

EGENVÅRDPOOLENS UTBILDNINGAR FÖR TERAPEUTER 2019

Datum	Utbildning	Föreläsare	Ort
17-18 Jan	Hudkurs	Birgitta Tingberg	Göteborg
24-25 Jan	Preparatlära (D)	Pekka Nylund	Karlstad
30-31 Jan	Hypotyreos typ 2	Öckerman, Nylund	Göteborg
7-8 Feb	B-Vitaminer (D)	Pekka Nylund	Karlstad
13-14 Feb	Njurar	Bo Engborg, Pekka Nylund	Göteborg
21-22 Feb	Depression/Nedstämdhet (D)	Pekka Nylund	Karlstad
28 Feb-1 Mar	Viktkontroll (D)	Pekka Nylund	Karlstad
7-8 Mars	Återträff torrblod	Pekka Nylund	Karlstad
13-14 Mars	Mitokondriell Medicin 1	M Nylander, Pekka N	Göteborg
15 Mars	Ipe Roxo/PD801	Arne Söderback	Göteborg
21-22 Mars	Aminosyraterapi (D)	Pekka Nylund	Karlstad
28-29 Mars	Allergier/Överkänslighet (D)	Pekka Nylund	Karlstad
4-5 April	Antioxidanter. Ev. annat tema. (D)	Öckerman	Karlstad
10-11 April	Mitokondriell Medicin 2	M Nylander, Pekka N	Göteborg
17-18 April	Psykofarmaka (D)	Anders Lönedal, Pekka N	Karlstad
24-25 April	Preparatlära örter (D)	Lisa Kock	Karlstad
15-16 Maj	Mitokondriell Medicin 3	M Nylander, Pekka N, M Lidberg	Göteborg
17 Maj	Återträff mitokondriell Med.	M Nylander, Pekka N, M Lidberg	Göteborg
22-23 Maj	Vaccin	Anders Lönedal, Pekka N	Göteborg
28-29 Maj	Preparatlära (D)	Pekka Nylund	Stockholm
4-5 Juni	Preparatlära	Pekka Nylund	Göteborg
12-13 Juni	Aminosyraterapi	Pekka Nylund	Göteborg
27-28 Juni	Urintester/Njurar (D)	Pekka Nylund	Karlstad

Tider vid 2-dagarskurser: Dag 1: kl 13-19. Dag 2: Kl 10-16.

(D) = Det går att vara med på distans. Meddela när ni anmäler er om ni blir med på plats eller på distans.

OBS!! Distansutbildningarna spelas in, så ni behöver inte följa dom direkt om det inte passar.

Ni kan alltså anmäla er och följa distansutbildningarna direkt eller när det passar er.

Plats i Göteborg: Apple Hotell, Torpavallsgatan 6.

Plats i Karlstad: Egenvårdspoolen AB. Pumpgatan 2 A

Plats i Stockholm: Nordiskt Näringscenter i Bagarmossen, Lagaplan 1

Boendeförslag Göteborg: Avtal boende på Apple Hotel. Uppge avtal Egenvårdspoolen.

Apple Hotel & Konferens. www.applehotel.se. Tel: 031-25 11 00. E-post: info@applehotel.se

Boendeförslag Karlstad

Hotell Bilan. Uppge avtal Egenvårdspoolen. Hotell Bilan, Karlbergsgatan 3 Karlstad.

Tel: 054-100300 (Tryck 2 för att komma till receptionen) cc.bilan@choice.se

Anettes Bed & Breakfast c/o Anette Olsson Furustigen 5 Karlstad. Tel 072-3369503

E-post: anettesbnb@gmail.com Webb: <http://anettesbedandbreakfast.blogspot.se/>

Anmälan och mer information: 054-152588 info@egenvardspoolen.se

HUDKURS, I GÖTEBORG 17-18 JANUARI (EJ PÅ DISTANS) FÖRDJUPNINGSKURS I HUD FÖR NÄRINGSTERAPEUTER OCH ANDRA INTRESSERADE!

Huden är kroppens största organ och är omkring 2 kvadratmeter stort.

