



Læge med det hele

Vita 03. februar 2009 kl. 11:30 på P1

Hør udsendelse

(24:31)

Charlotte Bech er uddannet læge og forsker i både Danmark og USA og har arbejdet på hospitaler i begge lande. Herhjemme blandt andet på Rigshospitalet i afsnittet for cancerpatienter.

I dag har hun en privat lægepraksis, hvor hun kombinerer den vestlige lægevidenskab med det indiske Ayurveda sundhedssystem, hvor man anlægger et holistisk syn på behandling af patienter.

Nu har hun skrevet en videnskabelig afhandling om cancerbehandling ifølge Ayurveda-systemet.

Hun understreger på det kraftigste, at hun i sin virksomhed som læge 100 procent samarbejder med det etablerede hospitals- og sundhedssystem.

Ikke nogen Jesus

Som hun siger, er hun ikke er nogen Jesus Kristus, der kan udrette mirakler, men hun kan gennem kombinationen af de vestlige og indiske behandlingsmetoder gøre livet bedre for sine patienter, også hvor det drejer sig om et fremskredent sygdomsforløb, hvor helbredelse ikke er mulig.

I de tilfælde bruger hun terapi, transcendent meditation og bevidsthedsudvikling. Behandlingsformer som hun er uddannet i ved universiteter i USA og Schweiz.

Tålmodighed og gode kostvaner

Den ayurvediske behandlingsform kræver tålmodighed og en varig omlægning af livsstil og kostvaner. Men, fremhæver Charlotte Bech, det skal ske inden for det gode livs rammer. Og det er ikke alt man skal følge slavisk.

I sin nye bog "Godt og sundt året rundt" har hun samlet gode råd og tips til hvordan man i dagligdagen kan forbedre sin sundhedstilstand og forebygge især livsstilssygdomme og stress.

I den forbindelse kommer hun vidt omkring i den menneskelige dagligdag, hvor det ikke kun handler om kost og motion, men også om rutiner, latter, tandblegning, sko, arbejdsfri dage.

Da hun også understreger vigtigheden af at respektere biorhythmer, magnetiske stråler og boligindretning, kommer journalistens skepsis tydeligt frem. Men også her støtter Charlotte Bech sig til anerkendt videnskabelig forskning og resultater.

Charlotte Bech er gæst i denne udgave af Vita.

Charlotte Bech: *Godt og sundt året rundt. Lægens 365 råd til et bedre liv.* Forlaget Documentas.

Send link

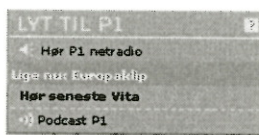
Mail

Facebook

Vært og tilrettelægger:
Mette Starch

Medvirkende:
Charlotte Bech

Genudsendelse:
03. februar 2009 kl.
21:30
04. februar 2009 kl.
05:30



Hverdage kl. 11.30

Hverdage kl. 21.30 og
05.30

Podcast programmet

Vita
□ et livskraftigt program hvor
livsstykker og ildsjæle
fortæller om det, de brænder
for.

Seneste fra Kulturnyt

Senest fra
Sproglaboratoriet