

WHITMAN
Kuren



Mögliche
Zusatzbuchungen

Basischer Leberwickel

Bei der Leber handelt es sich um ein zentrales Entgiftungsorgan des Stoffwechsels im menschlichen Körper: Hier läuft eine große Anzahl an Reinigungsprozessen ab, welche diverse ausscheidungspflichtige Stoffe „nierengängig“ machen. Vor allem beim Verbrennen von Fettdepots kommt es zur Freisetzung der darin enthaltenen Schadstoffe, welche in den gesamten Körper gelangen und abtransportiert werden müssen. Oftmals entsteht durch die jahrelange übermäßige Zufuhr von Alkohol und Fett eine sogenannte Fettleber.

Daher sollte die Leber – wie auch der Darm – eine regelmäßige Pflege erfahren. Der sogenannte Leberwickel optimiert durch die Stimulierung der Leber zugeordneten Haut die Durchblutung dieses Organs und wirkt somit unterstützend auf ihre Entgiftungsfunktion. Infolgedessen wird der gesamte Stoffwechsel in Schwung gebracht. Der Leberwickel ist dementsprechend ein wichtiges, natürliches und altbewährtes Hilfsmittel zur Entschlackung. Außerdem aktiviert und verstärkt er die Leistungsfähigkeit der Leber.

Ein richtig durchgeführter Leberwickel verbessert die Durchblutung der Leber um bis zu 40 Prozent. Zusammen mit der liegenden Position, in der Leberwickel angewandt wird, kommt es zu einer

- optimalen Unterstützung der Entgiftung
- Förderung der Durchblutung der gesamten Bauchregion
- Vorbeugung gegen Darmkrämpfe
- Maßnahme gegen Verstopfung und Durchfall

25,00 € pro Wickel 45 min

Akupunktur

Akupunktur ist eine traditionelle chinesische Heilmethode, bei der feine Nadeln in bestimmte Körperareale gestochen werden. Dieses hilft eine Vielzahl von Beschwerden zu lindern und zu beseitigen.

Grundlage der Akupunktur ist die asiatische Vorstellung vom Körper, dass der Mensch von der Lebensenergie Chi durchflossen wird. Sie fließt in den Leitbahnen, sogenannten Meridianen, die durch den Körper strömen an ca. 700 Punkten dicht unter der

Hautoberfläche leicht erreichbar sind. Davon werden 400 als Akupunkturpunkte genutzt. Gesund ist der Mensch, wenn die Energie harmonisch fließt.

Bei einer Akupunkturbehandlung, die meistens im Liegen stattfindet, werden dem Patienten je nach Erkrankung an ausgewählten Stellen Nadeln in die Haut eingestochen. Die sterilen Einmal-Nadeln sind speziell geschliffen, der Patient spürt daher nur wenig, gelegentlich einen minimalen, anfänglichen Einstichschmerz. Nach einiger Zeit kann ein dumpfes Schwere- oder Wärmegefühl in den behandelten Bereichen entstehen. Die Nadeln verbleiben etwa 20 bis 30 Minuten in der Haut. Um bestimmte Wirkungen zu erzielen, werden spezielle Stimulationstechniken angewendet.

Akupunktur wird laut Indikationsliste bei chronischen und akuten Schmerzen, Migräne, Raucherentwöhnungen, Erkrankungen der Atemwege, Allergien, Magen-Darm-Problemen und gynäkologischen Erkrankungen eingesetzt.

45,00 € 40 Minuten

Vitamin-C Infusionstherapie

Bei einer Vitamin-C-Infusionstherapie wird Vitamin C in einer hohen Dosierung direkt in die Blutbahn verabreicht. Grundlage der Therapie ist die Erkenntnis, dass bei vielen Erkrankungen der Vitamin-C-Bedarf in bestimmten Körperregionen deutlich erhöht ist und es in der Folge zu Vitamin-C-Mangelzuständen kommt. Wenn dieser Mangel durch die Nahrung oder Nahrungsergänzungen nicht beseitigt werden kann, ist die Infusion häufig das Mittel der Wahl. Wenn zudem eine verminderte Aufnahmefähigkeit von Vitamin C im Magen-Darm-Trakt vorliegt, lassen sich therapeutisch wirksame Vitamin-C-Spiegel per Injektion oder Infusion erreichen.

