

Vorwort

Ihnen, liebe Leserschaft, liegt nun (m)ein Buch über das Hormonsystem vor, mit dem ich selber gerne während meiner Ausbildung, aber auch während meiner therapeutischen Anfänge gearbeitet hätte.

In der Ausbildung lernte ich die einzelnen Hormondrüsen und Hormone kennen – wobei der Schwerpunkt jeweils v.a. auf ihrer Wirkung und Funktion lag, jedoch weniger darauf, wie sie einander beeinflussen können. Diese partielle Betrachtungsweise erschwerte mir nicht nur das Lernen, sondern stand zudem im Widerspruch zu meinem Wunsch nach dem Verständnis der logischen Abläufe, Erklärungen und Zusammenhänge. Zudem hegte ich die vage Vermutung, dass deutlich mehr dahinter stecken dürfte, als ich bis dato häppchenweise serviert bekam. Und so begann ich schon vor meiner Heilpraktikerprüfung damit, Ablaufdiagramme mit den direkten Wirkungen des Hormonsystems zu zeichnen, um die zugrunde liegende „Bio-Logik“ der körperlichen Abläufe zu verstehen. Sie ahnen es: Einmal begonnen, konnte ich nicht mehr damit aufhören.

Mich interessierte im Speziellen, welchen Einfluss das Hormonsystem auf die Entstehung oder den Fortbestand von Erkrankungen hat und welche Symptome hinweisend für hormonelle Dysbalancen sein könnten, insbesondere in Bezug auf Zyklusstörungen, Migräne, drohenden oder bestehenden Burn-out und Depressionen. Immer mehr vertiefte ich mich in diesen wundervollen und spannenden Themenkomplex der Hormoninteraktionen und die sich daraus ableitenden therapeutischen Ansätze. Schnell war klar: Das wird der Schwerpunkt meiner Arbeit! Heute reicht meine Arbeit weit über Zyklusstörungen hinaus. Die Hormone sind an nahezu jedem körperlichen Vorgang beteiligt. Hormonelle Dysbalancen haben daher weitreichende Folgen für das Gesamtsys-

tem, Krankheiten können Dysbalancen verursachen und zu weiteren Erkrankungen führen etc.

Ich möchte Sie herzlich dazu einladen, das Studium dieses Buchs als Teil einer spannenden Reise zu begreifen, und hoffe, dass Sie viel Wissen sowie wertvolle Anregungen und Ansätze für Ihren therapeutischen Alltag und auch für Sie persönlich aus diesem Buch mitnehmen, verstehen und anwenden können. Diese Reise wünsche ich mir zum Wohle aller, die genesen möchten, aber auch derer, die durch neu erworbene Erkenntnisse vielleicht zum ersten Mal erfahren, was die eigentliche Ursache ihrer Erkrankung ist.

Der Ansporn meines täglichen Tuns sind all die Menschen, denen ich eine neue Perspektive vermitteln und die ich durch meine Fachkenntnis und meine Therapieansätze auf dem Weg ihrer Genesung begleiten darf. Ich wünsche Ihnen ebenfalls diese besonderen Momente!

Gerne möchte ich mich bei allen Patientinnen und Patienten bedanken, die mir ihr Vertrauen geschenkt haben und noch schenken werden. Meiner Familie und meinen Freunden danke ich dafür, dass sie an mich geglaubt und mich bestärkt haben, sich manches Mal mit mir über Sichtweisen ausgetauscht haben und mich selbst dann unterstützen, wenn ich einmal mehr vollständig in meine Passion abtauche. Mein Dank geht darüber hinaus an Herrn Böser (Executive Editor) und Frau Frotscher (Project Management) vom Haug Verlag sowie Frau Teichert (Lektorat), die mich mit Rat und Tat, fachkundiger Arbeit und in gutem, offenem Austausch unterstützt haben – ohne sie wäre mein Wunsch, dieses Werk zu erschaffen, wohl kaum Realität geworden.

Brechen/Villmar an der Lahn, im August 2021

Juliane Miorin-Bellermann