



Wir freuen uns, dass Sie sich entschieden haben einen Termin in unserer Praxis auszumachen. Uns ist wichtig dass Sie gut informiert zu uns kommen, denn die richtigen Erwartungen ermöglichen es uns gemeinsam am selben Strang zu ziehen. Deshalb werden wir Sie jetzt ein wenig mit unserer Arbeitsweise und unseren organisatorischen Voraussetzungen vertraut machen. Danach können Sie nochmals darüber entscheiden ob Sie, den Termin in unserer Praxis wahrnehmen möchten.

Wie schaut mein Behandlungskonzept aus?

Der ganzheitliche Aspekt der Behandlung steht bei mir im Mittelpunkt. Ich bin offen für alternative Behandlungen aber auch offen gegenüber der Schulmedizin. Welche Maßnahmen im Einzelfall sinnvoll sind werden wir in einem gemeinsamen Prozess erarbeiten. Ich arbeite nach den Grundlagen von „*Biologic Healing*“ Man versteht darunter eine tiefgehende, nachhaltige Regulation und Regeneration des Körpers. Ist er gut versorgt und in seinem Gleichgewicht verschwinden oft viele Beschwerden von alleine wieder. Andere Heilbehandlungen wie Akupunktur, Kräuter, Homöopathie aber auch die schulmedizinischen Maßnahmen wirken besser und es kommt seltener zu Rückfällen. Diese Art zu heilen hat sich durch meine naturnahe Lebensweise entwickelt. Ich habe die Mechanismen im Garten in meinem Teich, im Stall, bei meinen Tieren oder auch in meiner hauseigenen Kläranlage beobachtet. Irgendwann habe ich verstanden, dass unser Körper nach den selben Grundsätzen wie jedes andere Ökosystem funktioniert. Heute wissen wir, dass die konventionelle Landwirtschaft Schaden an den Böden anrichtet, die Produkte deutlich minderwertiger sind und Tiere ausgebeutet werden. Es ist an der Zeit, dass wir mit unserem Körper (*wir haben nur einen*), so wie ein engagierter Biobauer, behutsam umgehen und die Nachhaltigkeit im Fokus haben. So wie eine Pflanze ausreichend Licht, Wasser, Mikroorganismen und Dünger braucht um prachtvoll zu gedeihen so brauchen wir hochwertige Makronährstoffe (*Fette, Aminosäuren...*), ausreichend Mikronährstoffe (*Vitamine, Spurenelemente*), Botenstoffe (*Hormone*) und Mikroorganismen (*Darm*) um kraftvoll und vital unsere Leben genießen zu können.

Wie läuft eine Behandlung bei uns ab?

Der erste Schritt ist ein Erstgespräch bei mir in der Praxis. Für die Behandlung einer Erkrankung ist die Suche nach den Ursachen der wichtigste Schritt. In der Kassenmedizin werden oft nur Symptome niedergedrückt, wohingegen ich das Problem an der Wurzel packen möchte. Dafür nehme ich mir eine Stunde Zeit. Sie können mir alle Beschwerden und Erkrankungen schildern, wie Sie bisher behandelt wurden, was geholfen hat und was nicht. Es ist dabei auch wichtig wie Sie leben, was Sie arbeiten und wohin Ihre Wünsche gehen.

Eine ausführliche Anamnese ist der wichtigste Teil um zu seiner vernünftigen Diagnose zu kommen. Dabei versuche ich verschiedene Beschwerden durch eine ganzheitliche Betrachtung zusammenzuführen. Vieles was scheinbar unabhängig voneinander diagnostiziert wurde, hat durchaus bei richtiger Betrachtung miteinander zu tun. Viele Erkrankungen haben ihren Ursprung oft Jahre vor ihrem Ausbruch. Es ist ein Sammeln von Hinweisen und Indizien, fast so wie in einem Kriminalfall. Genaues Zuhören und die Durchsicht Ihrer alten und neueren Befunde sind dafür sehr hilfreich. Wenn ein Bild entstanden ist empfehle ich Ihnen ergänzende Laboruntersuchungen um erstmalig Ihren individuellen Status zu analysieren. Ich nehme mir ausreichend Zeit um ein Konzept für die Behandlung Ihrer Beschwerden zu erstellen. Für dieses Erstgespräch verrechnen wir eine Pauschale von **140 Euro**. Ein Teil dieser Blut-, Stuhl- und Harntests wird nach Deutschland in ein Speziallabor geschickt. Die Analysen sind oft sehr aufwendig und benötigen Zeit. Nach ca. 3-4 Wochen haben wir dann alle Ergebnisse vorliegen. Dann gibt es ein Nachgespräch in welchem ich Ihnen die Ergebnisse in Bezug auf Ihre Beschwerden erkläre. In Absprache mit Ihnen wird ein individuelles Therapiekonzept erstellt. Für diese Nachbesprechung verrechnen wir **71-95 Euro**. Alle weiteren Behandlungen wie Akupunktur, Gespräche, Kontrollen etc. werden je nach Zeitaufwand mit **35 – 71 Euro** verrechnet.

