

EGENVÅRDSPOLENS UTBILDNINGAR FÖR TERAPEUTER. Uppdaterad 23/3 2022

Datum	Utbildning	Föreläsare	Ort
3-4 Mars Inställt!	Återträff torrblod	Flyttas till hösten	
17-18 Mars	Aminosyror 1 (D)	Pekka Nylund	Karlstad
31 Mars-1 April	Mikronäringslära 5 (D)	Pekka Nylund	Karlstad
7-8 April	Aminosyror 2 (D)	Pekka Nylund	Karlstad
20 April	DMT-Andemolekylen	Pekka Nylund	Göteborg
21-22 April	Preparatlära	Pekka Nylund	Göteborg
28-29 April	Mikronäringslära 6 (D)	Pekka Nylund	Karlstad
5-6 Maj	Aminosyror 3 (D)	Pekka Nylund	Karlstad
11-12 Maj	Födoämneskänslighet	Pekka Nylund	Göteborg
18-19 Maj	Preparatlära örter (D)	Lisa Kock	Karlstad
24-25 Maj	Mikronäringslära 7 (D)	Pekka Nylund	Karlstad
15-16 Juni Ny kurs	Tungmetaller	P Nylund, M Nylander	Göteborg
17 Juni Ny kurs	Venös insufficiens	P Nylund, M Nylander	Göteborg

OBS! Det kommer att tillkomma fler utbildningar. Vi återkommer om det.

Håll gärna 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.

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

Plats i Karlstad: Egenvårdspoolen AB. Pumpgatan 2 A.

Boendeförslag Karlstad:

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

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

Med frukost, lakan o handdukar. Enkelrum 500 kr. 2-bäddsrum 800 kr. 12% moms ingår.

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

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

Mån-ons 15% rabatt. Tors-sön: Enkelrum 895 kr. Dubbelrum: 1095 kr.

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

BLOCKUTBILDNING – AMINOSYROR VÅREN 2022 I KARLSTAD

(ÄVEN PÅ DISTANS)

Vid anmälan. Meddela om ni blir med på plats eller på distans.

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

Deltagande på plats: Det finns plats för 15 personer på plats = först till kvarn.

Deltagande på distans: Utbildningen spelas in, så ni behöver inte följa den direkt om det inte passar. Ni kan alltså anmäla Er och följa utbildningen direkt eller när det passar Er.

Information om utbildningen:

I denna blockutbildning får vi lära oss aminosyror i klinisk tillämpning.

Utbildningen riktar sig till dig som behöver fördjupa dina kunskaper inom området.

Det är 3 st 2-dagarsblock. Totalt 6 föreläsningss dagar om ca 36 timmar.

Man kan läsa hela utbildningen eller välja ut de steg man är mest intresserad av.

Datum 2022

Block 1. 17-18 mars. **Block 2.** 7-8 april. **Block 3.** 5-6 maj.

Tider: Torsdagar 13.00-19.00 Fredagar 10.00-16.00

Lärare: Pekka Nylund

Kostnad: 3.000 kr exkl. moms (1000 kr per block + moms 25%)

Dokumentation: Kompendier på svenska ingår i priset.

Utbildningen innefattar följande moment:

DAG 1 (Block 1) – Grundläggande principer om aminosyror

Grunder aminosyror.

- Proteinogena aminosyror. • Essentiella, icke-essentiella och semi-essentiella aminosyror.
- Sidogruppernas betydelse. • Hydrofoba och hydrofila aminosyror.
- Sura och basiska aminosyror. • Polära och opolära aminosyror. • Graderingsskalan.
- L- och D-former av aminosyror. • Aminosyror och aminosyraderivat.
- Aminosyrametabolismen. • Transaminering. • Deaminering.

Läran om upptag och absorption.

Vi går genom de grundläggande principerna för hur matsmältningssystemet bryter ned proteiner till aminosyror. Vilka förutsättningar krävs för att vi skall kunna tillgodogöra oss aminosyror så effektivt som möjligt.

Vi går genom hur absorptionen i tarmen fungerar. Vilka förutsättningar som krävs för att vi skall kunna binda aminosyror till ämnesomsättningen.

Den intermediära metabolismen.

I detta moment går vi genom de grundläggande principerna om hur aminosyror 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.

Bristsymptom – generella och funktionella bristindikationer.

I detta moment går vi genom hur ett bristtillstånd på specifika aminosyror ser ut. Hur vi tolkar de klassiska bristindikationerna. Vi lär oss skillnaden mellan generella och funktionella bristtillstånd.

