
Phyto-Refresher – 3-Tageskurs

Liegt Ihre Phytotherapieausbildung schon eine Weile zurück und möchten Sie wieder auf den neuesten Stand kommen? An diesen drei Intensiv-Tagen frisken wir unser Pflanzenwissen auf. An vielen Übersichtstabellen und mit Mindmaps erhalten wir schnell einen Überblick über die effizientesten und medizinisch meist verwendeten Pflanzen für verschiedene Organsysteme. Wir lernen dabei auch die unterschiedlichen Wirkprinzipien kennen, damit eine optimale Auswahl für bestimmte Indikationen getroffen werden kann.

Wir arbeiten im Plenum, selbständig und in Workshops. Als Grundlage dient uns das aktualisierte und dem Kurs angepasste Arbeitsbuch meines Grundkurses.

Datum: **Sonntag 5. Mai, 2. Juni und 16. Juni 2019**

Jeweils 9.00 – 16.00 Uhr, mit Mittagspause

Kursort: **Gesundheitspraxis, Breitackerstr. 7, 8542 Wiesendangen**

Ziele:

- Medizinisch anerkannte Pflanzenauswahl (der ESCOP, HMPC, WHO und der ehemaligen Kommission E) für ausgewählte Organsysteme und ihre Beschwerden aufzählen
- Unterschiedliche Wirkprinzipien der den Organsystemen zugeordneten Pflanzen und die richtige Wahl für verschiedene Indikationen treffen können und dabei Kontraindikationen beachten
- Inhaltsstoffe und ihre Bedeutung für die Pflanzenwirkung verstehen
- Sicherheit für das Sammeln von Pflanzen erhalten - die richtigen Pflanzenarten für Arzneimittel erkennen
- Pflanzenauszüge richtig herstellen und Tee- und Tinkturenmischungen professionell zusammenstellen
- Neues aus der Forschung und vom Markt erfahren
- Vertiefen und Lesen von aktueller Fachliteratur



Kosten: 600 Fr. (alles inklusiv: Arbeitsbuch, Material, Getränke, Zertifikat)

Genauere Inhalte entnehmen Sie den nächsten Seiten.

Der Kurs ist auch als EMR-konforme Fortbildung geeignet (es werden 19 volle Stunden bestätigt).

- Der Kurs findet ab 5 Personen statt. Die Gruppengrösse ist maximal 8.
- Die Anmeldung über das Kontaktformular ist verbindlich – siehe AGB.

	<i>Themen</i>	<i>Workshop</i>
<p>Erster Kurstag</p> <p><i>Wirkstoffe für Haut und Schleimhaut:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Gerbstoffe ▪ Schleimstoffe ▪ Saponine ▪ Ätherische Öl 	<p><i>Einführung</i> <i>Zielsetzungen des Kurses</i> <i>Eigene Zielsetzungen</i></p> <p><i>Haut</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewährte Hautpflanzen für äussere und innere Anwendungen in der Übersicht und deren Wirkunterschiede ▪ Therapieansätze bei chron. Hauterkrankungen ▪ Neues aus der Forschung und vom Markt <p><i>Mund-Rachenschleimhaut</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewährte Pflanzen für Reizzustände in der Übersicht und ihre Zubereitungsformen <p><i>Magen-Darmschleimhaut</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewährte Pflanzen für Schleimhautentzündungen ▪ Interaktionen von Gerb- und Schleimstoffen <p><i>Schleimhäute der Atemwege</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewährte Pflanzen für obere und untere Atemwege in der Übersicht und ihre Hauptwirkstoffe ▪ Therapieansätze bei grippalen Infekten ▪ Synergien von Pflanzen ▪ Neues aus der Forschung und vom Markt <p><i>Weitere Themen</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tee, Tinktur oder Fertigarzneimittel? ▪ Rationale und traditionelle Phytotherapie ▪ Möglichkeiten und Grenzen der Phytotherapie 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Regeln für das Teemischen und praktische Anwendung ▪ Alkohol als Lösungsmittel für verschiedene Drogen-teile ▪ Regeln für das Herstellen von Tinkturen mit verschiedenen Pflanzenteilen sowie Alkoholprozentage berechnen und praktische Anwendungen ▪ Anwendung und Dosierung der Tees und Tinkturen ▪ Pflanzen erkennen und Pflanzenarten unterscheiden ▪ Standortbestimmung und eigene Defizite erkennen

	<i>Themen</i>	<i>Workshop</i>
<p>Zweiter Kurstag</p> <p><i>Bitterstoffe für Verdauung, Immun- und Nervensystem</i></p>	<p><i>Verdauungssystem</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bitterstoffpflanzen unterscheiden ▪ Mechanismen der Bitterstoffe ▪ Bitterstoffe und Darmflora ▪ Bewährte Verdauungspflanzen und ihre Anwendungsbereiche in der Übersicht ▪ Bitterstoffpflanzen und Kontraindikationen ▪ Neues aus der Forschung und vom Markt <p><i>Nervensystem</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewährte Pflanzen für das ZNS und VNS in der Übersicht ▪ Mentaler und psychischer Stress ▪ Bedeutung der Bitterstoffe bei Stress und Erschöpfung – das Darmhirn ▪ Neues aus der Forschung und vom Markt <p><i>Immunsystem-Lymphsystem</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewährte Immunpflanzen und ihre Wirkprinzipien in der Übersicht ▪ Das Immunsystem im Darm ▪ Verschiedene Wege für die Stärkung des Immunsystems ▪ Therapieansätze bei chronischer Abwehrschwäche und Infekten ▪ Neues aus der Forschung und vom Markt 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tee- und Tinkturmischungen für bestimmte Fallsituationen zusammen stellen ▪ Eigene Teemischung/ Tinktur nach Regeln zusammenstellen ▪ Pflanzen erkennen und Pflanzenarten unterscheiden ▪ Eigene Defizite erkennen und Lücken schliessen

	<i>Themen</i>	<i>Workshop</i>
<p>Dritter Kurstag</p> <p><i>Flavonoide für Herz-Kreislauf und Harnwege</i></p>	<p><i>Herz, Kreislauf und Blutgefäße</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pflanzen für Herz-Kreislauf und Blutgefäße in der Übersicht ▪ Bedeutung der Flavonoide sowie Saponine und Cumarine für Herz und Gefäße ▪ Neues aus der Forschung und vom Markt <p><i>Harnwege</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewährte Pflanzen für Nieren, ableitende Harnwege und Prostata in der Übersicht ▪ Bedeutung der Flavonoide und Mineralstoffe für die Harnwege ▪ Therapieansätze ▪ Kontraindikationen der Harnwegspflanzen ▪ Neues aus der Forschung und vom Markt <p><i>Ausleitung und Reinigung</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bedeutung der Ausleitung für unterschiedliche Erkrankungen <p><i>Aktuelle Fachliteratur und Internetadressen</i></p> <p><i>Evaluation</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aufbau eines Phyto-Rezeptes ▪ Tee- und Tinkturmischungen für bestimmte Fallsituationen zusammen stellen ▪ Eigene Teemischung/ Tinktur nach Regeln zusammenstellen ▪ Pflanzen erkennen und Pflanzenarten unterscheiden ▪ Eigene Defizite erkennen und Lücken schliessen ▪ Monografien und ihre Bedeutung