

Lehrgangsbestätigung Erfahrungsmedizin Naturheilpraktikerin

Therapeutin: Kristina Glänzel
Geboren am: 04.02.1984
Adresse: Ringwilerstrasse 72, CH-8620 Wetzikon

Lehrgang: Naturheilpraktikerin
Lehrgangsdauer: 28.02.2011 – 23.05.2015
Prüfungsdatum: 23.05.2015

Lehrfächer	Lehrinhalte	Std. à 60 Min.
Ernährungsberatung	Energiehaushalt, Verdauungsweg, Verdauungsfunktionen Nährstoff Kohlenhydrate: Verdauung, Resorption, Stoffwechsel Lebensmittelkunde kohlenhydrathaltiger Lebensmittel Ernährungsform: Montignac, Ernährung bei Diabetikern Nährstoff Proteine: Verdauung, Resorption, Stoffwechsel Lebensmittelkunde proteinhaltiger Lebensmittel Ernährung bei Hyperurikämie und Gicht Nährstoff Fette: Verdauung, Resorption, Stoffwechsel Lebensmittelkunde fetthaltiger Lebensmittel Ernährung bei Fettstoffwechselstörungen, Leber-, Galle-, Pankreaserkrankungen, MCT-Fette, Ernährungsform: Trennkost Lebensmittelkunde: Exkursion in einen Bioladen/Reformhaus System der Grundregulation und Säure-Basen-Haushalt Alle Vitamine: Resorption, Stoffwechsel, Funktion und Wirkung, Mangel, Überschuss Ernährungsform: Blutgruppenernährung Ernährung bei verschiedenen Magen- und Dünndarmerkrankungen Ernährung Sondergruppen: Schwangere und Stillende Mineralstoffe: Resorption, Stoffwechsel, Funktion und Wirkung, Mangel, Überschuss Spurenelemente: Resorption, Stoffwechsel, Funktion und Wirkung, Mangel, Überschuss Sekundäre Pflanzenstoffe: Funktion und Wirkung Ernährung Sondergruppe: Kinder und Jugendliche Ernährungsform: Hildegard von Bingen Ernährung bei verschiedenen Dickdarmerkrankungen Lebensmittelkunde: Kräuter und Gewürze Ernährung Sondergruppe: Sportler Ernährungsform: Ayurvedische Ernährung Ernährung bei Erkrankungen von Haut, Niere Ernährung Sondergruppe: Senioren, Ernährungsform: Makrobiotik Lebensmittelkunde: Obst und Gemüse Ernährung bei Erkrankungen: Herz-Kreislauf, Skelett Fasten und verschiedene Fastenformen Ernährung und Psyche: Entstehung von Ernährungsgewohnheiten und Möglichkeiten der Veränderung, Essstörungen, gesundes Abnehmen Lebensmittelkunde: Wasser, Salz Ernährungsform: Vollwerternährung Konzeptionierung von Ernährungsberatung Vertiefung des erlernten Wissens in Form von Rollenspielen zu Gruppen- und Einzelberatung	

Prüfung bestanden

Total Stunden Ernährungsberatung:

160

Paracelsus Schulen
GmbH - Schweiz

Sitz: Roosstr. 53 • CH-8832 Wollerau
Firmen# CH-130.4.008.143-1

Handelsregister R, Kanton Schwyz

Bankverbindungen:
Credit Suisse • Kto. 522317-01-1 • Clearing-Nr.: 4865
UBS • Kto. 214.413.809.01Z • Clearing-Nr.: 270

Geschäftsleitung: Dipl. Kfm. Eckhardt W. Martin

Ausleitende Verfahren

Allgemein

Grundlagen und Geschichte, Aschner-Verfahren, Hygienische Massnahmen

Baunscheidtieren

Indikationen, Kontraindikationen und Reaktionen, Prinzipien und Regeln des Verfahrens

Blutegel

Indikationen, Kontraindikationen und Reaktionen, Prinzipien und Regeln des Verfahrens

Schröpfen

Blutiges (nur Theorie) und unblutiges Schröpfen, Indikationen, Kontraindikationen und Reaktionen, Prinzipien und Regeln des Verfahrens

Prüfung bestanden

Total Stunden Ausleitende Verfahren:

32

Hydrotherapie

Kneipp- und Hydrotherapie

Indikationen, Kontraindikationen, Wirkungsweise, Durchführung und Grundregeln, Arten der Therapie

Wickel, Umschläge

Arten von Auflagen, Wirkung und Nebenwirkungen von Auflagen
Praktische Einteilung der Anwendung,
Materialien und Techniken,
Indikationen, Kontraindikationen

Prüfung bestanden

Total Stunden Hydrotherapie:

32

Massagetechniken

Klassische Massage

- Ganzkörpermassage nach einem standardisiertem Ablauf
- Beherrschen spezifischer Massagegriffe:
die Effleurage, die Petrissage, das Kneten, die Friktion & spezielle Massagegriffe
- Dosierung der Griffe, den jeweiligen Strukturen angepasst
- Korrekte Lagerung des Klienten
- Anwendung verschiedener Massagemittel (Oele, Salben etc.)
- Anwendung aller erlernten Techniken, unter Berücksichtigung von Indikationen und Kontraindikationen

