

Hier findest du Unterstützung bei Fibromyalgie.

Ich bin Dr. med. Kathrin De Beer und begleite als Ärztin seit über 15 Jahren Menschen mit Fibromyalgie. Viele meiner Patientinnen und Patienten berichten mir, dass sie sich mit ihren Beschwerden oft nicht richtig verstanden und unterstützt fühlen. Wenn dir das auch so geht, bist du hier richtig.

📅 ÜBER 15 JAHRE ERFAHRUNG IN DER FIBROMYALGIE-THERAPIE

Finde heraus, wo du gerade stehst

Deine Reise mit Fibromyalgie - wo stehst du gerade?

Jeder Mensch kommt an einem anderen Punkt zu mir. Manche haben gerade erst den ersten Verdacht, andere leben schon lange mit der Diagnose und suchen konkrete Strategien gegen Schmerz, Müdigkeit und Konzentrationsprobleme. Hier findest du, was zu deiner Situation passt.

Du fragst dich, ob deine Beschwerden auf Fibromyalgie hinweisen?

Der kostenlose Selbsttest gibt dir eine erste medizinische Einordnung – verständlich erklärt.

[Zum kostenlosen Symptomcheck](#)

Du hast die Diagnose erhalten und hast mehr Fragen als Antworten?

Ich habe die häufigsten Fragen, die mir Betroffene stellen, ehrlich und verständlich beantwortet – zum kostenlosen Herunterladen.

[Fragen & Antworten herunterladen](#)

Du möchtest regelmäßig gut informiert bleiben?

In meinem **Blog** und meinem **Newsletter FibroNews** teile ich, was ich aus über 15 Jahren Fibromyalgie-Sprechstunde mitbringe – praxisnah und verständlich.

[Zum Blog](#)

[Newsletter abonnieren](#)

Du wünschst dir professionelle Begleitung und möchtest endlich Erfolge erleben?

In meiner FibroCoach-Gemeinschaft begleite ich dich monatlich live – mit medizinischen Einblicken, konkreten Schritten und viel Raum für deine Fragen

[Zur FibroCoach-Gemeinschaft](#)

✔ Schritt für Schritt – in deinem Tempo.

Fibromyalgie ist eine komplexe Erkrankung. Du musst nicht alles auf einmal verstehen. Ich begleite dich dort, wo du gerade stehst – mit Klarheit, Geduld und medizinischer Erfahrung.

Wer ich bin und wie ich dir helfen kann

Ich bin Fachärztin für Innere Medizin, außerdem Ernährungsmedizinerin und Psychotherapeutin. Mir ist es wichtig, bei einer so komplexen Erkrankung nicht nur einzelne Symptome zu betrachten. Ich schaue darauf, wie körperliche, seelische und zwischenmenschliche Faktoren ineinandergreifen – und wie dieses Zusammenspiel dein Befinden beeinflusst.

Dieses Verständnis bildet die Grundlage von FibroCoach: In Texten, Videos, Audios und Live-Calls gebe ich dir Impulse, wie du die verschiedenen Puzzleteile besser einordnen kannst.

Ich freue mich darauf, meine Erfahrungen mit dir zu teilen und gemeinsam mit dir Wege zu finden, wie du trotz Fibromyalgie ein erfülltes, glückliches Leben führen kannst.

[Mehr über mich erfahren](#)

Themen, die dich weiterbringen

In der FibroCoach Community und meinem Newsletter behandle ich die Themen, die Betroffene wirklich beschäftigen – medizinisch fundiert und verständlich erklärt.



Fibromyalgie verstehen

Was im Körper passiert – medizinisch erklärt, verständlich aufbereitet.



Ernährung bei Fibromyalgie

Wie die richtige Ernährung deine Beschwerden beeinflussen kann.



Die Rolle der Mikronährstoffe

Was dein Körper braucht – und warum das bei Fibromyalgie besonders wichtig ist.



Neue Therapieverfahren

Was die aktuelle Forschung zeigt und was das für dich bedeuten kann.



Den Körper stärken

Sanfte Wege, wie du deinen Körper trotz Fibromyalgie unterstützen kannst.



Fibromyalgie & Stressbewältigung

Wie Stress deine Beschwerden beeinflusst – und was du dagegen tun kannst.



Deine Fragen – Meine Antworten

Die Fragen, die mir Betroffene am häufigsten stellen – ehrlich und verständlich beantwortet.

