LB-NE-25-01

Nahrungsergänzung und Ergänzung durch Nahrung | Für therapeutische Fachkräfte | 9 FP

Entzündungen, chronische Schmerzen, Erschöpfung, Reizdarmsyndrom oder Long COVID: Immer häufiger begegnen therapeutische Fachkräfte in ihrem Praxisalltag Patientinnen und Patienten, bei denen Ernährung und Mikronährstoffe eine entscheidende Rolle in Prävention, Heilung und Funktionsverbesserung spielen.

Der Kurs vermittelt wissenschaftlich fundiertes und praxisnahes Wissen über gezielte Ernährungskonzepte und Supplementierungen – abgestimmt auf die therapeutische Arbeit in Physiotherapie, Ergotherapie und verwandten Fachgebieten.

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Ernährung gezielt eingesetzt werden kann, um die therapeutische Wirksamkeit zu verbessern, Regeneration zu fördern und chronische Beschwerden zu modulieren – auf Basis aktueller Forschung und klinischer Evidenz.

Themen des Kurses:

- Antientzündliche Ernährung als Basis: Lernen Sie die wichtigsten Wirkstoffe wie Vitamin C, E, Polyphenole, Omega-3-Fettsäuren oder Curcumin kennen. Welche Lebensmittel enthalten sie in hoher Konzentration? Wie wirkt z. B. Resveratrol auf die Gefäßwände oder Curcumin auf Gelenkschmerzen?
- Supplementierung gezielt anwenden: Wann sind Nahrungsergänzungsmittel sinnvoll? Sie lernen u. a. die klinischen Effekte von Oxalacetat bei chronischer Fatigue kennen, z. B. bei Long COVID oder ME/CFS – mit bis zu 63 % Symptomreduktion in klinischen Studien.
- Longevità-Konzept nach Valter Longo: Was bedeutet „Scheinfasten“? Wie wirken sich intermittierende Ernährungsmuster auf Zellregeneration, Entzündung und neurodegenerative Prozesse aus? Eine Anleitung zur Integration in die Beratungspraxis.
- Post-COVID und Ernährung: Erfahren Sie, welche Nährstoffe die Immunantwort und Barrierefunktionen unterstützen und warum Dysbiosen die Persistenz von Symptomen fördern können. Der Zusammenhang zwischen Laktoferrin, Vitamin D, Omega-3-Fettsäuren und Immunmodulation wird praxisrelevant aufbereitet.
- Mikrobiom und Schmerz: Das Mikrobiom beeinflusst die Schmerzverarbeitung über die Darm-Hirn-Achse. Lernen Sie die Zusammenhänge zwischen proinflammatorischen Zytokinen, zentraler Sensibilisierung und enteralen Regulatoren kennen – mit Implikationen für die Ernährungstherapie bei chronischem Schmerz.
- Therapieunterstützung durch Pflanzenstoffe: Welche Wirkung hat z. B. die Hagebutte auf Gelenkschmerzen? Was leisten Galaktolipide, Capsaicin oder sekundäre Pflanzenstoffe in Kakao, Zimt und Beeren? Antworten gibt die evidenzbasierte Phytotherapie.

Sie erhalten fundierte theoretische Inhalte, Fallbeispiele aus der Praxis und konkrete Handlungsstrategien zur patientenzentrierten Anwendung.

Leitung	Alexander Dassel | Physiotherapeut, sekt. Heilpraktiker Physiotherapie, Hochschuldozent
Kursgebühr	190,00 € inkl. Skript
Beginn	21.09.2025
Ende	21.09.2025
Kurszeiten	So. 21.09. von 09:00 bis 17:00 Uhr
Kursort	Martin-Luther-Straße 69, 71636 Ludwigsburg
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseure, Heilpraktiker, Ärzte, Sport- und Gymnastiklehrer, Sportwissenschaftler, Logopäden, Medizinische Fachberufe, Osteopathen
Fortbildungspunkte	9