

# Gastartikel

## Sprechstunde

### Wer wünscht sich nicht glänzende volle Haare, ein ebenmäßiges Hautbild und feste Fingernägel?

Leider sieht der Alltag häufig anders aus. Viele klagen über stumpfes, brüchiges Haar, Verlust der Haarfülle oder gar Haarausfall. Und das obwohl sie, wohlwissentlich dass Schönheit von innen kommt, bereits hochwertige Nahrungsergänzungsmittel eingenommen haben?

Möglicherweise haben sie auch weitere Symptome wie Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Konzentrationsschwäche, Schlafprobleme, Heißhungerattacken, Gewichtszunahme im Bauchbereich, PMS-Symptome, Hitzewallungen, Migräne oder gar Wassereinlagerungen und Dellen im Gewebe?

Die gute Nachricht ist: diese Symptome lassen sich erfahrungsgemäß gut regulieren. Denn die Ursache liegt im sogenannten Stressstoffwechsel.

**Was ist passiert?** Stresssituationen sorgen dafür, dass Stresshormone ausgeschüttet werden. Ob wir uns in tatsächlicher Gefahr befinden und vor dem Säbelzahntiger weglaufen müssen, oder ob uns die Zeit im Nacken sitzt, wir drei Sachen auf einmal machen – ja selbst wenn wir uns Stresssituationen nur vorstellen oder uns in Angst und Minderwertigkeitsgefühlen befinden reagiert unser Körper, noch aus evolutionsgeschichtlichen Zeiten, immer gleich: die Nebenniere schüttet Cortisol und Adrenalin aus. Das bringt unsere Schilddrüse dazu runter zu schalten. Sie ist normalerweise für den Grundumsatz und den Aufbaustoffwechsel zuständig. Anders gesagt das ganze System befindet sich dann im Überlebensstoffwechsel d.h. in einem Abbaustoffwechsel. Es findet kein Aufbau statt. Die Stoffe landen nicht mehr da wo sie eigentlich hin sollen

und darüber hinaus gerät das ganze System in eine hormonelle Schiefelage!

**Was also machen?** So erlebe ich es immer wieder in meiner jahrelangen Praxis-tätigkeit, dass mir Patienten gegenüber sitzen mit mitgebrachten Blutuntersuchungen z.B. auf Mineralstoffe und Hormone, aber ohne nennenswerten Befund und doch mit sehr ausgeprägten komplexen Beschwerden – mit der Frage was ist los mit mir, ist das jetzt alles psychisch oder was? Natürlich spielt die seelische Ebene auch mit hinein, aber das ganze Ausmaß der Schräglage im körperlichen lässt sich

sehr gut mit einer Haarmineralanalyse sichtbar machen. Durch diese spezielle Laboruntersuchung lassen sich Nährstoffdefizite, Stoffwechsellyp und wie ausgeprägt der Stressstoffwechsel ist, erkennen. Außerdem gibt die Haarmineralanalyse Auskunft über die Schilddrüsentätigkeit und die hormonelle Schiefelage, wie zum Beispiel die nicht im Blut zu diagnostizierende Östrogendominanz. Der Behandlungsansatz ist immer individuell. Mit hochdosierten Nährstoffen und einer gezielten Unterstützung der Schilddrüsentätigkeit gelingt es, den Körper wieder in den Aufbau zu führen und somit in die hormonelle Balance – und das merkt man!

Wo man vielleicht vorher schon dachte: „Ach das hängt wohl vieles mit dem Älterwerden zusammen“, kann man nun erleben wie Energie und Gesundheit zurückkommen. Substanz wird gebildet bis in die Haare!



**Heilpraktikerin  
Rea Demenat von Behr**

Praxis für Naturheilverfahren  
Rea Demenat von Behr  
Tel. 0171-2696965  
[rea@demenatvonbehr.de](mailto:rea@demenatvonbehr.de)  
[www.demenatvonbehr.de](http://www.demenatvonbehr.de)

Tipp