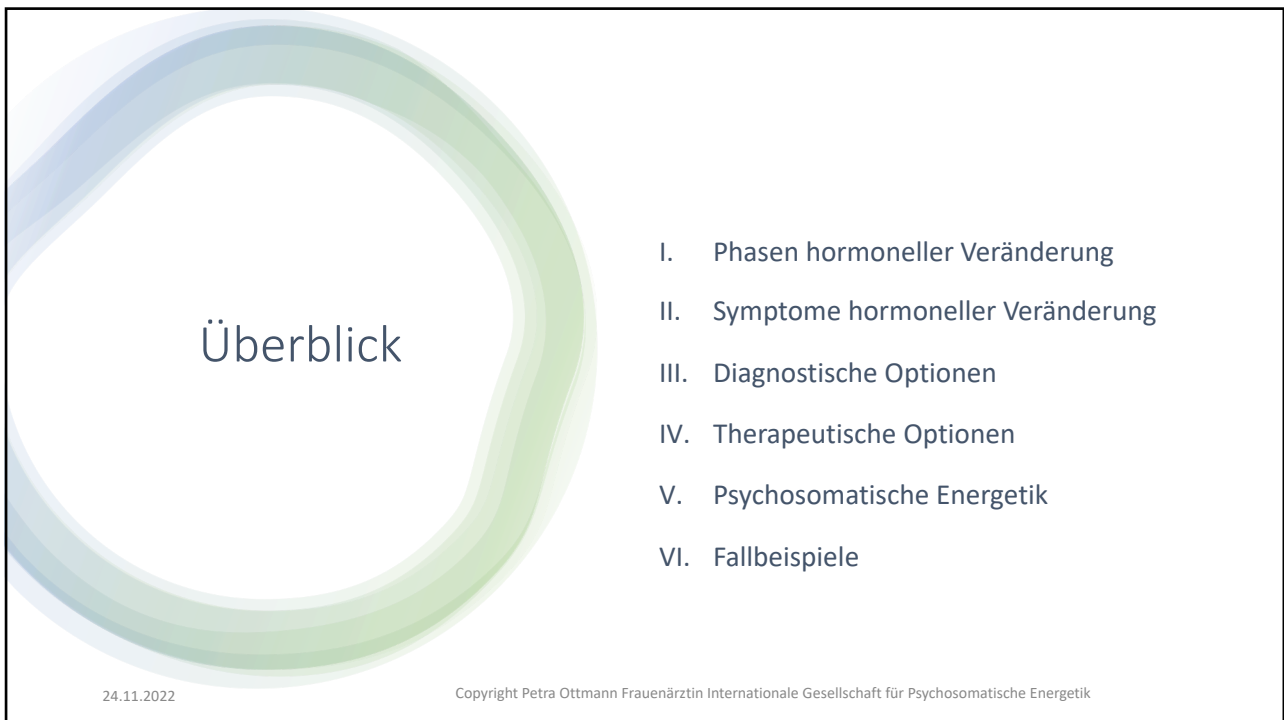


# Hormonelle Veränderungen und ihre Folgen

Wie lassen sich Ursache und Folgen hormoneller Veränderungen voneinander unterscheiden und wie kann ich die Ursachen erkennen und therapieren ?

Petra Ottmann  
Ärztin für Gynäkologie  
Homöopathie Psychosomatische Energetik  
Systemische Selbstintegration

2




## Überblick

- I. Phasen hormoneller Veränderung
- II. Symptome hormoneller Veränderung
- III. Diagnostische Optionen
- IV. Therapeutische Optionen
- V. Psychosomatische Energetik
- VI. Fallbeispiele

24.11.2022 Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

3



## Hormonelle Veränderungen und ihre Folgen

Veränderungen können beeinflussen:

- Stimmungs /Psyche
- Haut/Haare
- Gewicht
- Schlaf
- Hyperhidrosis/ Hitzewallungen
- Knochen/Gelenke
- Schmerzen / Migräne

24.11.2022 Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

4

## Phasen hormoneller Veränderung

Pupertät	Übergang: Ruhephase → Volle ovarielle Reife
Zyklus	Östrogenphase → Progesteronphase
Schwangerschaft	Progesteron
Stillzeit	Prolaktin
Wechseljahre	Übergang: ovarielle Reife → Ruhephase
Postmenopause	Ruhephase

24.11.2022 Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

5

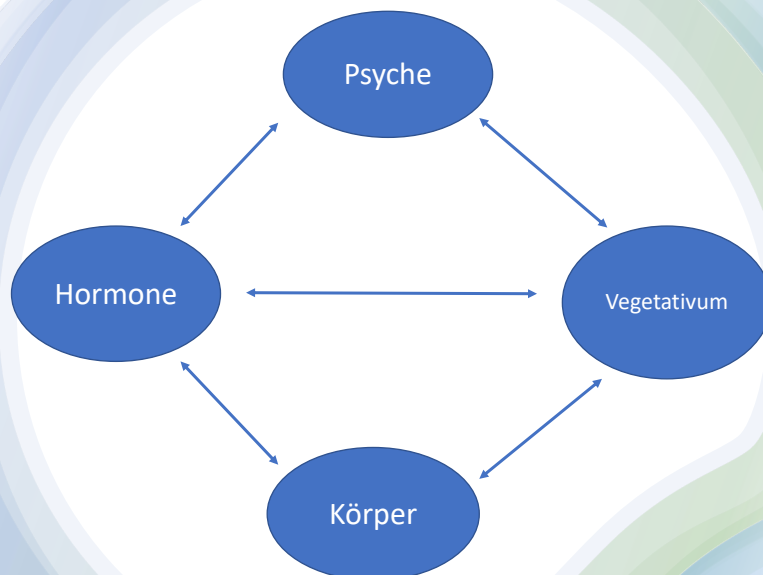
## Symptome hormoneller Veränderung

Pupertät	Haut/ Akne Dysmenorrhoe Gewicht Stimmung/ Psyche
Zyklus	prämenstruelles Syndrom
Schwangerschaft	Psyche ( Ängste/ Depression), Schmerzen
Stillzeit	Wochenbettdepression
Wechseljahre	Schlaf/ Hitzew. / Gewicht/ Psyche/ körperl. Symptome
Menopause	Haut / Schleimhäute / Gedächtnis/ Knochen/ Gelenke