Was Betroffene sagen

Diese Worte kommen von Menschen, die ich begleiten durfte. Sie zeigen, was mir am meisten bedeutet: dass jemand endlich gehört wird.

„Die Online-Treffen mit der Community sind für mich das Wichtigste am Programm. Die Themen sind jedes Mal spannend, insbesondere interessiert mich alles zu Ernährung, Mikronährstoffen und naturheilkundlichen Ansätzen bei Fibromyalgie. Alle Fragen werden von Dr. De Beer ausführlich beantwortet. Mir helfen auch die Fragen der anderen Teilnehmer, denn oft beschäftigen mich ähnliche Probleme. Ich fühle mich bei FibroCoach sehr gut aufgehoben.“

– Sabine, 55 Jahre, nimmt regelmäßig an den Online-Treffen teil

„Nach all den Jahren Rennerei von Arzt zu Arzt war ich eher skeptisch und bin jetzt echt positiv überrascht, dass dieses Programm anschaulich und verständlich ist. Fibromyalgie bringt nun mal viele Fragen mit sich und kein Arzt hat die Zeit (oder das Interesse), mir die in der Sprechstunde ausführlich zu beantworten. Dafür ist das Online-Programm optimal. Gut finde ich, dass man sich auch vieles anhören kann, denn das fällt mir leichter als das Lesen. Die Webinare bringen immer neue Informationen und man fühlt sich in der Gemeinschaft auch gleich nicht mehr so allein.“

– Andrea, 44 Jahre

„Das FibroCoach Online-Programm hat mir geholfen, mit der Krankheit besser umzugehen und so meinen Tag wieder leichter bewältigen zu können. Ich versuche, so viele Tipps und Anregungen wie möglich im Alltag umzusetzen, vor allem was das Pacing und die Ernährung angeht. Ich hatte erst Zweifel, ob ein Online-Angebot für mich passend sein könnte, aber es klappt wirklich gut und ich bin froh, dass ich das von zu Hause nutzen kann. Ich bin wirklich zufrieden, dass ich mich überwunden habe. Ich kann das Programm nur weiterempfehlen!“

– Nina, 38 Jahre

Die FibroNews – mein Newsletter für dich

Regelmäßig teile ich, was mich in meiner Sprechstunde beschäftigt – verständlich aufbereitet, damit du deinen Alltag mit Fibromyalgie besser einordnen kannst.



Medizinisch fundiert

Ich erkläre aktuelle Themen rund um Fibromyalgie so, dass du sie wirklich verstehst.



Nah am Alltag

Keine abstrakten Ratschläge – sondern das, was meinen Patientinnen und Patienten wirklich hilft.



Begleitung zwischen den Terminen

Damit du weißt: Du bist nicht allein – auch wenn gerade kein Arzttermin ansteht.

[Jetzt FibroNews abonnieren](#)

Du möchtest endlich verstanden werden und deinen Weg nicht mehr allein gehen?

In der FibroCoach Community begleite ich dich langfristig auf deinem Weg mit Fibromyalgie. Du bekommst regelmäßige Unterstützung, verständliche Orientierung und Austausch mit Menschen, die wirklich nachvollziehen können, wie es dir geht.

Schritt für Schritt entwickelst du mehr Verständnis für deinen Körper, mehr Sicherheit im Umgang mit deinen Beschwerden und neue Perspektiven für deinen Alltag.

[Mehr über die Community erfahren](#)

Was dich erwartet

- Monatliche Live-Sessions mit mir als begleitende Ärztin
- Offene Fragerunden – du kannst fragen, was dich wirklich beschäftigt
- Verständliche medizinische Einordnung deiner Beschwerden
- Austausch mit Menschen, die deine Situation kennen
- Alltagsnahe Unterstützung – zwischen den Sessions und darüber hinaus



Du verdienst es, ernst genommen zu werden.

Egal, ob du gerade erst den ersten Verdacht hegst oder schon lange mit Fibromyalgie lebst – ich begleite dich mit medizinischer Erfahrung, echter Aufmerksamkeit und dem Wissen, dass deine Beschwerden real sind. Schritt für Schritt, in deinem Tempo.

[Zum kostenlosen Symptomcheck](#)

[Zur FibroCoach Community](#)

Dr. Kathrin De Beer · Ärztin · Fibromyalgie-Begleitung seit über 15 Jahren