



Ca. 9 Millionen Frauen in Deutschland sind in den Wechseljahren. Es ist wichtig Frauen in dieser Lebensphase mit fundiertem medizinischen und psychologischen Wissen zu helfen.

**Kammer & BDH**   
zertifiziert

Spezial-Fortbildung „Wechseljahre“ – unter der Leitung von Top-Expertin Andrea Mohr

# Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e.V.)

Top-Dozentinnen-Team



**24** Fortbildungspunkte  
(Kammer- & BDH-zertifiziert)  
28. Oktober 2024 bis 2. April 2025

12 Online-Seminare

IGAF  -zertifiziert

440,00 EUR Gebühr

Nach § 4 Nr. 21 a) bb) von der MwSt. befreit,  
da der Dr. Pol Henry Campus  
ein staatlich anerkannter Bildungsträger ist

 DR. POL HENRY  
**CAMPUS**®

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e.V.)

## Warum der Dr. Pol Henry Campus diese Fortbildung anbietet



**Dr. med.**

**Siddhartha Popat**

Med.-wiss. Leitung  
Dr. Pol Henry Campus,  
1. Vorsitzender IGAF e.V.

**Andrea Mohr**

Heilpraktikerin,  
Ausbildungsleiterin

**Gesundheit in den Wechseljahren – ein Thema, das endlich die Relevanz erfahren soll, welches es verdient.**

**Nach dem großen Erfolg unserer zertifizierten Fortbildung Therapeut:in Frauengesundheit im Frühjahr dieses Jahres, wollten und mussten wir das Thema Wechseljahre vertiefen. Mehr als 9 Millionen Frauen in Deutschland sind zwischen 40 und 55 Jahren alt und befinden sich somit vermutlich in den Wechseljahren.**

Um so wichtiger ist es mir, dieser turbulenten Lebenszeit thematisch ihren gebührenden Platz in unserem Campus zu widmen. Unser gemeinsames Ziel ist es, durch Wissensvermittlung, Aufklärungsarbeit, Enttabuisierung und fundierte Therapieangebote alle Betroffenen, bei denen es sich um keine kleine Randgruppe in unseren Praxen handelt, gut und sicher zu versorgen.

Es lag auf der Hand, hierzu wieder Andrea Mohr, eine der absoluten Top-Expertinnen der naturheilkundlichen Frauenheilkunde, die Leitung dieses Ausbildungsangebotes zu übertragen. Freuen Sie sich auf altbewährte und neue Gesichter, die alle in Ihren Themen ausgewiesene Fachgrößen der ganzheitlich denkenden Schulmedizin und Naturheilkunde sind. Lassen Sie sich, von der Vielfalt der insgesamt mehr als 12 Lerneinheiten umfassenden Ausbildung begeistern.

**Herzlichst, ihr Dr. med. Siddhartha Popat und Andrea Mohr**

- ▶ 12 Online-Seminare
- ▶ 24 Fortbildungspunkte
- ▶ 440,00 EUR Gebühr

**Kammer & BDH**  
zertifiziert

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Unter der fachlichen Leitung von Andrea Mohr

## Top-Dozentinnen für jedes Online-Seminar



**Andrea Mohr, Heilpraktikerin.** Andrea Mohr führt seit zehn Jahren die über die Grenzen Deutschlands bekannte Praxis für Frauengesundheit im Taunus. Als Heilpraktikerin widmet sie sich ausschließlich der ganzheitlichen Frauenheilkunde. Ihre Kenntnisse als psychologische Beraterin lässt sie gern einfließen und rundet so die individuelle Therapie für ihre Patientinnen ab. Die Kombination aus Theorie und alltäglichem Praxisleben stellt einen wichtigen Vorteil dar.



**Dr. rer. nat. Susanne Heinrichs, Apothekerin.** Susanne Heinrichs ist selbstständige Apothekerin und spezialisiert auf Gemmotherapie, Aromatherapie und die Immuntherapie nach Dr. Carl Spengler. Seit 2012 beschäftigt sie sich intensiv mit der Immuntherapie nach Dr. Carl Spengler und der Gemmotherapie. Ihre Begeisterung für die Kraft der Knospen vermag die routinierte Referentin durch Charme und profundes Wissen auf die Zuhörer zu übertragen.



