IN ZUSAMMENARBEIT MIT
LANSERHOF

HEALTH, LIFE

Hormonelle Balance und Wohlbefinden: Dabei hilft der Lanserhof

„Seit 40 Jahren ist der Lanserhof ein Ort, an dem Gesundheit, Wohlbefinden und Luxus Hand in Hand gehen. Unser einzigartiges Konzept, das medizinische Expertise mit exklusivem Service verbindet, hat uns zu einer der führenden Adressen im Gesundheitstourismus gemacht", verrät Andrea Csics, langjährige Hotel Direktorin des Lanserhof. Aber das Resort geht noch einen Schritt weiter und bietet ein speziell auf die Frauengesundheit abgestimmtes Programm an. Denn nur wer versteht welche entscheidende Rolle Hormone für die Gesundheit von Frauen spielen – kann gezielt ansetzen und eine passende Hilfestellung bieten. Und der Lanserhof versteht genau das!

erstellt in Kooperation mit Lanserhof 28/11/2024



Der Lanserhof bietet mit seinem Konzept einen Weg zu hormoneller Ausgeglichenheit. Foto: Maximilian König für Lanserhof

Die offensichtlichen Unterschiede sind nur die halbe Wahrheit

Dass Frauen sich äußerlich von Männern unterschieden, ist ganz offensichtlich. Allein in puncto Körperbau zeigt sich der weibliche Körper durch ein breiteres Becken und eine andere Fettverteilung, während Männer mehr Muskelmasse und breitere Schultern haben. Aber die Unterschiede spiegeln sich nicht nur äußerlich wider, sondern haben auch tiefere gesundheitliche und funktionale Aspekte. So sollte der Gesundheit einer Frau besondere Beachtung geschenkt werden, da hormonelle Veränderungen ihr Wohlbefinden und ihre Gesundheit maßgeblich beeinflussen. Diese natürlichen Schwankungen begleiten Frauen durch sämtliche Lebensphasen: von der Pubertät über die Menopause bis hin zu einem möglichen Kinderwunsch. Bis dato wurden Frauen und Männer aber gesundheitlich betrachtet immer gleich behandelt. Die sogenannte Gendermedizin oder geschlechtssensible Medizin basiert auf genau diesen Unterschieden, die im Lanserhof als maßgeschneiderte Gesundheitslösungen für Frauen angeboten wird, um sie in jeder Lebensphase zu unterstützen.

Schon gewusst? Rund 30 bis 50 Prozent der Krankheiten werden bei Frauen unter- oder fehldiagnostiziert, das ergaben verschiedene Studien. Vor allem im Bereich Herz- und Autoimmunerkrankungen. Eine Folge dessen, dass die Auswirkungen der weiblichen Hormone nicht berücksichtigt werden. Zusätzlich wird Frauen vermittelt, dass in bestimmten Phasen ihre Symptome nicht behandelt werden müssen, es gehört gesellschaftlich einfach dazu, in den Wechseljahren Beschwerden „auszuhalten zu müssen", eine Beratung ist schwierig zu finden. Doch nicht im Lanserhof, denn hier wird der Schwerpunkt genau auf dieses Thema gelegt. Das heißt: Expertinnen aus Medizin, Bewegung und Ernährung halten es sich zur Aufgabe gemacht, mit Hilfe ganzheitlicher Diagnostik und Beratung spezifisch auf die Frauengesundheit einzugehen. Wer sich also besser verstanden fühlen möchte, ist im Lanserhof auf alle Fälle gut aufgehoben.