Kliniska användningsområden – terapeutisk användning.

I detta moment får vi lära oss hur vi använder aminosyror i behandlingssammanhang.

Vi får lära oss hur specifika symptom och indikationer behandlas med aminosyror.

Doseringsläran. TDI, ODI, RDI och toxiska 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 aminosyror.

Beredningsformer.

I detta moment får vi lära oss hur ett preparat kan se ut. Vi får lära oss hur olika bindningsformer kan se ut.

Kontraindikationer och interaktioner.

I detta moment definiera vi själva begreppet kontraindikation och interaktion. Vi får lära oss hur olika aminosyror fungerar ihop med olika föda, läkemedel och behandlingsformer.

Aminosyror och konventionella läkemedel.

I detta moment får vi lära oss hur aminosyror fungerar ihop med olika läkemedel. I vissa fall kan en aminosyra bromsa effekten av ett läkemedel och i vissa fall även potentiära 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 aminosyror kan samverka, samarbeta eller motverka varandra i olika system i människokroppen.

DAG 2 (Block 1) – Genomgång av följande aminosyror: • Alanin. • Arginin. • Asparagin och asparaginsyra. • Citrullin : Cystein och Cystin.

DAG 3 (Block 2) – Genomgång av följande aminosyror: • Fenylalanin. • Tyrosin. • Glutamin, glutamat och glutaminsyra. • Glycin och GABA.

Dag 4 (Block 2) – Genomgång av följande aminosyror: • Histidin. • Isoleucin. • Leucin. • Lysin.

Dag 5 (Block 3) - Genomgång av följande aminosyror: • Metionin. • Ornitin. • Serin och Prolin.

Dag 6 (Block 3) - Genomgång av följande aminosyror: • Tryptofan. • Treonin. • Valin, Selenocystein och selenometionin. Taurin. Teanin.

Mer information:

Genomgången av samtliga ovan angivna aminosyror sker under sammantaget 6 dagar uppdelade i 3 steg.

För alla de specifika mikronäringsämnen studerar vi:

Allmänt och historik - Genomgång av när aminosyran upptäcktes, dess medicinska historia och allmän information om det specifika ämnet.

Kemi - Aminosyrans biokemiska egenskaper. Koncentration och mängd i kroppen. Ljus, värme och pH-känslighet.

Biokemisk funktion - Genomgång av aminosyrans huvudsakliga funktion i människokroppen.

Metabolism - Genomgång av aminosyrans absorption. Dess konvertering. Konverteringsformerna. Utsöndring. Bristsymtom och indikationer - Genomgång av bristindikationer: naglar, tunga, hud, ögon och andra mer subjektiva indikationer av fysiologisk karaktär.
Riskgrupper för bristutveckling - Genomgång av faktorer ex kön, ålder, levnadsvanor och sjukdom som ökar risken för utveckling av brister för berörda aminosyror.
Dosering - RDI (rekommenderat dagligt intag), ODI (optimalt dagligt intag), TDI (terapeutiskt dagligt intag) och toxiska doser. Behandlingstider. Toxiska reaktioner.
Terapeutisk användningsområde - Genomgång av symtom och indikationer, dosering, behandlingstider.
Analytiska metoder - Genomgång av analytiska metoder för berörda aminosyror. Blodanalys m. m.
Antagonism och synergism - Genomgång av aminosyrans relation till andra näringsämnen.
Kontraindikationer och interaktioner - Aminosyrans relation till till livsmedel, behandlingsformer och läkemedel avseende kontraindikationer och interaktioner. Beredningsformer - Lämpliga beredningsformer av berörda aminosyror.
Samtliga deltagare erhåller efter fullföljd utbildning ett intyg.

DMT- ANDEMOLSKYLEN, I GÖTEBORG 20 APRIL (EJ PÅ DISTANS)

Tider: kl 13-19 **Dagordning:** Kommer senare. **Föreläsare:** Pekka Nylund. **Pris:** 295 kr exkl. moms.

Dagordning

- Historia • Neurofarmakologi • Biokemi • Forskning om klinisk användning
 - Subjektiva psykedeliska upplevelser • Ayahuasca • Fysiologisk respons
 - Rättslig status • Biosyntesvägar • DMT i djurvärlden • Endogen DMT
 - DMT i människokroppen • INMT • Berörda receptorer • Med mera
- Ingår kursmaterial samt lättare tilltugg och fika.