Eine ausreichende Vitamin-C-Versorgung ist Voraussetzung für viele Stoffwechselprozesse. So ist das Vitamin unter anderem an Stoffwechselvorgängen des Hormon- und Nervensystems und an der Regulation des Fettstoffwechsels beteiligt. Es dient der Bildung und dem Funktionserhalt von Knochen und Bindegewebe und ist wichtig für die Wundheilung. Ebenso kommt dem Vitamin viel Bedeutung in der körpereigenen Abwehr zu. Immunzellen brauchen für Ihre Abwehr-Tätigkeit viel Vitamin C. Außerdem wirkt Vitamin C als Radikalfänger. Das heißt: Es fängt zellschädigende oder krankheitsfördernde freie Radikale und schützt so die Körperzellen. Bei Infektionskrankheiten, Allergien und entzündlichen Erkrankungen sowie nach schweren Verletzungen kann der Vitamin-C-Bedarf erhöht sein. Auch Raucher, Leistungssportler und andere Menschen, die häufig physischen oder psychischen Stresssituationen ausgesetzt sind, benötigen mehr Vitamin C.

90,00 € Infusion mit 15 – 22,5 g Vitamin C

Baseninfusion

Sie ist die effektivste Form, eine krankmachende Übersäuerung des Körpers abzubauen und unsere Basenvorräte wieder ins Lot zu bringen. Der Säure-Basenhaushalt ist die gesundheitliche Basis für unseren gesamten Körper.

Unser Augenmerk liegt auf der chronischen Übersäuerung, der sog. latenten Azidose. Der Begriff „latent“ bedeutet so viel wie „versteckt“ und weist auf einen chronischen Zustand hin, der sich zunächst nicht bemerkbar macht. Latente Azidosen sind weit häufiger in der Praxis zu beobachten und gekennzeichnet durch eine geringfügige Verschiebung des Blut-pH innerhalb des Normbereiches (7,35 - 7,45) zum Säuren hin. Gleichzeitig ist die Pufferkapazität des Blutes vermindert.

Von einem ausgewogenen Säure-Basen-Verhältnis spricht man, wenn sich Säuren und Basen im menschlichen Körper in einem bestimmten Verhältnis zueinander befinden, wobei die basischen Komponenten überwiegen. Nur dann ist ein einwandfreier Ablauf der meisten Stoffwechselforgänge möglich. So haben u.a. die Leber, die Gallenblase, die Bauchspeicheldrüse, der Zwölffingerdarm sowie Dünn- und Dickdarm ihr Arbeitsoptimum im basischen Bereich. Viele hormonelle Prozesse benötigen übrigens auch ein stabiles basisches Milieu.

Die Inhaltsstoffe der Infusion neutralisieren die gebundenen Säuren der roten Blutkörperchen. Es zieht die Säuren aus dem Bindegewebe und Gelenknahen Strukturen. Die Baseninfusion durchdringt rasch die Zellmembran und agiert sowohl in der Zelle wie auch außerhalb der Zelle. Dadurch ermöglicht man, dass der Körper sich den schädlichen Säuren entledigt und diese über die Nieren, Leber, Darm, Lunge und Haut ausscheidet. Dies geschieht bei einer Infusion sehr schnell und somit ist diese Therapieform bei starken Beschwerden der oralen Entsäuerungstherapie Vorzug zu geben.

Fehlerhafte Verdauung, einseitige Ernährung, Diäten und ständiges Fasten, starke Belastungen im Sport und Beruf, Stress, negative Umwelteinflüsse wie Elektrosmog, zu wenig Flüssigkeitszufuhr, zu wenig Mineralstoffe, vermehrter Zucker- und Alkoholkonsum, Medikamenteneinnahme führen zu der Entstehung von massiven Übersäuerungen im Körper.

75,00 € – 150,00 € pro Infusion je nach Zusammensetzung der Inhaltsstoffe

Vitamin-Injektionen

Eine ausreichende Versorgung, insbesondere mit den lebenswichtigen B-Vitaminen, ist wichtig für das Wohlbefinden. Die optimale Versorgung mit diesen Vitaminen, die unter anderem notwendig sind für das Nervensystem, das Immunsystem, die Blutbildung und die Leberfunktion, können Ihnen auch dabei helfen, die Beschwerden der Wintermüdigkeit zu mildern.