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

6



24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

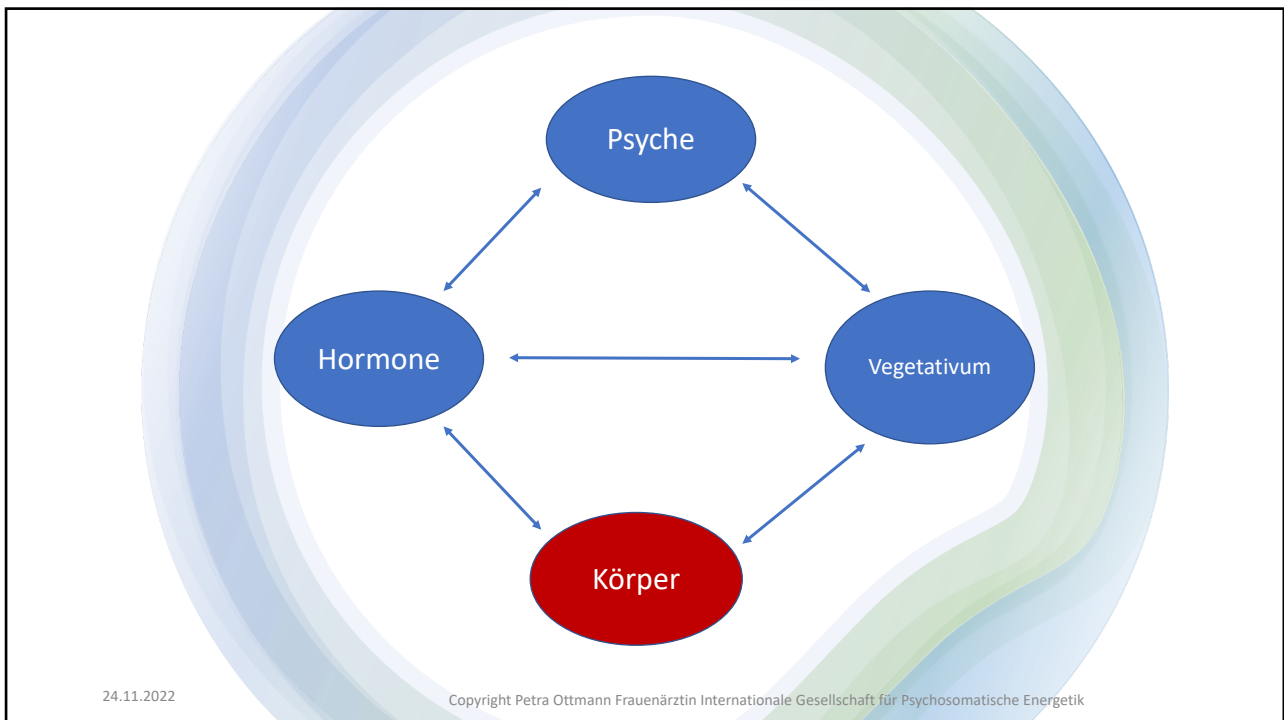
7

**Körper**

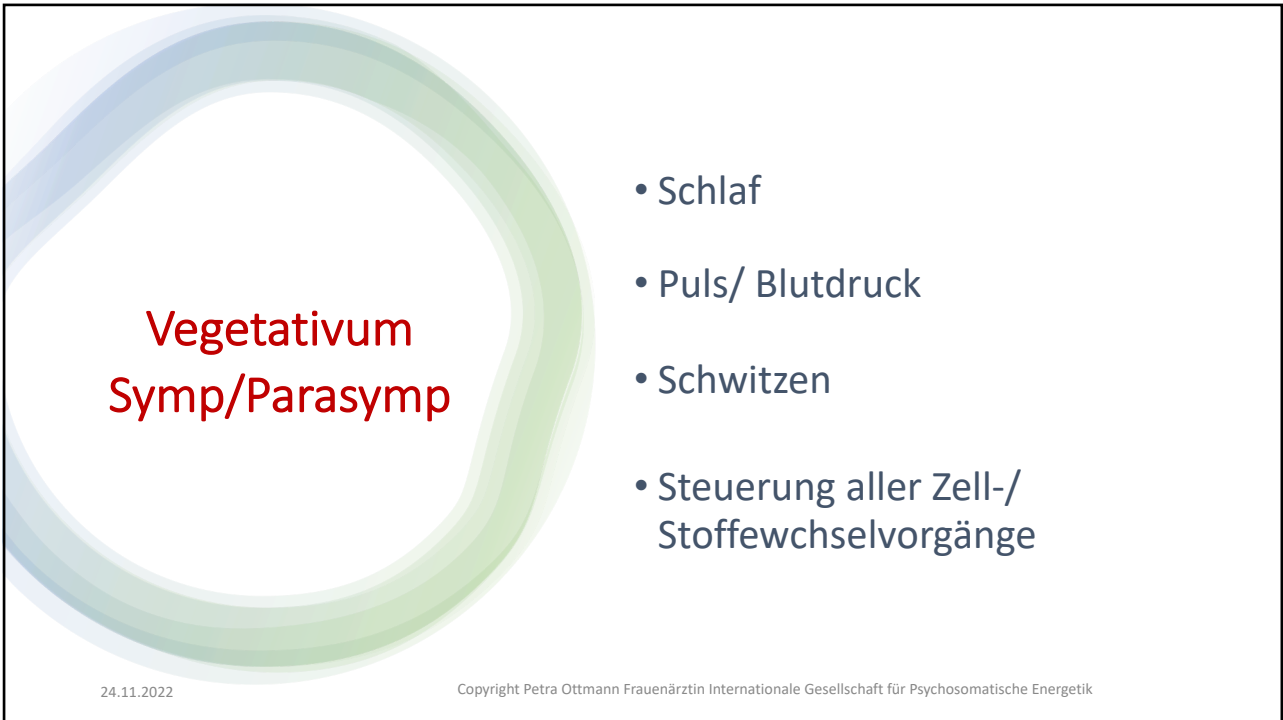
- Gewicht
- Sport/ Bewegung
- Ernährung
- Vitamine/Mineralstoffe **Vit D**

24.11.2022 Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

8



9



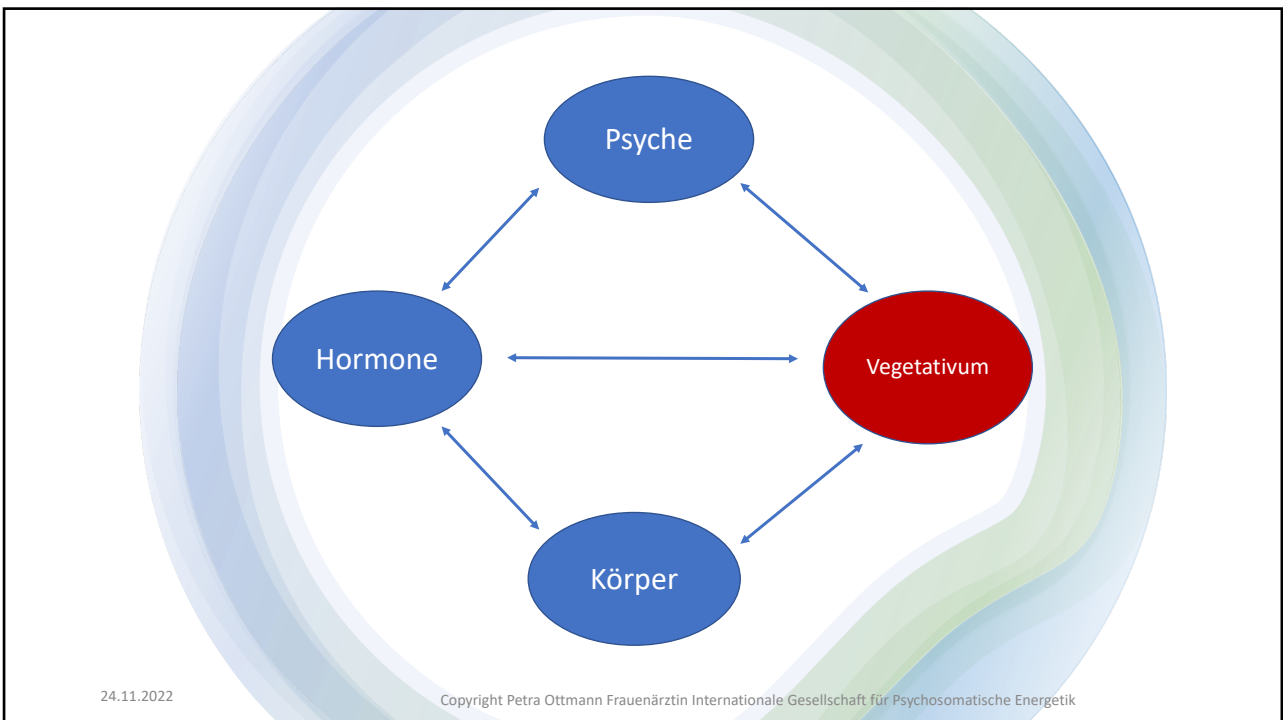
The diagram features a large, stylized circular graphic on the left, composed of concentric, overlapping bands in shades of light blue and light green. The text 'Vegetativum Symp/Parasymp' is centered within this graphic in a red, sans-serif font. To the right of the graphic is a bulleted list of functions. At the bottom left of the slide is the date '24.11.2022', and at the bottom center is the copyright notice 'Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale Gesellschaft für Psychosomatische Energetik'.

