

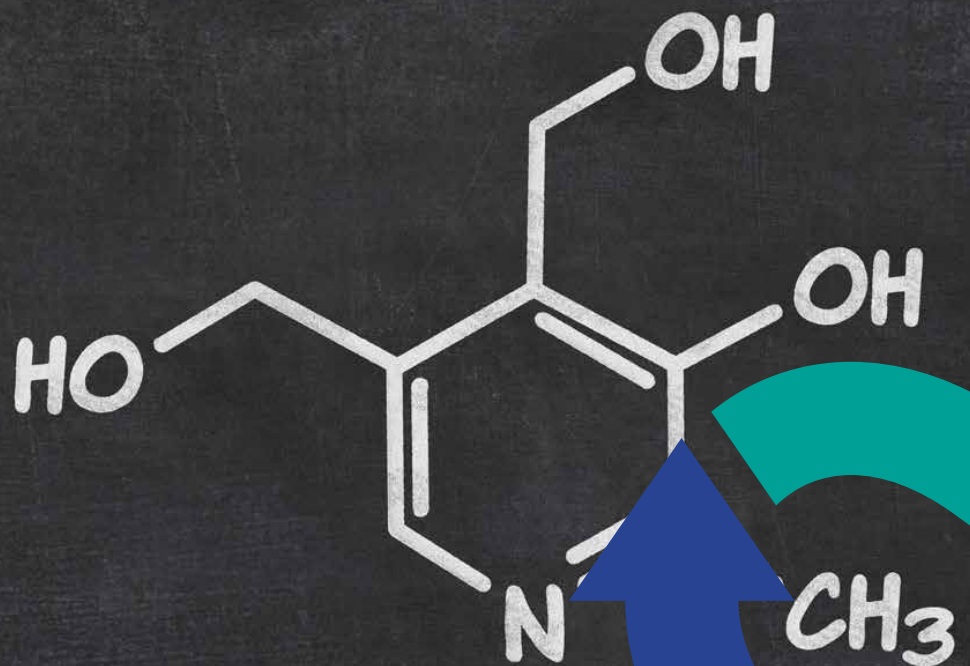
• Staatlich zugelassene Fernkurse •

**Kompaktkurs**

# Orthomolekulare Ernährung

Dauer: 4 Wochen

Vitamin B<sub>6</sub>



# Mineralstoffe und Vitamine - Bausteine des Lebens

Die wissenschaftlichen Erkenntnisse in der Medizin führen immer mehr dazu, dass Krankheiten mit körpereigenen Substanzen verhindert und behandelt werden können. Dr. Linus Pauling definierte die OM 1968 im Fachmagazin Science so:

„Orthomolekulare Medizin ist die Erhaltung guter Gesundheit und die Behandlung von Krankheiten durch Veränderung der Konzentration von Substanzen, die normalerweise im Körper vorhanden und für die Gesundheit verantwortlich sind.“

Eine Grundannahme besteht darin, dass Menschen die täglich benötigten Mikronährstoffe meist nicht ausreichend über die Ernährung aufnehmen. Zudem kann der Bedarf bei bestimmten Erkrankungen so erhöht sein, dass er nicht mehr mit einer gesunden Ernährung zu decken ist.

Die orthomolekulare Ernährungsform ist darauf ausgerichtet so viele verschiedene Nährstoffe, wie möglich dem Körper über die natürliche Ernährungsform zuzuführen. Bei Bedarf können entsprechende Ergänzungsprodukte eingesetzt werden, diese ersetzen aber keine vollwertige Ernährung, sondern ergänzen diese lediglich.

Nach erfolgreichem Abschluss wissen Sie, welche orthomolekularen Substanzen der menschliche Organismus zur Gesunderhaltung benötigt. Zusätzlich erfahren Sie, welche Mikronährstoffe bei Erkrankungen des Körpers zusätzlich indiziert sind und welche hilfreichen Instrumente der Ernährung Sie den Betroffenen an die Hand geben können.

## Die wichtigsten Inhalte:

- Definition Orthomolekular
- Wissenschaftliche Erkenntnisse
- Ernährungsgrundlagen und Besonderheiten heute
- Definition Mikronährstoffe
- Vorkommen, Funktionen und Bedarf an orthomolekularer Ernährung
- Indikation einzelner Mikronährstoffe
- Grundlagen der orthomolekularen Ernährungsweise
- Besonderheiten bei der Ernährungsumstellung



## Teilnahmevoraussetzungen

Realschulabschluss oder vergleichbarer schulischer Abschluss; Vorbildung oder Berufserfahrung im Bereich Ernährung sind vorteilhaft.

## Meine Fernakademie

- ✓ Persönlicher Zugang
- ✓ Flexibel - auch unterwegs lernen
- ✓ Exklusiv für Akademie-Teilnehmer
- ✓ Einfacher Log-In



**Jetzt online anmelden!**

## Zertifizierter Abschluss

Als Teilnehmer/in dieses Fernkurses „Orthomolekulare Ernährung“ können Sie sich einer Fortbildung auf höchstem Niveau sicher sein.

Dies wurde geprüft und bescheinigt durch die staatliche Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU, [www.zfu.de](http://www.zfu.de)). Unabhängiges, erfahrenes Fachpersonal prüft dort eingereichte Fernlehrgänge nach dem Fernunterrichtsschutzgesetz auf inhaltliche Vollständigkeit und fachlich korrekte Angaben. Des Weiteren wird der pädagogische Aufbau genauestens analysiert, damit Sie Ihr Fernlehrgangziel sicher erreichen können.



## Ihr Abschlusszertifikat

Der erfolgreiche Abschluss des Lehrgangs wird mit dem Abschlusszertifikat bescheinigt, welches von der staatlichen Zulassungsstelle für Fernunterricht geprüft und genehmigt wurde.



## Ihr Weg zum Abschluss

Nach der Anmeldung erhalten Sie von uns Ihr persönliches Lehrgangsmaterial nach Hause geliefert. Die Prüfungsaufgaben zu den einzelnen Lehrheften bearbeiten Sie bequem von zu Hause aus mit Ihrem persönlichen Zugang zum Online-Campus der Fernakademie [www.meine-fernakademie.de](http://www.meine-fernakademie.de). Innerhalb von 14 Tagen werden Ihre Aufgaben bewertet und mit wertvollen Hinweisen für den weiteren Studienverlauf versehen. Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie Ihr offizielles Zertifikat per Post.

## Lernen ohne Zeitdruck

Sollten Sie etwas länger brauchen - kein Problem! Auf Anfrage können Sie Ihre Lehrgangsdauer von regulär 1 Monat kostenlos um weitere 3 Monate verlängern. Während des gesamten Lehrgangs werden Sie persönlich von der Fernakademie betreut. Das Akademie-Team hilft Ihnen, organisatorische Abläufe zu strukturieren, unterstützt Sie bei den Prüfungsaufgaben und sorgt für einen reibungslosen Verlauf Ihres Fernlehrgangs.



Management System  
ISO 9001:2015

[www.tuv.com](http://www.tuv.com)  
ID 9108636720

Die Akademie ist zertifiziert nach DIN ISO 9001:2015



