



D-A-CH-I-Online-Seminar FODMAP – Ernährungstherapie bei Reizdarmsyndrom

Interdisziplinäre Fortbildung für Ernährungsfachkräfte & Ärzt*innen

Mit dem FODMAP-Konzept gibt es erstmals ein wissenschaftlich basiertes Behandlungsvorgehen für die Ernährungsberatung bei Patienten mit Reizdarmsyndrom. Weltweit durchgeführte Studien zeigen, dass beim Reizdarmsyndrom zwischen 50 und 75 Prozent der Betroffenen von einer Einschränkung der FODMAP profitieren. Diese Online-Seminar-Reihe vermittelt wichtiges Hintergrundwissen und eine interprofessionelle Herangehensweise für die ernährungstherapeutische Begleitung. Die Teilnehmer*innen lernen, bei welchen Patienten und Situationen die Arbeit mit dem FODMAP-Konzept Sinn macht und wie man das im Alltag der Patienten umsetzt. Nach dem Seminar sind die Teilnehmer*innen in der Lage, die Phasen des FODMAP-Prozesses von der Eliminationsdiät bis zur Alltagskost des Reizdarmpatienten fachgerecht zu begleiten. Es wird aber auch deutlich, wann und in welchen Fällen der Einsatz des FODMAP-Konzeptes weniger hilfreich ist. Anhand des australischen Konzeptes wurde in den letzten Jahren die FODMAP-arme Diät als Therapiemethode auf „europäische Ernährungsverhältnisse“ modifiziert. Die Schweizer FODMAP-Spezialistin Beatrice Schilling ist Expertin der ersten Stunde und serviert ihren Expertenbeitrag zur Ernährungstherapie in der Beratungspraxis, österreichisch gewürzt rundet Diätologin Edburg Edlinger die Beiträge ab. Im ersten Seminarblock liefert Prof. Dr. Martin Storr die medizinischen Hintergründe. In den nächsten Seminar-Blöcken wird das FODMAP-Ernährungskonzept praxisnah von Beatrice Schilling und Edburg Edlinger präsentiert. Wichtiger Bestandteil ist eine Selbsterfahrungswoche, um eine FODMAParme Ernährung selbst zu erleben und sich mit den FODMAP-Listen vertraut zu machen. Für diese Selbsterfahrungswoche alle Teilnehmer*innen ein kostenloses Package mit Dr. Schär Produkten (FODMAP-zertifiziert von der Monash University) nach Hause geliefert. An einem Abend liefert die Klinische Psychologin

Ein herzliches Dankeschön für die freundliche Unterstützung

Dr. Manuela Sax spannende psychologische Einblicke zum Thema Reizdarm und es wird gemeinsam die Selbsterfahrungswoche reflektiert. Zum Abschluss erhalten Sie einen kurzen Einblick in den Ablauf der darmbezogenen Hypnose durch eine Live-Session. Am Ende haben Sie einen ganzheitlichen Zugang zur interprofessionellen Therapie des Reizdarmsyndroms und können Ihre Patient*innen optimal begleiten.

Termine:

Eine einzelne Buchung von Online-Seminaren ist nicht möglich, da die Blöcke aufeinander aufbauen!

Unterrichtseinheiten:

26 UE

Uhrzeit:

immer von 17.30 - 20.00 Uhr (Seminarinput 2 h 10 min; Pause 20 min)

Termine:

1. Block:

Mo 16.11.2020

Mi 18.11.2020

Mo 23.11.2020

Mi 25.11.2020

Mo 30.11.2020

Termine:

2. Block:

Mo 11.01.2021

Mi 13.01.2021

Mo 18.01.2021

Mi 20.01.2021

Fortbildungspunkte:

Der VFED vergibt für die Teilnahme 26 Fortbildungspunkte.
Nach Ende der Seminarreihe erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung.

Ein herzliches Dankeschön für die freundliche Unterstützung

PROGRAMM

Medizin

Prof. Dr. Martin Storr (Gastroenterologe, D)

- Definition Reizdarmsyndrom
- Guidelines
- Häufigkeit und Ursachen
- (Ausschluss)Diagnostik Reizdarmsyndrom
- Behandlungsmöglichkeiten aus medizinischer Sicht
- Fallbeispiele Diagnostik

Ernährung

Beatrice Schilling & Edburg Edlinger (Ernährungsfachkräfte, CH, A)

- Assessment und Anamnese vor Beginn einer FODMAP-armen Ernährung
- FODMAPs Definition und FODMAPs-Gehalt der Nahrungsmittel
- Indikationen für eine FODMAP-arme Ernährung
- Möglichkeiten und Grenzen des FODMAP-Konzepts
- FODMAP-arme Eliminationsphase
- Vorstellung FODMAP Monash App
- Anleitung Selbsterfahrungswoche low FODMAP-Karenz
- FODMAP-Testphase und Ermittlung der individuellen Toleranz
- Bedarfsdeckende und FODMAP-reduzierte Langzeiternährung
- Ernährungsberatung bei Reizdarmsyndrom
- Fallbeispiele Ernährungstherapie

Psychologie

Dr. Manuela Sax (Klinische Psychologin, A)

- Reflexion der Selbsterfahrungswoche
- Darm und Psyche – Hintergrund und Einführung in die Methode der bauchbezogenen Hypnose
- Erfahrungen aus der psychologischen Praxis

Dr. Schär AG

Kathrin Vantsch (Ernährungsfachkraft, I)

- Zertifizierung und Kennzeichnung Low FODMAP Produkte

Methodik:

Vortrag, Umfragen, Brainstorming, Gruppenarbeit, Selbsterfahrungswoche

Ziele:

- Sie können die medizinische Krankheitsgeschichte ernährungstherapeutisch umsetzen.