**Vegetativum  
Symp/Parasymp**

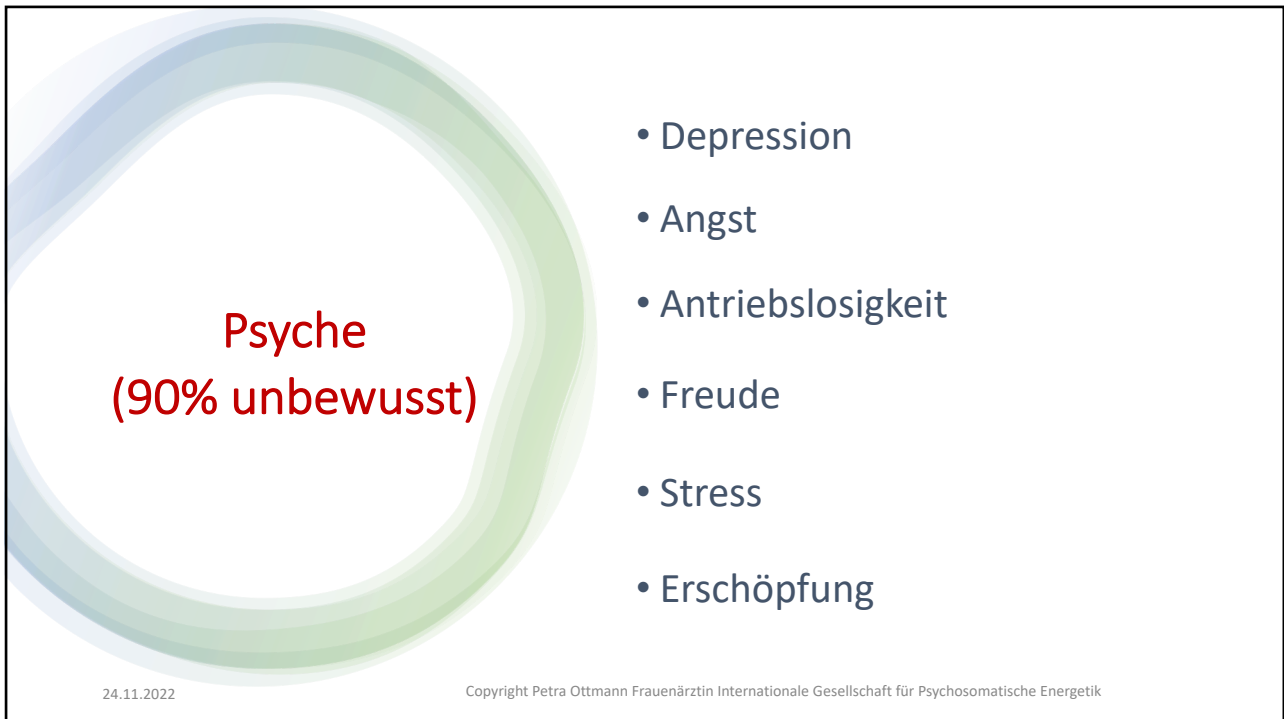
- Schlaf
- Puls/ Blutdruck
- Schwitzen
- Steuerung aller Zell-/ Stoffwchselvorgänge

24.11.2022 Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

10



11



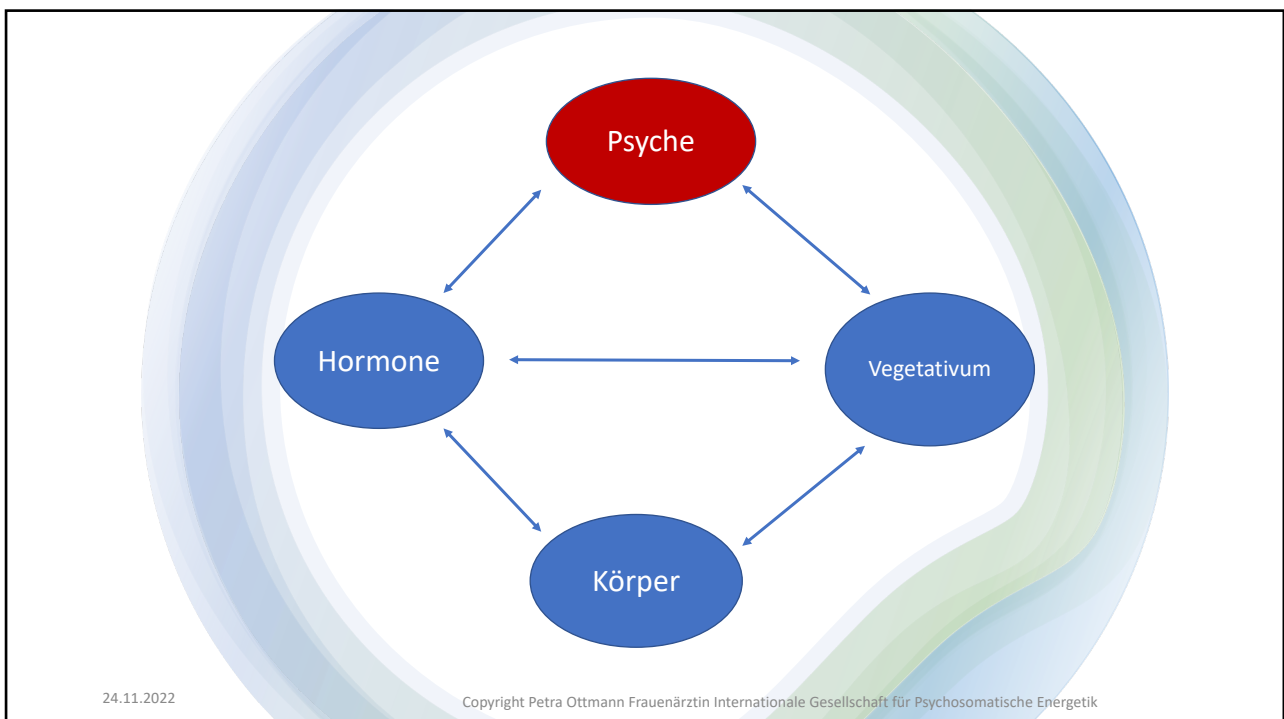
Psyche  
(90% unbewusst)

- Depression
- Angst
- Antriebslosigkeit
- Freude
- Stress
- Erschöpfung

24.11.2022 Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

This slide features a large, stylized graphic on the left consisting of several overlapping, concentric rings in shades of blue and green, forming a shape reminiscent of a brain or a human head. The text 'Psyche (90% unbewusst)' is centered within this graphic. To the right, a bulleted list contains six items: Depression, Angst, Antriebslosigkeit, Freude, Stress, and Erschöpfung. At the bottom, there is a date '24.11.2022' and a copyright notice for Petra Ottmann.

