



# TANDEMKURS

Selbstwirksame und regenerationsfördernde  
Ernährungskompetenz und Darmgesundheits-Kommunikation

vom 14.-17. März 2024 und vom 24.-27. Oktober 2024  
jeweils von 9-18 Uhr in Hamm / Westfalen

Ernährungsmedizin & Ernährungsberatung



# TANDEMKURS

## Selbstwirksame und regenerationsfördernde Ernährungskompetenz und Darmgesundheits-Kommunikation

### Ernährungsmedizin & Ernährungsberatung

vom 14.-17. März 2024 und vom 24.-27. Oktober 2024  
jeweils von 9-18 Uhr in Hamm / Westfalen

Es ist an der Zeit, einen Richtungswechsel sowohl in der Ernährungsberatung, als auch in der (Darm)-Sprechstunde anzustreben, um die Ernährungsmedizin als eine tragende Säule der **Integrativen Medizin** zu festigen und diese wichtigen Fachbereiche als Ganzheit zu erleben.

Ein bedeutendes Ziel ist klar: mehr **Gesundheitsförderung (Salutogenese)**, die der Bevölkerungsgesundheit (Public Health) am nächsten steht. Darunter ver-

stehen wir Zuversicht und Resilienz sowie die Förderung von Gesundheitsfaktoren und Prävention.

Lassen Sie uns gemeinsam die aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse über Physiologie und Pathophysiologie der menschlichen Ernährung zusätzlich nutzen, um den Blickwinkel immens zu erweitern und, um alle medizinischen und sozialen Anforderungen erfüllen zu können, die Gesundheit fördern (health

promotion) und Krankheiten sowie Unfällen bestmöglich entgegenwirken!

Unser Auftrag ist die Verschmelzung von Theorie und Praxis der Ernährungsmedizin und Ernährungsberatung für mehr Darmgesundheit – von isolierten klinischen Studien hin zur alltagstauglichen Praxis der funktionellen und orthomolekularen Medizin sowie angewandten Diätetik im ganzheitlichen Sinne.

**Schließen wir endlich diese Lücke zur darmgesunden Versorgung unserer Klienten in allen Lebensabschnitten!**



# TANDEMKURS

## - für wen ist dieser gedacht und welche Bedeutung steckt dahinter

Der Akademie-Spezialkurs widmet sich allen Teilnehmern, die Darmgesundheitsberatung als ihr Lebensthema und das ihrer Klienten kennenlernen und / oder vertiefen möchten und neugierig (genug) sind, praktische Ernährungsberatung aufbauend auf den theoretischen Grundlagen **selber einmal anders zu erfahren**.

Vom **14.-17.03.** und vom **24.-27.10.2024** lassen wir Sie an unserem langjährigen Erfahrungsschatz, neuen Studien und Erkenntnissen aus der Praxis teilhaben.

Wir stellen Ihnen Werkzeuge vor, die Sie benötigen, um mit Empathie und wertschätzender Haltung den Klienten gegenüber noch erfolgreicher handeln zu können.

Praxisnah und von anerkannten Expertinnen der Gesundheitswissenschaften und Diätetik geführt, möchten wir Sie mit nachhaltigen und alltagstauglichen Konzepten begeistern, in denen **sowohl Ihre Bedürfnisse als auch die Bedürfnisse Ihrer Klienten zur Gesunderhaltung und Gesundung berücksichtigt** werden.

**Der Kurs legt den Fokus darauf**, den Gesundheitszustand der Bevölkerung grundsätzlich und nachhaltig zu verbessern. Klienten mit Darmgesundheitsstörungen benötigen einen gezielten Ansatz und dem jeweiligen Entzündungs- bzw. Morbiditätszustand individuell angepasste Maßnahmen, die auch ein vernünftiges Verhältnis zwischen Aufwand und Nutzen beinhalten.

