

Liebe Leser(innen),
hier eine kurzer Erfahrungsbericht zu dem Thema Burn-Out im Zusammenhang mit der
Behandlungserfahrung bei Frau Emine Altintas.

Kurz zu meiner Vorgeschichte:

Ich bin 31 Jahre alt, verheiratet und habe einen Sohn.
Von Beruf bin ich Bürokommunikationskauffrau.
Ich habe 10 Monate nach der Geburt meines Sohnes wieder mit der Arbeit
begonnen(Home-Office) Anfangs 20Std. wöchentlich, dann wurden es bis zu 60Std.
wöchentlich(Workaholic).
Als Perfektionistin Kind, Mann, Haushalt, Job... unter einen Hut zu
bringen,erforderte dies für mich selbst nichts mehr zu tun.

Im September 2012 waren wir im Urlaub, ich kam endlich mal zur Ruhe!
Aber dort hat alles begonnen... Schwindelanfälle, Angstzustände,
Panikzustände,Kopfschmerzen. Herzrasen.
Erste Diagnose: Grippaler Infekt
Zweite Diagnose (2 Wochen später): Burn-out

Schock...Was tun? Zu welchem Arzt? Welche Medikamente helfen? Was ist der richtige
Weg?
Ich nahm 1 Jahr lang Psychopharmaka, ging zur Verhaltenstherapie, zum
Psychologen...
es ging mir mal besser, mal schlechter.
Man sagte mir, dass ich unter Depressionen, Angstzuständen und Panikattacken
leide.

Ich wollte dies alles nicht mehr! Keine Arztbesuche! Keine Medikamente mehr!
Keine Termine bei einem Psychiater! Was tun?
Von einem Bekannten, bekam ich den Rat mich an Frau Altintas zu wenden.

1. Termin bei Frau Altintas:

Unter Tränen erzählte ich Ihr meine Krankheitsgeschichte.
Danach bekam ich eine Akkupunktur sowie ein Globuli zur Beruhigung :o)
Das Gespräch mit Frau Altintas hatte sofort eine positive Wirkung auf mich, Sie
war die erste die zu mir sagte,
dass ich nicht unter Depressionen leide und mein Körperverhalten aufgrund der
Vorkommnisse völlig normal sei.
Von dort an konnte ich wieder richtig lachen. Danke Emine :o)
Die Akkupunktur wirkte sich innerhalb kürzester Zeit auch sehr positiv auf
meinen gesamten Körper aus.
Von diesem Tag an begann ich meine Medikamente abzusetzen.

2. Termin bei Frau Altintas:

DornTherapie - seitdem sind meine Nackenschmerzen sowie Rückenschmerzen
erheblich verbessert.
Auch hier, Danke Emine :o)

Kurz zusammengefasst, mir geht es Dank der Behandlung bei Frau Altintas wieder
Super!
Keine Medikamente, keine Schmerzen und wieder Spaß am Leben!

Viele Grüße,
Nina