**Dr. med. Sabine Räker-Oese, Fachärztin für Frauenheilkunde.** Sabine Räker-Oese arbeitet als naturheilkundliche Frauenärztin. Ihre Schwerpunkte sind die bioidentische Hormontherapie, Sexualtherapie und Frauenheilkunde aus ganzheitlicher Sicht. Die Diskrepanz zu schulmedizinischen Therapien mit synthetischen nicht naturidentischen Präparaten, veranlasste sie eine eigene naturheilkundliche Sprechstunde einzurichten. Seit vielen Jahren bietet sie Vorträge und Seminare an.



**Dr. med. dent. Anne Karl, Zahnärztin.** Anne Karl ist biologische Zahnärztin und hat sich auf den Bereich der integrativen, biologischen Zahnmedizin und des funktionellen Körperbewusstseins spezialisiert. Unzählige Fort- und Weiterbildungen ermöglichten ihr ein breites Behandlungsspektrum, das medizinische und alternative Heilmethoden kombiniert. Sie teilt ihr Wissen, um ein neues Bewusstsein für den Körper sowie sein Potenzial zu vermitteln.



**Anja Pietzsch, Heilpraktikerin.** Anja Pietzsch ist Heilpraktikerin und Diplom-Betriebswirtin. Sie führt seit 2013 ihre eigene Praxis für Alternativ- und Präventivmedizin in Kriftel. Neben der Arbeit mit Patient:innen ist sie auch als medizinische Autorin und Dozentin mit den fachlichen Schwerpunkten Immunologie, Darmgesundheit, orthomolekulare Medizin und labormedizinische Diagnostik tätig.

- ▶ 12 Online-Seminare
- ▶ 24 Fortbildungspunkte
- ▶ 440,00 EUR Gebühr

**Kammer & BDH**  
zertifiziert

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e. V.)

## Kursstruktur und Seminare 2024

(Block 1: 28. Oktober bis 12. November 2024)

**1. Seminar:** Bestandsaufnahme:  
Bioidentische Hormontherapien in den Wechseljahren.

**2. Seminar:** Klimawechsel: Ursachen von Hitzewallungen  
und naturheilkundliche Strategien zur Abkühlung.

**3. Seminar:** Gesundheit der Mundhöhle:  
Was Hormonschwankungen im Mund anrichten.

**4. Seminar:** Ausgeruht durch die Wechseljahre:  
Was steckt hinter den Schlafstörungen und wie findet  
Frau die nötige Erholung.

**5. Seminar:** Psychische Herausforderungen: Den Wechsel  
von der fruchtbaren in die nicht-fruchtbare Zeit meistern.

**6. Seminar:** Umgang mit verändertem Stoffwechsel:  
Mit „Detoxing“ Gesundheitsrisiken senken und sich  
im eigenen Körper wohl fühlen.

- ▶ 12 Online-Seminare
- ▶ 24 Fortbildungspunkte
- ▶ 440,00 EUR Gebühr

**Kammer & BDH**  
zertifiziert

▶ Die Ausbildung umfasst 12 Seminare, die in 2 Blöcke aufgeteilt sind (Herbst 2024 und Frühjahr 2025). Jeder Block umfasst 6 Seminare, die online absolviert werden.

▶ Die Seminare finden von 19:30 bis ca. 21:00 Uhr statt. Am Ende jedes Seminars stehen 3 – 5 Wissensfragen, die am Folgetag online beantwortet werden müssen.

**Ihr Plus – moderierte WhatsApp-Gruppe jeweils 4 Wochen nach jedem Block moderiert von Andrea Mohr zu naturheilkundlichen Therapiekonzepten in den Wechseljahren.**

### ▶ Abschluss und Zertifizierung

Die gesamte Fortbildung umfasst 12 Online-Seminare. Um die Zertifizierung erhalten zu können, müssen alle 12 Seminare wahrgenommen werden. Jedes Seminar ist thematisch in sich geschlossen und wird mit Fragen zur Wissensüberprüfung enden, die am Folgetag online beantwortet werden müssen. Nach erfolgreichem Abschluss aller Seminare erhalten Sie das Zertifikat, das Ihnen auf dem Postweg zugesandt wird.

