



Fra moderne mediciner til holistisk læge

Charlotte Bech er en af de få læger i Danmark, som har taget konsekvensen af sin utilfredshed med den etablerede medicin. Hun har i stedet for etableret en privatkonsultation i Gentofte, hvor hun praktiserer holistisk medicin, som ikke skal forveksles med alternativ medicin. Hun tilbyder i stedet et supplement til moderne medicin.

Charlotte Bech fungerede i mange år som traditionel læge. Efter sin uddannelse på Københavns Universitet arbejdede hun bl.a. på Gentofte Amtssygehus og Rigshospitalet, ligesom hun også tilegnede sig yderligere viden i USA. Men mange års samvittighedskvaler bød hende imidlertid at forlade den moderne medicin, blandt andet på grund af de skadelige bivirkninger, som opstår ved mange behandlinger, og derfor ønskede hun ikke længere at ordinere moderne farmaka.

Sundhedssystemet er utilfredsstillende for læger og for patienter

"Vores nuværende sundhedssystem, der er baseret på moderne medicin, er i sin nuværende form på vej til at blive forældet," fortæller Charlotte Bech. "Patienterne er utilfredse med lange ventetider med symptombehandling og med skadelige bivirkninger af behandlinger – og specielt er mange utilfredse med, at deres symptomer ikke bliver taget alvorligt. Mange læger er tilmed også begyndt at blive utilfredse, fordi de ikke kan tilbyde patienterne den bedst mulige behandling. Mange føler, som jeg, at de ikke kan leve op til ånden i vores lægeløfte. Et stigende antal læger søger derfor ud i privatsek-

toren, og et stigende antal patienter søger anden behandling end den, de modtager gennem det offentlige system."

Holistisk behandling

Formålet med holistisk behandling er at bevare og genskabe kroppens evne til at opretholde den indre balance i alle situationer. Det handler om at levendegøre kroppens egen indre intelligens – den indre kilde til sundhed, livskraft, visdom og kreativitet – og styrke kroppens egne naturlige helbredende kræfter. Det gælder specielt i de områder af kroppen og sindet, hvor der er opstået stivhed, tyngdefornemmelse, smerter eller ubehag. I holistisk medicin ser man sygdom som et resultat af ubalancer og urenheder, der har ophobet sig i kroppen over nogen tid. Det specielle ved holistisk medicin er at diagnosticere ubalancer på et tidligt tidspunkt, før symptomerne på egentlig sygdom opstår, således at man kan fjerne disse ubalancer fra kroppen og lære hver patient, hvordan man lever et sundt og afbalanceret liv. Hospitalerne har ikke tid til at undervise patienterne i, hvordan de skal leve, og hvad de skal spise for at undgå sygdom. Det er her Charlotte Bechs klinik kommer ind i billedet.

Udgangspunktet er den enkeltes sundhedstilstand

"Både ved forebyggelse og behandling af sygdom tager jeg udgangspunkt i en forståelse af det enkelte menneskes personlige sundhedstilstand ved at fastslå hvilken 'kropstype' og 'sindstype', man hører til. Det, der er sundt for den ene, kan være mindre egnet for den anden. Derfor er det nødvendigt med et personligt tilrettelagt program baseret på en præcis bestemmelse af eventuelle ubalancer," forklarer Charlotte Bech, og hun understreger, at

INKONTINENSKLINIKKEN

Rådgivning om ufrivillig vandladning
både til børn og voksne

- Har du problemer med inkontinens og ønsker undersøgelse eller behandling?
- Har du problemer med at finde de rigtige hjælpemidler eller bind?
- Har du brug for hjælp til at ansøge din kommune om økonomisk tilskud til hjælpemidler?
- Har du brug for nogen at tale med om problemet?
- Har du brug for at få udelukket at din inkontinens skyldes anden sygdom?

DEHNSVEJ 6 1 4700 NÆSTVED · TLF 55 72 73 44
FAX 55 75 73 45 · www.inkontinensklubben.dk

Magasinet

Gratis til dig der er indlagt
– de heldige abonnenter

Se mere på: www.raskmagasinet.dk

Her kan du også finde tidligere udgaver af RASK Magasinet samt alle artikler og du kan læse om, hvordan du tegner abonnement

RASK Magasinet
Tlf. 33 26 95 20

hun henviser til sine dygtige kolleger på hospitalerne, hvis patienterne har en kronisk eller alvorlig sygdom. I sådanne tilfælde kan hun dog tilbyde lindrende behandling som et supplement til den traditionelle, igangværende behandling.