Många av de obalanser man har i kroppen visar sig på huden. Det kan handla om födoämnen, läkemedel, en tarm som inte är i balans, stress, hormoner, yttre faktorer m.m.

Detta kommer vi gå igenom och se hur man kan läka en hud både från utsidan **OCH** från insidan. Vi kommer att gå igenom vanliga symtom som drabbar många, till exempel acne, dermatiter av olika slag eller bara en hud som inte är i balans.

Vi går förstås igenom vad man kan göra åt detta, i sitt arbete som näringsterapeut.

- Hudens anatomi – celler i huden och hur de fungerar
- Hudens koppling till njur- och leverfunktion
- Näringsämnen viktiga för huden – inifrån och utifrån
- Mage/tarm och dess betydelse för huden
- Mikronäringsämnen/Aminosyror/Mineraler viktiga för huden från insidan såväl som utsidan
- Olika vanliga hudproblem
- Hur man kan behandla hudproblem – både inifrån och utifrån – näringsämnen på huden

Många av de mikronäringsämnen man intar oralt för att få balans i huden är ofta samma som man kan ha utifrån för att få en balans i huden. Det kan vara A-vitamin, pro- eller prebiotika med mera.

Tider: Dag 1 kl 13-19. Dag 2 kl 10-16

Föreläsare: Birgitta Tingberg som är hudterapeut men också näringsterapeut med inriktning funktionsmedicin.

Pris: 495 kr exkl. moms.

PREPARATLÄRA. I KARLSTAD 24-25 JAN (ÄVEN PÅ DISTANS) I STOCKHOLM 28-29 MAJ (ÄVEN PÅ DISTANS) I GÖTEBORG 4-5 JUNI (EJ PÅ DISTANS)

Tider: Dag 1 kl 13-19. Dag 2 kl 10-16

Denna utbildning riktar sig till terapeuter som vill lära sig mer om Egenvårdspoolens olika preparat. Vi har idag ett brett koncept av terapeutiska medel inom en rad olika områden.

Vi kommer att beröra följande områden vad avser preparaten:

1. Kliniska användningsområden. I vilket sammanhang kan de olika preparaten vara aktuella: sjukdomstillstånd, degenerationstillstånd, förebyggande verkan.
2. Dosering. Hur doseras medlet? Intag tillsammans med mat eller på fastande mage. Grad av dosering.
3. Tidsaspekten. Beräknad tid för klinisk verkan. Halveringstid i människokroppen m.m.
4. Toxiska effekter biverkningar. Vid vilken dosering inträder en toxisk effekt? Hur lång behandlingstid krävs för en toxisk verkan? Hur ser potentiella bieffekter ut?
5. Synergieffekter. Vilka preparat kan kombineras med varandra för en god synergieffekt?
6. Antagonistiska förhållanden. Vilka preparat skall inte intas vid samma tidpunkt? D.v.s. när och hur kan olika medel motverka varandra?
7. Relation till olika konventionella läkemedel. Vilka läkemedel skall inte kombineras med våra preparat? Vilka läkemedel kan öka behovet av olika näringstillskott?

Pris: Gratis

Föreläsare: Pekka Nylund

HYPOTHYREOS TYP 2, I GÖTEBORG 30-31 JANUARI (EJ PÅ DISTANS)

Hypothyreos typ 2 är ett tillstånd där patienten har normala sköldkörtelvärden, men där kroppstemperaturen är sänkt och patienten i övrigt har de symtom som en för låg ämnesomsättning ger. Vid den vanliga hypothyreosen, eller som den ibland kallas typ 1, producerar sköldkörteln för lite hormoner och problemet sitter alltså i sköldkörteln. Vid Hypothyreos typ 2 ligger problemet på cellnivå och trots att det kan finnas tillräckligt med sköldkörtelhormon i blodet så hjälper det inte då cellerna inte kan tillgodogöra sig det.

DAGORDNING

Dag 1: Kl 13-19.

- Definitioner: vad är hypotyros, hypotyres typ 2 och hypometabolism?
- Doktor Mark Starr och hans teorier.
- Genetiska faktorer.
- Mekanismen för tyroxinsyntes.