12



13

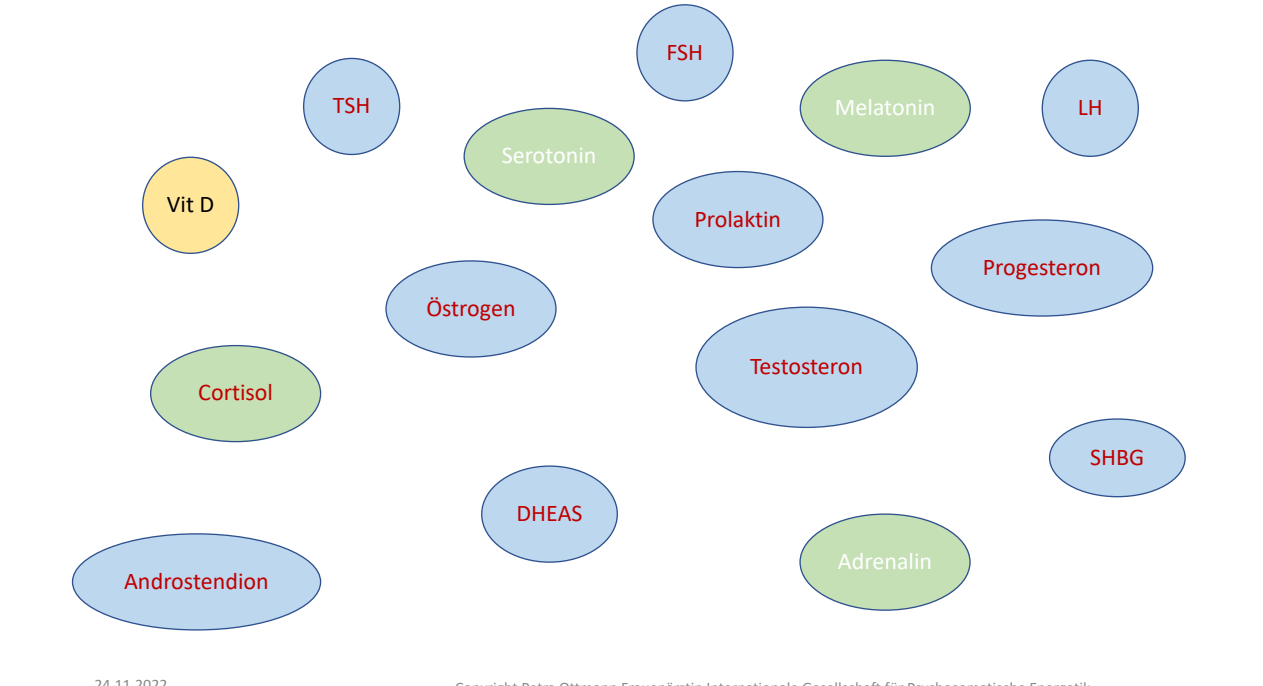


**Hormone**

- Östrogen Treibstoff für die Zellen, Ovulation
- Progesteron Gelassenheit/ Entspannung, Schwangerschaft
- Testosteron Muskelaufbau, Libido, Fettverteilung

24.11.2022 Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

14



Vit D

TSH

Serotonin

FSH

Melatonin

LH

Prolaktin

Progesteron

Östrogen

Testosteron

Cortisol

Androstendion

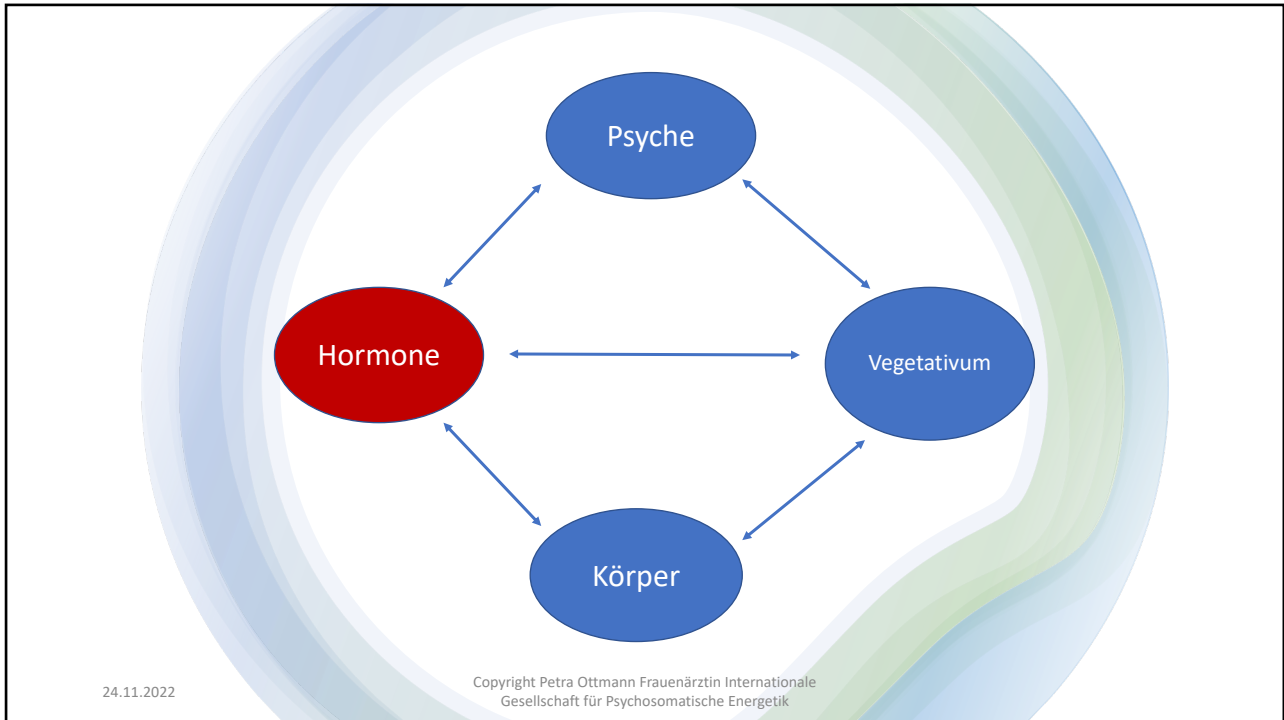
DHEAS

Adrenalin

SHBG

24.11.2022 Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

15



16

Je stabiler die Psyche  
Je ausgeglichener das  
Vegetativum  
Je gesünder der Körper

Um so stabiler die  
hormonelle Balance  
Um so geringer die  
Auswirkungen hormoneller  
Veränderung

17



## Diagnostische Optionen

Körper	→ Labor, Bildgebung
Vegetativum	→ RR / Puls, ???
Psyche	→ Gespräch, ???
Hormone	→ Labor -> Frage: Wann sinnvoll und zielführend?

