

„Die Frau im Wechsel“

Tagung von Frauen für Frauen

Samstag,
8. Oktober 2005

9.00 - 17.00 Uhr

Saal der Raiffeisenbank Ottensheim



Eintritt:

EUR 10,- im Vorverkauf

EUR 12,- an der Tageskasse

Nähere Informationen und Karten erhältlich in der
Apotheke Ottensheim Tel.: 07234/82208, in den Ordinationen
Dr. Kehrer Tel.: 07234/85458, Dr. Rathke-Valencak 0732/777759,
Dr. Hillisch Tel.: 07272/76933 oder
in den Raiffeisenbanken Ottensheim und Walding

PROGRAMM

9.00 Uhr

Eröffnung durch Bürgermeisterin Uli Böker

1. Vortrag

Was verändert sich im Wechsel –welchen Stellenwert haben Hormone bei der Therapie der Wechselbeschwerden?

Dr. Kehrer

Eine verminderte Hormonproduktion hat Folgen im ganzen Körper. Hormone können diesen Mangel ausgleichen. Pro und kontra Hormonersatztherapie.

2. Vortrag

**Die Haut im Wechsel
Störende Veränderungen der Behaarung**

Dr. Hillisch

Akne als Frühsymptom des beginnenden Wechsels. Zunehmende Trockenheit und quälender Juckreiz sind „zum aus der Haut der fahren“.

P a u s e

3. Vortrag

Das Ende des Himmlischen Wassers

Dr. Rathke

Wechseljahre aus der Sicht der chin. Medizin
Die chinesische Medizin ist ein ganzheitliche Heilkunde. Auf Basis der Organsysteme und Energieflüsse werden Energetische Disharmonien und die fünf Säulen der Heilung Lebensstil, Bewegung, Ernährung, Akupunktur und Heilkräutertherapie besprochen.

4. Vortrag

Wohlbefinden wieder finden mit pflanzlichen Heilmitteln

Mag.
Reisinger

Wechselbeschwerden lassen sich lindern. Eine Abhandlung über den Rotklee, die Traubensilberkerze und das Johanniskraut.

P a u s e b i s 1 4 . 0 0 U h r

14 Uhr

5. Vortrag

Mag.
Reisinger

**Optimierung der Nährstoffversorgung und
homöopathische Regulation im Wechsel**

Vitamine und Mineralstoffe erfüllen wichtige Funktionen im Körper. Mängel lassen sich erkennen und gezielt ausgleichen. Eine Fallstudie.
Der sanfte Weg zur Ausgeglichenheit. Eine Besprechung der wichtigsten Frauenmittel in der Homöopathie.

6. Vortrag

Dr. Rathke

Wechseljahre - Wandeljahre

Psychische Aspekte in der Zeit des Wechsels

Altern, Verfall, Verlust der Weiblichkeit, Hitzewallungen, Gewichtsprobleme, Depression.....der Anfang vom Ende oder Auftakt in eine neue schöpferische Lebensphase? Wir betrachten den tieferen Sinn dieser Zeit des Wandels und wie körperliche Veränderungen gleichnishaft nach außen die inneren Veränderungen spiegeln.

P a u s e

7. Vortrag

Dr. Kehrer

**Osteoporose und Inkontinenz -
ein notwendiges Übel?**

Was ist Knochenschwund? Möglichkeiten zur Vorbeugung und Behandlung. Harnverlust- ein Problem, mit dem Frau leben muss? Strategien zur Vermeidung und Therapiemöglichkeiten von „Senkungsbeschwerden“.

8. Vortrag

Dr. Hillisch

**Was Sie schon immer über Botox und Co
wissen wollten**

Möglichkeiten der Faltenbehandlung. Botox, Unterspritzen mit Filler Laserbehandlungen, Liftings.

Im Anschluß gemütliches Beisammensein



MAG. MICHAELA REISINGER

Geb. 1964 hat sie 1990 das Pharmaziestudium und den Universitätslehrgang für Werbung und Verkauf in Wien abgeschlossen. Nach dem Aspirantenjahr war sie in verschiedenen Apotheken in Wien tätig und hat von 1994 bis 1998 für den Pharmazeutischen Großhandel Marketing-Ideen für Apotheken entwickelt. Seit 1998 führt sie die Apotheke Ottensheim und hat sie 2003 von ihren Eltern übernommen. Sie ist ausgebildeter Wellness-Coach und Absolventin der Nährstoffakademie Salzburg.

