

EGENVÅRDPOOLENS UTBILDNINGAR FÖR TERAPEUTER 2021. Uppdaterad 7/5 2021

Datum	Utbildning	Föreläsare	Ort
6-7 Maj	Preparatlära 2021.3 (D)	Pekka Nylund	Distans
19-20 Maj	Örtkurs 5 (D)	Lisa Kock	Distans
20-21 Maj	Preparatlära 2021.4 (D)	Pekka Nylund	Distans
3-4 Juni	Immunförsvaret (D)	P Nylund, M Nylander	Distans
26-27 Aug	Blodanalys 1	Pekka Nylund	Karlstad
1-2 Sep	Analysdagar	Pekka Nylund mfl	Göteborg
9-10 Sep	Mikronäringslära 1 (D)	Pekka Nylund	Karlstad
23-24 Sep	Blodanalys 2	Pekka Nylund	Karlstad
7-8 Okt	Mikronäringslära 2 (D)	Pekka Nylund	Karlstad
14-15 Okt	Blodanalys 3	Pekka Nylund	Karlstad
28-29 Okt	Mikronäringslära 3 (D)	Pekka Nylund	Karlstad
11-12 Nov	Blodanalys 4	Pekka Nylund	Karlstad
25-26 Nov	Mikronäringslära 4 (D)	Pekka Nylund	Karlstad
9-10 Dec	Blodanalys 5	Pekka Nylund	Karlstad
16-17 Dec	Mikronäringslära 5 (D)	Pekka Nylund	Karlstad
20-21 Jan 2022	Mikronäringslära 6 (D)	Pekka Nylund	Karlstad

OBS! Det kommer att tillkomma fler utbildningar. Håll koll på facebookgruppen EVP terapeut. (En grupp enbart för terapeuter) Om ni inte är med så kan ni gå med i gruppen, <https://www.facebook.com/groups/100963886631755/>

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

(D) = 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

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

BLOCKUTBILDNING I PREPARATLÄRA, DISTANS

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

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.

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?

Föreläsare: Pekka Nylund

BLOCKUTB. ÖRTMEDICIN. PÅ DISTANS

Distanskurs: Kursen filmas och man kan aktivt vara med och ställa frågor. Så vi alla ser och hör varandra. För den som inte kan vara med live så sparas inspelningen i en månad. Lisa mailar en länk, man klickar bara på länken och anger ett lösenord som också mejlas. **OBS!** Det går att gå blocken separat även om man missat övriga block.

Anmälan: info@egenvardspoolen.se eller 054-152588

Block 5: 19-20 maj 2021.

Värk, smärta och inflammation.

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

Lärare: Lisa Kock som arbetar på heltid med alternativa behandlingsformer samt ört- och näringsmedicin. Lisa jobbar holistiskt och undervisar utifrån ett helhetstänk där fokus ligger på grundorsaken till en problematik för att kunna läka ut tillfällig eller kronisk ohälsa. Hon väver samman kunskapen om medicinalväxter med basmedicinska fakta, så att vi förstår hur och vad vi behandlar.

Pris: 2000 kr exkl. moms per block.

IMMUNFÖRSVARET OCH MEDEL SOM KAN BALANSERA OCH STÄRKA IMMUNFÖRSVARETS FUNKTION 3-4 JUNI

DAGORDNING.

- Allmän kortare genomgång av immunförsvaret.
- Hur kan vi balansera immunförsvarets funktioner?
- Fytosteroler och immunförsvaret.
- Forskningsläget.
- Autoimmuna sjukdomar.
- Zink och immunförsvaret.
- Hur fungerar viruskyddet?

Torsdagen 3 juni kl.13-19.

Fredagen 4 juni kl. 10-16.

Föredragshållare. Magnus Nylander och Pekka Nylund.

Pris. Kostnadsfritt. Ingår omfattande kursmaterial.

TORRBLODSANALYS, BLOCKUTBILDNING I KARLSTAD (EJ PÅ DISTANS)

2 dagar per block. Tider: Torsdagar kl. 13-19. Fredagar kl 10-16

På torsdagkvällarna så bjuder vi på kvällsmat.

Block 1. 26-27 augusti 2021

Oxidativ Stress Analys – Fria Radikaler och Antioxidanter

Flytande vävnad – Blodplasman, Röda blodkroppar, Vita blodkroppar, Blodplättar, Blodbildningsprocessen, Blodgruppskunskap, Tolkning av OSA-värden, Fria Radikaler, Antioxidanter, Immunsystemet, Kompletterande analytiska metoder.

Block 2. 23-24 september 2021

Matsmältningssystemet

Magsäcken, Spjälkningssystemet, Tarmfunktionen, Levern och gallan, Bukspottkörteln, Matsmältningssystemets sjukdomar, Tolkning av blodfenomen.