**Bitte achten Sie bereits bei der Anmeldung auf die korrekte Versandadresse Ihres Zertifikats.**

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e. V.)

## Kursstruktur und Seminare 2025

(Block 2: 17. März bis 2. April 2025)

**7. Seminar:** Bestandsaufnahme:  
Sinnvolle Früherkennungsmaßnahmen und die Frage nach Verhütung in den Wechseljahren.

**8. Seminar:** Gehirn in den Wechseljahren? Wie das Mikrobiom unser Gehirn beeinflusst. Wissenschaftliche Ansätze und ganzheitliche Therapiemöglichkeiten im Klimakterium.

**9. Seminar:** Steigende Gefahr für Osteoporose mit den Wechseljahren: Risikofaktoren und Hilfen aus der Natur für Gelenke, Knochen und Muskeln.

**10. Seminar:** Vagina und Blase: Erste-Hilfe-Maßnahmen für zwei brennende Organe rund um die Menopause.

**11. Seminar:** Gesundheit für Haut & Haare:  
Den äußerlichen Veränderungen in den Wechseljahren auf natürlichem Wege begegnen.

**12. Seminar:** Die "verlorene" Libido: Frust statt Lust in den Wechseljahren und wie die Leidenschaft wieder aktiviert wird.

- ▶ 12 Online-Seminare
- ▶ 24 Fortbildungspunkte
- ▶ 440,00 EUR Gebühr

**Kammer & BDH**  
zertifiziert

▶ Die Ausbildung umfasst 12 Seminare, die in 2 Blöcke aufgeteilt sind (Herbst 2024 und Frühjahr 2025). Jeder Block umfasst 6 Seminare, die online absolviert werden.

▶ Die Seminare finden von 19:30 bis ca. 21:00 Uhr statt. Am Ende jedes Seminars stehen 3 – 5 Wissensfragen, die am Folgetag online beantwortet werden müssen.

**Ihr Plus – moderierte WhatsApp-Gruppe jeweils 4 Wochen nach jedem Block moderiert von Andrea Mohr zu naturheilkundlichen Therapiekonzepten in den Wechseljahren.**

### ▶ Abschluss und Zertifizierung

Die gesamte Fortbildung umfasst 12 Online-Seminare. Um die Zertifizierung erhalten zu können, müssen alle 12 Seminare wahrgenommen werden. Jedes Seminar ist thematisch in sich geschlossen und wird mit Fragen zur Wissensüberprüfung enden, die am Folgetag online beantwortet werden müssen. Nach erfolgreichem Abschluss aller Seminare erhalten Sie das Zertifikat, das Ihnen auf dem Postweg zugesandt wird.

**Bitte achten Sie bereits bei der Anmeldung auf die korrekte Versandadresse Ihres Zertifikats.**

Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e.V.)

# 1. Seminar: Bestandsaufnahme

Bioidentische Hormontherapien in den Wechseljahren.



**Dozentin: Dr. Sabine Räker-Oese**  
(Seminarleitung: Andrea Mohr, Heilpraktikerin)

**28. Oktober 2024, Montag, 19:30 Uhr**

**Täglich begegnen uns im naturheilkundlichen Praxisalltag Fragestellungen zur Anwendung bioidentischer Hormontherapien. Sowohl im ärztlichen Kontext als auch in der Arbeit als Heilpraktiker:in, können wir aus dem Verständnis der Didaktik der Hormonanwendungen, sinnvolle Therapiemöglichkeiten anbieten.**

Lernen Sie im Vortrag die vielfältigen Applikationsarten mit bioidentischen Hormonen kennen. Cremes, Kapseln, vaginale Therapien oder Lozenges bieten gerade bei Wechseljahresbeschwerden gute und sichere Optionen. Gewinnen Sie Einblicke in häufige Fragestellungen zur Therapiedauer, -ende oder auch der korrekten Indikationsstellung, damit Sie Ihre Patientinnen kompetent zu typischen angstbesetzten Themen aufklären können.

**Nutzen Sie den Vortrag, die Faszination der Hormone als Chance für Gesundheit und Wohlbefinden in einem ganzheitlichen Therapieansatz kennenzulernen.**

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e. V.)

