



## **Ernährungsprävention und –therapie im Zusammenhang mit dem Lymphsystem**

Das Lymphsystem ist neben dem Blut sehr wichtig für die Gesundheit des Menschen. Noch immer wird aber seine Wichtigkeit verkannt. Die Ernährung hat einen grossen Einfluss auf dessen Leistungsfähigkeit. Wenn die Lymphe nicht fliesst, fühlt der Mensch sich nicht wohl. Die Lymphdrainage hilft zwar sie wieder zum fließen zu bringen, wenn die Ernährung aber nicht stimmt, stockt die Lymphe bald wieder. Nähr- und Wirkstoffe sind für das Fließen der Lymphe genau so wichtig wie die manuelle Therapie.

<b>Lernziele</b>	Sie sind in der Lage: <ul style="list-style-type: none"><li>- die komplexen Zusammenhänge zwischen Ernährung und Lymphsystem zu verstehen,</li><li>- präventive und therapeutische Ernährungsempfehlungen zur Unterstützung der Lymphorgane und des Lymphsystems zu erarbeiten.</li></ul>
<b>Inhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Das Lymphsystem als Abwehr-, Speicher- und Transportsystem</li><li>- Zusammenhang Lymphsystem - Gesundheit</li><li>- Einfluss der Ernährung auf die Leistungsfähigkeit des Lymphsystems</li><li>- Wichtigkeit von Nähr- und Wirkstoffen</li><li>- Natur- und geisteswissenschaftliche Aspekte</li><li>- Erarbeitung von Empfehlungen und Mahlzeitenbeispielen für den Praxisalltag</li></ul>
<b>Lernzeit</b>	6 Stunden
<b>Voraussetzungen</b>	Abgeschlossene Medizinische Grundlagen min. 150 Std. Naturheilkundliche Basiskenntnisse Ernährung
<b>Zielgruppe</b>	NaturheilpraktikerInnen, ÄrztInnen, TherapeutInnen, ErnährungsberaterInnen und LymphdrainagetherapeutInnen
<b>Daten</b>	Do 23.09.2010
<b>Unterrichtszeiten</b>	09.00 - 16.30
<b>Dozentin</b>	Sybille Binder Dipl. Ernährungsberaterin HF, dipl. Vitalstofftherapeutin FEOS, Dozentin an verschiedenen Schulen, Therapeutin im Zentrum für Integrative Medizin und Ernährungsheilkunde Zürich, Schulleiterin der Schule für angewandte Naturheilkunde Zürich.
<b>Kosten</b>	170.- 140.- für Studierende und Ehemalige der Schule
<b>Ort und Anmeldung</b>	Schule für angewandte Naturheilkunde