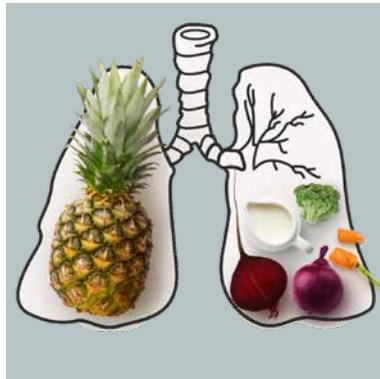
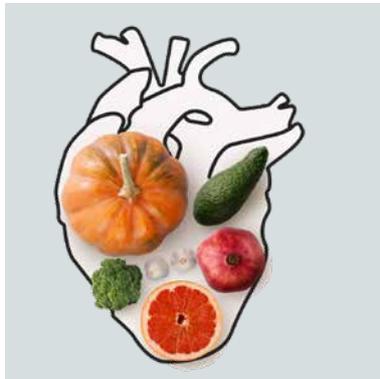
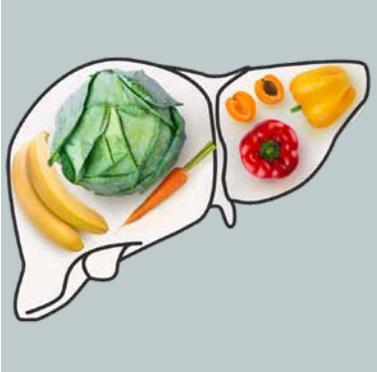
Einen besonderen Fokus richten wir auf die Darm-Leber-Gehirn-Achsen, um mitochondriale Leistungen und somit die Energiebilanz deutlich zu verbessern. Ebenso kann psychoneuroimmunologischen Folgeproblemen bei bestehenden Darmgesundheitsstörungen, aber auch bei chronischer Müdigkeit, Energielosigkeit, Konzentrationsstörungen,

Schlafunregelmäßigkeiten sowie immunologischen Ungleichgewichten von Autoimmunität oder Autoinflammation effektiv begegnet werden.

Die Praktische Umsetzung und Psychoeducation schafft es, den Transfer des Verständnisses für ganzheitliche Zusammenhänge aus der Theorie in die Praxis umzusetzen und vorhandene Ressourcen weiter auszubauen. Hierfür benötigen wir neben dem Wissen rund um den individuellen Nahrungsbedarf, der Nahrungsaufnahme und- Verwertung auch die Erfahrungen der intuitiven Nahrungsmittelauswahl.

Die alleinige Wissensvermittlung zu allgemein gültig ausgelobten „gesunden Lebensmitteln“ führt nicht zu einer nachhaltigen Veränderung des Ernäh-

rungsverhaltens und Lebensstiles. Vielmehr ist es wichtig, dass Ernährungsmaßnahmen verständlich, logisch und individuell spürbar werden. So können wir den Menschen Kompetenzen vermitteln, die es ihnen zukünftig ermöglicht, besser eigenverantwortlich mit ihrer Gesundheit umgehen zu können. Sich auf das natürliche Essverhalten (intuitives Essverhalten) zurückzubedenken, zu erkennen was der Seele gut tut (Euthyme Therapie) und die sofortige Umsetzung erfolgreicher ernährungstherapeutischer Maßnahmen, das sind die Bausteine von gelebter Integrativer Medizin für die Zukunft. **Wir haben es in der Hand, unsere und die Gesunderhaltung unserer Klienten nachhaltig mitzugestalten.**



Den Menschen und seine Beschwerden ganzheitlich betrachten, für eine individuelle Versorgung zur Vermeidung und Behebung von Fehl- und Mangelernährung.

## TANDEMKURS Programm: Ernährungsphysiologie



### > UPDATE

Anatomie und Physiologie des Verdauungstraktes, um „Grundursachen“ gesundheitlicher Beeinträchtigungen und die funktionelle Rolle des Darms zu verstehen (biochemische Individualität sowie mentale, emotionale und spirituelle Schlüsselkomponenten). Stoffwechsel durch einen vereinfachten Ansatz besser nutzen und das GI-System als integralen und zentralen Assimilationsknoten verstehen. Dysregulation des GI-Systems und die tiefgreifende Wirkung auf die Gesundheit verstehen sowie die Ursachen und Folgen einer schlechten Verdauung regulieren lernen.