## 2. Seminar: Klimawechsel

Ursachen von Hitzewallungen und naturheilkundliche Strategien zur Abkühlung.



**Dozentin: Andrea Mohr**

(Seminarleitung: Andrea Mohr, Heilpraktikerin)

**30. Oktober 2024, Mittwoch, 19:30 Uhr**

**Jede 2. Frau im Alter zwischen 40 und 60 Jahren ist von Hitzewallungen, „Flushes“ und Schwitzattacken betroffen.**

Teilweise dauern diese sogar bis zu 7 Jahre in wechselnden Stärken an. Begleiterscheinungen sind Herzsensationen, Tachykardie, Schwindelgefühle und Hautrötungen. Logisch, dass diese Beschwerden zwar nicht lebensbedrohend, aber lebenseinschränkend wahrgenommen werden und Frauen in diesen Zeiten in die Praxen führen – häufig schon ziemlich ausgelaugt und verzweifelt.

**Im Kurs beleuchten wir mögliche Ursachen, denn häufig versteckt sich ein unangenehmer hitziger Temperaturanstieg hinter weitaus mehr als nur einem sinkenden Östrogenspiegel. Wie folgen wir einer gründlichen Anamnese, die uns zu Themen und Zusammenhängen führt wie Stress, Schlaf und Ernährung. Natürlich erfahren Sie alles über den Einsatz verschiedener naturheilkundlicher Therapieverfahren, Testmöglichkeiten und Sie erhalten praktische Tipps & Tricks.**

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e.V.)

## 3. Seminar: Gesundheit der Mundhöhle

Was Hormonschwankungen im Mund anrichten.



**Dozentin: Dr. med. dent. Anne Karl**  
(Seminarleitung: Andrea Mohr, Heilpraktikerin)

**4. November 2024, Montag, 19:30 Uhr**

**Die Wechseljahre markieren eine bedeutende hormonelle Umstellung im Leben einer Frau, welche das orale Mikrobiom beeinflussen und das Risiko für orale Erkrankungen erhöhen. Hormonelle Veränderungen und insbesondere die Abnahme von Östrogen und Progesteron, können das Risiko für Gingivitis, Parodontitis und andere Schleimhautveränderungen deutlich erhöhen.**

Denn oftmals ist die Regeneration des Zahnfleischgewebes, Speichelproduktion, mikrobielle Zusammensetzung der Mundflora sowie Enzym- und Mikronährstofflage durch vielfältige Einflüsse deutlich verschoben. Insbesondere orale Entzündungen im Sinne eines „Leaky Gums“ erhöhen das Risiko für systemische Auswirkungen, wie kardiovaskuläre Erkrankungen, Insulinresistenz/Diabetes oder auch neurovegetative Veränderungen in Form von Konzentrationsschwierigkeiten, Demenz und Alzheimer.

In der Mundhöhle finden sich 80% der Störfelder des gesamten Körpers, die das vegetative Nervensystem sowie unser Immunsystem stressen und damit zu chronisch dysregulierten Hormonachsen bereits vor der Menopause führen.

**In diesem Vortrag beleuchten wir die komplexen Wechselwirkungen und psychoneuroimmunologischen Auswirkungen auf unser System und beschreiben neben wissenschaftlichen Hintergründen praxisnahe, integrale Behandlungsansätze.**

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e.V.)

## 4. Seminar: Ausgeruht durch die Wechseljahre

Was steckt hinter den Schlafstörungen und wie findet Frau die nötige Erholung.



**Dozentin: Dr. rer. nat. Susanne Heinrichs**  
(Seminarleitung: Andrea Mohr, Heilpraktikerin)

**5. November 2024, Dienstag, 19:30 Uhr**

**Ein veränderter Hormonhaushalt zusammen mit dem gleichzeitig stattfindenden Umbruch in der Lebensphase führt bei vielen Frauen zu Schlafproblemen.**

Taktgeber für den Schlaf sind neben Östrogen und Progesteron bekanntermaßen Melatonin und Serotonin, aber auch Cortisol spielt eine entscheidende Rolle. Ausreichend guter Schlaf ist eine wichtige Voraussetzung für die körperliche und seelische Gesundheit. Nachgewiesen sind bei langandauernden Schlafstörungen ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes. Auch begünstigen Schlafstörungen das Auftreten von Konzentrationsstörungen, Infektanfälligkeit und sogar Depressionen.