Wer einen erhöhten Bedarf bzw. ein Defizit an Vitalstoffen hat, sollte spätestens bei Symptomen wie Schwäche, Erschöpfung und Vitalitätsverlust aktiv werden. Wir bieten Ihnen eine spezielle Vitalisierungskur. Hier werden lebenswichtige Vitalstoffe auf einzigartige Weise miteinander kombiniert und als Spritze verabreicht. So gelangt der spezielle Vitalstoff-Komplex schnell und ohne Verlust dahin, wo er gebraucht wird. Teilweise können die Vitalstoffe sogar im Organismus zwischengespeichert und bei Bedarf wieder abgerufen werden.

15,00 € – 30,00 € pro Injektion

Gesund & Aktiv

Stoffwechselanalyse

Genetisch bedingt hat jeder sein spezielles Stoffwechselprofil. Darum braucht der Stoffwechsel auch Nahrungsmittel, die er optimal verarbeiten kann. So wie ein Motor nur mit einem bestimmten Treibstoff perfekt arbeitet, ist es auch für die Körperzellen wichtig, die geeigneten Nahrungsmittel – also Brennstoffe – zu erhalten. Stimmt das Zusammenspiel von Stoffwechsel und Nahrungsmitteln, fühlt man sich wohl, ist körperlich fit und mit seinem Körpergewicht in Balance.

Jeder Mensch ist einzigartig. Als Persönlichkeit, im Körperbau, als Stoffwechseltyp. So ist es nicht weiter verwunderlich, dass der eine diese oder jene Nahrung gut verträgt und damit abnehmen kann, während ein anderer damit seinen Stoffwechsel verlangsamt und möglicherweise sogar krank wird. Und das sehr häufig, ohne die wirkliche Ursache dafür zu kennen. Einmal erstellt, profitieren Sie davon ein Leben lang. Ihr individueller Ernährungsplan basiert auf:

- Ihren persönlichen Vital- und Stoffwechselwerten
- Ihrer Blutgruppe
- Ihrer Stoffwechselverbrennungsart
- den optimal darauf abgestimmten Nahrungsmitteln

Erstellt auf Basis moderner medizinischer Verfahren, langjähriger Forschung und praxiserprobter ernährungsphysiologischer Erkenntnisse.

incl. Blutanalyse, Erstellung des Profils und Coachings
390,00 € p.P.

Große Blutanalyse

Bei einer Anreise von Sonntag bis Mittwoch

Bestehend aus 46 Parametern:

- Mineralstoffe (Kalium, Natrium, Calcium, Magnesium, Phosphor)
- Spurenelemente (Eisen, Kupfer und Eisen-Kupfer Quotient)
- Leber- und Gallenstoffwechsel (Bilirubin gesamt, GOT, GPT, Gamma-GT, Cholinesterase, Alk. Phosphatase)
- Bauchspeicheldrüse (Amylase, Lipase)
- Zuckerstoffwechsel/ Kohlenhydratstoffwechsel (Glukose, HbA1c, Früherkennung eines gestörten Zuckerstoffwechsels)
- Niere (Harnstoff, Harnsäure, Kreatinin)
- Cholesterine (Cholesterin gesamt, HDL, LDL, Verhältnis)
- Immunsystem mit Eosinophile und Basophile.
- Schilddrüse (TSH)
- B, D Vitamine

210,00 € – 270,00 € pro Analyse

(je nach Mitgliedschaft in privater Krankenkasse, zusätzliche Parameter nach Indikation)

Die Analyse der Stoffwechselforgänge im Organismus ist meine zentrale Betrachtung. Viele Personen kommen mit dieser Analyse Ihren Beschwerden und Störungen auf die Spur. Oder sie nutzen die Analyse zur Vorsorge.

Die Beobachtung der Stoffwechselforgänge ist dafür absolut erforderlich. Ich betrachte mittels einer ganzheitlichen Interpretation, unter Einbeziehung der chinesischen Medizin und anthroposophischer Erkenntnisse ihre Blutwerte und ihre Verflechtung mit dem Stoffwechsel.