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

18

## Hormonuntersuchung sinnvoll ja/nein ?

Pupertät	Regelm Zyklus? Nein Amenorrhoe ja
Zyklus	prämenstruelles Syndrom nein
Schwangerschaft	NEIN
Stillzeit	NEIN
Wechseljahre	SELTEN
Menopause	NEIN

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

19

## Hormonelle Therapie sinnvoll ja/nein ?

Pupertät	Pille - Symptom/ Ursache ???
Zyklus	Pille PMS/ Progesteron Symptom/ Ursache ?
Schwangerschaft	?????
Stillzeit	?????
Wechseljahre	(naturident) Hormone / Phytoöstr/ Agnus castus /Homöop
Menopause	Hormone ????? Symptom/ Ursache

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

20

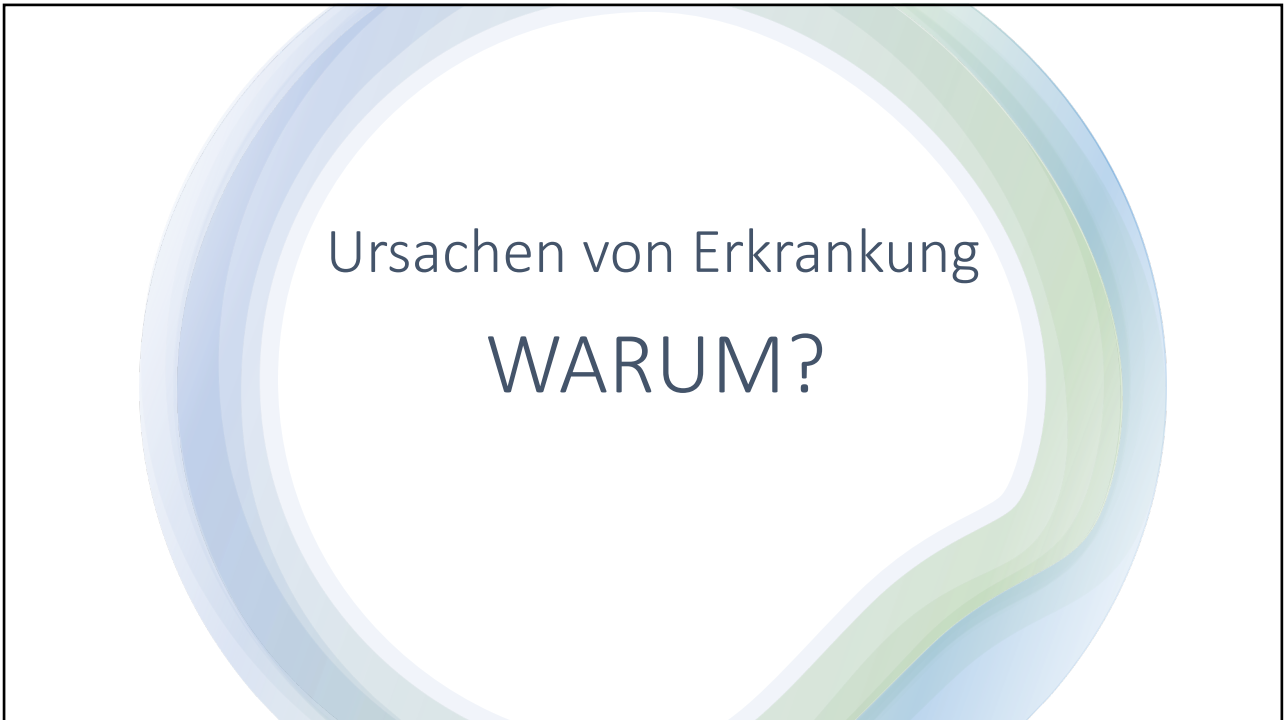
## Therapeutische Optionen

Körper	➔ Ernährung, Sport, Yoga , Medikamente
Vegetativum	➔ Atemtechnik, Entspannungsübungen
Psyche	➔ Psychotherapie, Psychopharmaka
Hormone	➔ Hormontherapie: Östrogen/ Progesteron, Phytotherapie,

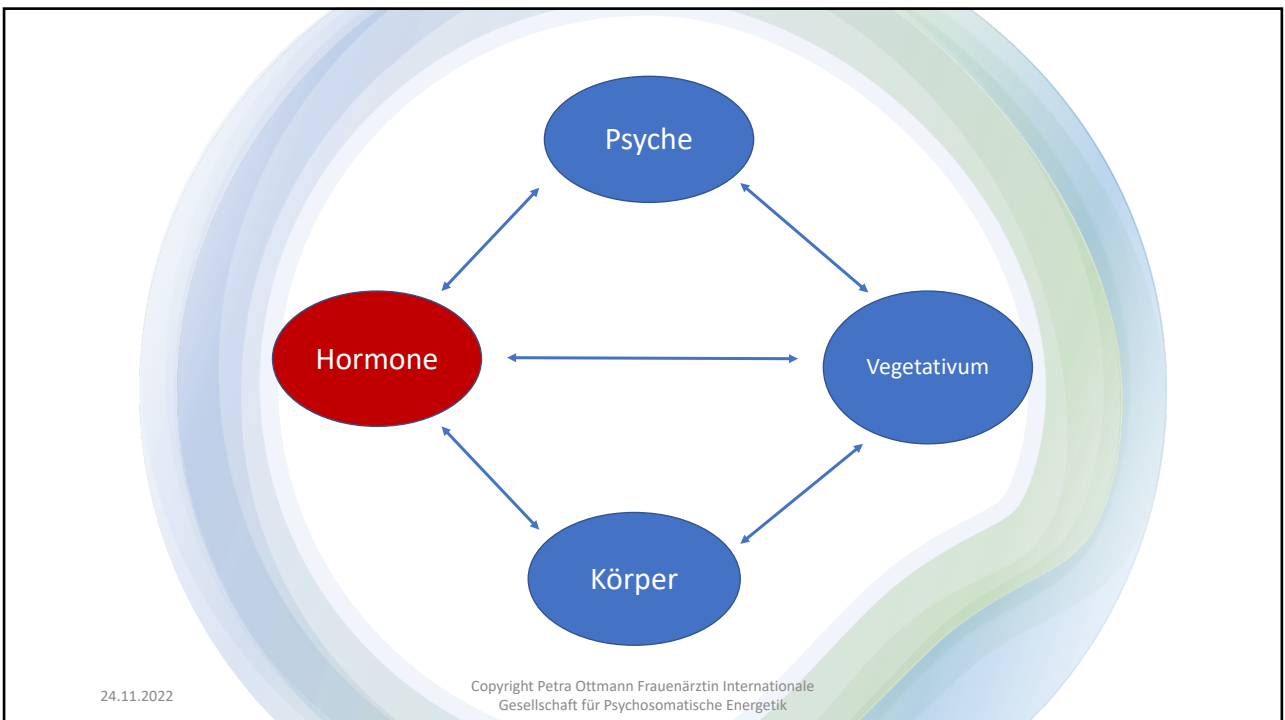
24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