**Erfahren Sie in diesem Vortrag mehr über die komplexen Zusammenhänge in der Schlafregulation und lernen Sie verschiedene naturheilkundliche Möglichkeiten kennen, mit denen Sie Ihre Patientinnen und Kundinnen erfolgreich unterstützen können.**

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e.V.)

## 5. Seminar: Psychische Herausforderungen

Den Wechsel von der fruchtbaren in die nicht-fruchtbare Zeit meistern.



**Dozentin: Andrea Mohr**

(Seminarleitung: Andrea Mohr, Heilpraktikerin)

**11. November 2024, Montag, 19:30 Uhr**

**Der Übergang von der reproduktiven zur nicht reproduktiven Phase bedeutet große Veränderungen und Anpassungen im Leben der Frau. Themen wie Vergänglichkeit, Verlust der Attraktivität und Veränderungen der eigenen Rolle rücken in den Fokus.**

Andrea Mohr bezeichnet die Wechseljahre auch als „zweite Pubertät“. So treffen häufig Kind(er) und Mutter zugleich in eine ähnliche Hormonphase. Oder die Kinder ziehen aus dem gemeinsamen Haushalt aus, „Frau“ muss und darf sich neu orientieren. Gleichzeitig treten mehr und mehr körperliche Beschwerden auf, die die Psyche zusätzlich belasten. Insgesamt führen sowohl die hormonellen Schwankungen als auch die psychosozialen Veränderungen in den Wechseljahren bei vielen Frauen zu Stimmungsschwankungen, Angstzuständen und sogar Depressionen. Eine ganzheitliche Betrachtung und Behandlung sind daher wichtig und werden intensiv beleuchtet.

**Dieser Abend verfolgt das Ziel, Frauen Mut und Perspektiven zu bieten, diesen Lebensabschnitt mit all seinen Herausforderungen als Chance auf inneres Wachstum anzunehmen und lebenswert zu machen. Dafür sind wir auch da.**

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e.V.)

## 6. Seminar: Umgang mit verändertem Stoffwechsel

Mit „Detoxing“ Gesundheitsrisiken senken und sich im eigenen Körper wohl fühlen.



**Dozentin: Dr. rer. nat. Susanne Heinrichs**  
(Seminarleitung: Andrea Mohr, Heilpraktikerin)

**12. November 2024, Dienstag, 19:30 Uhr**

**Im Volksmund heißt es, eine Frau entwickle sich figurmäßig während der Wechseljahre entweder in den Typ „Kuh“ oder „Ziege“? Die Hüften werden breiter, der Bauch wird runder und der Po flacher (aus der weiblichen Birnenform wird ein Apfel – hört sich doch etwas freundlicher an).**

Ist es wirklich so, dass Frauen sich in den Wechseljahren für eine dieser Körperform entscheiden. Warum kämpfen viele Frauen in dieser Lebensphase gegen den Verlust ihrer Taille? In diesem Vortrag werden Ihnen therapeutische Lösungen vorgestellt, um einen stagnierenden Stoffwechsel zu beleben und das Wohlfühlgewicht leichter zu erreichen. Regelmäßiges Detoxing ist in diesem Zusammenhang eine wichtige Komponente, vor allem auch um chronische Erkrankungen, wie dem (stillen) metabolischen Syndrom entgegenzuwirken.

**Erfahren Sie aus welchen Bausteinen ein erfolgreiches Entgiftungsprogramm bestehen sollte und welche Rolle Östrogen und Testosteron spielen!**

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e.V.)

## 7. Seminar: Bestandsaufnahme

Sinnvolle Früherkennungsmaßnahmen  
und die Frage nach Verhütung in den Wechseljahren.



