

Praxiswissen Ernährung: Nahrungsmittelintoleranzen & Haut

BEAUTY / WELLNESS

© ashore77-Fotoa.com



Teil1: 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 einzel buchbar.

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:

Sa. 16.05.2026

10:00-17:00 Uhr

Preis:

140,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Girardetstr. 4
45131 Essen
Tel. 0201 - 877 55 51**

Seminarnummer:

SSH43160526

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