21



22



23



Antworten  
Schulmedizin

- Falsche Ernährung
- Zu wenig / zu viel / falsche Bewegung
- Zu viel Stress / zu wenig Entspannung

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

24




Antworten  
Naturheilkunde

- falsche Ernährung
- Zu wenig / viel/ falsche Bewegung
- Zu viel Stress/ zu wenig Entspannung
- Vitaminmangel
- Mineralstoffmangel
- Übersäuerung
- Darmflora
- Phytotherapie
- Meridianstörung
- Homöopathie

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

25




**Agnus castus**  
**Mönchspfeffer**

- PMS
- Mastodynie
- Zyklusstörung
- Kinderwunsch
- Dysmenorrhoe

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

26



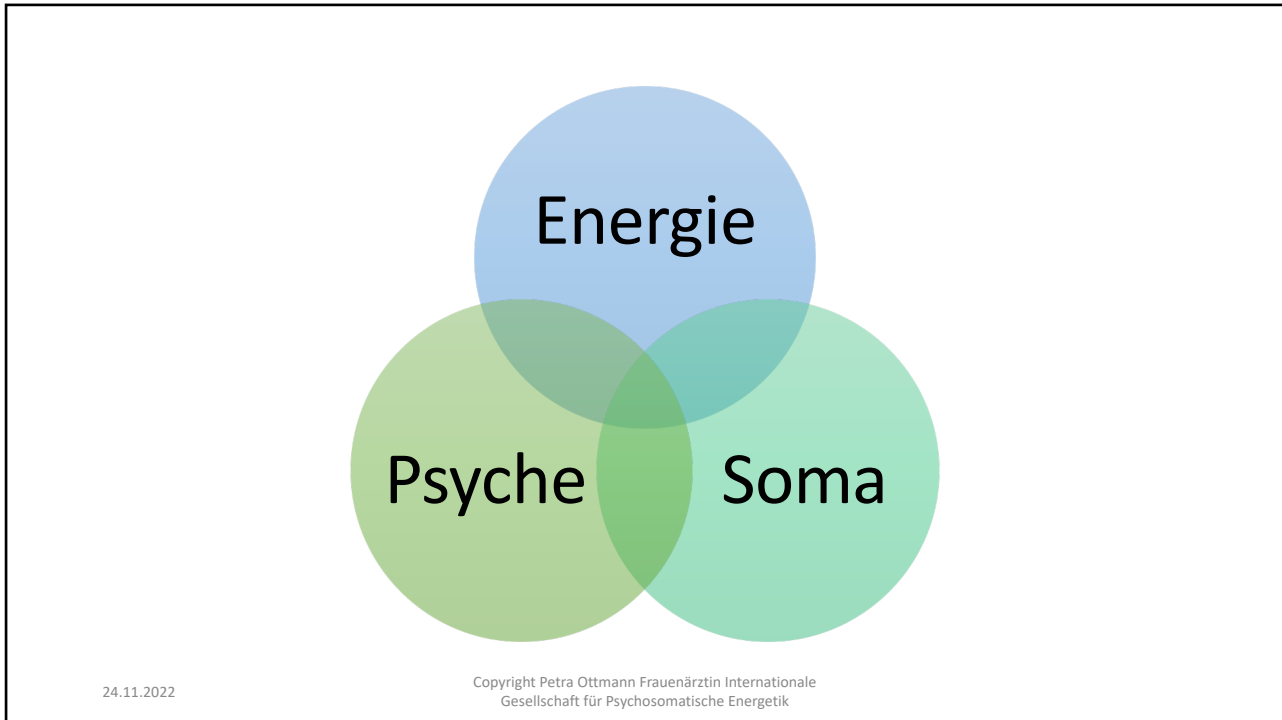
Antworten  
Komplementärmedizin

- falsche Ernährung
- Zu wenig / viel/ falsche Bewegung
- Zu viel Stress/ zu wenig Entspannung
- Vitaminmangel
- Mineralstoffmangel
- Übersäuerung
- Darmflora
- Meridianstörung
- Homöopathie
- **Psychosomatische Energetik**

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

27



28

A diagram showing a glowing, multi-layered ring. The ring is composed of several concentric, slightly irregular bands of light blue and green, creating a sense of depth and energy. The text 'Feinstoffliche Lebensenergie' is written in red inside the ring.

**Feinstoffliche  
Lebensenergie**

- enthält harmonische Heilinformatio
- Universal vorhanden
- maßgeblichen Einfluss auf das vegetative Nervensystem.
- Einfluss auf alle Stoffwechselfvorgänge und Zellfunktionen
- Unterstützt Zellregeneration/ reparation

24.11.2022


Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

29



# Ursachen von Erkrankung Energiemangel

30




Ursache von Energiemangel:  
**Energieblockaden**

- Umwelt/ Geopathie/ Elektrosmog
- Übersäuerung/ **Mikrobiom**/ Mesenchymbelastung
- **(unbewusste) seelische Konflikte/ Stress**

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

31




**Folgen des Energiemangels**

- seelische/ körperliche Erschöpfung
- Vegetative Dysbalance
- Verlust der Regeneration-und Reparationsfähigkeit
- Funktionseinschränkungen, hormonelle Dysbalancen
- Chronische Erkrankungen

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

32



**Psychosomatische Energetik**

- Energieladung der/des Patient/in
- Vitalebene - Emotionalebene
- Ursache? Umwelt/ Chakra / seelisches Thema
- Therapie homöopathische Mittel :  
Chavita/ Envita etc.  
ggf. Darmsanierung , ggf. Vitamine,  
Mineralstoffe etc

24.11.2022


Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

33




**Testen der Energieladung  
Ermittlung von Energiewerten**

**Rebapad**



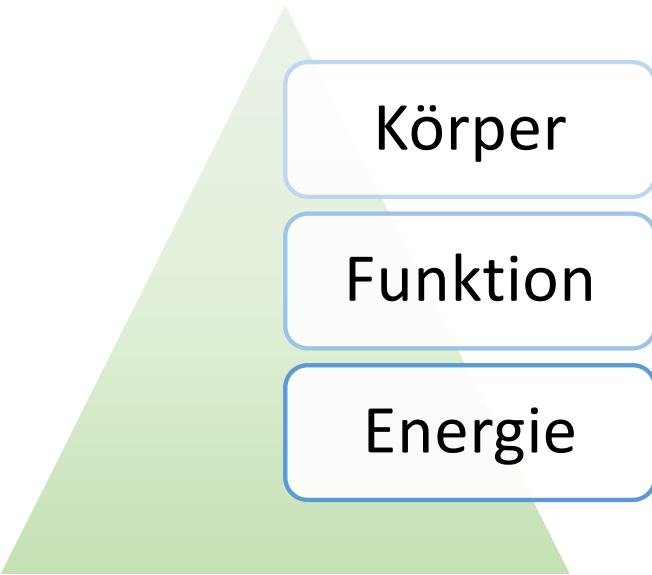
**Rebatest**



Aussenden eines Polyfrequenzspektrums von Longitudinalwellen, die mit Hirnfrequenzbereichen (Delta, Theta, Alpha, Beta) in Resonanz gehen.