**Dozentin: Dr. Sabine Räker-Oese**  
(Seminarleitung: Andrea Mohr, Heilpraktikerin)

**17. März 2025, Montag, 19:30 Uhr**

**Erfahren Sie im Vortrag die offiziell aktuellen Vorsorgeuntersuchungsmodi und leiten Sie daraus individuelle Beratungskonzepte für Ihre Patientinnen ab.**

Brisante Fragestellungen zur Notwendigkeit der Mammographie oder die neuen Richtlinien im Gebärmutterhalskrebs-Screening haben einerseits zu kontroversen Diskussionen in Fachkreisen und andererseits zu verunsicherten Frauen geführt. Nutzen Sie die Informationen des Seminars zur Entwicklung Ihrer eigenen kompetenten Beratungsangebote.

Wohl kaum eine Thematik wirft so viele Fragezeichen auf wie die richtige Wahl der eigenen Verhütung. Methodenwechsel in verschiedenen Lebensphasen, Wunsch nach natürlichen Ansätzen oder Risikofragen berührt jede Frau im Laufe ihres Lebens.

**Gewinnen Sie einen Überblick durch kurze Darlegung der Verhütungsmodalitäten nicht nur für unsichere Patientinnen in dieser neuen Lebenslage.**

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e.V.)

## 8. Seminar: Gehirn in den Wechseljahren?

Wie das Mikrobiom unser Gehirn beeinflusst. Wissenschaftliche Ansätze und ganzheitliche Therapiemöglichkeiten im Klimakterium.



**Dozentin: Anja Pietzsch**

(Seminarleitung: Andrea Mohr, Heilpraktikerin)

**19. März 2025, Mittwoch, 19:30 Uhr**

**Die Patientinnen kommen in den Jahren der Hormonumstellung bis zur Menopause und in den Jahren, in denen der Hormonhaushalt sich weiter verändert, wegen vollkommen unterschiedlicher Beweggründe und Leiden in die Praxis. Warum ist es so wichtig, dass wir keine pauschale Therapie formulieren und auf jede Frau individuell eingehen?**

Jede Frau ist einzigartig. Jede hat einen anderen Lebensstil und eine andere Ernährung, andere Beschwerden und medizinische Hintergründe.

**Anhand von Patientenfällen zeigt Anja Pietzsch unterschiedliche differential-diagnostische Ansätze und beschreibt die jeweils individuelle Therapie. Dabei ist das Mikrobiom und das Metabolom, ihre Veränderungen und die sich daraus ableitende Therapie das Herzstück Ihres Vortrages.**

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e.V.)

## 9. Seminar: Steigende Gefahr für Osteoporose mit den Wechseljahren

Risikofaktoren und Hilfen aus der Natur für Gelenke, Knochen und Muskeln.



**Dozentin: Dr. rer. nat. Susanne Heinrichs**  
(Seminarleitung: Andrea Mohr, Heilpraktikerin)

**24. März 2025, Montag, 19:30 Uhr**

**Muskel- und Gelenkschmerzen sind Beschwerden, die sich bei vielen Frauen in den Wechseljahren erstmalig oder verstärkt zeigen. Wenig bekannt ist in diesem Zusammenhang, dass eine Hormonersatztherapie in erster Linie das Frakturrisiko senkt, aber nur anfänglich die Knochendichte steigern kann. Andere Therapieoptionen wie die Gabe von Biphosphonaten oder Biologika schrecken aufgrund ihrer Nebenwirkungen ab, sind aber manchmal unvermeidbar.**

So ist es für alle Frauen – besonders aber wenn weitere Risikofaktoren gegeben sind – wichtig, sich frühzeitig mit dem Thema Osteoporoseprophylaxe auseinander zu setzen.

Frischen Sie Ihr Wissen auf, was die hormonelle Steuerung des Calcium- und Phosphathaushalts betrifft und ergänzende Empfehlungen zur wirklich essenziellen Vitamin D3-Substitution angeht.

**Entsäuerungsmaßnahmen, entzündungsregulierende naturheilkundliche Präparate und die Darmsanierung bieten ursachenorientierte Lösungsansätze, die der Gesundheit von Gelenken, Knochen und Muskeln dienen und in diesem Vortrag ausführlich erörtert werden.**

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e.V.)

## 10. Vagina und Blase

Erste-Hilfe-Maßnahmen für zwei brennende Organe rund um die Menopause.