- Den intracellulära energiproduktion.
- Den intracellulära tyroxinmetabolismen.
- Mitokondriell dysfunktion.
- Den enzymatiska kopplingen.
- Viktiga mikronäringsämnen.
- Orsaksfaktorer.
- Symtom och indikationer vid hypotyreos typ 2/hypometabolism.
- Påverkan av miljögifter och tungmetaller.
- Analytiska metoder.
- Hur skall vi tolka olika mätvärden.
- TSH, T4, T3 och rT3.
- Behandling av hypometabolism.

Föreläsare: Pekka Nylund.

Dag 2 kl 10-16.

10-12: Professor Per-Arne Öckerman föreläser om vetenskap, diagnoser och behandling.

12-13: Lunch.

13-16: Pekka Nylund föreläser om behandling och preparatlära.

Pris för en dag: 295 kr exkl. moms. **Pris för båda dagarna:** 495 kr exkl. moms.

B-VITAMINER, I KARLSTAD 7-8 FEBRUARI (ÄVEN PÅ DISTANS)

Dagordning: Kommer senare

Tider: Dag 1 kl 13-19. Dag 2 kl 10-16

Föreläsare: Pekka Nylund

Pris för en dag: 295 kr exkl. moms. **Pris för båda dagarna:** 495 kr exkl. moms.

NJURAR, I GÖTEBORG 13-14 FEBRUARI (EJ PÅ DISTANS)

Dagordning: Kommer senare

Tider: Dag 1 kl 13-19. Dag 2 kl 10-16

Föreläsare: Bo Engborg & Pekka Nylund

Pris för en dag: 295 kr exkl. moms. **Pris för båda dagarna:** 495 kr exkl. moms.

DEPRESSION/NEDSTÄMDHET, I KARLSTAD 21-22 FEBRUARI (ÄVEN PÅ DISTANS)

Dagordning: Kommer senare

Tider: Dag 1 kl 13-19. Dag 2 kl 10-16

Föreläsare: Pekka Nylund

Pris för en dag: 295 kr exkl. moms. **Pris för båda dagarna:** 495 kr exkl. moms.

VIKTKONTROLL, I KARLSTAD 28 FEB - 1 MARS (ÄVEN PÅ DISTANS)

Övervikt och fetma är ett av våra allvarligaste folkhälsoproblem. I dag är hälften av alla vuxna män, drygt en tredjedel av alla kvinnor och vart femte barn överviktiga eller feta.

Målsättningen med denna utbildning är att ge dig som terapeut infallsvinklar och arbetsmetoder för att kunna behandla detta växande hälsoproblem.

- Definitioner och klassificering.
- Samband mellan fetma och sjukdomar.
- Överviktens orsaker.
- Olika typer av ätstörningar.
- Genetiska anlag.
- Hormonella obalanser.
- Basal Metabolic Rate.
- Total Daily Energy Expenditure.
- Vad styr BMR?
- Primär orsaken – energi obalans?
- Dietär termogenes (DIT).
- Olika mätmetoder.
- Bukfetma.
- PCOS.
- Lipid-metabolismen.
- Hyperlipidemi.
- Brunt fett.
- Hyperinsulinemia.
- Hypotalamus styrning av hunger- och mättnadskänslor.
- Neuropeptid Y (NPY).
- Alfa-MSH.
- Proopiomelanokortin (POMC).
- Endorfin.
- Glutamat och GABA.
- Ghrelin och leptin.
- Olika viktkontroll metoder.
- Överviktsparadoxon.

Föreläsare: Pekka Nylund

Ord. pris: 495 kr exkl. moms.

ÅTERTRÄFF TORRBLOD, I KARLSTAD 7-8 MARS (EJ PÅ DISTANS)

Återträff får dom som gått blockutbildning i torrblodsanalys.

Dagordning: Kommer senare

Tider: Dag 1 kl 13-19. Dag 2 kl 10-16

Föreläsare: Pekka Nylund

Pris: Gratis

BLOCKUTBILDNING I MITOKONDRIELL MEDICIN, I GÖTEBORG, 13-14 MARS, 10-11 APRIL, 15-16 MAJ (EJ PÅ DISTANS)

Föreläsare: Magnus Nylander, Martin Lidberg och Pekka Nylund

Block I 13-14 mars (dag 1 13-19 och dag 2 10-16)

- Introduktion av blockkursen (P.Nylund och M.Nylander).

