

242-A30320 Gesund durch die Wechseljahre - die Menopause als Chance erleben

Beginn	Donnerstag, 07.11.2024, 15:00 - 17:00 Uhr
Kursgebühr	kostenfrei, Anmeldung erforderlich, Spende willkommen
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Katharina Hueber
Kursort	Arnstein - Gasthof Brückenbäck, gr. Saal, Schweinemarkt 1, 97450 Arnstein

Bei diesem Info-Nachmittag bei Kaffee beantwortet die Frauenärztin Katharina Hueber alle Fragen rund um die Wechseljahre. So individuell wie Frauen sind, so individuell sind auch deren Wechseljahre, die meist zwischen dem 45. und 55. Lebensjahr eintreten. Manche Frauen haben keine oder nur leichte Begleiterscheinungen bei der Hormonumstellung im Körper. Manche Frauen leiden allerdings unter schweren und mannigfachen Symptomen wie Schlafstörungen, Hitzewallungen, Erschöpfung, depressiven Verstimmungen, Scheidentrockenheit oder Gewichtsproblemen.

Hier kann eine Hormonersatztherapie der Frau oftmals ein gesundes und aktives Leben zurückgeben. Zwei Rädchen, an denen man bei egal welchen Wechseljahr-Symptomen selbst immer drehen kann, sind Bewegung und Ernährung.

Im Vortrag erhalten Sie viele Tipps und Anregungen, um die Wechseljahre für sich nicht als Problem, sondern als Chance und Beginn eines neuen und entspannten Lebensabschnitts zu sehen.

Die Referentin beschäftigt sich seit vielen Jahren schwerpunktmäßig mit den Symptomen der Wechseljahre und individuellen Therapien, abgestimmt auf die persönlichen Lebensumstände jeder Patientin.

Eine Veranstaltung im Rahmen der Gesundheits-Jahreskampagne "Frauengesundheit" des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege in Kooperation mit dem Landratsamt Main-Spessart

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
07.11.2024	15:00 - 17:00 Uhr	Arnstein - Gasthof Brückenbäck, gr. Saal

[zur Kursdetail-Seite](#)