Block 3. 14-15 oktober 2021

Utretningsorganen

Syra/bas balansen, Elektrolyt- och vätejonbalansen, Luftvägarna, Njurfunktionen, Huden och slemhinnorna, Utretningsorganens sjukdomar, Tolkning av blodfenomen, Kompletterande analytiska metoder – Tungmetallanalys

Block 4. 11-12 november 2021

Det hormoniella systemet

Det endokrina systemet, Det centrala nervsystemet, Den mentala faktorn, Det endokrina systemets sjukdomar, Tolkning av blodfenomen.

Block 5. 9-10 december 2021

Den nya terapeutiska arbetsformen

Grunder i vetenskaplig metodik, Kausalitetsprincipen – läran om orsak och verkan, Kausalitetsterapi, Terapeuten som pedagog, Hur blir jag en duktig terapeut? Tillit till den egna förmågan.

Utbildningsprinciper:

Föreläsningar. Praktiska övningar. Praktiska hemövningar. Utbildningen innefattar sammantaget ca 60 effektiva föreläsningstimmar.

Föreläsare: Pekka Nylund. **Pris:** 10000 kr exkl. moms för hela kursen. Vi fakturerar 2000 kr exkl. moms per block för den som önskar.

ANALYSDAGAR I GÖTEBORG 1-2 SEPTEMBER (EJ PÅ DISTANS)

Denna utbildning riktar sig till alla terapeuter som vill lära sig mer om Egenvårdspoolens numera omfattande analysortiment. Vi går igenom samtliga typer av blod- och urintester. Vår gård igenom hur man tolkar avvikande värden. Vi diskuterar givetvis även hur vi kan näringsmedicinskt behandla analysavvikelser.

Vi bjuder på ett omfattande kursmaterial samt lättare tilltugg och fika.

Preliminär planering

Tider: Onsdag 1 september kl.13-19. Torsdag 2 september kl. 10-16.

Plats: Apple Hotell i Göteborg.

Pris: Kostnadsfri.

Föreläsare: Pekka Nylund med flera.

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

PRELIMINÄR DAGORDNING

Genomgång av följande tester:

HemoCue blodmätare

- HemoCue Hb mätare, Hb 801 HemoCue för mätning av hemoglobin.
- HemoCue HbA1c 500 mätare för mätning av långtidssocker.
- HemoCue WBC DIFF Mätare för mätning av vita blodkroppar.
- HemoCue Glucose för mätning av glukos.

Tungmetallmätning i urin. Analys av följande metaller:

- Kvicksilver • Kadmium • Bly • Koppar

Combur 10 urinalys

- U-albumin • U-pH-värde • U-glukos • U-bilinogen • U-bilirubin • U-ketoner • U-röda blodkroppar
- U-densitet • U-nitrit • U-leukocyter

Snabbtester

- Food detective – matintoleranstest • Glutentest • Allergitest • Diabetestest • Levertest • Njurtest
- Borreliatest • FSH (klimakteriestest) • Bakteriell vaginos • Ferritin (järntest) • TSH (sköldkörteltest)
- Halsflusstest • UVI-test • Vitamin D test • Magsårstest • CRP-test

DBA-blodtest

- Oxidativ stress • Kalciumläckage • Blodtoxicitet • Upplöst fibrinätverk • Försvagad färgbindning
- Centrumkracklering • Allergisjör • Stressprickar • Tarmtoxicitet • Startraces

CR-3000

- Oxidativ stress • Antioxidant kapacitet • Kolesterolvärden • M.m.

Frekvensanalys

Genomgång av frekvensanalytiska mätområden

MIKRONÄRINGSLÄRA 2.0. I KARLSTAD (ÄVEN PÅ DISTANS)

Mikronäring handlar om kostens små beståndsdelar, vitaminer, mineraler och fettsyror till skillnad mot makronäring som handlar om kolhydrater, proteiner och fetter. Det här är en utbildning som riktar sig till terapeuter som vill fördjupa sina kunskaper inom mikronäring och generell näringsterapi.

Utbildningen är indelad i 6 block. Varje block består av 2 dagar.

Tider: Dag 1 13.00-19.00. Dag 2 10.00-16.00.

Planerade datum:

Block 1. 9-10 september 2021

Block 2. 7-8 oktober 2021

Block 3. 28-29 oktober 2021

Block 4. 25-26 november 2021

Block 5. 16-17 december 2021

Block 6. 20-21 januari 2022

Pris: Ordinarie pris är 2 000 kr exklusive moms per block. Men eftersom vi anser att det är av yttersta vikt att våra återförsäljare har goda kunskaper om näringsämnen, så erhåller alla som är registrerade kunder hos Egenvårdspoolen, 50% prisreduktion på denna utbildning.

Föreläsare: Utbildningen leds av Pekka Nylund. Det tillkommer fler föreläsare. Information om detta kommer senare.