Holistisk tilgang til overvægt og årsagerne hertil

Hvis en patient er overvægtig vil man i vestlig medicin sige: spis mindre, tæl kalorier og dyrk mere motion. I vedisk medicin, som egentlig kan opfattes som forebyggende medicin, er der forståelse for, at der kan være mange årsager til overvægt. "Der er jo mennesker, som tager på, bare de ser på et glas vand - og de spiser i forvejen næsten ingenting - hvordan skal de så kunne spise mindre?" spørger Charlotte Bech. Årsagerne til overvægt kan være mange. Det kan være arveligt betonet, eller der kan være tale om underernæring, fejlernæring, følelsesmæssig tomhed, stress, dårlig fordøjelse og omsætning, ophobning af ufordøjede madrester i vævene, skyldfølelse, problematiske parforhold eller familierelationer, som binder energien. Ligeledes kan der være tale om indtagelse af fødevarer, som ikke passer sammen, indtagelse af fødevarer på forkerte tidspunkter, depression, for meget motion, den forkerte slags motion, motion på forkerte tidspunkter, indtagelse af vestlig medicin og medicinrester i kroppen, etc.

Behandling af overvægt

Behandling af overvægt retter sig ifølge Charlotte Bech naturligvis mod grundårsagen og kan indbefatte lydterapi, vedisk adfærdste-

rapi, lysterapi, eller det kan simpelthen være at spise det samme, som man gør nu - men blot på andre tidspunkter af døgnet, kombineret med slankende og/eller urtepræparater. Videnskabelige undersøgelser har desuden vist, at man alene ved at begynde på transcendental meditation spontant kan holde sin ideelvægt. I en perfekt fungerende krop vil al føde, som man indtager, blive transformeret til ren energi, og man vil føle sig lettere og fyldt med energi efter måltiderne.

Fakta:

Charlotte Bech arbejder både med det mentale, det følelsesmæssige, og det legemlige - med andre ord, hun er ekspert i holistisk og naturlig behandling og har beskæftiget sig med det siden 1985. Hun er uddannet i akupunktur, i Maharishis vediske medicin og ayurveda. Charlotte Bech lægger hovedvægten på forebyggelse af sygdom og udvikling af bevidstheden. Hun er desuden lærer i transcendental meditation, har en forskeruddannelse fra USA og en doktorgrad i bevidsthedsudvikling, herunder yoga og meditation, fra et universitet i Schweiz. Læs mere på www.charlottebech.dk

SPECIALISTER I BEVÆGELSE

Alloplastikoperationer

Ortopædkirurgi

Rygkirurgi

Reumatologi

Kiropraktik

MR skanning

Ultralydskanning

Røntgen

Fysioterapi

Psykologi

Smerteklinik

Idrætsklinik

Bandagist

Diætist

Præcis og hurtig diagnose, tværfaglig vurdering og behandling...

Privathospitalet Valdemar er den direkte vej til specialister inden for lidelser i muskler, led og ryg. Under samme tag finder du ekspertisen til både diagnostik - herunder MR skanning, behandling, genoptræning og forebyggelse.

Vi dækker alt fra fysioterapi, kiropraktik, medicinsk behandling samt kirurgi i et nyt højteknologisk operationsafsnit med tilhørende helt nye behagelige sengestuer.

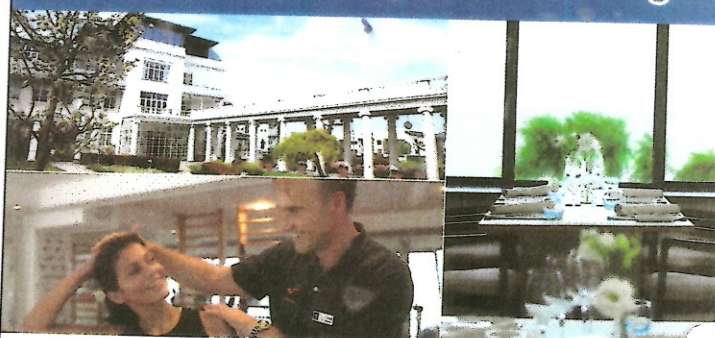
Vi kan desuden tilbyde en række støttefunktioner.

Aftale med sundhedsforsikringselskaber samt sygeforsikringen Danmark

PRIVATHOSPITALET
VALDEMAR

Sct. Knudsgade 3 • 4100 Ringsted
Telefon 57 61 09 14 • www.phvaldemar.dk

Aktive ophold på Skodsborg



I uge 7, 8, 12, 13, 16, 18 og 19 tilbyder vi 15 eller 20% rabat afhængigt af ophold, ved min. 3 døgn.

Kur-ophold: Dygtige fysioterapeuter vil under opholdet give inspiration til fysiske aktiviteter med respekt for individuelle behov. Inkluderer: Fuld pension med dejlig mad fra vores spa-køkken, individuelt tilrettelagt fysioterapi, gruppedynamiske aktiviteter på små hold. (Fra DKK 1.800,- pr. døgn inkl. 20% rabat).

Vigør-ophold: "Nyd" et aktivt Vigør-ophold med personlig træner, hvor motion og sund gastronomi fra vores spa-køkken er i højsædet, krydret med afslappende spa-behandlinger. (Fra 1.913 pr. døgn inkl. 15% rabat)

Mere information om ovenstående eller andre ophold kan fås på telefon 45 585800 eller på www.skodsborg.dk.



Skodsborg Kurhotel & Spa • Skodsborg Strandvej 139
2942 Skodsborg • Tlf.: +45 45 585 800
info@skodsborg.dk • www.skodsborg.dk