Warum empfehle ich Laboruntersuchungen welche die Krankenkassen nicht bezahlen?

Jeder Mensch ist ein Individuum mit unterschiedlicher Vorgeschichte, unterschiedlicher Lebensweise und unterschiedlicher Ernährung. Um Ihre individuelle Situation in Ihrem Körper zu verstehen, brauche ich erstmals eine umfassende Laboranalyse. Was genau bei Ihnen nötig ist, ergibt sich aus dem Erstgespräch. Wir ermitteln beim Vitalstoffstatus die Speicherwerte aus dem Vollblut. Nur so können wir feststellen, ob Sie ausreichend versorgt sind. Vitalstoffe nur im Serum zu bestimmen ist zwar billig, es liefert aber nicht die Informationen wie die Versorgung in Ihren Zellen aussieht. Leider erstattet die Krankenkasse nur die Kosten für die Erkennung von Krankheiten. Die Parameter, die zur Gesundheit führen werden leider nicht als notwendig erachtet. Informationen kann man aus dem Blut, aus dem Harn und aus dem Stuhl bekommen. Es ist wichtig, erstmalig umfangreiche Informationen zu gewinnen, um ein möglichst genaues Bild zu erhalten. Später kann man auf diesen Ergebnissen aufbauen und kontrolliert nur mehr die individuellen Schwachstellen. Es ist nicht nötig, immer wieder alle Laborwerte neu zu machen. Die Ergebnisse die wir dann miteinander besprechen ermöglichen es mir, die Anamnese zu einem ganzheitlichen Bild zusammenzuführen. Daraus wird ein individueller Therapieplan erstellt.



Wie viele Kapseln muss ich schlucken?

Wissen wir was Ihnen fehlt, müssen wir diese Defizite auffüllen. Wie schon erwähnt ist dies bei jedem Menschen eine andere Zusammenstellung. Ich suche hier immer wieder aus verschiedenen Quellen/Firmen die besten Produkte heraus. Neben der Qualität und Wirksamkeit ist auch der Preis ein entscheidendes Kriterium für mich, denn auch die Behandlung mit Nahrungsergänzungen übernehmen meist die Krankenkassen nicht. Ich arbeite ausschließlich mit Einzelsubstanzen in ausreichender Dosierung. Nur damit kann ich individuell dosieren. Eine einzige Wunderpille wo alles enthalten ist, gibt es leider nicht. Es ist fast wie bei einem wunderbaren Kochrezept. Auch da wird ein Gericht erst hervorragend durch die individuelle Zusammensetzung der Zutaten. Ich werde bei der Zusammensetzung des ersten Therapieplans immer wieder gefragt, ob man was weglassen kann. Meine Antwort ist: Leider nein. So wie es nicht sinnvoll ist in einem Kuchenrezept den Zucker oder das Backpulver wegzulassen, ist es nicht sinnvoll Teile von Vitaminen und Spurenelementen die fehlen nicht aufzufüllen, wenn ein Mangel vorliegt. Es sind ja nicht isolierte Prozesse die bei einem Mangel gestört sind, sondern jeder Bereich ist mit dem anderen vernetzt. Deshalb macht es Sinn das System gleichzeitig zu stärken. Letztendlich entscheiden aber sie selbst wie sie meine Empfehlungen umsetzen und anwenden. Es geht auch nicht immer nur um ein profanes Auffüllen. Gerade im Bereich der Hormone ist die Balancierung untereinander ein Teil der ärztlichen Kunst. Oft wird mir auch die Frage gestellt ob sich die vielen „Tabletten“ untereinander vertragen. Wir Ärzte der Orthomolekularen Medizin wehren uns gegen die Bezeichnung Tabletten. Die Substanzen mit welchen wir arbeiten, sind körpereigene Stoffe, Vitamine, Spurenelemente, Pflanzenstoffe und Kräuter. Diese sind in eine vegane Kapselhülle gefüllt und enthalten keine weiteren Fremdstoffe. Meist kann man die Kapsel auch aufmachen und das Pulver in Speisen einrühren. Nur sehr wenige Substanzen müssen nüchtern eingenommen werden. Sie werden als Nahrungsergänzungsmittel gehandelt und sollen auch genau das tun. Die Nahrung ergänzen damit unsere Nahrung zum Heilmittel wird. Die empfohlenen Präparate variieren preislich und können zum Teil auch gleich bei uns in der Praxis erworben werden. Wir versuchen immer, Produkte mit dem für Sie besten Preis-Leistungsverhältnis, von guter Qualität auszusuchen. Es ist uns aber wichtig zu betonen, dass sie selbstverständlich auch mit Produkten anderer Hersteller oder aus anderen Bezugsquellen arbeiten können.