**Dozentin: Andrea Mohr**

(Seminarleitung: Andrea Mohr, Heilpraktikerin)

**26. März 2025, Mittwoch, 19:30 Uhr**

**Mit zunehmendem Alter, insbesondere mit Eintritt in die Wechseljahre und darüber hinaus, kommt es zu signifikanten Veränderungen in der Zusammensetzung der vaginalen Mikroflora und der Schleimhautbeschaffenheit.**

Diese Prozesse können zu verschiedenen Beschwerden wie Trockenheit, Juckreiz, Brennen und später sogar chronischen Infektionen führen. Betroffen sind zum Leidwesen nicht nur Vulva/Vagina, sondern auch Blase/Harnröhre, oft sogar der gesamte Uro-/Genitalbereich bis zum Anus. „Falsche“ Medikation oder Unwissenheit bringen Frauen in einen jahrelangen Teufelskreis aus Antibiose und Schleimhautreizung.

**Die ganzheitliche Therapie betrachtet Vorbeugung, Aufbau der Schleimhäute (Fokus Estriol) und Pflege, damit sich Frauen wieder sorgenfrei und sicher fühlen können.**

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e. V.)

## 11. Gesundheit für Haut & Haare

Den äußerlichen Veränderungen in den Wechseljahren auf natürlichem Wege begegnen.



**Dozentin: Dr. rer. nat. Susanne Heinrichs**  
(Seminarleitung: Andrea Mohr, Heilpraktikerin)

**31. März 2025, Montag, 19:30 Uhr**

**Das Bindegewebe wird als Dreh- und Angelpunkt jeder naturheilkundlichen Therapie angesehen, weil hier abgelagerte Säureschlacken und Toxine Stoffwechselprozesse verlangsamen oder regelrecht blockieren können. Zusätzlich kommt dem Bindegewebe eine strukturgebende, stabilisierende und wasserspeichernde Funktion zu.**

Aus Sicht der Frau in den Wechseljahren ist der wahrnehmbare Strukturverlust des Bindegewebes – weil unübersehbar – der quälendere Teilaspekt. Abnehmende Östrogenproduktion verursacht reduzierte Kollagensynthese. Gleichzeitig lässt die Bildung von wasserbindender Hyaluronsäure und Lipiden nach, was trockene Haut und Schleimhäute zur Folge hat. Die tägliche Hautpflege allein ist deshalb nicht mehr ausreichend.

**In diesem Vortrag wird erläutert, welche ergänzenden Maßnahmen und Präparate auf Basis regelmäßiger Entsäuerung und Entgiftung für die Gesundheit von Haut und Haaren empfehlenswert sind und zu sichtbaren Erfolgen führen.**

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e. V.)

## 12. Seminar: Die „verlorene“ Libido

Frust statt Lust in den Wechseljahren und wie die Leidenschaft wieder aktiviert wird.



**Dozentin: Andrea Mohr**

(Seminarleitung: Andrea Mohr, Heilpraktikerin)

**2. April 2025, Mittwoch, 19:30 Uhr**

**Lange Jahre wurde das Thema „sexuelles Verlangen“ im Klimakterium und Menopause ignoriert und Frauen Lust zuzustehen als anrühlich abgetan. Deshalb ist es sinnvoll, dem ein paar Fakten entgegenzusetzen und Frauen Mut zu machen, ihre Bedürfnisse zu kommunizieren.**

Es ist nämlich falsch, dass die Libido ausschließlich mit dem sinkenden Östrogen zu tun hat. Vielmehr tragen die Hormone aus der Nebenniere ihren Teil dazu bei. So sehen wir den Libidoverlust schon in jüngeren Jahren (z. B. durch hormonelle Dysbalancen, Kontrazeptiva, Stress). Wichtig ist es jedoch die Schleimhäute im Intimbereich geschmeidig zu halten, den Beckenboden zu trainieren, den eigenen Körper so anzunehmen, wie er sich entwickelt hat sowie Gespräche mit dem/der Sexualpartner:in zu führen über die (neuen) Bedürfnisse.

**Was wir neben einfühlsamen und wertschätzenden Gesprächen noch als Hilfestellung anbieten können, erfahren Sie an diesem Abend. Wir wenden uns aphrodisierenden und energetisierenden Pflanzen, Gleitgelen aber auch stressabbauenden Maßnahmen zu.**

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Ihr direkter  
Link zur Online-  
Anmeldung ▶



Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e. V.)