PREPARATLÄRA, I GÖTEBORG 21-22 APRIL (EJ PÅ DISTANS)

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

Föreläsare: Pekka Nylund

Pris: Kostnadsfri

Tema: Psykiatriska och mentala tillstånd

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?

Vi kommer att beröra följande tillstånd:

- Depression • Apati • Håglöshet • Trötthet • Ångest • Stress • Impotens
- OCD • Sömnproblem • Insomnia • Migrän • Minnesproblem • ADD
- ADHD • Tvångstankar • Inlärningssvårigheter • Alzheimers sjukdom
- Demens • Kognitiv dysfunktion • Schizofreni • SAD

Vi kommer att beröra följande ämnen, substanser och biokemikalier:

- Acerola • Adrenal extrakt • Alfaliponsyra • Aloe vera extrakt
- Arginin • Ashwagandha • Biotin • Camu camu • Catuaba
- Fenylalanin • GABA • Glutamin • Glycin • Gotu kola
- Histidin • Folsyra • Jod • Järn • Kamomill • Karnitin • Kolin
- Linfröolja • Magnesium • Manaca • Mangan • Maytenus ebenfolia
- Metionin • Mulungu • Niacinamid • Omega 3 • Ornitin
- Pantotensyra • Pao darco • Pfaffia Paniculata • Probiotika
- Pinus pinaster • Coenzym Q10 • Riboflavin • Rosenrot
- Rysk rot • Selen • Serin • Taurin • Teanin • Tiamin
- Tyrosin • Valin • Vitamin B6 • Vitamin B12 • Vitamin C
- Vitamin D • Vitamin E • Zink • Wild Yam

FÖDOÄMNESKÄNSLIGHET, I GÖTEBORG 11-12 MAJ (EJ PÅ DISTANS)

Plats: Apple Hotell Göteborg.

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

Föreläsare: Pekka Nylund & Anica Norman.

Pris: 495 kr exkl. moms.

- Födoämnesöverkänslighet och födoämnesallergi • Frekvens • Symtom
 - Födoämnen som ofta utlöser överkänslighetssymtom • Mekanismer
 - Toxiska reaktioner • Födoämnesallergi (Immunologiska reaktioner)
 - Födoämnesintolerans • Enzymdefekter • Intolerans via okända mekanismer
 - Aversion • Modifierande faktorer • Diagnos • Alternativa diagnostiska metoder
 - Analytiska metoder • Demo av olika tester • Behandling • Eliminationsdieter
- Ingår omfattande utbildningsmaterial samt lättare tilltugg och fika

PREPARATLÄRA ÖRTER, I KARLSTAD. 18-19 MAJ (ÄVEN PÅ DISTANS)

Vid anmälan. Meddela om ni blir med på plats eller på distans.

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

Deltagande på plats: Det finns plats för 15 personer på plats = först till kvarn.

Deltagande på distans: Utbildningen spelas in, så ni behöver inte följa den direkt om det inte passar. Ni kan alltså anmäla Er och följa utbildningen direkt eller när det passar Er.

Tider: Onsdag 18/5 kl 13-19. Torsdag 19/5 kl 10-16.

Föreläsare: Lisa Kock

Pris: Kostnadsfri.

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.

Genomgång av följande preparat:

- Acai • Acerola • Adapt Anti-stress • Andox • Ashwagandha (Withania somnifera) • Brännässla (Urtica Dioica)
- Camu-camu • Carotenoid Complex Eye Bright • Catuaba (Erythroxylum catuaba) • Chaga (Sprängticka)
- Chanca Piedra F2 Stimuli • Chlorella • Cortex Max (Pfaffia Paniculata) • Djävulsklo (Harpagophytum procumbens)

- Erythrina Mulungu • Fläderbär • Glutation Complex • Gotu kola • Goya (Bitter Melon) • Graviola
- Gurkmeja Complex • Gurkmeja Plus • Havtorn • Ipe Roxo te • Ipe Roxo tabletter • Ishavsalg (Ascophyllum Nodosum) • Jatai (Brazilian Copal) • Kidnyl • Kronärtskocka • Kudzu (Pueraria lobata) • Manaca
- Mariatistel • Maytenus Ebenifolia (Chuchyasi) • Optimal Tarmbalans (Espinhera santa)
- PD4:1 (Pao Darco extract) • PD-801 (Pao Darco extract 8:1) • PD-801 powder 100 gram
- Pinus pinaster extrakt • Quercetin • Radix Astragalus • Rosenrot • Rysk rot
- Sarsaparilla • Spirulina • Uvimax (maskrosrot extrakt) • Uvimax Plus • Uvital (pollenextrakt)
- Wild Yam • Vedel Medel • Vitlök • Betaglukan Complex • Bromelain • FOS Fruktooligosackarider
- Gurkörtolja/Borago • Havtornolja • Ingefära • Kanel • Linfröolja • Nattljusolja
- Pepparmyntolja • Tranbärscomplex • Växtsteroler – betasitosterol • Kisel Complex (Åkerfräken)