Dauer der Behandlung

Es wird dauert häufig 3-6 Monate, bis wir ein stabiles Gleichgewicht in ihrem Körper erreicht haben. Ich konnte schon häufig beobachten, dass bis dahin auch viele Beschwerden oder Erkrankungen verschwunden sind, da der Körper die Möglichkeit zur Selbstheilung genützt hat. Bei akut belastenden Beschwerden begleite ich die Regerationsphase oft mit speziellen Kräutern oder anderen Naturheilmitteln. Aber auch schulmedizinische Maßnahmen haben bei mir (*meist kurzfristig und wenn nötig*) einen Platz. Ich berücksichtige auch ihre laufende Behandlung, die Sie durch andere Ärzte verordnet bekommen haben. Medikamente können auf Ihren Wunsch und wenn sinnvoll abgesetzt werden. Jedoch sollte sich die Gesamtsituation verbessert haben, bevor man über ein Absetzen von Medikamenten nachdenkt. Ich habe aber auch immer wieder erlebt, dass sich schon nach einigen Tagen oder nach 2-3 Wochen eine deutliche Verbesserung eingestellt hat.

Nun zu den Kosten

Auch hier ist es mir wichtig transparent zu sein, damit Sie wissen auf was Sie sich einstellen sollten. Wie schon erwähnt unterstützen die Krankenkassen die Vorbeugung und Gesunderhaltung finanziell nicht. Das wirklich große Geschäft in der Gesundheitsindustrie wird mit verzweiferten Kranken gemacht. Nun ist es leider so, dass es für Naturstoffe keinen Patentschutz gibt, dadurch kann mit diesen Stoffen kein Profit gemacht werden, ohne Profit keine Studien, ohne große teure Studien keine Übernahme durch die Krankenkassen. Es liegt also wieder in unserer „finanziellen“ Eigenverantwortung den Boden für die Heilung aufzubereiten. Ich würde mir wirklich wünschen es wäre anders. Es gibt nur 2 große Labore und die nur in Deutschland, die sich auf die von mir erwähnten speziellen Analysen spezialisiert haben. Nachdem im Verhältnis noch wenige Patienten diese Untersuchungen durchführen lassen sind sie teurer als das Routinelabor. Auch hier hoffe ich, dass sich mit einer Bewusstseinsänderung auch am Preis etwas ändert. Die Kosten für die Laboruntersuchungen werden über die Praxis verrechnet, da unser Partnerlabor in Linz freundlicherweise den Transport nach Deutschland übernimmt. Dies ist sehr wichtig, da unsere Recherchen ergeben haben, dass es sehr kompliziert und teuer ist Blut oder andere Körperflüssigkeiten zeitgerecht zu verschicken. (*ca..60 Euro pro Labor*). Diese Kosten ersparen sie sich durch diese Regelung. Deshalb werden die externen Laborkosten von uns verrechnet und an die ausländischen Labore per Monatsabrechnung weitergeleitet.

Informationsblatt

Praxis Dr. Ilse Rathke-Valencak



Welche Laborkosten können nun auf Sie zukommen? Das Basisprofil der Mikronährstoffe mit den Vitaminen B12 und Folsäure welches ich wirklich jedem Patienten empfehle, kostet **139 Euro**. Der Vitamin D Spiegel kostet **40 Euro** wird aber von einigen Kassen übernommen. Eine Darmfunktionsanalyse aus dem Stuhl kostet **160 Euro**. Beim Hormonstatus zahlen die Krankenkassen noch die meisten Parameter. DHEA wurde erst kürzlich gestrichen und kostet für meine Patienten **10 Euro (regulär, im Privattarif 70 Euro)**. Für die schriftliche Befundung von Hormonwerten verrechne ich **30 Euro**. Neu und wichtig erscheint mir auch die Bestimmung von Jod im Harn. Dies kostet **25 Euro**. Wissen Sie wie gesagt, liegt es in ihrer Eigenverantwortung, wie viel Geld sie bereit sind, in ihre Gesundheit zu investieren. In Österreich sind wir es noch nicht gewohnt. Leichter fällt es uns, wenn wir für einen neuen Zahn, eine Autoreparatur, den Urlaub, für unsere Tiere (*was ich als Tierfreundin natürlich gut finde*) oder für die Wohnungseinrichtung den selben Betrag ausgeben sollen. Sie werden vor der Blutabnahme von meiner Mitarbeiterin nochmals genau über die individuellen Kosten aufgeklärt und haben natürlich immer die Möglichkeit etwas nicht oder später durchführen zu lassen.

