

Vortrag im Naturkostladen  
„Hollerbusch“ in München Sendling Daiserstr. 5

Freitag, den 13.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr



Dr. Rebekka Leist

Frauenheilkunde  
Bioidentische Hormontherapie  
Mikronährstofftherapie  
Chinesische Medizin

## Wechseljahrsbeschwerden - keine Angst vor Hormonen

### „Gute“ versus „schlechte“ Hormone:

Die herkömmliche "Hormon"-ersatztherapie ist bei Frauen seit einigen Jahren zurecht in Verruf geraten, Krebserkrankungen zu begünstigen. Unsicherheit und Ängste führen dazu, dass Wechseljahrsbeschwerden (z.B. Schlaflosigkeit, Stimmungsschwankungen, Verzagtheit, sexuelle Unlust) unzureichend oder gar nicht behandelt werden.

Es gibt jedoch einen entscheidenden Unterschied zwischen "guten" und "schlechten" Hormonen. Sie erfahren, worin der Unterschied besteht und erhalten Tipps, wie die "guten" körpereigenen Hormone eingesetzt werden können.

### Studien belegen Unbedenklichkeit:

Anhand einiger der **wichtigsten medizinischen Studien** wird die Unbedenklichkeit der hier dargestellten Hormonergänzungstherapie und deren langfristige nebenwirkungsfrei Anwendung belegt. Ziel des Vortrags ist es, die Ängste, die nicht nur von den Medien geschürt werden, sondern oft auch auf Halbwissen und Vorurteilen beruhen, mit Fakten und physiologischem Wissen zu zerstreuen.

### Wertvolle Anregungen für Hormone - Einnahme im Alltag

**Sie erhalten Tipps**, wie die „guten“ körpereigenen Hormone im Alltag nebenwirkungsfrei eingesetzt werden können. In einer Kurzzusammenfassung als PDF-Datei (Dr. Leist-Hand-out-Wechseljahrsbeschwerden-keine Angst vor Hormonen-komprimiert-10-21) können Sie Zuhause nachlesen, um was es in diesem Vortrag geht.

**Hoffentlich** trauen sich dadurch mehr Frauen, ihre Wechseljahrsbeschwerden mit den „guten“ Hormonen zu behandeln und dadurch wieder mehr Lebensqualität zu erlangen!

Ihre

**Dr. med. Rebekka Leist**

---

### Organisatorisches:

#### Veranstaltungsort in München Sendling:

Naturkostladen "Hollerbusch, Daiserstr. 5, Tel: 77 64 74

**Anmeldung wegen begrenzter Teilnehmerzahl** (ca. 20 Personen) unter:

- Liste im Naturkostladen "Hollerbusch" vor Ort oder
- per Email an: [info@leist-chinesische-medizin.de](mailto:info@leist-chinesische-medizin.de)

**Unkostenbeitrag: 20,- € (Zahlung vor Ort an der Abendkasse)**