

FUNKTIONELLE MEDIZIN

Ein umfassender Überblick

Was ist Funktionelle Medizin?

Die Funktionelle Medizin ist ein *personenzentrierter, wissenschaftsbasierter* Ansatz, der sich auf die Identifizierung und Behandlung der **Ursachen** von Krankheiten konzentriert, anstatt lediglich die Symptome zu behandeln. Sie betrachtet den Körper als ein integriertes System und berücksichtigt dabei genetische, umweltbedingte und Lifestyle-Faktoren, die die Gesundheit beeinflussen.

Im Gegensatz zur traditionellen Medizin, die sich oft auf die Behandlung von akuten Beschwerden konzentriert, zielt die Funktionelle Medizin darauf ab, die **Grundlagen für langfristige Gesundheit und Wohlbefinden** zu schaffen. Dies wird erreicht, indem die *individuellen Bedürfnisse* des Patienten berücksichtigt und ein maßgeschneiderter Behandlungsplan erstellt wird.

Die Säulen der Funktionellen Medizin

- **Personenzentriert:** Jeder Mensch ist einzigartig, und die Behandlung wird auf seine individuellen Bedürfnisse zugeschnitten.
- **Integrativ:** Sie kombiniert traditionelle und alternative Therapien, um die bestmöglichen Ergebnisse zu erzielen.
- **Präventiv:** Sie konzentriert sich auf die Vorbeugung von Krankheiten, bevor sie überhaupt entstehen.
- **Wissenschaftsbasiert:** Sie stützt sich auf die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse, um fundierte Entscheidungen zu treffen.
- **Teilnehmerorientiert:** Der Patient wird aktiv in den Behandlungsprozess einbezogen.
- **Ganzheitlich:** Sie berücksichtigt den ganzen Menschen (Körper, Geist und Seele).

Die Vorteile der Funktionellen Medizin

Funktionelle Medizin bietet eine Vielzahl von Vorteilen, darunter:

- **Verbesserte Gesundheit und Wohlbefinden:** Durch die Behandlung der Ursachen von Krankheiten können Sie Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden langfristig verbessern.
- **Erhöhte Energie:** Funktionelle Medizin kann Ihnen helfen, Ihre Energie zu steigern und Müdigkeit zu reduzieren.
- **Verbesserte Stimmung:** Funktionelle Medizin kann Ihnen helfen, Ihre Stimmung zu verbessern und Stress abzubauen.
- **Reduziertes Krankheitsrisiko:** Durch die Vorbeugung von Krankheiten können Sie Ihr Risiko, an chronischen Krankheiten zu erkranken, reduzieren.
- **Personalisierte Behandlung:** Die Behandlung wird auf Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnitten, um die bestmöglichen Ergebnisse zu erzielen.

Was Sie von einer funktionellen medizinischen Beratung erwarten können

Eine typische Beratung in der Funktionellen Medizin umfasst:

1. **Ausführliche Anamnese:** Ihr Arzt wird Sie ausführlich nach Ihrer Krankengeschichte, Ihrem Lebensstil und Ihren Umweltfaktoren fragen.
2. **Körperliche Untersuchung:** Ihr Arzt wird Sie körperlich untersuchen, um nach Anzeichen von Krankheiten zu suchen.
3. **Spezielle Labortests:** Es können spezialisierte Tests durchgeführt werden, um die Funktion Ihres Körpers genauer zu beurteilen (z.B. Darmgesundheit, Nährstoffmängel, Hormonstatus).
4. **Individueller Behandlungsplan:** Basierend auf den Ergebnissen der Anamnese, der körperlichen Untersuchung und der Labortests wird Ihr Arzt einen individuellen Behandlungsplan erstellen, der auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten ist.
5. **Follow-up-Termine:** Sie werden regelmäßige Follow-up-Termine haben, um Ihren Fortschritt zu überwachen und Ihren Behandlungsplan bei Bedarf anzupassen.

Bei welchen Erkrankungen und Beschwerden kann die funktionelle Medizin helfen?

Die Liste ist unendlich lang. Hier einige Beispiele:

- Verdauungsbeschwerden, Völlegefühl, Durchfall, Verstopfung
- chronische Müdigkeit, Leistungsminderung
- Konzentrationsstörungen, Stimmungsschwankungen
- Gelenkschmerzen, Rückenschmerzen
- Kopfschmerzen, Migräne
- Haarausfall, Hauterkrankungen (Akne, Neurodermitis, Psoriasis usw.)
- Stoffwechselerkrankungen (Schulddrüsenerkrankungen, Diabetes mellitus, Fettstoffwechselstörungen usw.)
- psychische Erkrankungen (Angst, Depressionen, Traumata usw.)
- kardiovaskuläre Erkrankungen
- neurologische Erkrankungen (Multiple Sklerose usw.)
- usw.

Zusammenfassung

Die Funktionelle Medizin ist ein zukunftsorientierter Ansatz, der die Komplexität des menschlichen Körpers berücksichtigt und auf die Ursachen von Erkrankungen abzielt, um nachhaltige Gesundheit und Wohlbefinden zu fördern. Durch personalisierte Behandlungspläne und die Berücksichtigung von Lebensstilfaktoren bietet sie eine umfassende Ergänzung zur traditionellen symptomorientierten Medizin.

