

Willkommen in meinem Buch!

Wenn Sie diesen Ratgeber zum Thema Fibromyalgie in Händen halten, gehören Sie vermutlich zu den Menschen, bei denen die Diagnose schon gestellt wurde. Das kann etwas Befreiendes mit sich bringen. Endlich haben all die Beschwerden, die Sie jahrelang belastet haben, einen Namen: Fibromyalgiesyndrom. Doch nach der Diagnose kommt oft die Ernüchterung: Die klassische Schulmedizin bietet wenige Optionen für eine wirksame Therapie. Häufig werden Ihnen vielleicht Schmerzmittel, Antidepressiva und Psychotherapie empfohlen, ohne dass Sie sich durch die Behandlung wesentlich besser fühlen. Zudem hat die Fibromyalgie immer noch ein gesellschaftliches Akzeptanzproblem, nicht nur im sozialen Umfeld der Betroffenen, sondern auch bei so manchen Ärztinnen und Ärzten. Das macht es den Erkrankten besonders schwer, kompetente Hilfe zu finden. Viele haben die Hoffnung auf eine zielführende und empathische medizinische Unterstützung bereits aufgegeben.

Die Naturheilkunde hat einen anderen, umfassenderen Blick auf den Menschen. Körper, Geist und Seele werden in die Therapie mit einbezogen. Eigenverantwortung spielt eine wichtige Rolle. Hilfe zur Selbsthilfe, wirksame Strategien, um Symptome zu lindern – das alles steht im Mittelpunkt der Behandlung. So können Sie Ihre Gesundheit aktiv mitgestalten. Mit meinem Buch möchte ich Ihnen dafür hilfreiche Anregungen und bewährte Tipps aus der Praxis geben. Ich möchte Sie auf Ihrem Weg begleiten, Ihre Gesundheit selbst in die Hand zu nehmen. Entdecken und stärken Sie Ihre Selbstheilungskräfte, tun Sie das, was individuell zu Ihnen passt – so werden Sie Ihre Beschwerden nachhaltig lindern und den Weg zurück zu mehr Lebensqualität finden!

München, im Frühjahr 2026
Dr. Michaela Moosburner