### > ANAMNESE

Sich mal anders nähren und unerwartete Fragen stellen (Akademie Fragebogen)! Anhand des **ANGANGEN**-Ordnungsrahmen den Ernährungsstatus erheben/ beurteilen und zur funktionellen Beurteilung von Verdauungsstörungen und Darmpermeabilität gelangen, um Verbindungsmuster zu erkennen und zu beleuchten (falls erforderlich). Respekt gegenüber der Synergie biologischer Systeme und in Kombination mit weiteren Puzzleteilen.



# Akute und nachhaltige Diagnostik und Therapie

## > DIAGNOSE

Anfangen, sich neue Fragen auf der Grundlage der Systemtheorie zu stellen, um Krankheit zu verstehen. Verstehen und Erforschen der zugrunde liegenden Mechanismen, die zur Pathologie oder Dysfunktion führen. Gemeinsame Faktoren identifizieren, die eine optimale Gesundheit und Funktion des Verdauungstraktes beeinträchtigen können. Vor- und Nachteile von konventionellen und unkonventionellen Diagnosemöglichkeiten zur Beurteilung von Malabsorption und Maldigestion abwägen. Neues Modell als Hilfsmittel zur Diagnose von Malabsorption und Maldigestion aufgrund von Anzeichen und Symptomen des Patienten durch gezielte Abfrage anwenden.

## > PERSONALISIERTE AUSWAHL VON LABORDIAGNOSTIKA

Das Problem der klassischen diagnostischen Medizin und die Verwendung von komplementären Instrumenten zur schnelleren Annäherung.

## > NACHHALTIGE THERAPIE ZUR BEHEBUNG VON VERDAUUNGSSTÖRUNGEN

Integration von Wissenschaft und Klinik, Hinweise, Befunde und Erfahrungswissen, um individuelle Handlungsempfehlungen zur Behebung von Verdauungsstörungen wie z. B. Diarrhoe, Obstipation, Steatorrhö, Reflux, Meteorismus mit Akademie Interventionshilfen gestalten und aufstellen zu können.

## > PERSONALISIERTE AUSWAHL VON THERAPEUTIKA/ PRAKTISCHE ANWENDUNG

Erfolgreicher Einsatz von Arzneimitteln, Phytotherapeutika, Spagyrik, Homöopathie, Enzymen, Orthomolekularia, Pro- und Prebiotica uvm.

## > PERSONALISIERTE LEBENSMITTEL-WARENKUNDE IN DER THEORIE UND PRAXIS DER ANGEWANDTE DIÄTETIK

Diätetischer Einsatz von Lebensmitteln, an die Verdauungsleistung angepasst, mit Hilfe der selbstwirksamen und regenerationsfördernden **Akademie-Diätetik auf der Basis einer wirksamen entzündungshemmenden interdisziplinären Darm-Ernährung (WEIDE®)**. Spezifische Nähr- und Wirkstoffe, Ballaststoffe (Nahrung für das Mikrobiom), Essigsäure und andere kurzkettige Fettsäuren, Milchsäure (fermentierte Lebensmittel) zum richtigen Zeitpunkt einsetzen!



# Psychoneuroimmunologie

## > POSTAGGRESSIONSSTOFFWECHSEL ERKENNEN

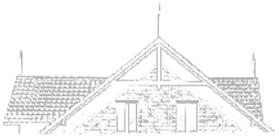
Zusammenhänge verstehen und Aussagen von Klienten besser und schneller interpretieren.

## > HYPERCORTISOLISMUS, HYPOCORTISOLISMUS

Stresskompensation, Nebennierenschwäche, Nebennierenerschöpfung, Schilddrüsen-, Gallen- und Nierenfunktion im Kontext, Milzstärkung bei immunologischer Imbalance.

## > HILFE ZUR SELBSTSORGE DURCH: WAHRNEHMUNG – ACHTSAMKEIT – DANKBARKEIT

Zur Erhaltung der Balance von gesunden Faktoren und die Erkennung krankmachender Trigger mit Hilfe euthymen Erlebens/ Handelns und der Rückbesinnung auf die natürlichen Möglichkeiten zur Stärkung des Parasympathikus, wie das Erkennen von Körpersignalen (emotional gesteuerte (Sport-)Überaktivität, Entspannungsmöglichkeiten nutzen und Maßnahmen für besseren und erholsameren Schlaf treffen.