Organisatorische Fragen

Terminbestätigung: Sie haben mit uns bereits einen Termin vereinbart. Nachdem Sie meine Informationen gelesen haben, können sie diesen bis einige Tage davor kostenfrei stornieren. Die genaue Frist wird Ihnen im Mail mitgeteilt. Wenn Sie sich entschieden haben, mit mir gemeinsam an ihrer Heilung zu arbeiten, dann bestätigen Sie uns bitte den Termin nochmals schriftlich indem sie auf unser Mail kurz antworten. Erfolgt keine Bestätigung werden wir den Termin anderweitig vergeben. Bei einer Absage nach dieser Frist stellen wir ihnen 50% des Erstgesprächshonorars in Rechnung. Bei Absage am Tag des Termins oder bei Nichterscheinen verrechnen wir den vollständigen Betrag. Dies ist leider nötig geworden da wir nicht mehr als zwei Erstpatienten pro Tag einteilen um die Qualität zu gewährleisten und es dadurch immer wieder zu Wartezeiten auf einen Erstgesprächstermin kommt. Wird rechtzeitig storniert, können wir Patienten, welche dringend auf einen Termin warten, einschieben.

Parken: Unsere Praxis liegt in der **Museumstrasse 11, 4020 Linz**. Rundherum sind Parkplätze in der Kurzparkzone. Wir bemühen uns, dass keine Wartezeiten entstehen. Da wir mit Menschen arbeiten und es gerade hier immer wieder zu unerwarteten Ereignissen kommt, bitte ich um Verständnis, dass es auch einmal zu Wartezeiten kommen kann. Werfen sie deshalb großzügig in ihre Parkuhren ein, denn die Parkwächter in unserer Gegend sind sehr fleißig. Wenn Sie beruhigt parken wollen empfehle ich die Parkgarage Elisabeth. Von dort sind es nur ein paar Schritte über den Gerichtsparkplatz in unsere Praxis. Auf der Straße beträgt die Parkgebühr pro angefangener ½ Stunden **1 Euro**, in der Garage **1,10 Euro**. Es handelt sich also nur um ein paar Cent Mehrkosten. Die Einfahrt befindet sich gegenüber der Museum-Apotheke, in der Elisabethstrasse 2 (*fürs Navi*).

Bezahlung: Seit Jahresbeginn kann bei uns nur mehr Bar oder mit Bankomat bezahlt werden. Beachten Sie bitte das Limit für Bankomatkartenbezahlungen.

Bitte denken Sie daran alle alten **Befunde** mitzubringen. Ebenso Medikamente und auch Nahrungsergänzungen die sie bereits zu Hause haben. Ich werde mir diese Produkte gerne ansehen und Sie darüber informieren ob und wie man diese in die Behandlung einbauen kann.

Gerne können sie auch eine **Vertrauensperson** mitnehmen. Gerade bei komplexen Erkrankungen hören 4 Ohren mehr als 2 Ohren. Sie haben dann auch noch jemanden mit dem sie meine Empfehlungen besprechen können.

Wir freuen uns wenn Sie uns ihr Vertrauen schenken und wir uns gemeinsam auf den Weg zu Ihrer Gesundwerdung machen können. Unser Ziel ist es, dass Sie mit möglichst vielen Informationen Ihren Körper kennenlernen und auch wissen, wie Sie in Zukunft selbst mit verschiedenen Beschwerden umgehen können. Unterstützung zur Eigenmacht ist mein Plan. Wenn eine Patientin/ein Patient unsere Hilfe nicht mehr braucht haben wir unser Ziel erreicht.

Der berühmte Arzt Albert Schweitzer (1875-1965) sagte, dass jeder Kranke in seinem Inneren einen Arzt besitzt. Da der Kranke dies vielleicht nicht weiß oder nicht versteht, wie er diesen inneren Heiler aktivieren kann, braucht er einen Arzt, damit er ihn auf dem Weg dorthin begleitet.