Plats: Egenvårdspoolen i Karlstad (även på distans).

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

Övrigt: Utbildningen innefattar ett omfattande skriftligt material. Samtliga deltagare erhåller ett utbildningsintyg som diplomerade mikronäringsterapeut efter godkänd kunskapstest.

Utbildningen innefattar följande:

- Grundläggande principer inom mikronäringsläran. • Läran om upptag och absorption.
- Den intermediära delen av metabolismen. • Bristsymptom – generella och funktionella bristindikationer. Vi lär oss skillnaden mellan generella och funktionella bristtillstånd. • Näringsbristrelaterade sjukdomar och direkta näringsbristsjukdomar.
- Kliniska användningsområden – terapeutisk användning av näringsämnen som medicin.
- Doseringsläran. TDI, ODI, RDI, DRI och UL-doser. • Toxicitet.
- Hur man arbetar terapeutiskt med näringsämnen.
- Ortomolekylär medicin.
- Mat som medicin.
- Beredningsformer.
- Kontraindikationer och interaktioner.
- Mikronäringsämnen och konventionella läkemedel.
- Synergism och antagonism.
- Gällande lagstiftning – Patientsäkerhetslagen.
- Analyser.
- Basbildande mineraler

- Spårelement
- Vattenlösliga vitaminer
- Fettbundna vitaminer och fettsyror.
- Mitokondriell medicin.
- Antioxidanter och fria radikaler.
- Bredspektrumprincipen.

BLOCK 1

- Makro kontra mikronäringsperspektivet. Definition av vad som är makro- och mikronäringsämnen.
- Matmältningssystemet. Vi går genom hur makronäringsämnen bryts ned i människans matmältningssystem till mikronäringsämnen.
- Läran om upptag och absorption. De grundläggande principerna för hur matmältningssystemet bryter ned födan till dess minsta beståndsdelar. Vilka förutsättningar krävs för att vi skall kunna tillgodogöra oss näringen så effektivt som möjligt. Vi går genom hur absorptionen i tarmen fungerar. Vilka förutsättningar som krävs för att vi skall kunna binda mikronäringsämnen till ämnesomsättningen. Passiv och aktiv transport av näring.
- Den intermediära metabolismen. De grundläggande principerna om hur mikronäringsämne omhändertas av i första hand levern och konverteras om till dess s.k. funktionella form. Vilka förutsättningar som krävs för att vi kan använda mikronäringsämnen i vår ämnesomsättning. Transport, lagring och utsöndring av mikronäringsämnen. Coenzym och hjälpämnen.
- Brister och bristsymptom – generella och funktionella bristindikationer. I detta moment går vi genom hur ett bristtillstånd på specifika mikronäringsämnen ser ut. Hur vi tolkar de klassiska bristindikationerna. Hur ser de konventionella analytiska metoderna ut? Vi lär oss skillnaden mellan generella och funktionella bristtillstånd.
- Näringsbristrelaterade sjukdomar och direkta näringsbristsjukdomar. Genomgång av sjukdomar direkt relaterade till näringsbrister. Genomgång av olika sjukdomar indirekt relaterade till funktionella och icke-funktionella näringsbrister.
- Kliniska användningsområden – terapeutisk användning. I detta moment får vi lära oss hur vi använder mikronäringsämnen i behandlingssammanhang. Vi får lära oss hur specifika symptom och indikationer behandlas med mikronäringsämnen.
- Doseringsläran. TDI, ODI, RDI, DRI och UL-doser. I detta moment får vi lära oss hur olika doseringar ser ut och framförallt skillnaden mellan s.k. rekommenderade dagliga intag och terapeutiska doseringsnivåer. Vi får lära oss de toxiska nivåerna i doseringar och vad som händer i människokroppen när vi överdoserar vissa mikronäringsämnen.
- Toxicitet. I detta moment går vi genom begreppet toxicitet, toxiska doser och toxicitetssymtom vid överdosering av olika mikronäringsämnen.
- Beredningsformer. I detta moment får vi lära oss hur ett preparat kan se ut. Vi får lära oss hur ett specifikt mikronäringsämne kan vara bundet till ett annat ämne för bästa möjliga absorption. Vi får lära oss hur olika bindningsformer kan se ut.
- Hur man arbetar terapeutiskt med näringsämnen. I detta moment går vi genom hur man arbetar praktiskt med näringsterapi. Tidsaspekten vid olika typer av behandlingar. Uppföljningar med mera.
- Ortomolekylär medicin. Genomgång av begreppet ortomolekylär medicin. Historik och grundläggande tankar kring doseringar och behandlingsområden.
- Kontraindikationer och interaktioner. I detta moment definiera vi själva begreppet kontraindikation och interaktion. Vi får lära oss hur olika mikronäringsämnen fungerar ihop med olika föda, läkemedel och behandlingsformer.
- Mikronäringsämnen och konventionella läkemedel. I detta moment får vi lära oss hur mikronäringsämnen fungerar ihop med med olika läkemedel. I vissa fall kan ett ämne bromsa effekten av ett läkemedel och i vissa fall även potentiera den. Vi får lära oss skillnaden mellan absolut och relativ kontraindikation.
- Synergism och antagonism. Vi skall lära oss definiera begreppet synergism och antagonism vilket är av avgörande betydelse inom mikronäringsläran. Vi får lära oss hur olika mikronäringsämnen kan samverka, samarbeta eller motverka varandra i olika system i människokroppen.
- Gällande lagstiftning – Patientsäkerhetslagen, Marknadsföringslagen, Skyddade yrkestitlar samt förhållandet till Socialstyrelsen, Livsmedelsverket och Läkemedelsverket. I detta moment får vi lära oss vilken lagstiftning som gäller för legitimerade och icke-legitimerade terapeuter. Vi får lära oss vad vi som arbetar med mikronäringsämnen i enlighet med gällande lagstiftning får göra och inte göra.
- Analyser. Genomgång av olika analytiska metoder vid utvärdering av eventuella brister på mikronäringsämnen.