- Oxidativ stress och antioxidativt försvar – en komplex helhet där våra mitokondrier, där mag-tarmkanalen, inflammationsprocesser samt näringsintaget med fytokemikalier, har dominerande betydelse.

- ATP (Adenosintrifosfat). Den viktiga nyckelmolekylen (P.Nylund).

- Mitokondriell medicin (M.Nylander).

- Mitokondriella sjukdomar (P.Nylund).

- Block II 10-11 april (dag 1 13-19 och dag 2 10-16)

- Diabetes en snabbt ökande svår folksjukdom. En fördjupning om olika typer av diabetes, dess orsaker och behandlingar (M.Nylander och P.Nylund).

- En fördjupning om våra "mitokondriers flaskhals" eller coenzym Q10 – Ett seminarium som bl.a. presenterar och minns "Q10:s fader", den världsledande forskaren professor Karl Folkers. Och genom detta innehållet/betydelsen av hans föredrag om detta oundgängliga ämne i Sverige och över hela världen under 1990-talet (M.Nylander).

- Genomgång av blodcirkulationen (M.Nylander och P.Nylund).

- "Inflammatorisk kärlförfettning med mineralinlagring", d.v.s. ateroskleros. Orsaksmekanismer och naturliga förebyggande och "bromsande" åtgärder (M.Nylander).

Block III 15-16 maj (dag 1 13-19 och dag 2 10-16)

- ATP-syntesen. Avancerad genomgång av den enzymatiska processen i mitokondriernas syntes av ATP (M.Nylander och P.Nylund).

- Vad är och hur mäts fria radikaler i blod (M.Nylander och P.Nylund).

- Vad är och hur mäter vi antioxidantkapacitet i blod (M.Nylander och P.Nylund).

- Vad är och hur mäter vi mjölksyra i blod (M.Nylander och P.Nylund).

- Vad är och hur mäter vi långtidssocker HbA1c i blod (M.Nylander och P.Nylund).

- Analys och behandling av mitokondriell dysfunktion (M.Nylander och P.Nylund).

- Snabba Polykliniska s.k. Point of Care analyser (begreppet innebär att de är färdiga att presentera inom mindre än 10 minuter) av blodglukos och "långtidsblodsocker" eller HbA1c. Teori och praktik (M.Nylander och M.Lidberg).

-För Egenvårdspoolens kursdeltagare, exklusivt leasingerbjudande av en internationellt ledande analytisk apparatur (kan analysera alla typer av analyser som berörs under blockkursen) (M.Nylander och M.Lidberg).

-Diskussion och avslutning.

I utbildningen ingår lättare mat, fika och omfattande kursmaterial. Samtliga deltagare erhåller efter fullföljd utbildning intyg och certifiering för analysmetodik.

Plats: Apple Hotell i Göteborg.

Pris: 3.000 kr exkl. moms (1.000 kr per block).

Anmälan: Egenvårdspoolen. 054-152588 eller info@egenvardspoolen.se

IPE ROXO /PD801, I GÖTEBORG 15 MARS (EJ PÅ DISTANS)

Dagordning: Kommer senare

Tid: 10-16

Föreläsare: Arne Söderback

Pris: 295 kr exkl. moms.

AMINOSYRATERAPI, I KARLSTAD 21-22 MARS (ÄVEN PÅ DISTANS) I GÖTEBORG 12-13 JUNI (EJ PÅ DISTANS)

Dagordning: Kommer senare

Tider: Dag 1 kl 13-19. Dag 2 kl 10-16

Föreläsare: Pekka Nylund

Pris för en dag: 295 kr exkl. moms. **Pris för båda dagarna:** 495 kr exkl. moms.

ALLERGIER & ÖVERKÄNSLIGHET, I KARLSTAD 28-29 MARS (ÄVEN PÅ DISTANS)

Dagordning: Kommer senare

Tider: Dag 1 kl 13-19. Dag 2 kl 10-16

Föreläsare: Pekka Nylund

Pris för en dag: 295 kr exkl. moms. **Pris för båda dagarna:** 495 kr exkl. moms.

