

Naturheilpraxis

**Kerstin Hustedt**

Heilpraktikerin & Dipl.-Psychologin



# GESUND WERDEN, GESUND BLEIBEN!

Ich lege für meine Patienten viel Wert auf das harmonische Zusammenspiel von Körper, Seele und Geist. Wenn die Seele leidet, erkrankt der Körper, und auch umgekehrt.

Alle Körpersysteme sind miteinander verbunden und der Körper kann nur gesund und vital bleiben, solange alles zusammen funktioniert. Er muß mit Vitaminen, Mineralien und lebendiger Energie versorgt werden. Bewegungsmangel und hektisches Leben bringen die Energieflüsse des Körpers aus dem Gleichgewicht. In meine Praxis kommen Menschen, die gesundheitliche Probleme haben, und auch Gesunde, um einen Ganzkörpercheck durchzuführen.

## ⇒ Diagnostik

Im ersten Termin nehme ich mir besonders viel Zeit für Sie und führe ein Anamnese-Gespräch, um Sie mit Ihren Problemen und auch als Mensch gut kennenzulernen. Danach teste ich Sie über ein Gerät vollständig durch, um die Organe abzuchecken und verschiedene Belastungen (z.B. Impfungen, Schwermetalle) zu erkennen.

Anschließend besprechen wir, welche Ursachen ich für Ihre Probleme/Krankheiten gefunden habe. Darauf wird dann das Therapiekonzept abgestimmt.

## ⇒ Therapiemethoden

*Ich arbeite mit:*

### **Klassischer Homöopathie:**

Das Prinzip der Homöopathie besteht darin, den einzelnen Menschen in seiner Gesamtheit aus Körper, Seele und Geist zu betrachten. Es werden Substanzen (aus Pflanzen, Tieren u. Mineralien) verwendet, die in niedriger Dosis die Krankheiten heilen, die sie in hoher Dosis verursachen. Die Substanzen werden durch Verreibung/Verschüttelung in einem best. Verhältnis potenziert.

Die jeweilige Potenz (D-, C-, LM-Potenz) trägt wesentlich zur Heilkraft bei. Gerade für die homöopathische Behandlung ist es wichtig, dass ich Sie von Ihren Problemen/Beschwerden her und als Mensch mit ihren Eigenarten gut kennenlerne.

### **Phytotherapie:**

Die Pflanzenheilkunde verwendet einheimische und „moderne“/exotische Pflanzen, heute v.a. in Tropfen- u. Tablettenform, z.B. Johanniskraut, Baldrian, Weißdorn, Granatapfel, Kakao, Aroniabeere.

### **Bachblütentherapie:**

Die Bach-Blüten wirken durch ihre energetischen Schwingungen als Katalysator zwischen der körperlichen, geistigen und seelischen Ebene. Sie helfen so, das innere Gleichgewicht wieder herzustellen, energetische Blockaden zu lösen und Krankheiten vorzubeugen.

### **Entgiftungs- u. Ausleitungsmethoden:**

Sie werden angewandt bei Belastungen wie Impfbelastungen, Schwermetallen (Quecksilber!) und Umweltgiften.

### **Vitamin- u. Mineralstoff-Substitution:**

Besonders bei schweren/belastenden Krankheiten, Streß, anstrengenden Lebensphasen und immer dann, wenn die Mineralstoffbalance im Körper nicht mehr stimmt, ist es wichtig, die passenden Mineralien o. Vitamine zuzuführen.

### **Yoga-Therapie:**

Yoga ist eine der ältesten Heilkünste der Menschheit. Über 6.500 Jahre „Entwicklungsarbeit“ haben Yoga zu seiner großen Reife und Differenziertheit geführt. Man kann mit Yoga wunderbar für die Stärkung der Abwehrkräfte sorgen, gegen Streß/Burn-Out und eine ungesunde Lebensweise arbeiten, die Konstitution stärken und eine höhere Lebensqualität erreichen.

## ⇒ Besondere Schwerpunkte

### **Kinder**

#### **(Impfbelastungen, Schulprobleme, AD(H)S)**

Immer mehr Kinder leiden heutzutage unter dem sog. AD(H)S-Syndrom, d.h., sie haben Probleme mit Aufmerksamkeit, Hyperaktivität und Impulsivität, die ihr Leben zu Hause u. in der Schule wesentlich beeinträchtigen. Ganz häufig kommt es zu massiven Schulproblemen. Ich kläre in meiner Praxis beim einzelnen Kind, welche Ursachen bei ihm vorliegen (z.B. Überfunktion des Gehirnstoffwechsels, Über-



reizung durch Computer/Fernseher/Termine, Lebensmittelallergien, Impfbelastungen, Schwermetall-Belastungen etc).

Wenn ich diese herausgefunden habe, kann ich den einzelnen Menschen individuell behandeln. Mit der klassischen Homöopathie kann man die Konstitution und damit den ganzen Menschen stärken, damit derjenige wieder in seine Harmonie zurück findet. So erreichen wir eine langfristige Heilung.