Copyright 2022 Petra Ottmann, Frauenärztin Internationale Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

34



**Körper**

**Funktion**

**Energie**

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

24.11.2022

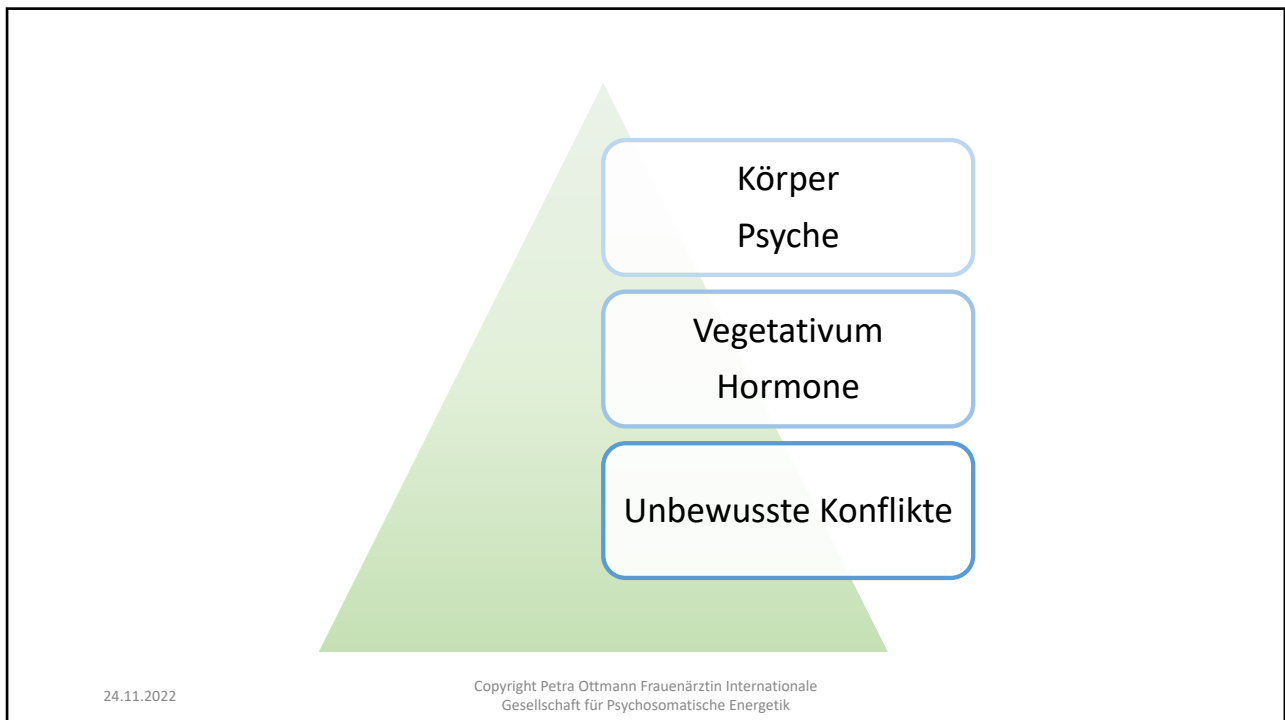
35

## Chakren und ihre körperl./ seelische Bedeutung


Chakra 7	Energetisch. Körper. Seelisch.	Gottvertrauen Cortex Epiphyse Weltsicht Glaubenssätze innere Lebenshaltung
Chakra 6	Energetisch Körper Seelisch	3.Auge ! Harmonie mit Umwelt Hypothalamus/ Hypophyse ( Hormonzentrale) Gelassenheit / Ruhe /
Chakra 5	Energetisch Körper Seelisch	Kommunikation Schilddrüse / HWS / Herz/Hirn Komm. / alte Trauma /
Chakra 4	Energetisch Körper Seelisch	Vertrauen Herz/ Lunge/ Thymus/ Mamma Ängste, Vertrauen
Chakra 3	Energetisch Körper Seelisch	Selbstausdruck Verdauung / Pankreas/ Darm unterdrückte Gefühle / tiefe Frustration
Chakra 2	Energetisch Körper Seelisch	Stressbewältigung / Ich/Umwelt NN – Hormonhaushalt / LWS/ Dickdarm flight/fight stark sein wollen / Grenzen
Chakra 1	Energetisch Körper Seelisch	Erdung/ SELBST / Sakralplexus/ Ovarien/ Urogenitalbereich Selbstwert, Autonomie

24.11.2022  
Copyright Petra Öttmann Frauenärztin Internationale Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

36



37



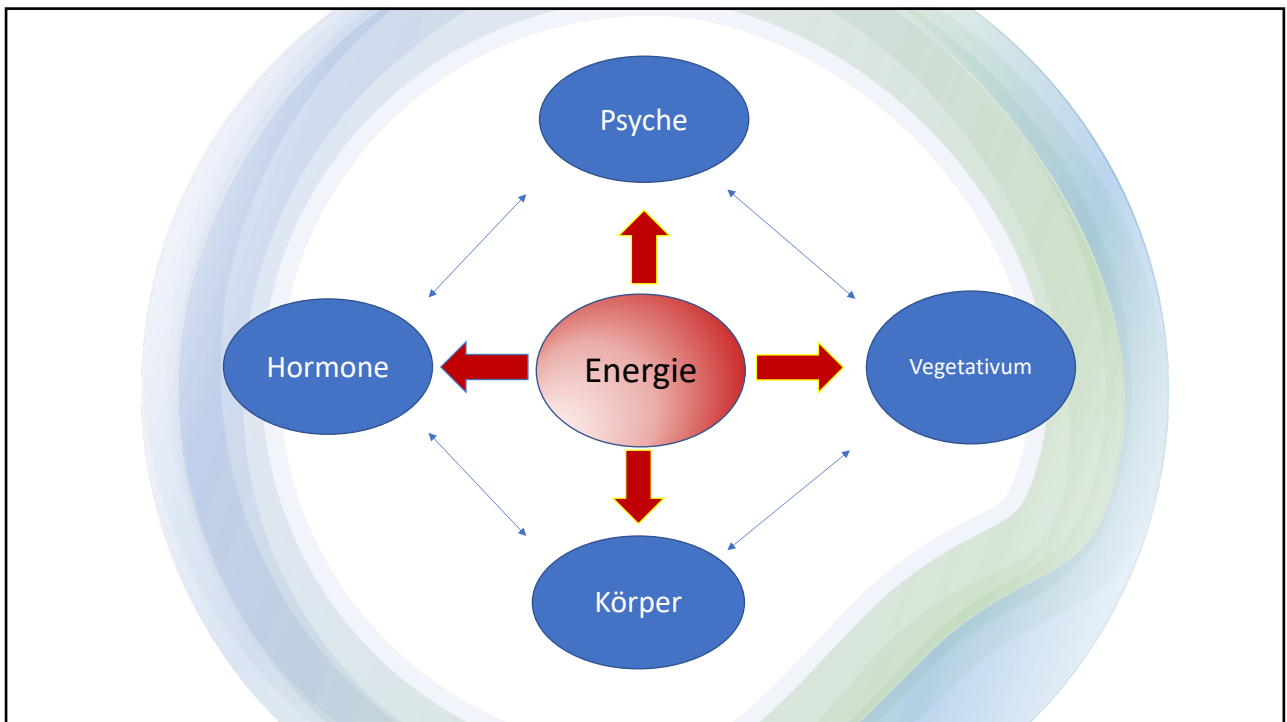
**Psychosomatische Energetik**

- Psyche stabiler, seelische Belastbarkeit und Gesundheit steigt
- Vegetativum Schlaf P/ RR , Schwitzen
- Hormonbalance Harmonie im Hormoncocktail
- Körper Wohlbefinden, Ernährung/ Bewegung Vitamine/ Mineralstoffe