Im Lanserhof Sylt wird eine speziell auf die Frauengesundheit abgestimmte Hormonbehandlung angeboten. Foto: Lanserhof Sylt

Schlüssel zum Wohlbefinden von Frauen: Hormonelle Gesundheit

Die unsichtbaren Regisseure des Körpers sind für vielerlei Prozesse im Körper, von der Stoffwechselregulation bis zur Steuerung der Emotionen, verantwortlich und tragen zum allgemeinen Wohlbefinden bei. Diese winzigen chemischen Botschaften werden von verschiedenen Drüsen im Körper, wie der Schilddrüse, den Nebennieren und der Hypophyse, produziert und in den Blutkreislauf abgegeben. Ihre Wirkung ist unglaublich vielfältig und komplex. Sie beeinflussen nicht nur das physische Wohlbefinden, sondern auch die geistige Gesundheit und das Verhalten. Besonders bei Frauen spielt die hormonelle Balance eine entscheidende Rolle und hat Auswirkungen auf das positive Wohlbefinden. Das medizinische Paket „Hormon Balance" im Lanserhof Sylt ist insbesondere für Frauen entwickelt, die unter Stimmungsschwankungen, Gereiztheit, Müdigkeit, Schlafstörungen und Kopfschmerzen aufgrund von hormonellen Veränderungen leiden. Mit großer Leidenschaft und Expertise kümmert sich das Lanserhof Team um die Erhaltung dieser Balance. Das Ziel ist es, Frauen durch umfassende Betreuung und innovative Ansätze zu einem harmonischen und gesunden Leben zu verhelfen.

Das Lanserhof Concept: Moderne Medizin trifft auf natürliche Heilmethoden

Um die spezifischen Bedürfnisse jeder Frau zu erfüllen, setzt das Lanserhof Concept auf eine einzigartige Kombination aus moderner Medizin und bewährten natürlichen Heilmethoden. Dabei wird die Gesundheit ganzheitlich betrachtet und dank maßgeschneiderten Behandlungsansätzen auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt. Durch die Verbindung von modernster Medizin und natürlichen Heilmethoden wird ein Ort geschaffen, an dem man sich verstanden, unterstützt und bestens versorgt fühlen kann. Beschwerden, die tief in dem hormonellen System verwurzelt sind, wie etwa in den Wechseljahren oder bei einem unerfüllten Kinderwunsch, können so mit einem individuellen und ganzheitlichen Ansatz unterstützt werden.



Der Lanserhof Sylt sorgt mit Strandblick für Ruhe und Entspannung. Foto: Lanserhof Sylt

Wechseljahresbeschwerden: Mit dem Lanserhof zu neuer Lebensqualität

Bei den Wechseljahren handelt es sich um einen Zeitraum im Leben von Frauen, in dem eine natürliche hormonelle Umstellung stattfindet. Die Dauer ist individuell unterschiedlich. Einige Frauen betrachten ihre Wechseljahre innerhalb von drei Jahren als abgeschlossen, andere beschreiben dafür einen Zeitraum von mehr als zehn Jahren. Da sich der Beginn der Menopause nicht genau bestimmen lässt, werden als durchschnittliche Dauer fünf bis acht Jahre angenommen. Dieser natürliche Lebensabschnitt kann mit unangenehmen Symptomen wie Hitzewallungen, Schlafstörungen und Stimmungsschwankungen einhergehen. Diese Veränderungen können das Leben einer Frau erheblich beeinträchtigen. Der Lanserhof versteht die Herausforderungen dieser Phase und bietet maßgeschneiderte Behandlungsansätze, die über die klassische Hormonersatztherapie hinausgehen. Um das hormonelle Gleichgewicht auf natürliche Weise zu unterstützen, eignet sich eine Fastenkur. Diese bewährte Methode fördert durch Entlastung des Körpers und Rehabilitation des Mikrobioms das hormonelle Gleichgewicht. Sollte eine Hormonersatztherapie notwendig sein, setzt der Lanserhof auf individuell abgestimmte Lösungen, die auf die persönlichen Bedürfnisse eingehen.



