

## Für Fragen und Terminabsprachen wenden Sie sich bitte an:

Tel.: 06221 56-8149 (unsere telefonischen Sprechzeiten sind: Dienstags 15:30 – 17:00 Uhr und Donnerstags 9:00 Uhr – 10:50 Uhr)

E-Mail: [hormonsprechstunde.PMED@med.uni-heidelberg.de](mailto:hormonsprechstunde.PMED@med.uni-heidelberg.de)

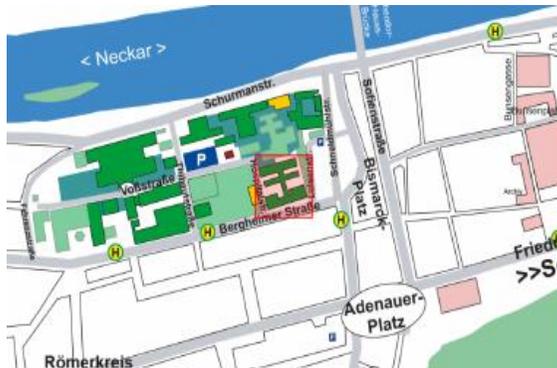
## Das Team der psychosozialen Hormonsprechstunde

von links: Dr. Corina Aguilar-Raab, Christine Gäbel, Prof. Beate Ditzen, Katharina van Stein, Dr. Julia Huber, Kira Borgdorf



## Ihr Weg zu uns:

Bergheimer Straße 20, 69115 Heidelberg



## Kennen Sie das auch...?

*„Ich fühle mich seit einiger Zeit müde, antriebslos und energielos. Könnte das vielleicht an meinen Hormonen liegen?“*

*„Bevor ich meine Periode bekomme, fühle ich mich häufig niedergeschlagen und ängstlich...“*

*„Seit meinen Wechseljahren nehme ich eine zunehmende Veränderung in meinem Verhalten wahr und das wirkt sich auch auf mein Umfeld aus. Ich weiß nicht so recht, wie ich damit umgehen soll...“*

## ... und Sie suchen psychologische Beratung?

### Unser Angebot

- Eingehende psychologische Diagnostik
- Psychosoziale Beratung und Unterstützung im Umgang mit hormonell bedingten Veränderungen in Ihrem Lebensalltag
- Bei Bedarf Weitervermittlung in die angegliederte Hochschulambulanz für eine Psychotherapie

### Zusätzliches medizinisches Angebot

Umfassende medizinische Abklärung von hormonellen Vorgängen und Veränderungen durch die Endokrinologie des Universitätsklinikums Heidelberg



UNIVERSITÄTS  
KLINIKUM  
HEIDELBERG

## Hormone & Psyche:

Beratung und Unterstützung bei psychischer Belastung durch hormonelle Veränderungen

Ein Angebot der Arbeitsgruppe Psychoneuroendokrinologie

Hochschulambulanz des Instituts für Medizinische Psychologie  
Direktorin: Prof. Dr. phil. Beate Ditzen  
Zentrum für Psychosoziale Medizin  
Universitätsklinikum Heidelberg  
<http://www.medpsych.uni-hd.de>

## Psychosoziale Hormonsprechstunde der Medizinischen Psychologie

Das Institut für Medizinische Psychologie des Universitätsklinikum Heidelbergs bietet eine Sprechstunde für psychologische Fragen rund um Veränderungen und/ oder Schwankungen im Hormonhaushalt an.

Auf Grundlage eines diagnostischen Erstgesprächs besprechen wir mit Ihnen, ob eine psychologische Beratung oder eine Psychotherapie für Sie in Frage kommt.



### Psychosoziale Beratung

Kommt eine Beratung für Sie in Frage, können wir Ihnen bis zu fünf Beratungstermine von jeweils 50 Minuten Dauer anbieten. Diese können Sie alleine oder als Paar in Anspruch nehmen.

### Psychotherapie

Sollte das diagnostische Ergebnis für eine Psychotherapie sprechen und Sie diese wünschen, kann eine Weitervermittlung an unsere psychotherapeutische Hochschulambulanz erfolgen.

### Abrechnung

Die Kosten werden durch die Krankenkassen getragen. Bitte bringen Sie einen Überweisungsschein und Ihre Krankenversicherungskarte mit.

## Hormone beeinflussen Körper und Psyche

Es wird oft unterschätzt, welchen Effekt Hormone auf unsere Psyche haben. Wie wir uns in unserem Körper fühlen, wie unsere Stimmung ist, wie viel Lust wir auf Sex haben – all das wird von Hormonen mitbeeinflusst.

### Prämenstruelles Syndrom (PMS)

Während des Menstruationszyklus' treten bereits im regulären Fall schon deutliche Schwankungen im Hormonhaushalt auf. Diese natürlichen Schwankungen können sich auch psychisch bemerkbar machen, z.B. beim prämenstruellen Syndrom oder der prämenstruellen dysphorischen Störung (PMDS).

### Die Wechseljahre

Die Wechseljahre sind eine wichtige Übergangsphase im Leben, nur bringen sie oft auch „ungebetene Gäste“ mit: Hitzewallungen, Schlafstörungen, Verstimmungen und Gereiztheit können dazugehören. Auch berichten viele Betroffene über Veränderungen in ihrem Sexualleben.

### Erkrankungen und Funktionsstörungen des endokrinen Systems

Daneben gibt es auch Störungen der gesunden Abläufe in unserem endokrinen System, z.B. durch Erkrankungen an wichtigen Hormondrüsen. So können beispielsweise Veränderungen im Hormonhaushalt durch eine Fehlfunktion der Schilddrüse Einfluss auf unser psychisches und körperliches Wohlbefinden nehmen.

## Endokrinologie

Neben der Psychodiagnostik stellt eine fundierte medizinische Abklärung die Basis einer umfassenden Beratung bei hormonellen Veränderungen dar, insbesondere um therapiebedürftige Veränderungen der Hirnanhangsdrüse, der Schilddrüse oder der Nebenniere auszuschließen. Deshalb empfehlen wir Ihnen mit der Endokrinologie in Kontakt zu treten:

Allgemeine Endokrinologische Ambulanz  
Im Neuenheimer Feld 410  
69120 Heidelberg

Tel.: 06221-56-8787

Fax: 06221-56-4233

E-Mail: [Diabetes.Stoffwechsel@med.uni-heidelberg.de](mailto:Diabetes.Stoffwechsel@med.uni-heidelberg.de)

