacea) ist eine häufige, zwar nicht gefährliche aber meist für den Patienten sehr störende Erkrankung der Haut. Als Ursache werden eine Neigung zu verstärkter Hautdurchblutung, gefolgt von einer Weitstellung der kleinen Äderchen im Gesicht vermutet. Es stehen verschiedene äußerlich anzuwendende Cremes und Gels zur Verfügung. Eine dauerhafte Beseitigung der Äderchen ist aber nur durch eine Laserbehandlung möglich, bei der die erweiterten Blutgefäße in ca. 2-3 Sitzungen verschlossen und damit unsichtbar werden. Auch die feinen Besenreiser an den Beinen können gelasert werden. Um ein

besonders gutes Ergebnis zu erreichen, sollte die Haut vor dem Eingriff nicht frisch gebräunt sein und einige Wochen danach gut vor UV-Licht geschützt werden. Daher sind Spätherbst und Winter die optimale Behandlungszeit für den weitgehend schmerzlosen Lasereingriff.

Peeling für eine strahlendere, reinere Gesichtshaut Auch medizinische Peelings erfreuen sich aus diesem Grund vor allem im Herbst großer Beliebtheit – sie verleihen Menschen mit Akne, grobporiger oder unreiner Haut, mit Pigmentstörungen oder kleinen Fältchen ein strahlenderes Aussehen. Besonders beliebt sind die oberflächlichen

Fruchtsäure-Peelings zur Hautauffrischung (auch bekannt unter Glykolsäure oder AHA). Ihre Behandlung wird oft als „Lunchtime-Peeling“ bezeichnet – Sie können danach sofort wieder zur Arbeit gehen! Tiefere Falten verschwinden bei diesem Verfahren allerdings nicht – hier stehen z.B. tiefere Peelings oder die Injektion von Botulinumtoxin und Hyaluronsäure zur Verfügung.

Neben diesen Schwerpunkten im Herbst und Winter umfasst das Behandlungsspektrum der Hautarztpraxis Feldafing natürlich auch die Therapie aller Hauterkrankungen, Naturheilverfahren v.a. im Bereich der Allergien sowie die Hautkrebsvorsorgeun-

tersuchung mit modernster Fotodokumentation. Die Hautarztpraxis Feldafing freut sich auf Ihren Anruf und berät Sie selbstverständlich auch gerne vorab über die Behandlungsmöglichkeiten.