152

Fussreflexzonen-Massage

- Erhebung Sicht- und Tastbefund (Füsse als Mikrosystem)
- Behandlungsablauf
- Mobilisierung/ Stärkung des Immunsystems
- Regenerations- und Lebenskraftförderung/ körperliche Aktivierungen
- Entspannung & Auflösung blockierender Muster und Strukturen
- Entgiftung des Körpers
- Anregung des Stoffwechsels

100

Bindegewebsmassage

- Bindegewebsmassage als Reflexzonentherapie
- Lösung von Verklebungen zwischen Haut- und Unterhautschichten
- Lokalisieren von Myogelosen, Periostosen und deren Behandlung
- Positive Beeinflussung der Organe

16

Muskelreflexzonenmassage / Triggerpunkte

- Wirkung der Triggerpunkte
- Symptome der Triggerpunkte
- Triggerpunkte erkennen, lokalisieren und behandeln

32

Passives Dehnen

- Dehnmethoden
- Wirkungsweise der Dehnmethoden
- Beweglichkeitstraining in isometrischer Anspannung
- Indikationen und Kontraindikationen

12

Colon-Massage

- Anregung der natürlichen Peristaltik
- Dickdarmbehandlung
- Indikationen & Kontraindikationen

8

Bezogen auf die oben stehenden Massagetechniken sind folgende Punkte im angemessenen Umfang integriert:

Diagnose / Therapie / Praxis

- Anamnese- und Gesprächsführung
- Umgang mit Patienten; Inspektion, Palpation
- Befunderhebung mit gezielten Untersuchungstechniken
- Erstellen von Behandlungskonzepten und eine korrekte Durchführung der Behandlung unter Berücksichtigung aller Vorsichtsmaßnahmen und Kontraindikationen
- Veränderungen beim Klienten wahrnehmen, diese in der Behandlung berücksichtigen, um ein angenehmes therapeutisches Klima aufzubauen
- Führen einer Klientenkartei
- Lösen von verschiedenen Fallbeispielen

Prüfungen bestanden

Total Stunden Massagetechniken:

320



**Allgemeine
Naturheilkunde**
(individuell)

**Ayurveda
Grundlagen:**

Techniken und Behandlungsabläufe der Ayurvedischen Ölmassage, Einführung in die Geschichte und Philosophie des Ayurveda, die Konstitutionsbestimmung (Doshas) und die darauf basierende Behandlungsstrategie, intensive und praxisnahe Ausbildung in den universellen ayurvedischen Prinzipien und Behandlungstechniken; die ayurvedischen Techniken der Ganzkörper- und Teilkörpermassagen mit typgerecht abgestimmten Ölen, Kräuterpulvern oder Seidenhandschuhen als Einzel- und Synchronmassage; praktische Anwendungen

Allgemeine Einführung:

- Philosophie des Ayurveda
- Ayurvedische Konstitutionslehre
- Ayurvedische Diagnoseverfahren
- Grundlagen ayurvedischer Anatomie
- Grundlagen ayurvedischer Physiologie (Verdauung und Ausscheidung)
- Ayurvedische Ölkunde Produktschulung

Ayurvedische Gesundheitslehre:

- Symptome und Verlauf von Krankheiten
- Individuelle konstitutionsgerechte Behandlungsstrategien
- Grenzen und Möglichkeiten ayurvedischer Therapie

Reinigungstechniken des Ayurveda:

- Nasenreinigung
- Augenreinigung
- Ohrenreinigung

Ölanwendung im Ayurveda:

- Spezielle Techniken der Teilkörpermassage:
 - Padabhyanga (Füße)
 - Mukhabhyanga (Gesichtsmassage)
 - Siroabhyanga (Kopfmassage)
 - Pristabhyanga und Upanaha-Sveda (Rücken)
 - Pinda-Sveda (Kräuterstempelmassage)

Ayurvedische Ganzkörpermassage:

- Grundlagen der ayurvedischen Ganzkörperölmassage
- Griffe und Behandlungsablauf der Abhyanga
- Vor- und Nachbehandlungen, z.B. Schwitztherapie (svedana)

Weitere:

- Einführung Marma: energetische Anatomie
- Kairali-marma-Massage-Techniken
- Grundtechniken der Langhana-Behandlungen (Rohseidehandschuhe)
- Grundtechniken Shirodhara (Öl-Stirnguss)

152

Homöopathie:

Biographie von Dr. Samuel Hahnemann, Geschichte, Grundlagen Das Ähnlichkeitsgesetz; Abgrenzung der Klassischen Homöopathie zu anderen Therapieformen, Philosophie der Homöopathie; Arbeit mit dem Organon der Heilkunst, Indikationen, Kontraindikationen, diverse Behandlungsvorschläge

120

Irisdiagnose:

Geschichte, Grundlagen, Diagnosemöglichkeiten, Erkennung akuter und chronischer Prozesse, Bedeutung div. Zeichen, Feststellung farblicher und geweblicher Veränderungen auf der Regenbogenhaut des Auges, Rückschlüsse auf die Befindlichkeit der einzelnen Organe, Praktische Erfahrungen

24

Bachblütentherapie:

Geschichte, Philosophie, 38 Bachblüten, Mischverhältnisse, Indikationen, Kontraindikationen, div. Anwendungsgebiete, Fallbeispiele, Selbsterfahrung

80

Traditionelle Chinesische Medizin:	Philosophie und Denkansätze, das De Qi-Gefühl, Geschichte und philosophische Entwicklung der TCM, Indikationen allgemein, das CUN-Mass, Wirkmechanismen der Akupunktur, Akupunktur und TCM im „Westen“, Stichtechniken und Manipulationsarten, Entstehung und Unterhaltung der Energien Qi, Yin und Yang, Blut, (Xue) Körperflüssigkeiten, (Jin-Ye) Geist, (Shen), WHO-Indikationsliste der Akupunktur, Praktische Einheiten, Entstehung und Charakteristika der 5 Kontraindikationen, Lebenssubstanzen, Materialkunde und Hygienerichtlinien, die pathogenen Faktoren und deren Behandlung; Punktekonzepte Definition: Meridiane und Akupunkturpunkte, Praktische Einheiten, Stichtechniken und Manipulationsmöglichkeiten, die 5 Wandlungsphasen (WuXing), diagnostische Methode in der TCM, Wirkmechanismen der Akupunktur, Nadelkunde und steriles Arbeiten, die De-Qi Sensation, Zungen- und Pulsdiagnostik, Moxibustion, Schröpfkopftherapie, die 12 Hauptmeridiane (Jing Luo) und ihre Umlauffolgen – praktischer Teil, charakteristische Steuerungspunkte der Hauptmeridiane, weitere Punktgruppen, Sedations- und Tonerungsregeln, Chinesische Organtheorie, die Lehre der Zang Fu, die acht ausserordentlichen Meridiane, Extrapunkte, Luo-Gefässe, Antike Punkte, Shu-Punkte / Mu-Punkte, Xi-Punkte, Yuan Punkte, Erarbeitung verschiedener Behandlungsmuster mit praktischem Teil	200
Craniosacrale Osteopathie:	Grundlagen zum Verständnis des craniosacralen Systems, Palpation und Beurteilung des craniosacralen Pulses, Bewegung des craniosacralen Systems, Thalamus und Visualisation, Spezifische Strukturen des craniosacralen Systems, Ventrikelsystem und Liquorzirkulation	120
Kinesiologie:	Mit Hilfe von einfachen Bewegungs- und Integrationsübungen wird Stress abgebaut und die Vernetzung der beiden Gehirnhälften optimiert. Es wird der Muskeltest eingesetzt, um Lernblockaden zu identifizieren und die Übungen auszutesten, die die Lernfähigkeit verbessern. Wir arbeiten an individuellen Zielen und stabilisieren diese mittels verschiedener Übungen.	40
Manuelle Lymphdrainage:	Komplexe physikalische Entstauungstherapie, Anwendungsgebiete, Kontraindikationen	8
Energetische Heilverfahren:	Philosophische Grundlagen und Geschichte der Therapieformen Shiatsu, Reiki, Heilmagnetismus, Gebet, Homöopathie, Bachblüten, Anwendungsgebiete, diverse Behandlungsmöglichkeiten, Kontraindikationen, praktische Erfahrungen	40
Entspannungs- techniken:	Grundlagen: Autogenes Training (AT), Progresssive Muskelrelaxation (PMR), Anwendungsgebiete, Kontraindikationen	40
Vertiefung Ernährungsberatung:	Ganzheitliche Ernährungslehren, Ernährung nach den Einsichten und Richtlinien des Ayurveda, Heilkräuter und andere Gewürze, Vegetarismus, Ernährung nach Hildegard von Bingen, Makrobiotik, Fasten, Kochkurse, Lebensmittelerzeugung, Exkursionen	160
Repetition:	Ernährungsberatung	40
Allgemeine Naturheilkunde:	Alternative Untersuchungsmethoden, Allgemeine Naturheilkunde, Akupressur, Akupunktmassagen, Laserakupunktur, Headsche Zonen, Headsche Punkte	56
Erfahrungsmedizin Gesamtstunden à 60 Minuten:		1624

Alle Module werden mit einer schriftlichen und mündlichen / praktischen Prüfung abgeschlossen

Zürich, 30.05.2015

Unterschrift


Paracelsus
Alexandra Maria Beslic, Studienleiterin

Studienleiterin Alexandra Maria Beslic
Paracelsus Schulen Zürich, Berninastrasse 47a 8057 Zürich

Tel.: 043-960 2000 Fax: 043-960 9015
Email: zuerich@paracelsus-schulen.ch
Web: www.paracelsus-schulen.ch