

Check

A close-up photograph of a woman's face, focusing on her eyes and hair. The image is partially obscured by green bars at the top and bottom, which contain text. The woman's eyes are closed, and her hair is dark and slightly messy. The lighting is soft and natural.

Zyklusstörungen
erkennen

mit Carolin

liste

ICH BIN DEIN COACH

Als Heilpraktikerin weiss ich, wie der Zyklus und die Hormone zusammenhängen und **Hand in Hand arbeiten**.

Denn das ist die Voraussetzung dafür, dass ein gesunder Zyklus bestehen kann und wir uns wohlfühlen.

Auch bei den Hormonen ist der **Zyklus nicht alles** - wenn gleich dieser bei uns Frauen **sehr wichtig** ist. Ich möchte dich auf die bestmögliche Art und Weise unterstützen, **damit du dich und deinen Körper lesen lernst**.

Das habe ich in den letzten 10 Jahren als **Expertin für Zykluswissen** und NFP-Beratung perfektionieren dürfen und freue mich sehr, meine Erfahrung nun mit dir zu teilen.

Wann immer du Fragen hast, melde dich gerne bei mir per E-Mail an info@naturheilkunde-paf.de - ich freue mich, von dir zu hören!

Deine

Carolin



Erfahre wie du vorhandene Zyklusstörungen mit Hilfe der NFP-Methode erkennen kannst

DU BIST HIER GENAU RICHTIG, WENN DU...



... auf der Suche nach Ursachen und Hilfe bei sehr unregelmäßigen Zyklen, ausbleibender Periode und fehlenden Eisprüngen bist.



... Symptomen wie Hautprobleme, Darmbeschwerden oder Haarausfall hast



... neugierig bist mehr über Deinen Körper und Zyklus zu erfahren

LASS UNS LOSLEGEN

Mit der folgenden Checkliste
kannst du dir bereits einen ersten
Überblick verschaffen, in wie weit
du möglicherweise von
Zyklusstörungen betroffen bist.

Jetzt kommt das Aber

Erst noch ein wichtiger Hinweis im Vorfeld:

Meine Informationen ersetzen keine Diagnose und
Behandlung beim Arzt, Heilpraktiker oder
Therapeuten.

Bitte gehe zum Arzt, Heilpraktiker oder Therapeuten, falls du oder jemand aus
deiner Familie Symptome haben und Unwohlsein besteht.



*Verschaff dir endlich einen ersten
Eindruck über deinen Zyklus*



CHECKLISTE

Bekannte Zyklusstörungen mit Hilfe der NFP-Methode erkennen

Kannst du jeweils einen Hacken setzen und Check sagen?

Mehr Infos folgen im Anschluss.

ZYKLUSLÄNGE (NUR 1 KREUZ)

- Länge zwischen 25-35 Tage
- Dauer kürzer als 23 Tage
- Dauer länger als 40 Tage

BLUTUNG

- Dauer 3-7 Tage
- Blutungsstärke ca 50ml auf gesamte Dauer
- Farbe rötlich-braun

OHNE BESCHWERDEN

- leichtes bis kein Brustspannen
- fühlst dich erholt und fit
- Schmerzfreie Blutung

1.ZYKLUSPHASE

- Eireifungsphase
Dauer 9-21 Tage
- Du kannst Zervixschleim beobachten
- Der Zervixschleim wird immer durchsichtiger und du hast ein feuchtes Gefühl

VORHANDENER EISPRUNG

- Stattgefundenener Eisprung
- Du beobachtest einen Temperaturanstieg
- Dein Zervixschleim ist dehnbar und du hast sogar ein nasses Gefühl

2.ZYKLUSPHASE

- Gelbkörperphase (Lutealphase) von 10-16 Tagen
- Du hast eine auswertbare Temperaturhochlage
- Dein Zervixschleim wird wieder weniger oder verschwindet ganz



HÄUFIGE FEHLER

01 FEHLER NUMMER EINS

Du fragst dich: Wie kann ich Symptom XY wegbekommen?
Das ist leider nicht zielführend. Frage dich: Wie kann ich mein hormonelles Gleichgewicht wieder herstellen, damit sämtliche Symptome automatisch verschwinden?

02 FEHLER NUMMER ZWEI

Suchst du weiter immer nur nach einem Mittel, um die Symptome zu kaschieren, bleibt die Ursache für deine Beschwerden weiterhin bestehen - ein hormonelles Ungleichgewicht.

03 FEHLER NUMMER DREI

Du klebst weiterhin nur Pflaster auf die Wunden.
Lerne stattdessen, wie du deinen Körper aktiv bei seiner Selbstheilung unterstützen kannst.

ZYKLUSSTÖRUNGEN ERKENNEN

Du willst tiefer einsteigen und noch mehr dazu erfahren? Wie du wirklich alle Häckchen setzen kannst?

Dann komm in mein Online-Seminar am 12. April um 19 Uhr via Zoom

ONLINE-SEMINAR

Entdecke welche Zyklusstörungen hinter den Symptomen stecken können

Erfahre bewährte Wege unliebsame Zyklusstörungen auszugleichen

FÜR SAGENHAFTE 29€

Zyklus- störungen erkennen

Bekannte Zyklusstörungen mit Hilfe der NFP-Methode erkennen

©Carolin Irnhäuser - www.naturheilkunde-paf.de



IM ONLINE-SEMINAR GEHT ES UM:

- Bekannte Zyklusstörungen mit Hilfe der NFP-Methode erkennen
- Häufig auftretende Symptome

Entdecke welche Zyklusstörungen hinter den Symptomen stecken können.
Erfahre bewährte Wege unliebsame Zyklusstörungen auszugleichen

KOMM IN MEIN SEMINAR



12. APRIL 22

ZYKLUS-
STÖRUNGEN
ERKENNEN

via Zoom

19 - 20:30 Uhr

COPYRIGHT

Alle Inhalte dieser Checkliste, insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken, sind urheberrechtlich geschützt.

Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei Carolin Irnhauser.

Die - auch auszugsweise - Verwendung der Inhalte dieser Checkliste kann nur nach meiner vorherigenschriftlichen Zustimmung erfolgen.

Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung bleiben vorbehalten.

Die Informationen sind meine persönliche Meinung und beziehen sich auf meine Erfahrungen, Recherchen und Studium.

Es besteht insbesondere auch keine Haftung in den Fällen, in denen aufgrund dieser Information durch falsche Anwendung oder falsch eingeschätzte Krankheitsverläufe ein Schaden entstanden ist.

Deine Carolin

HEILPRAKTIKERIN | NFP-BERATERIN | HORMON-CHOACH