BLOCK 2

Vattenlösliga vitaminer

Vattenlösliga (vattenbundna) vitaminer innefattar B-vitaminerna och C vitamin. I detta steg får vi lära oss hur dessa vitaminer frisätts och absorberas i människans matmältning. Vi får lära oss hur dessa används i människokroppen. Detta steg innefattar en genomgång av vattenbundna vitaminer och relaterade ämnen:

- Vitamin C
- Läran om B-vitaminkomplexet: · Tiamin · Riboflavin · Niacin och Niacinamid · Pantotensyra
- Pyridoxin · Kobalamin · Folsyra

BLOCK 3

I detta steg får vi lära oss hur fettbundna vitaminer och fettsyror frisätts och absorberas i matmältningssystemet. Vi får lära oss hur kroppen konverterar om fettsyror till olika stadier (fettsyornas uppgraderingssystem). Vi får lära oss funktionerna hos de fettbundna vitaminerna och de essentiella fettsyorna. Detta steg innefattar en genomgång av följande ämnen:

- Vitamin A och karotenoider · Vitamin D · Vitamin E · Vitamin K · EFA · EPA · DHA · GLA

Vi går också igenom de essentiella fettsyornas uppgraderingssystem.

BLOCK 4

Spårelements läran

Spårämnen är grundämnen som människan inte behöver i lika stora mängder som exempelvis mineraler men även små mängder kan vara av avgörande livsuppehållande betydelse. I detta block får vi lära oss hur spårämnena frisätts och absorberas i matmältningssystemet. Vi får lära oss hur kroppen använder de i olika funktioner och hur människokroppen gör sig av med

eventuella överskott. Spårämnen kan, till skillnad från andra näringsämnen, vara mer toxiska vilket givetvis förutsätter att människan har en god förmåga att effektivt reglera nivåerna av dessa. Detta steg innefattar en genomgång av följande grundelement: · Järn · Zink · Koppar · Mangan · Jod · Krom · Selen · Molybden · Litium

BLOCK 5

Mineralläran: Basbildande mineraler

Mineraler är grundämnen som är livsviktiga för allt levande på jorden. Adekvat innehåll av mineraler i kosten spelar en avgörande livsuppehållande och sjukdomsförebyggande roll för människan. I detta block går vi igenom syra-basbalansen och hur översyrighet/mineralbrister påverkar människan. Vi går genom hur mineraler bryts ned i människans matsmältningssystem till joner. Hur dessa absorberas och används i kroppens funktioner. Detta steg innefattar en genomgång av följande grundelement:

· Kalcium · Magnesium · Fosfor · Kalium · Natrium · Klorid · Bor · Kisel · Jod · Svavel

BLOCK 6

· Antioxidanter och fria radikaler. Genomgång av grundläggande principer och definitioner avseende antioxidanter och fria radikaler. Analytiska förfaranden och klinisk tillämpning.

· Mitokondriell medicin. Genomgång av den intracellulära metabolismen, andningskedjan med glykolysen, citronsyracykeln, elektrontransportkedjan och ATP-syntesen. Mitokondriell dysfunktion och ämnesomsättningssjukdomar. Analytisk förfarande och behandling av mito-kondriella störningar.

· Mat som medicin. I detta moment går vi genom hur ordinär kosthållning kan användas som ett komplement i näringsterapi. Vi berör födoämnesallergier, behandling av dessa och dylikt.

Vitaminliknande ämnen.

· Bioflavonoider · Coenzym Q10 · Fytonäringsämnen · PABA · Kolin · Inositol · Biotin