

Webinar Schilddrüsenkrankheiten verstehen: Wirksame Massnahmen für ein gesundes Gleichgewicht



Bildungszentrum Rehastudy
Bad Zurzach, Winterthur
Quellenstrasse 34
CH-5330 Bad Zurzach
Tel. +41 (0)56 265 10 20
Fax +41 (0)56 265 10 29
E-Mail info@rehastudy.ch
www.rehastudy.ch

EDUQUA

Schweizerisches Qualitätszertifikat für Weiterbildungsinstitutionen
Certificat suisse de qualité pour les institutions de formation continue
Certificato svizzero di qualità per istituzioni di formazione continua

Kursausschreibung

Webinar Schilddrüsenkrankheiten verstehen: Wirksame Massnahmen für ein gesundes Gleichgewicht

FUNKTIONELLE STRATEGIEN FÜR EINE UMFASSENDE GESUNDHEIT UND LANGFRISTIGE PRÄVENTION

EINLEITUNG

Die Ernährung hat einen signifikanten Einfluss auf die Gesundheit der Schilddrüse, die den Stoffwechsel und die Energie des Körpers reguliert. Nährstoffe wie Jod, Selen, Zink und Vitamin D3 sind entscheidend für das reibungslose Funktionieren der Schilddrüse und sollten in der Ernährung priorisiert werden. Jodreiche Lebensmittel wie Wildfische und Meeresalgen sind für das ordnungsgemäße Funktionieren der Schilddrüse unerlässlich, während ein Jodmangel zu Hypothyreose führen kann. Auch die Darmgesundheit, welche die Absorption dieser Nährstoffe und das hormonelle Gleichgewicht beeinflusst, wird sorgfältig berücksichtigt. Somit ist eine personalisierte Ernährung entscheidend für die Aufrechterhaltung der Gesundheit und die effektive Behandlung von Störungen der Schilddrüse.

INHALTE

- Gleichgewicht von Makro- und Mikronährstoffen
- Was ist das richtige Jod, wie viel wird täglich benötigt und wie erhält man es?
- Welche Rolle spielt die Schilddrüse bei der Regulierung der Körpertemperatur und der enzymatischen Funktionen?
- Wie kann man einfach und zu Hause überprüfen, ob die Schilddrüse ordnungsgemäß funktioniert?
- Eine einfache und kostengünstige wässrige Lösung kann allen Organen des menschlichen Körpers helfen
- Hypothyreose Typ II: das „Gesetz der Halogene“ und dessen Einfluss auf die Jodrezeptoren



ANGABEN ZUR LEHRPERSON

Prof. Dr. Nelson Annunciato

Neurowissenschaftler

Neurowissenschaftler + Funktioneller Neuroanatom + Ernährungsmediziner

Autor: Super Gehirn ohne Alzheimer, Ed. Jolivi, 2018 (nur auf portugiesisch)

Motto: «Die menschliche Reife kommt nicht von den Lebenserfahrungen alleine, sondern von den Reflektionen über das Geschehen» (Donald Winnicott)



KURSVORAUSSETZUNGEN

Für alle gesundheitlich Interessierten

LEITUNG

Prof. Dr. Nelson Annunciato

Dauer	Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Kosten
2 Stunden Online-Webinar	Online	23.04.2025	18.00 - 20.15 Uhr	25296	CHF 38.-