### Hochsensibilität

Ca. 20 % aller Menschen gelten als hochsensibel, d.h., sie haben eine erhöhte Fähigkeit zur Wahrnehmung ihrer Umwelt u. der sie umgebenden Menschen. Sie fühlen sich von der großen Menge an „Daten“ überschwemmt.

Oft haben solche Menschen Probleme wie Burn-out-Syndrom, chronische depressive Verstimmung, chronisches Müdigkeitssyndrom, Angstsymptome, Zwänge u. Zweifel, div. psychosomatische Beschwerden. Bei diesen Problemen bietet sich eine individuelle Kombination aus Homöopathie, Bachblütentherapie, Mineralstoff-Substitution und v.a. Yoga-Therapie an.

### „Ungeklärte“ Krankheiten

(Es wurde von der Schulmedizin keine Ursache gefunden)

### Allergien

Immer mehr Menschen leiden heute unter Allergien verschiedenster Art. Hierzu gehören z.B. Heuschnupfen, Asthma bronchiale, Neurodermitis - v.a. bei Kindern!, Lebensmittelallergien (Kuhmilch, Weizen, Zucker, Phosphate, Farb-u. Konservierungsstoffe). Es gibt viele Ursachen für die Zunahme der Allergien heutzutage, diskutiert wird ein genetischer Zusammenhang.

Heutzutage trainieren wir unser Immunsystem durch die vielen Hygienemaßnahmen nicht mehr so stark wie früher. Weiterhin gibt es einen Zusammenhang zwischen Allergien und Impfungen. Weitere Faktoren sind z. B. Rauchen, Autoabgase, Stress, kleinere Familiengrößen, veränderte Ernährungsgewohnheiten und die kürzere Stillzeit junger Mütter. Nach einem genauen Diagnostizieren des Allergens kann ich die Allergie homöopathisch sehr gut regulieren.

### Begleitende Krebstherapie

Geht es um das Thema Krebs, können sich Krebspatienten unterstützende Effekte, eine Stärkung des Immunsystems und die Linderung von Nebenwirkungen von der Naturheilkunde erhoffen.

Die alternativen Verfahren werden somit begleitend zur Schulmedizin eingesetzt. Selbst die moderne Krebsforschung setzt auf immer individuellere Therapien (molekulare Besonderheiten einzelner Tumorzellen).

Und so ist auch die begleitende Krebstherapie meiner Naturheilpraxis individuell ausgerichtet. Beim einzelnen Patienten wird geklärt, welche Medikamente/Therapien ihm helfen können.

Das wird ein individueller Mix sein wie z.B. Misteltherapie, Thymustherapie, Johanniskraut, Homöopathie und Mineralstoff-Substitution.

Ich freue mich besonders, dass alle Altersklassen vom Baby bis zum Senior – und auch weit über Buxtehude hinaus – den Weg in meine Praxis finden!





**Kerstin Hustedt**

Heilpraktikerin & Dipl.-Psychologin

**Zu meiner Person:**

Geboren 1968, verheiratet, eine Tochter. Diplomstudium der Psychologie in Braunschweig, Diplom 1992. 1997-2000 Ausbildung zur Heilpraktikerin an der Dt. Paracelsus-Schule in Hamburg, einjährige Ausbildung in Klassischer Homöopathie, seit 2000 Heilpraktikerin. Seit 2000 eigene Naturheilpraxis in Buxtehude.

**Meine Philosophie:**

In meiner Arbeit möchte ich der Einzigartigkeit eines einzelnen Menschen möglichst gut gerecht werden, und die Besonderheiten

seiner Individualität würdigen. Nur mit genauem „Hinschauen“ (Gespräch, Diagnose) ist es möglich, jeden Menschen dort anzusprechen, wo er sich in der Essenz seines Wesens und seines Lebens genau erkannt und verstanden fühlt.

Dies beinhaltet sowohl die besondere Funktionsweise seines körperlichen Stoffwechsels, als auch seine seelische Dynamik, sowie seine spirituelle Geisteshaltung, mit der er sich und sein Leben in dieser Welt sieht. Jeder Mensch ist anders und benötigt somit etwas anderes zur Heilung!

Um dieses Ziel zu erreichen gibt es viele Wege und Methoden.

Deswegen gibt es meiner Praxis eine Mischung aus verschiedenen Therapien, von denen einige stärker an der Seele, andere stärker am Körper arbeiten.

In meinem eigenen Leben wurde ich durch zahlreiche Fügungen mit einigen davon intensiv ausgestattet, um sie zunächst an mir selbst erfolgreich zu erfahren, und dann auch anderen Menschen zu gute kommen zu lassen.

Dies immer wieder erleben zu dürfen, dafür bin ich dem Leben zutiefst dankbar!



Herzlich willkommen in der

**Naturheilpraxis Kerstin Hustedt**

Heilpraktikerin & Dipl.-Psychologin • Lange Str. 14/Fußgängerzone

21614 Buxtehude • Tel.: 04161 – 866 499

Mail: naturheilpraxis-hustedt@freenet.de