Reiki

Reiki ist eine Entspannungsmethode, die auch zur Heilung verwendet wird. Als alte japanische Heilmethode ist die jahrhundertalte Tradition des Reiki im 20. Jahrhundert reaktuiert worden und gewinnt weiter an Popularität.

Reiki ist ein japanisches Wort, welches sich aus den Silben "rei" für Geist oder Seele sowie aus "ki", der Energie des Lebens zusammensetzt. Diese natürliche Lebensenergie, die aus den Händen fließen soll, wird im Reiki dazu eingesetzt Menschen, Tiere aber auch Pflanzen zu behandeln.

Mithilfe von Reiki soll es gelingen, das körperliche Wohlbefinden zu steigern, Krankheiten vorzubeugen und möglicherweise auch sehr unterstützend zu heilen. Die Methode basiert dabei auf der Vorstellung, dass die universelle Lebensenergie über das Auflegen von Händen auf andere Lebewesen übertragen werden kann.

Derjenige, der Reiki anwendet, verliert dabei übrigens keine eigene Energie, sondern stellt dem Reiki-Empfangenden nur den Energiekanal zu Verfügung.

40,00 € 30 Minuten

Entstauende Gesichtsbehandlung Dr. Hauschka

Eine Stunde für mich

Individuelle auf die eigenen Bedürfnisse der Haut zugeschnittene Dr. Hauschka Behandlung mit Entspannungsgriffen an Kopf und Nacken, warmen, duftenden Kompressen, Gesichtsreinigung, Stärken der Hautfunktion, Pinsellymphstimulation, Hautkur-Ampulle, Packung/Maske, Dekolletéeinstreichung, heißer Nacken- und Schulterkomresse und Tagespflege.

Eine Stunde – so wertvoll wie Sie. Unsere Dr. Hauschka Naturkosmetikerin entführt Sie bei der Dr. Hauschka Kosmetikbehandlung „Eine Stunde für mich“ in eine Welt der inneren und äußeren Schönheit, zeigt und erklärt Ihnen die Produkte, die für Ihre Haut im Moment die richtigen sind und behandelt Sie mit der zu Dr. Hauschka gehörenden Achtsamkeit und Sanftheit. Ihre Haut wird tief entspannt, gereinigt, genährt und gestärkt. Anschließend fühlen Sie sich entspannt, frei und erfüllt von positiver Energie.

Inhalt und Ablauf der Dr. Hauschka Behandlung

- Entspannungsgriffe an Kopf und Nacken
- Warme, duftende Kompressen
- Gesichtsreinigung
- Stärken der Hautfunktion
- Pinsellymphstimulation
- Hautkur-Ampulle
- Packung/Maske
- Dekolletéeinstreichung
- Heiße Nacken- und Schulterkomresse
- Tagespflege

65,00 € 60 Minuten

Reinigungsbehandlung Dr. Hauschka

Sichtbar feinere Haut

Eine feinere Haut, gesünder, ausgeglichener. Lassen Sie die anderen staunen, wie gut Sie aussehen. Die Dr. Hauschka Reinigungsbehandlung ist eine intensive Tiefenreinigung mit der natürlichen Dr. Hauschka Kosmetik. Sie klärt und verfeinert die Haut sichtbar. Für einen strahlenden Auftritt.

Inhalt und Ablauf der Dr. Hauschka Reinigungsbehandlung:

- Entspannungsriffe an Kopf und Nacken
- Warme, duftende Kompressen
- Stärken der Hautfunktion
- Gesichtereinigung
- Gesichtsdampfbad
- Ausreinigen
- Tiefenreinigungsmaske
- Pinsellymphstimulation
- Ampulle
- Packung/Maske
- Tagespflege

75,00 € 70 Minuten

Klassische Rückenmassage

Lösen der muskulären Verspannungen und Verklebungen mit hochwertigem Sesamöl. Fühlen Sie sich entspannt und frei.

Bei der Whitman Rückenmassage werden die muskulären Verspannungen gelöst. Zusätzlich werden die Verklebungen innerhalb der Gewebeschichten gelöst. Hierzu wird ein hochwertiges Sesamöl verwendet, das besonders geeignet ist, um diese Vorgänge zu unterstützen.