**Lippe Villa**

Schöner lernen, effektiver Arbeiten.

ZEIT FÜR: WEITERENTWICKLUNG, PERSPEKTIVWECHSEL, INSPIRATION, ZUHÖREN, NETZWERKEN, WEITERBILDUNG, VISIONEN ...FINDET SICH IN DER LIPPE-VILLA!



# TANDEMKURS

## Lernergebnisse:

**01.** Zu beschreiben, warum der Assimilationsknoten die anderen sechs klinischen Kerne beeinflusst und Ungleichgewichte oft von zentraler Bedeutung für die Personalisierung von wirksamen Handlungsempfehlungen vor allem für Patienten mit chronischen Krankheiten oder Krankheitsfolgeprobleme sein können.

**02.** Beeinträchtigungen der Barriere-Integrität, Verdauung, Absorption, Darm-Mikrobiota und Ernährung(-smängel) in der Diagnose und Behandlung von Patienten mit Verdauungsstörungen und chronischen Krankheiten berücksichtigen und integrieren zu können!

**03.** Den **ANFANGEN**-Ordnungsrahmen bei der Auswahl von angemessenen Beurteilungen für Patienten mit Magen-Darm Funktionsstörung anzuwenden und komponentenbasierte Interventionsansätze, sowohl pharmazeutisch als auch ernährungsmedizinisch, entwickeln zu können.

**04.** Den (Wie)-Rahmen (entfernen, ersetzen, ernähren, reparieren, neu „impfen“, stimulieren, modulieren oder downregulieren) in Bezug auf die Strukturierung von Handlungsempfehlungen für Patienten mit Magen-Darm-Störungen (auf der Basis des jeweiligen Entzündungsstatus) definieren zu können.

# IHRE DREI REFERENTINNEN FÜR DEN TANDEMKURS:

Nachhaltige Gesundheit erfordert einen erweiterten Blick und stärkt den Geist in der Medizin!



## PhDr. Antje Rössler, MSc., MSc.

Gesundheitswissenschaften und Public Health, Klinische Ernährungsmedizin, Ernährung und Sport, Therapeutin für Orthomolekulare Medizin, PTA

**Schwerpunkte:** Ernährungsmedizin, Immunologie, Darmgesundheit, Prävention, Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM).



[akademie-immunologie.de](https://akademie-immunologie.de)



## Petra Rassenhövel

Diätassistentin VDD mit Berechtigung zur Krankenkassenabrechnung, Trainerin somatische Intelligenz, Konditorin, Weiterbildung Ernährungspsychologie, FH Fulda

**Schwerpunkte:** Ernährungsberatung zur Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF), Darmgesundheit, Ernährungspsychologie und Euthyme Therapie.



[richtungswechsel-ernaehrungsberatung.de](https://richtungswechsel-ernaehrungsberatung.de)



## Johanna Hügel

Diätassistentin VDD mit Berechtigung zur Krankenkassenabrechnung, Diabetesberaterin DDG, Wundassistentin DDG

**Schwerpunkte:** Diät- und Ernährungsberatung zur Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF), Diabetesschulungen für Patienten der Fachärzte.



[huegel-ernaehrungsberatung.de](https://huegel-ernaehrungsberatung.de)



Zertifizierung für Präventionskurse, die vom GKV Spitzenverband der gesetzlichen Krankenkassen anerkannt sind.



## TANDEMKURS

14.-17. März 2024, 9-18 Uhr  
in Hamm / Westfalen



## TANDEMKURS

24.-27. Okt. 2024, 9-18 Uhr  
in Hamm / Westfalen

Akademie für Immunologie und Darmgesundheit® · Lippestr. 45 · 59071 Hamm  
Fon: +49 (0) 2381 - 37 35 271 · [antje.roessler@akademie-immunologie.de](mailto:antje.roessler@akademie-immunologie.de)