## Ihre Anmeldung zur Online-Fortbildung Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren

- ▶ 12 Online-Seminare
- ▶ 24 Fortbildungspunkte
- ▶ 440,00 EUR Gebühr

Kammer & BDH<sup>?</sup>  
zertifiziert

**Online:** Diese Seite (Anmelde-Formular) ausfüllen  
und an uns schicken:  
**E-Mail: [seminare@dr-pol-henry.de](mailto:seminare@dr-pol-henry.de)**

**Per Fax:** Diese Seite (Anmelde-Formular) ausdrucken,  
und an uns senden:  
**Fax: 0 26 41 – 9 17 79 91**

**Per Telefon:** Sie können sich auch ganz unkompliziert  
per Telefon anmelden:  
**Telefon: 0 26 41 – 9 17 79 97**

**Die Anmeldegebühr können Sie ganz einfach  
und bequem per SEPA-Lastschrift bezahlen.  
Bitte füllen Sie dazu das SEPA-Formular  
(nächste Seite) aus.**

Ich bezahle mit:  Lastschrift  Paypal  
 Vorkasse

**Übrigens: Die Kosten für diese Fortbildung  
können beim Finanzamt als Betriebsausgabe  
geltend gemacht werden.**

Vor-/Nachname\*

Beruf\* Titel

Name der Apotheke/Praxis

Straße\*

PLZ/Ort\*

E-Mail\*

Telefon\*

▶ Inhalte Seite 2

▶ Dozenten Seite 3

▶ Seminarstruktur Seite 4

▶ Seminare Seite 6

▶ Anmeldung Seite 18

▶ SEPA-Formular Seite 19

Ihr direkter  
Link zur Online-  
Anmeldung ▶



Zertifizierte/r Trainer:in Gesundheit in den Wechseljahren (IGAF e. V.)

## Bitte ausfüllen und an uns faxen: das SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige/wir ermächtigen die Pol Henry GmbH fällige Zahlungen, entsprechend der gültigen AGB von meinem/ unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich/weisen wir unser Kreditinstitut an, die von Pol Henry auf mein/unser Konto gezogene Lastschrift einzulösen.

Hinweis: Ich kann / wir können innerhalb von acht (8) Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belastenden Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem/unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Rücklastschriften berechnen wir nach unseren AGB.

<b>Name des Kontoinhabers:</b>	Vor-/Nachname	
<b>Adresse des Zahlungspflichtigen:</b>	Straße	
	PLZ	Wohnort
<b>Bankverbindung:</b>	IBAN (International Bank Account Number)	
	SWIFT BIC	Kreditinstitut
	Pol Henry GmbH, Gläubiger-ID: DE 54 ZZZ 0000 2155 404 Firststraße 15, 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler	
<b>Name des Zahlungsempfängers:</b>		
	Ort, Datum	Unterschrift, ggf. Stempel

Erfasst:

Ich erkenne die AGB und die Datenschutzerklärung an. Detaillierte Informationen zum Umgang mit den Nutzerdaten finden Sie in unserer Datenschutzerklärung: <https://www.dr-pol-henry.de/datenschutz/>  
Hinweis: Das SEPA-Lastschriftmandat stellt einen integrativen Bestandteil dieses Aufnahmeantrags dar und ist unbedingt ausgefüllt beizufügen, da sonst eine Aufnahme nicht möglich ist.

**Was uns wichtig ist:**

**Wenn Sie Fragen oder Informationen zu den Fortbildungsveranstaltungen haben:**

Bitte rufen Sie uns an – oder mailen Sie uns. Wir freuen uns, wenn wir Ihnen helfen können.

**Telefon: 0 26 41- 9 17 79 97, E-Mail: [seminare@dr-pol-henry.de](mailto:seminare@dr-pol-henry.de)**

Der Dr. Pol Henry Campus® wird unterstützt durch die IGAF e.V.  
(Internationale Gesellschaft für autonome Regulationsforschung)  
sowie dem BDH (Bund deutscher Heilpraktiker e.V.).

**Die Vorträge der Fortbildungen sind wissenschaftlich ausgewogen sowie frei von Einflussnahme auf die Dozenten sowie die Inhalte der Vorträge.**