ANTIOXIDANTKONFLIKTEN, I KARLSTAD 4-5 APRIL (ÄVEN PÅ DISTANS)

Kan ev. bli annat tema. Dagordning: Kommer senare

Tider: Dag 1 kl 13-19. Dag 2 kl 10-16

Föreläsare: Per-Arne Öckerman & Pekka Nylund

Pris för en dag: 295 kr exkl. moms. **Pris för båda dagarna:** 495 kr exkl. moms.

PSYKOFARMAKA, I KARLSTAD 17-18 APRIL (ÄVEN PÅ DISTANS)

PSYKOFARMAKA – RISKER OCH ALTERNATIV

Tider: Dag 1: 13-19. Dag 2: 10-16.

DAGORDNING

- SSRI hypotesen.
- DSM 5 - den senaste utgåvan av "psykbibeln".
- Psykoaktiva droger.
- De vanligaste preparaten i Sverige.
- Biverkningar.
- Vanliga utsättningsymtom.
- Hur man kan trappa ner och sluta med psykoaktiva droger på ett säkert sätt. James Harpers bok " The Road Back" på svenska.
- Programspecifika tillskott.
- EVP – tillskott.
- Hur arbetar vi med klienter – exempel.
- Antioxidant behandling av depression?
- Presentation av nya förstudier i USA, med väldigt intressanta resultat.
- Forskning i framkant, Hur SSRI/SNRI påverkar hjärt/kärlsystemet.

Pris: 495 kr exkl. moms.

Föreläsare: Anders Lönedal & Pekka Nylund

PREPARATLÄRA ÖRTER, I KARLSTAD 24-25 APRIL (ÄVEN PÅ DISTANS)

Tider: Dag 1 kl 13-19. Dag 2 kl 10-16

Vi har ett brett koncept av terapeutiska, helt naturliga preparat från örter och medicinska träd- och växter som traditionellt använts för läkning i olika delar av världen.

Lisa Kock är Ört- och Näringsterapeut och har ett stort intresse för Shamansk healing och läkekonst, och väver under denna kurs samman fakta från moderna studier av aktiva beståndsdelar från växterna med kunskapen om hur vi kan använda örtpreparaten som frekvensmedicin, för att få en djup effekt vid holistisk behandling. Du lär dig hur du kan jobba terapeutiskt med patienter med örterna som ett redskap, och även om växterna i sig, i vilka olika former de kan tillredas och hur du enkelt kan tillverka dina egna mediciner för husbehov.

Vi lär oss:

- Patientbehandling och dosering
- Växtens ursprung och traditionell användning
- Energimässig läkande effekt av växter

-Olika beredningsformer och tillverkning av tinkturer och infusioner
Varmt välkommen! Med eller utan förkunskap.

Föreläsare: Lisa Kock

Pris: Gratis

ÅTERTRÄFF MITOKONDRIELL MEDICIN, I GÖTEBORG 17 MAJ (EJ PÅ DISTANS)

Kursen är för dom som gått blockutbildningen.

Dagordning: Kommer senare

Tider: Dag 1 kl 13-19. Dag 2 kl 10-16

Föreläsare: Magnus Nylander, Martin Lidberg & Pekka Nylund.

Pris: Gratis

VACCIN, I GÖTEBORG 22-23 MAJ

Dagordning: Kommer senare

Tider: Dag 1 kl 13-19. Dag 2 kl 10-16

Föreläsare: Anders Lönedal & Pekka Nylund

Pris för en dag: 295 kr exkl. moms. **Pris för båda dagarna:** 495 kr exkl. moms.

URINTESTER/NJURAR, I KARLSTAD 27-28 JUNI (ÄVEN PÅ DISTANS)

Dagordning: Kommer senare

Tider: Dag 1 kl 13-19. Dag 2 kl 10-16

Föreläsare: Pekka Nylund

Pris för en dag: 295 kr exkl. moms. **Pris för båda dagarna:** 495 kr exkl. moms.