

Liebe Patientin,

## Wechseljahre – was bedeutet das?

Die **Wechseljahre** sind eine natürliche Umstellung des Hormonhaushalts. Sie beginnen meist zwischen dem 45. und 55. Lebensjahr – manchmal auch früher.

Häufige Beschwerden sind

- Hitzewallungen & Nachtschweiß
- Schlafstörungen
- Müdigkeit
- Stimmungsschwankungen
- Gewichtszunahme
- Gelenk- und Muskelschmerzen
- Scheidentrockenheit

Die **Prämenopause** ist die Zeit vor der letzten Regelblutung. Hormonschwankungen können schon jahrelang vorher Beschwerden verursachen.

Typisch sind:

- Unregelmäßiger Zyklus
- PMS-ähnliche Symptome (z.B. Brustspannen, Unterleibsschmerzen, Wassereinlagerungen, Stimmungsschwankungen, Konzentrationsstörung) Tage vor der Periode
- Erste Hitzewallungen
- Erschöpfung

## Sie fühlen sich bei Ihrem Gynäkologen/-in nicht richtig aufgehoben?

Wir bieten Ihnen eine vertrauensvolle und individuelle Beratung in unserer Hausarztpraxis. Die Wechseljahre sind eine besondere Lebensphase, und wir sind für Sie da, wenn Sie Unterstützung benötigen, um diese Zeit besser zu meistern.

### Unsere Leistungen für Sie:

#### Beratung bei Wechseljahresbeschwerden:

- **Individuelle Beratung:** Gemeinsam besprechen wir Ihre Symptome und entwickeln einen individuellen Plan, um Ihre Beschwerden zu lindern und Ihre Lebensqualität zu steigern.
- **Hormonelle Veränderungen:** Wir informieren Sie über die hormonellen Veränderungen und deren Auswirkungen auf den Körper und helfen Ihnen damit individuell besser umzugehen.
- **Lebensqualität steigern:** Wir geben Ihnen Hilfestellung zu Ernährung, Bewegung und seelischer Unterstützung.

## Laboruntersuchung auf Hormone:

Je nach Bedarf können wir auch eine Laboruntersuchung auf Ihre Hormone veranlassen, um ein besseres Verständnis zu entwickeln und gezielter auf Ihre Beschwerden einzugehen.

### Ablauf:

- Ausfüllen eines Fragebogens. Bitte lassen Sie und den 2 Tage vorab direkt oder per Mail zukommen.
- Besprechung des Fragebogens mit anschließender Beratung und einer körperlichen Untersuchung; ggf. Vereinbarung zu einer weiteren Laboruntersuchung, Therapiebesprechung
- 1-2 Wochen nach Blutuntersuchung Besprechung der Blutwerte und individualisierte Therapieempfehlung

### Wichtig für Ihre Behandlung:

- Die letzte gynäkologische Untersuchung sollte nicht länger als 2 Jahre zurückliegen

Lass dich nicht unterkriegen, sei frech und wild und wunderbar

*Astrid Lindgren*

## Kosten:

Diese Leistungen sind **keine kassenärztliche Leistung**, sondern werden als **IGeL (Individuelle Gesundheitsleistung)** nach der **GOÄ (Gebührenordnung für Ärzte)** abgerechnet.

**Die Preise können Sie gerne bei uns erfragen.**

## Zusätzliche

## Kosten:

Sollte eine Laboruntersuchung auf Hormone erforderlich sein, entstehen zusätzliche Kosten. Diese werden direkt vom Labor mit Ihnen verrechnet. Wir informieren Sie natürlich vorab über die Höhe.

## Warum zu uns?

- **Vertrauensvolle Atmosphäre:** Bei uns können Sie offen über Ihre Beschwerden sprechen.
- **Individuelle Beratung:** Wir gehen auf Ihre persönlichen Bedürfnisse und Wünsche ein.
- **Zeit für Sie:** Wir nehmen uns Zeit, um auf Ihre Fragen und Anliegen einzugehen.

## Kontakt:

Hausarztpraxis An der Weide  
Isermann, Dres. Jarosch und Decker  
An der Weide 9, 27798 Hude  
Tel: 04408-2444  
[www.hausarztpraxis-an-der-weide.de](http://www.hausarztpraxis-an-der-weide.de)  
Mail: [info@hausarztpraxis-an-der-weide.de](mailto:info@hausarztpraxis-an-der-weide.de)

## Öffnungszeiten:

Mo: 7:30 -12:30 und 15:00-18:00

Di: 7:30-12:30 und 15:00-18:00

Mi: 7:30 – 13:00

Do: 7:30 – 12:30 und 15:00-18:00

Fr. 7:30 -13:00

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



## Wechseljahre & Prämenopause

Ihre individuelle Beratung in der  
Hausarztpraxis

*Hausarztpraxis An der Weide  
Isermann, Dres. Jarosch und Decker*