



naturopath®
Schule für Heilpraktiker

FACHMODULE Ganzheitliche Ernährungsmedizin 2026/2027 27 Module × 5 UE = 135 UE Ernährungsberater & Ernährungsmedizin

Datum	Nr.	Modul	UE	Kurzbeschreibung
30.09.26	1	Adipositas & ernährungsbedingte Gewichtsdyregulation	5	Ursachen, Energie- & Fettstoffwechsel, Sättigung, Ernährungskonzepte, Therapieplanung.
28.10.26	2	Insulinresistenz & Diabetes Typ 2	5	Pathophysiologie, Ernährungstherapie, Kohlenhydratmanagement, Gewichtsreduktion, Lifestyle.
04.11.26	3	Diabetes Typ 1 (Grundlagen & Ernährung)	5	Grundprinzipien, Kohlenhydrat-Schätzung, Unter-/Überzucker, sportbezogene Aspekte.
11.11.26	4	Fettleber / NAFLD	5	Pathogenese, Fettstoffwechsel, Zucker & Fruktose, Gewichtsmanagement und Ernährungskonzepte.
25.11.26	5	Ernährungsmythen & Fehlannahmen	5	Fakten vs. Mythen zu Fett, Zucker, Cholesterin, Low Carb, Süßstoffen, Trends & Social Media.
02.12.26	6	Hypertonie	5	Salz, Kalium, DASH-Konzept, Gewichtsreduktion, Gefäßfunktion, praktische Ernährungsempfehlungen.
09.12.26	7	Hyperlipidämien & Cholesterin	5	LDL/HDL, gesättigte vs. ungesättigte Fette, Ballaststoffe, Pflanzenstoffe, Diätstrategien.
13.01.27	8	Atherosklerose & Gefäßgesundheit	5	Endothelfunktion, Entzündung, Omega-3, Polyphenole, Gefäßprotektion durch Ernährung.
27.01.27	9	Reizdarm & funktionelle Darmbeschwerden	5	Ursachen, Low-FODMAP, Darm-Hirn-Achse, Stress, praktische Ernährungsbausteine.
03.02.27	10	Nahrungsmittelintoleranzen & -sensitivitäten	5	Laktose, Fruktose, Sorbit, Histamin – Diagnostik (Basis) & Ernährungsempfehlungen.
17.02.27	11	Reflux & Gastritis	5	Trigger, Magenfunktion, fettreiche & säurehaltige Kost, Timing, praktische Ernährungstherapie.
24.02.27	12	CED – Morbus Crohn & Colitis ulcerosa	5	Ernährung im Schub/Remission, Mikrobiom, enterale Ernährung, evidenzbasierte Konzepte.
03.03.27	13	Hidden Hunger / Mikronährstoffmängel	5	Typische Mängel (B12, D, Eisen, Jod), Screening, Ernährung vs. Supplementation.
17.03.27	14	Leber–Galle–Pankreas	5	Verdauungsorgane, Gallensäuren, Pankreasenzyme, Fettverdauung, Ernährungsempfehlungen.
24.03.27	15	Gicht, Harnsäure, Niere	5	Purine, Alkohol, Fruktose, Gewichtsreduktion, Flüssigkeit & Ernährung bei Harnsäureproblemen.
14.04.27	16	Schilddrüse & Ernährung	5	Hashimoto, Hypothyreose, Jod, Selen, Gluten-Diskussion, Mikronährstoffbezug.
28.04.27	17	Essstörungen – Screening & Ernährung	5	Anzeichen, Grenzen, Weiterleitung, ernährungsbezogene Begleitung in stabilen Phasen.
05.05.27	18	Rheumatoide Arthritis & Gelenkerkrankungen	5	Entzündung, mediterrane Ernährung, Omega-3, Fasten, Mikrobiom und Gelenkgesundheit.
26.05.27	19	Allergien & immunologische Reaktionen	5	IgE vs. Intoleranz, Eliminationskonzepte, entzündungsmodulierende Ernährung.
02.06.27	20	Osteoporose & Knochenstoffwechsel	5	Calcium, Vitamin D/K2, Protein, Säure-Basen-Mythen, Muskelmasse & Kraft.
16.06.27	21	Hauterkrankungen – Akne, Neurodermitis, Psoriasis	5	Darm-Haut-Achse, Triggerlebensmittel, entzündungshemmende Ernährung.
23.06.27	22	Migräne, Kopfschmerzen, Epilepsie	5	Trigger, Mikronährstoffe, Blutzuckerstabilität, Ketogene Ernährung (Basics).
11.08.27	23	Depression, Stimmung & Schlaf	5	Darm-Hirn-Achse, Tryptophan/Serotonin, Omega-3, Blutzucker, Tagesrhythmus.
25.08.27	24	Ernährungsmedizinische Anamnese (vertieft)	5	Strukturierte Anamnese, Ernährungsdiagnostik, Laborbezug (light), Therapieplanung.
08.09.27	25	Onkologie – Ernährung während & nach der Therapie	5	Gewichtsverlust vermeiden, Nebenwirkungen abfedern, Mangelernährung managen.
22.09.27	26	Untergewicht & Mangelernährung	5	Ursachen, Energiedichte, Proteinzufuhr, seniorenspezifische Ernährung & Regeneration.
29.09.27	27	Praxisfälle & Fallkolloquium (Abschlussmodul)	5–10	Komplexe Falldiskussionen, ernährungsmedizinische Therapieplanung, integratives Denken.

Je von 16.00 - 19.45 Uhr online via Zoom

naturopath®