

## Wenn die Umwelt Stress macht

Stress, Burnout und Depressionen sind ein aktuelles Thema in den Medien. Die Rede ist von "Zivilisationskrankheiten", von "Umwelterkrankungen". Was bedeutet das? Die "Alster-Rundschau" hat nachgefragt und mit den drei Heilpraktikerinnen der Vitalpraxis in Hamburg-Harvestehude gesprochen.

Dagmar Praßler, Susann Gercken und Susann Walthes behandeln erfolgreich mit unterschiedlichen Methoden Patienten, die unter der stressigen Umwelt leiden. Nach der langjährigen Erfahrung der Therapeutinnen zählen zu den Auswirkungen von Umwelterkrankungen neben Konzentrations- und Schlafstörungen, Erschöpfung und Niedergeschlagenheit auch Magen- Darmstörungen, Bluthochdruck, Allergien, Immunschwächen, ungewollte Kinderlosigkeit und Stoffwechselstörungen.

**AR:** *Wie behandeln Sie Patienten mit so unterschiedlichen Beschwerden?*

**D. Praßler:** "Wir haben uns in unserer Praxis auf eine sehr genaue Diagnostik und die Anwendung sich unterstützender Heilverfahren spezialisiert. Nach unserer Erfahrung folgt der Körper dem Geist, oder besser, dem Bewusstsein. Die körperlichen Beschwerden sind häufig Ausdruck langwieriger, innerer Prozesse. Diese zu erkennen und zu lösen ist auch Schwerpunkt unserer Behandlungen.

Spezielle Laboruntersuchungen, die Behandlung mit Vitalstoffen und intravenösen Sauerstoff sowie mit transaktionaler Hypnose liegen in meiner Ver-

antwortung. Susann Gercken hat sich auf die Kinesiologie, insbesondere Psychokinesiologie, und Akupunktur spezialisiert, während Susann Walthes den Bereich der systemischen Therapie, verschiedener Entspannungsverfahren und Psycho-Onkologie abdeckt. Jede von uns ist in ihrem Bereich absolut erfahren, so dass wir allen Anforderungen unserer Patienten gerecht werden können."



Susann Walthes, Dagmar Praßler, Susann Gercken

**AR:** *Was verstehen Sie unter transaktionaler Hypnose?*

**D. Praßler:** "Während der Hypnosesitzung ist der Patient völlig entspannt und losgelöst von äußeren Einflüssen. So bekommt er Zugang zu seinem Unterbewusstsein und zur Lösung seines Problems. Im Gegensatz zur sog. 'Show-Hypnose' ist der Patient trotz der tiefen Trance jederzeit ansprechbar und handlungsfähig. Er kommuniziert mit dem Therapeuten und ist sich dessen auch bewusst. In dieser Tiefenentspannung können

Ursachen für Stress, aber auch für Übergewicht, das Rauchen oder andere, belastende Situationen gefunden und gelöst werden."

**AR:** *Was kann die Akupunktur leisten?*

**S. Gercken:** "Aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) entstehen Krankheiten und andere körperliche und seelische Beschwerden durch ein Ungleichgewicht von Ying und Yang im Körper. Der Fluss der Lebensenergie (Qi) ist gestört. Durch die Akupunktur wird der Energiefluss im Körper freigegeben und das Gleichgewicht des Menschen wieder hergestellt. Akupunktur kann bei akuten und chronischen Krankheiten und auch seelischen Störungen hilfreich sein."

**AR:** *Was bewirkt die Psychoonkologie?*

**S. Walthes:** "Schwere Erkrankungen wie Krebs führen oft zu großem seelischen Leid der Betroffenen und der Angehörigen. Ich führe den Patienten dahin, den Lebensmut wieder zu gewinnen und nicht an seiner Krankheit zu verzweifeln. Die geistige Haltung hat großen Einfluss auf das Heilungsgeschehen. Hier geschehen immer wieder "Wunder", diese sind jedoch häufig vom Patienten erarbeitet. Ich unterstütze ihn dabei."

**AR:** *Welche Rolle spielt die Ernährung?*

**D. Praßler:** "Eine wesentliche! Wir sind alle drei ausgebildete Ernährungstherapeutinnen!"

**Mehr unter [www.vitalmed-praxis-prassler.de](http://www.vitalmed-praxis-prassler.de) / Alsterchaussee 25 / 20149 Hamburg / Telefon: 45000897**