

Altern, Müdigkeit und Entzündungen - Der Energiestreit im Körper | FP

Diese intensive 2-Tages-Fortbildung beleuchtet den zentralen Konflikt zwischen Immunsystem und Gehirn um die körpereigene Energie ein evolutionär bedingter „Streit“, der Altern beschleunigt und Symptome wie chronische Müdigkeit, Erschöpfung und Entzündungen erklärt.

Themen des Kurses:

- Energie, Evolution und Medizin – Grundlagen der Energieregulation und Konkurrenz Gehirn vs. Immunsystem
- Energieausgaben – Entzündung, Schmerz und psychologischer Stress als Energieklau
- Symptome verstehen – Tagesmüdigkeit, Schlafstörungen, Appetitlosigkeit und Muskelschwund
- Folgen chronischer Entzündung – Gewichtsveränderungen, Bluthochdruck, Libidoverlust
- therapeutische Konsequenzen – Strategien zur Entlastung des Energiehaushalts in der Praxis

Das Seminar widmet sich den Grundlagen, wie evolutionäre Anpassungen (Energie sparen bei Infektion) in der Moderne zu pathologischen Mustern führen. Aufbauend folgt die Symptom-Analyse – Warum chronische Entzündung Müdigkeit, Depression, Schlafstörungen und Insulinresistenz auslöst, besonders bei rheumatischen oder autoimmunen Erkrankungen.

Interaktive Elemente umfassen Fallbeispiele aus der Praxis (z. B. chronischer Rückenschmerz mit Fatigue) und Diskussionen zu therapeutischen Ansätzen – Wie können Physiotherapie, Osteopathie und Ernährung den Energiehaushalt entlasten?

Du entwickelst Strategien zur Reduktion entzündlicher Energieausgaben, z. B. durch Stressmanagement oder antientzündliche Maßnahmen. Die Fortbildung endet mit einer Zusammenfassung der großen Energierechnung und praktischen Take-aways für den Alltag.

Leitung	Uwe von Renteln Dipl.-Ernährungsberater
Kursgebühr	380,00 €
Beginn	27.08.2027
Ende	28.08.2027
Kurszeiten	Fr. 27.08. bis Sa. 28.08., 09:00 - 18:00 Uhr
Kursort	Daimlerstraße 71, 70372 Stuttgart
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Ärzte, Sport- und Gymnastiklehrer, Osteopathen
Fortbildungspunkte	