Auch in puncto unerfülltem Kinderwunsch kann der Lanserhof unterstützen. Frisch zu bereitetes Essen ist nicht nur Soulfood, sondern unterstützt den Körper auch von innen heraus. Foto: Lanserhof Sylt

Unerfüllter Kinderwunsch: Der Lanserhof unterstützt auf dem Weg dahin

Viele Menschen wollen irgendwann eine Familie gründen, also Kinder bekommen. Bei einigen Paaren klappt es schnell, bei anderen dauert es länger, bis die Frau schwanger wird. Und dann gibt es Paare, bei denen sich der Kinderwunsch auch nach Monaten oder Jahren nicht erfüllt. Etwa jedes zehnte Paar ist ungewollt kinderlos, was oft eine große Belastung darstellt. Auch hier bietet der Lanserhof eine umfassende Unterstützung, wobei eine ganzheitliche Fastenkur zur Verbesserung des hormonellen Gleichgewichts mit einer umfassenden medizinischen Diagnostik kombiniert wird, um mögliche gesundheitliche Störfelder zu identifizieren. Enge Zusammenarbeit mit spezialisierten Kliniken ermöglicht moderste Behandlungen, um die eigene Fruchtbarkeit und die des Partners zu optimieren und die Chancen auf eine erfolgreiche Schwangerschaft zu maximieren. Dabei steht neben einer medizinischen Expertise auch eine einfühlsame Unterstützung im Vordergrund, damit man sich in jeder Phase des Prozesses gut aufgehoben fühlt. Das Ziel: eine umfassende Begleitung sowie gezielte Hilfe auf dem Weg zur Elternschaft.

Brustkrebsrehabilitation: Ganzheitliche Unterstützung auf dem Weg zur Genesung

Der Lanserhof bietet einen Schwerpunkt in der Nachbetreuung von Brustkrebspatient*innen an. Dieses Programm stützt sich auf eine ganzheitliche Betrachtung der Patient*innen aus allgemeinmedizinischer, gynäkologischer und psychologischer Sicht. Der Aufenthalt unterstützt ganzheitlich nach erfolgter Therapie wie z.B. Chemo-, Strahlen-, Antihormon-und operativer Therapie. Spezialisierte, auf die individuellen Bedürfnisse zugeschnittene Programme, bieten körperliche und emotionale Unterstützung. Ziel ist es, durch die Kombination aus moderner Schulmedizin, Naturheilverfahren und individuellen Therapieansätzen die Lebensqualität und Energie der Patient*innen zu verbessern. Die Betreuung kann in jeder Phase der Erkrankung begleitend geleistet werden um eine optimale Unterstützung zu gewährleisten. Besonderes Augenmerk liegt auf der Darmgesundheit und somit der Stärkung des Mikrobioms und des Immunsystems. Aber auch die Entlastung des Körpers und die Wiederherstellung der Lebensenergie stehen im Fokus. Dabei ist es essenziell wichtig, sich sicher und gut aufgehoben zu fühlen. Daher legt das Lanserhof Team, das aus engagierten Ärzt*innen besteht, die medizinisch als auch psychisch umfassend unterstützen, großen Wert auf eine empathische Betreuung und eine enge, wertvolle Zusammenarbeit, um gemeinsam den besten Weg für eine Genesung zu finden.



Auszeit gefällig? Die Poollandschaft des Lanserhof Sylt bietet die perfekte Atmosphäre zum Abschalten. Foto: Lanserhof Sylt

Die Gesundheit im Fokus: Ganzheitliche Betreuung im Lanserhof

Im Lanserhof liegt der Fokus vor allem darauf, die eigene Gesundheit ganzheitlich zu betrachten. Dabei werden maßgeschneiderte Behandlungsansätze auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt und angepasst. Besonderes Augenmerk liegt auf der Stärkung des Immunsystems und der Förderung des allgemeinen Wohlbefindens. Dazu gehören zum Beispiel individuell abgestimmte Ernährungspläne, Bewegungstherapien und Stressmanagement-Techniken. Ziel ist es, die weibliche Gesundheit optimal zu fördern und so zu einem ausgeglichenen und gesunden Leben zu verhelfen. Eines ist klar: Der Lanserhof nicht nicht nur die Kundenbedürfnisse in den Mittelpunkt, sondern stellt jede Patientin ganz nach der Philosophie „Weil wir sehen, was andere übersehen" einmal von Kopf bis Fuß grundlegend auf den Kopf.