24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

38



39



## Fazit

- körperliche/ seelische Symptome hormoneller Zustände/ Veränderungen sind Ausdruck körperlicher/seelischer Mangelzustände
- Gehen oft einher mit einer Dysbalance im hormonellen Gesamtgefüge : HVL/ Schilddrüse/ NN
- Sind vielen diagnostischen und therapeutischen Optionen nicht zugänglich – **PSE hilft weiter !**

24.11.2022 Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

40

### Welche ursächliche Diagnostik/ Therapie

Haut/Haare	Darm /Übersäuerung Vit D Ernährung Schilddrüse ??
Gelenke/Knochen.	Darm/ Übersäuerung Vit D Ernährung Schlafplatz. PSE
Gewicht	Darm/ Pilze Schilddrüse/ Stoffwechsel PSE Ernährung
Psyche	PSE Bachblüten Homöopathie Phytotherapie ggf Hormone Schilddrüse Vit D
Dysmenorrhoe	Darm Vit D Magnesium SS Agnus castus
Klimakt/ Zyklus/ PMS	PSE Nemafam/ Agnus castus Schilddrüse !! VitD HRT
Schlaf	Schlafplatz. PSE , Hormone ( Progesteron )


24.11.2022 Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik


41




42


## Bsp. 1: Patn Frau M, 39 Jahre Zyklus


 **Beschwerden:** Zyklusschwankungen, massive Stimmungsschwankungen, Schlafstörung, Magen/Darmprobleme mit Sodbrennen, Akne im Intimbereich, Konzentrationsprobleme

 **Testergebnis:**  
V 40 E 60, Zellstufe 6, Thema CH2/Em6, Sim Pilz/ Dysbiose in Dick-und Dünndarm

 **Therapie:** Chavita 2, Emvita 6, Simvita, Darmsanierung

**4 Monate später (nach 2 Konfliktbehandlungen):**

 **Beschwerden:** Verdauung viel besser/ Sodbrennen weg; Schlaf gut, Haut gut, zyklisch noch leichte Stimmungsschwankungen bei regelm. Zyklus

 **Testergebnis:**  
V 90 E 80 Zellstufe 1

24.11.2022 Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

43

## Bsp. 2 : Patn. Frau B. 31 Jahre. PMS



**Beschwerden:** PMS mit Stimmungsschwankungen , massive Wut aus Partner, anfällig für Krankheiten  
Anamnese : kindl. Missbrauch, Wochenbettdepression, Hypnose, Paartherapie, analyt Therapie



**Testergebnis:**  
V 40 E 10, Zellstufe 1 , Thema CH 5 / EM 17



**Therapie:** Chavita 5 Emvita 17

### 14 Monate später (nach 2 Konfliktbehandlungen):



**Beschwerden:** bereits nach 4 Mon. (1. Konflikt) deutl. Besserung  
Jetzt : Beziehung sehr gut ! Körperl und seelisch Stabilität im Zyklus



**Testergebnis:**  
V 80 E 80 neuer Konflikt 4/14

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

44

## Bsp. 4 : Patn. Frau N. 24 Jahre Grav./Psyche



**Beschwerden:** Psych. Stress, Ängste, soziale Phobien,  
Anamnese : Kindheit Gewalt/ Alkohol  
Diagnose : Borderline Pers. Störung. Jetzt Frühgrav.



**Testergebnis:**  
V 50 E 20,



**Therapie:** Chavita 1 Emvita 2

### 7 Monate später: Grav. 9. Monat



**Beschwerden:** relativ unkomplizierte Grav. Soziale Phobien wesentlich besser



**Testergebnis:**  
V 80 E 60 neuer Konflikt 5/ 17 unkompl. Geburt und Wochenbett

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

45

## Bsp. 5 : Patn. Frau L. 39 Jahre Grav./Psyche



**Beschwerden:** Konfliktgrav. Ablehnung des Kindes Überforderung  
**Anamnese :** 2 gesunde Kinder, fam Konfliktsituation glücklich im Beruf  
 Patn. entstammt einen ungewollten SS



**Testergebnis:**  
 V 30 E 20,



**Therapie:** Chavita 4 Emvita 13

### 12 Monate später

Unkomplizierte Grav. Und Geburt , Patn. überglücklich , „ Kind ist das beste, was ihr passieren konnte“

**Testergebnis:**  
 V 80 E 80

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
 Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

46

## Bsp. 6 : Patn. Frau H. 30 Jahre Wochenbettdepression



**Beschwerden:** 2 Monate zuvor anstrengende Geburt ( 3 Tage Einleitung / VE) erschöpft, kraftlos  
 jetzt immer noch massive Ängste um Kind , selbst kein Gefühl für sich „ Taubheit für den  
 eigenen Körper“ ( Problem Essen – Hungergefühl ) kann nicht klar denken, steht neben sich  
 kennt die Symptome von früher – nie so heftig



**Testergebnis:**  
 V 80 E 40, Ch 1 / Em 2



**Therapie:** Chavita 1 Emvita 2

### 10 Monate später



**Beschwerden:** fühlt sich deutlich besser, kommt mit sich und dem Kind gut zurecht



**Testergebnis:**  
 V 90 E 70

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
 Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

47

## Bsp. 3 : Patn. Frau S. 55 Jahre Klimakterium



**Beschwerden:** Schmerzen HWS/BWS/LWS seit 8 Jahren Hitzewallungen Schwinde. HE  
**Diagnose** Fibromyalgie, Depression  
**Med:** Novalgin 2x20 TRpf Milnaneurax, Amitryptillin, L-Thyroxin



**Testergebnis:**  
 V 60 E 20, Zellstufe 1, Thema CH 6 / EM 24



**Therapie:** Chavita 6 Emvita 24 Neurovita, Simvita

### 10 Monate später (nach 2 Konfliktbehandlungen):



**Beschwerden:** bereits nach 4 Mon. (1. Konflikt) deutl. Besserung des AZ  
 Novalgin und Amitryptillin abgesetzt  
 Jetzt : nur noch L-Thyroxin, körperl. Und seelischer Zustand sehr gut



**Testergebnis:**  
 V 80 E 80

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
 Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

48

## Zusammenfassung

- Psychosomatische Energetik
- Bringt Balance in Psyche, Vegetativum, Hormone, Körper
- unterstützt Heilung von Körper, Geist und Seele
- Verbessert den Effekt aller naturheilkundlicher Therapien
- Verbessert Verträglichkeit und Wirksamkeit von Schulmedizin – oder kann sie gar überflüssig machen

24.11.2022

Copyright Petra Ottmann Frauenärztin Internationale  
 Gesellschaft für Psychosomatische Energetik

49