Ein herzliches Dankeschön für die freundliche Unterstützung

- Sie können Patient*innen in einer FODMAP-armen Diät anleiten.
- Sie lernen das FODMAP-Konzept und dessen Einsatzpotential kennen.
- Sie können FODMAPs benennen und Lebensmittel nach FODMAP-Gehalt zuordnen.
- Sie können eine bedarfsdeckende FODMAP-reduzierte Ernährung gestalten.
- Sie kennen die Grenzen und Herausforderungen des FODMAP-Konzeptes.

Preis:

VFED Mitglieder: 420 €

VFED Nichtmitglieder: 520 €

Die Anmeldung und Zahlung erfolgt über den VFED-Onlineshop www.vfed.de/de/shop/online-fortbildungen.

Anmeldeschluss:

Eine verbindliche Anmeldung ist über den VFED-Onlineshop www.vfed.de/de/shop/online-fortbildungen bis zum 12.10.2020 erforderlich.

Technische Informationen und Datenschutz:

Wir benutzen den Anbieter Zoom. Sie benötigen einen Computer mit stabilem WLAN-Zugang. Eine Kamera und ein Mikrofon sind nicht unbedingt notwendig, wenn Ihr Monitor über Lautsprecher verfügt. Fragen an den Referenten können über die Zoom Plattform während des Seminars gestellt werden.

Verbot für Aufzeichnungen und Veröffentlichungen:

Es ist verboten, Screenshots, Fotos oder Aufzeichnungen anderer Art zu erstellen. Ebenso gilt ein Verbot für Veröffentlichungen der -Inhalte im Internet oder an anderem Wege.

Ein herzliches Dankeschön für die freundliche Unterstützung

ReferentInnen:

Prof. Dr. Martin Storr (D)

Professor Dr. Martin Storr ist Facharzt für Innere Medizin und Gastroenterologie am Zentrum für Endoskopie in Starnberg. Sein Schwerpunkt liegt auf der Behandlung von Menschen mit funktionellen Magen- und Darmerkrankungen, Menschen mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Menschen mit chronisch entzündlichen Darmerkrankungen. Er kennt die Sorgen und Nöte der Patienten und gilt als einer der renommiertesten Experten für diese Erkrankungen. Ein ausgesprochen wichtiger Beratungsanlass sind Fragen zur Ernährung sowie zu komplementärmedizinischen Therapieformen wie Reizdarmyoga, Achtsamkeitsmeditation oder Darmhypnose. Diese Verfahren testet Prof. Storr mit seinem Forscherteam in klinischen Studien.

www.endoskopiezentrum-starnberg.de



Beatrice Schilling, Bsc (CH)

Beatrice Schilling, Bsc in Ernährung und Diätetik, arbeitet als Ernährungsberaterin in ihrer eigenen Praxis in Baden/Schweiz. Ihr Schwerpunkt ist die Ernährungstherapie bei Verdauungserkrankungen. Frau Schilling ist FODMAP-Kennerin und -Anwenderin der ersten Stunde und kennt die vielen Herausforderungen und Fragen im Zusammenhang mit dem FODMAP-Konzept aus ihrer täglichen Praxis. Sie freut sich darauf, ihr Wissen, ihre Erfahrung und die aktuellsten Erkenntnisse zum Thema FODMAP



Ein herzliches Dankeschön für die freundliche Unterstützung

zu

www.beatrice-schilling.ch

teilen.

Mag. Dr. Manuela Sax, DGKS (A)

„Nach einer langjährigen Tätigkeit im intensivmedizinischen und notfallpsychologischen Bereich mit zahlreichen Erfahrungen mit körperlichen und psychischen Belastungs- und Ausnahmesituationen, habe ich mich auf die Auswirkungen von Stresszuständen auf Körper und Psyche spezialisiert. In meiner Praxis für Klinische-, Gesundheits- und Notfallpsychologie liegen die Schwerpunkte meiner Tätigkeit in der Beratung und Behandlung von somatischen Auswirkungen von psychischen Überlastungszuständen sowie in der Begleitung von KlientInnen mit funktionellen Magen- Darmbeschwerden. Seit mehreren Jahren beschäftige ich mich in diesem Zusammenhang auch mit der bauchbezogenen Hypnose, sowie mit Bio- und Neurofeedback. Diese Behandlungsmethoden können bei Patient*innen mit Reizdarmsyndrom beeindruckende Ergebnisse liefern. Diese Erfahrungen möchte ich gerne mit Ihnen teilen und freue mich auf eine gemeinsame Fortbildung.“

www.dr.sax.org



Edburg Edlinger BSc (A)

„Seit 23 Jahren darf ich Patient*innen mit diversen komplexen Krankheitsbildern betreuen. Durch meine langjährige Selbständigkeit und Spezialisierung auf

Ein herzliches Dankeschön für die freundliche Unterstützung

Gewichtsprobleme, Essstörungen und Reizdarm ist es mir eine Freude, unterhaltsam und professionell dieses Fachprogramm mit wertvollen Beiträgen und vielen AHA-Erlebnissen zu ergänzen.“

www.diaetologin.eu

Ein herzliches Dankeschön für die freundliche Unterstützung

Dr Schär