**Apotheke Ottensheim · Linzerstraße 9 · 4100 Ottensheim · Tel.: 07234/82208
E-mail: info@apotheke-ottensheim.at**



DR. LUCIA KEHRER

geboren 1964 in Linz. Nach dem Medizinstudium an der Universität Wien absolvierte sie zunächst ihre Ausbildung zur praktischen Ärztin und anschließend zur Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe im den Krankenhäusern der Barmh. Schwestern u. Brüdern in Linz. Während der Karenzzeit (2 Kinder) beschäftigte sie sich mit Komplementärmedizin und erwarb das Diplom für Akupunktur. Seit Juni 2002 arbeitet sie als niedergelassene Gynäkologin in Ottensheim. Im Rahmen ihrer Tätigkeit liegt ihr besonders die Aufklärung und Information von Jugendlichen, die Betreuung der Schwangeren sowie die Behandlung von Wechselbeschwerden am Herzen.

**Ordination: Jakob-Siglstraße 1 · 4100 Ottensheim · Tel.: 07234/85458
E-Mail: lucia.kehrer@utanet.at**



DR. ILSE RATHKE-VALENCA

Geb. 1965, Nach einigen Jahren als Krankenschwester, Studium der Medizin in Graz und Wien. Damals schon Beschäftigung mit Akupunktur. Seit 2003 Wahlarztpraxis in Linz mit Schwerpunkt komplementäre Onkologie, Psychosoziale Medizin, klinische Hypnose, Akupunktur und traditionell chinesische Medizin. Daneben Ärztliche Leitung im Wundkompetenzzentrum Linz, als Polizeiarztin und beim Psychosozialen Notdienst. In letzter Zeit vermehrt Seminarartigkeit zu verschiedenen Themen.

**Praxis: Museumstraße 11 · 4020 Linz · Tel.: 0732/777759 bzw. 0676/7073952
E-Mail: praxis@lamedica.at · www.lamedica.at**



DR. REINGARD HILLISCH

Geboren 1964 in Linz, Medizinstudium an der Universität Wien. Ausbildung zur Fachärztin für Haut- und Geschlechtskrankheiten am KH der Elisabethinen in Linz, unterbrochen durch die Geburt ihrer zwei Kinder. Seit 2002 arbeitet sie gemeinsam mit ihrem Mann, der Plastischer Chirurg ist, in ihrer Ordination in Eferding.

Neben der Therapie von Hautkrankheiten sind Laser-Behandlungen und ästhetische Chirurgie Schwerpunkte der Ordinationsgemeinschaft.

**Ordination: Unterer Graben 2 · 4070 Eferding · Tel.: 07272/76933
E-Mail: dr.hillisch@aon.at**

„Die Frau im Wechsel“ – Tagung von Frauen für Frauen
mit freundlicher Unterstützung von:

Europharm[®]
high-tech nature therapy

Dr. Böhm[®] **Isoflavon** Dragees
aus Rotklee und Soja
mit Nachtkerzenöl



VITAMINS
& HERBALS
ORTHO
Therapia[®]

SCHERING
making medicine work

Raiffeisenbank 
Walding-Ottensheim
Die Bank für Ihre Zukunft

Mehr denn je

Was heißt das nur, ich werde alt
Was heißt das nur, wie soll ich es empfinden
Ich kann den Morgenhimmel in mir finden
Und Frühlingsstürme – mehr denn je

Was heißt das nur, ich werde alt
Was heißt das nur, wie soll man es verstehen
Ich kann wohl meine Hände altern sehen
Doch schön ist das Berühren – mehr denn je

Mein Körper ist mir Freund
Und meine Haut genießt den Wind wie eh und je
Und all das, was ein reifer Mensch nicht mehr zu fühlen hat
Das fühl ich mehr denn je

Was heißt das nur, ich werde alt
Was heißt das nur, wie soll ich es empfinden
Ich kann so viel Verwirrung in mir finden
Und ungeduldig bin ich – mehr denn je

Was heißt das nur, ich werden alt
Was heißt das nur, wie soll man es verstehen
Des Lebens Spuren kann ich auf mir sehen
Doch geh ich neue Wege- mehr denn je

Mein Haar, das ist schon grau
Doch weht der Wind mir in's Gesicht wie eh und je
Und all das was ein reifer Mensch nicht mehr
Zu denken hat
Dran denk ich mehr denn je –

Was heißt das nur, ich werde alt
Was heißt das nur, wie soll ich es empfinden
Ich kann den Morgenhimmel in mir finden
Und Frühlingsstürme – mehr denn je

Erika Pluhar