

# Praxiswissen Ernährung: Nahrungsmittelintoleranzen & Haut

## BEAUTY / WELLNESS



**Teil 1: Die Nahrungsmittelunverträglichkeiten scheinen auf dem Vormarsch zu sein. Unsere Ernährungsweise mit stark verarbeiteten Lebensmitteln, wenigen Ballaststoffen und Fertigprodukten, die unser Darmmikrobiom verändern, könnte dafür eine Ursache sein: denn wenn es**

unserer Darmflora schlecht geht, läuft auch die Verstoffwechslung an der Darmschleimhaut nicht mehr optimal. Bei einer Nahrungsmittelintoleranz ist der Körper nicht fähig, bestimmte Nahrungsmittel zu verarbeiten oder überhaupt aufzunehmen und reagiert mit körperlichen Symptomen darauf, die sehr vielfältig sein können. Betroffene haben häufig einen langen Leidensweg hinter sich. Welche Unverträglichkeiten gibt es, wie werden sie diagnostiziert und wie muss die Ernährung aussehen, um Symptome zu vermeiden, darum soll es in diesem Seminar gehen.

**Teil 2: Unsere Haut ist zahlreichen Umwelteinflüssen ausgesetzt. Als größtes Organ hat die Haut einen großen Bedarf an Nähr- und Mineralstoffen, um ihrer regelrechten Schutzfunktion nachzukommen. Unsere Ernährung hat somit wichtigen Einfluss auf unser Äußeres, aber auch auf bestehende Erkrankungen der Haut. Wie beeinflusst die Ernährung unsere Haut? Welche Nährstoffe sind besonders wichtig für die Haut und halten sie gesund und welche Lebensmittel sollten gemieden werden? Wie sollte die Ernährung bei bestimmten Hauterkrankungen aussehen?**

Dieses Seminar ist Teil der Seminarreihe Praxiswissen Ernährung, die ca. alle 1-2 Monate stattfindet. Es ist in sich geschlossen und einzeln zu buchen.

**Dozent/in Dr. Brigitte Matulla-Nolte:** Geboren 1970, verheiratet, 3 Kinder. Dr. Matulla-Nolte absolvierte ihr Studium der Humanmedizin in Berlin. Danach begann sie am Lehrstuhl für Innere Medizin und Naturheilkunde (FU Berlin). Im folgenden engagierte sie sich als Gastärztin im Department of Endocrinology, Nutrition, and Diabetes in Boston sowie in der Datenbank `Biopositive Wirkungen von UV-Strahlung` der Charite. In den letzten Jahren leitete sie nebenberuflich Kurse in der Elternbildung im Bereich Erste Hilfe, Naturheilkunde, Homöopathie, Erziehung. Ernährungsbedingte Krankheiten weckten ihr Interesse und sie erwarb das Zertifikat zur ganzheitlichen Ernährungsberaterin. 2024 absolvierte sie eine Weiterbildung in der Mikronährstoffberatung. Mit diesen Kenntnissen bringt sie sich als Dozentin in den Paracelsus Schulen ein.

Termine:  
**Mi. 20.08.2025**  
10:00-17:00 Uhr

Preis:  
**140,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Hallerstraße 3-6  
Dipl.-Kfm., Heilpraktiker für  
Psychotherapie  
10587 Berlin  
Tel. 030 - 89 09 21 93**

Seminarnummer:  
**SSH10200825**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

