Epigenetik – Pocket-Guide

NATURHEILKUNDE

Die Epigenetik spielt eine entscheidende Rolle bei der Prävention gesundheitlicher Probleme, indem sie die Art und Weise beeinflusst, wie Gene exprimiert werden, ohne die zugrunde liegende DNA-Sequenz zu verändern. Diese Seminar gibt einen erste Ein- und Überblicke in das große Feld der Epigenetik.

Mythkreislauf:
Verstehen Sie, wie epigenetische Veränderungen durch wiederholte Einflüsse von Lebensstil und Umwelt entstehen können und wie sich diese Veränderungen über Generationen hinweg auswirken.

Methylierung:
Erlernen Sie die Bedeutung der DNA-Methylierung für die Genexpression. Wir diskutieren, wie bestimmte Nahrungsmittel und Verhaltensweisen die Methylierungsprozesse beeinflussen können, um das Risiko für chronische Erkrankungen zu senken.

Histonmodifizierung:
Entdecken Sie, wie Histonmodifikationen die Zugänglichkeit der DNA für die Transkription steuern. Sie erfahren, welche Faktoren (z.B. Bewegung, Stress, Ernährung) diese Modifikationen beeinflussen und wie Sie diese Kenntnisse in der Praxis anwenden können.

Praktische Ansätze:
- Ernährung und Diät: Welche Nährstoffe fördern positive epigenetische Veränderungen?
- Körperliche Aktivität: Wie beeinflusst Bewegung die Genexpression?
- Stressmanagement: Techniken zur Reduzierung von Stress und dessen epigenetischen Folgen.
- Vermeidung von Umweltgiften: Strategien zur Minimierung schädlicher Expositionen.
- Personalisierte Medizin: Einsatz epigenetischer Informationen in der Therapie.
- Frühe Interventionen: Bedeutung der frühen Lebensjahre für die epigenetische Entwicklung.

Fallbeispiel: Anhand eines konkreten Fallbeispiels werden die Methoden der Epigenetik praxisnah erläutert, um den direkten Bezug zur therapeutischen Arbeit herzustellen.

Das Seminar richtet sich an alle naturheilkundlich tätigen Therapeuten/innen und sonstige therapeutische Berufsgruppen.

Termine:
So. 26.09.2027
16:00-21:00 Uhr

Preis:
150,- Euro *

Paracelsus Gesundheitsakademie Onlineunterricht
Tel. 0261-95252-0

Seminarnummer:
SSA111260927

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

* Irrtümer und Änderungen vorbehalten - 10.09.2025