40,00 € 40 Minuten

Ganzkörpermassage

Eine genussvolle und verwöhnende Entspannung für Körper und Seele durch abwechselnd feste und sanfte Massagegriffe und verschiedenen Techniken. Schließen Sie die Augen und genießen Sie.

Bei einer Ganzkörpermassage widmet sich der Masseur mit Streicheleinheiten, aber auch festeren Griffen dem gesamten Körper des Patienten, um etwaige Verspannungen zu lösen.

Die Ganzkörpermassage galt zwar schon vor langer Zeit als sehr gutes Heilmittel und wohltuende Prozedur, um kleinere Leiden zu heilen. Doch erst im 20. Jahrhundert fand sie den Weg in die Zimmer von Masseuren und wurde als heiltechnisches Verfahren anerkannt und angewendet.

Heutzutage wissen viele von uns, wie entspannend es sein kann, eine Ganzkörpermassage zu bekommen. Bei der Ganzkörpermassage werden nicht nur verspannte Muskeln, Gelenke und Wirbel wieder entspannt, auch der Kopf wird von überflüssigem Ballast befreit. Die Ganzkörpermassage beinhaltet verschiedene Techniken, die an den verschiedenen Körperregionen ganz unterschiedlich zum Einsatz kommen. Heutzutage werden auch Durchblutungsstörungen von einem Masseur mit der Ganzkörpermassage behandelt. Ebenso wird bei der Ganzkörpermassage der Lymphstrom angeregt.

65,00 € 60 Minuten

Fußreflexzonenmassage

Heilende und Beschwerden lindernde Massage der Reflexzonen der Füße. Diese Massage basiert auf der Vorstellung, dass die Füße über Nervenbahnen mit allen Organen des Körpers verknüpft sind. Über eine Massage der Füße lassen sich so Beschwerden lindern und die Selbstheilungskräfte anregen.

Heilung für Ihren Körper

Die Fußreflexzonenmassage gehört wie alle Arten der Reflexzonenmassage zu den sogenannten Umstimmungstherapien. Die Fußreflexzonenmassage basiert auf der Vorstellung, dass die Füße über Nervenbahnen mit allen Organen des Körpers verknüpft sind. Beispielsweise soll der Bereich unter dem großen Zeh mit der Hirnhälfte der gleichen Seite verbunden sein, ein bestimmter Bereich am Ballen des linken Fußes dagegen mit dem Herzen. Treten schon bei leichtem Druck Schmerzen an den entsprechenden Stellen auf, soll das auf eine Erkrankung des entsprechenden Organs hinweisen. Über eine Massage der Bereiche lassen sich Beschwerden lindern und die Selbstheilungskräfte anregen.

Die Fußreflexzonenmassage wird daher ergänzend zur Schulmedizin eingesetzt. Lokal bewirkt die Fußreflexzonenmassage eine Verbesserung der Durchblutung und des peripheren Lymphabflusses. Sie dient als unterstützende Maßnahme vor allem bei chronischen Erkrankungen:

- Schmerzbehandlung
- Erkrankungen des Skeletts oder der Muskulatur
- Sportverletzungen
- Verdauungsbeschwerden
- Chronisch verstopfte Nase
- Migräne
- Kopfschmerzen
- Menstruationsbeschwerden

55,00 € 50 Minuten

Meeresgelkörperpackung

- Aktivierung des Zellstoffwechsels
- Feuchtigkeitszufuhr – durchblutungsfördernd und entschlackend

35,00 € 30 Minuten

Rügener Kreidepackung

- Effektiver Abbau von Schlackenstoffen und Toxinen
- Stärkung des Immunsystems
- Aktivierung des Temperaturnausgleichsvermögens
- Straffung der Haut

30,00 € 30 Minuten

Laminaria Intensiv Packung

- Feuchtigkeitsregulierend
- Anregung des Zellstoffwechsels
- Anregung der Durchblutung
- Hautglättend und straffend
- Regenerierend
- Besonders reichhaltig an Meeresmineralien und Spurenelementen

40,00 € 30 Minuten