

Women's Health - Frauengesundheit in den reproduktiven Jahren | 10 FP

Wie funktioniert eigentlich der weibliche Zyklus, wenn Frauen ihre Periode haben? Und warum leiden so viele junge Frauen trotz ihres gesunden Lebensstils täglich über Jahre unter einer Vielzahl an Symptomen? Ein Grund kann eine unzureichende Aufklärung über die Behandlungsoptionen bei Beschwerden wie:

- schmerzhafte, unregelmäßige oder ausbleibende Periode
- unerfüllter Kinderwunsch, Müdigkeit oder unerklärbare Gewichtszunahme
- Schilddrüsenüber- oder unterfunktion, Haarausfall
- prämenstruelles Syndrom (PMS) oder prämenstruelle dysphorische Störung (PMDS)
- Endometriose, Zysten, Myome, polyzystisches Ovar-Syndrom (PCOS)
- v.m. sein.

Höchste Zeit also, die eigene Gesundheit selbst in die Hand zu nehmen und die Besonderheiten des weiblichen Körpers endlich verstehen zu lernen. Erfahren Sie in diesem Seminar, wie der weibliche Zyklus funktioniert und welchen Einfluss das Hormonsystem der Frau in den reproduktiven Jahren auf das tägliche Leben hat. Werden Sie handlungsfähig und lernen Sie, wie Sie die Beschwerden zusammen mit den weiblichen Biorhythmen auf körperlicher und mentaler Ebene selbst regulieren können.

Theoretische und praktische Seminarinhalte:

- Weibliche Zyklusphasen und Biorhythmen in den reproduktiven Jahren
- Die fünf Hormonsysteme der Frau in den reproduktiven Jahren
- Auswirkungen von Stress und hormoneller Verhütung auf den weiblichen Körper
- Hormonelle Dysbalancen und Symptome erkennen und regulieren lernen
- Funktionelle Anatomie, Ernährung, Bewegung und mentaler Fokus in den verschiedenen Zyklusphasen

Alle theoretischen Inhalte enthalten praktische Handlungsanweisungen und können direkt in die eigene Praxis und in der Arbeit mit den Patientinnen umgesetzt werden.

Dieses Seminar eignet sich in Kombination mit den Inhalten des Kurses „*Faszie & Beckenboden – physiotherapeutische Behandlungsansätze bei Beckenbodendysfunktionen*“.

Leitung	Lehrteam SCI, Eddi Böttcher
Kursgebühr	180,00 €
Beginn	08.01.2027
Ende	08.01.2027
Kurszeiten	Fr. 08.01. von 10:00 bis 18:00 Uhr
Kursort	Goltsteinstraße 91, 50968 Köln
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseure, Heilpraktiker, Sport- und Gymnastiklehrer, Sportwissenschaftler
Fortbildungspunkte	10