



Dr. med. Wilfried Hohenforst

### **Der Endometriose-Ratgeber**

Moderne Therapiewege nutzen,  
Unterleibsschmerzen lindern, Lebensqualität  
zurückgewinnen

160 Seiten, ca. 35 Abbildungen  
15,5 x 21,0 cm, Softcover  
ISBN 978-3-8426-3085-7  
€ 20,00 [D] / € 20,60 [A]

Erscheinungstermin: 15.09.2022

- **Rund 15 % aller Frauen leiden unter Endometriose und den damit verbundenen Schmerzen**
- **Der Autor ist seit vielen Jahren in der Patientinnen-Betreuung tätig**
- **Bewährte Behandlungsmöglichkeiten sowie die besten Selbsthilfemaßnahmen, um Schmerzen zu lindern**
- **Ein optimistischer Ratgeber, der die sehr guten Möglichkeiten der evidenzbasierten, ganzheitlichen Endometriose-Therapie aufzeigt**

### **Wirksame Hilfe bei Endometriose**

Endometriose verursacht Schmerzen und Beschwerden, wirkt sich auf Kinderwunsch, Sexualität und Psyche aus und schränkt das Leben stark ein. Der Endometriose-Spezialist Dr. med. Wilfried Hohenforst liefert mit diesem Ratgeber eine fundierte und optimistische Hilfe für Betroffene: Er erklärt die Ursachen der Endometriose, erfolgversprechende und moderne Behandlungsformen sowie ganzheitliche Konzepte wie Naturheilverfahren oder TCM. Zudem zeigt er Möglichkeiten der Selbsthilfe auf, mit denen sich die Symptome der Endometriose in verschiedenen Lebensbereichen lindern lassen

#### **Aus dem Inhalt:**

- Wissen: Was ist eine Endometriose?
- Klassische Behandlung: operativ, hormonell, schmerzlindernd
- Ganzheitliches Konzept westlicher und östlicher Heilverfahren
- Sexualität – mehr als Geschlechtsverkehr
- Kinderwunsch und Schwangerschaft
- Geeignete Sportarten und Übungen

#### **Der Autor**

Dr. med. Wilfried Hohenforst ist seit über 20 Jahren in der Endometriose-Therapie tätig. In seinem zertifizierten Endometriose-Zentrum hilft er seinen Patientinnen über schulmedizinische Behandlungen hinaus mit Akupunktur und spezieller Schmerztherapie. In seinem Ratgeber zeigt er, dass sich neben der ärztlichen Therapie auch Sport, Entspannung sowie eine bewusste Ernährung bewährt haben, um eine gute Lebensqualität trotz Endometriose zu erlangen.