TUNGMETALLER, I GÖTEBORG 15-16 JUNI 2022 (EJ PÅ DISTANS)

Plats: Apple Hotell Göteborg.

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

Föreläsare: Magnus Nylander & Pekka Nylund.

Pris: 495 kr exkl. moms.

Kursinnehåll

Tungmetallerna kvicksilver, kadmium och bly

- Introduktion och historik
- Fysikaliska och kemiska egenskaper
- Toxikologi
- Särskilt fördjupningsavsnitt: Exponering och effekter av kvicksilver från dentalt amalgam/amalgamfyllningar:
- Amalgamanvändningens mer än 100-åriga historia.
- Forskningsresultat rörande: Frisättning, upptag, vävnadshalter och utsöndring av kvicksilver från amalgamfyllningar.
- Hur man kan beräkna upptaget och vävnadshalterna av kvicksilver hos en person/patient med amalgamfyllningar.
- Amalgampatienten – symtom före och efter amalgamsanering.
- Kliniska publicerade fallrapporter.
- Kviksilverhalter i olika organ från avlidna med misstänkt amalgampåverkan.
- Immunförsvarets ibland extrema känslighet för kvicksilver möjliggör en "traditionell" toxikologisk riskvärdering av kvicksilver från amalgamfyllningar.

- Olika immunologisk påverkan av kvicksilver.
- Visade "smygande" vävnadsskador av kvicksilver från amalgamfyllningar.
- Kviksilver och graviditet.
- Fostrets kvicksilverexponering från amalgamfyllningar.
- Tandvårdspersonalens tidigare kvicksilverexponering från dentalt amalgam och risker för skador.
- Höga kvicksilverhalter i olika vävnader från tandvårdspersonal.
- Hjärntumörer är vanligare hos tandvårdspersonal – lika hög riskökning för tandläkare och tandsköterskor.
- Selen – ett viktigt naturligt skydd mot kvicksilvers gifteffekter.
- Kviksilver från amalgam och den yttre miljön.
- Slutsatser med riskvärderingsaspekter.
- Sammanfattning och diskussion.

VENÖS INSUFFICIENS, I GÖTEBORG 17 JUNI (EJ PÅ DISTANS)

Plats: Apple Hotell Göteborg.

Tid: kl 10-16.

Föreläsare: Magnus Nylander & Pekka Nylund.

Pris: 290 kr exkl. moms.

Kursprogram:

- Introduktion: Kroppens blodcirkulation och lymfsystem.
- Venös insufficiens - ett mycket vanligare problem än vad de flesta vet och tror.

Kursen ger svar och kunskap om:

- Vad venös insufficiens är.
- Vad det finns för riskfaktorer för utveckling av venös insufficiens.
- Vilka är symtomen och vilka är hälsoriskerna vid venös insufficiens.
- Vad det finns för medicinska behandlingar vid svårare fall av venös insufficiens.
- Hur man genom kropps-/friskvård och egenvårdsprogram kan motverka försämring vid lättare vanliga problem samt hur vi bäst kan förebygga venös insufficiens bl.a. genom särskild träning, kostråd, kosttillskott/naturläkemedel och bra dokumenterade stödstrumpor.
- Hur venös insufficiens vanligen diagnosticerats inom sjukvården.
- Teori och praktik rörande en särskild vetenskapligt dokumenterad analysmetod.

Med denna metod går det snabbt och enkelt att mäta om det blodflödet i underbenen är 1. Normalt eller om det 2. Föreligger för dåligt venöst blodflöde upp mot hjärtat - d.v.s. venös insufficiens – och i så fall vilken grad (grad 1=lätt, grad 2=medelsvår, grad 3= svår).

Plats: Apple Hotell Göteborg.

Tid. Kl. 10-16. 17 juni 2022.

Pris: 290.00 sek exklusive moms.

Ingår: Kursmaterial och fika.