



Online-Seminar: Hyper, Hyper... Der Druck steigt... Einflüsse der Ernährung auf Entstehung & Therapie des Bluthochdruck (26.04.2024, 9:00 – 17:00 Uhr)

In Deutschland haben rund 20 bis 30 Millionen Menschen Bluthochdruck. Eine zusätzliche Dunkelziffer ist anzunehmen, verursacht durch steigenden Leistungsdruck, Sorgen um die Zukunft und eine ständig zunehmende Arbeitsverdichtung. Das Risiko für koronare Herzerkrankungen wächst auch dadurch, dass langfristige Überernährung und ein eher träger Lebensstil die Gefäße frühzeitig verstopfen lassen. Der Entstehung einer Arteriosklerose ist der Weg geebnet, wenn nicht bereits bei der Diagnosestellung Bluthochdruck konsequent gehandelt wird.

Inhalte:

- **Grundlagen schaffen**
Diagnostik und aktuelle medizinische Therapie
- **Was haben wir noch im Gepäck?**
Ist der Bluthochdruck nur die Spitze des Eisbergs oder alleinige Diagnose?
- **Einflussfaktoren der Ernährung**
Was sagt die aktuell wissenschaftliche Literatur zu Salz, Kaffee und Co?
- **Weitere Einflussfaktoren des Lebensstils**
Achtung Achtsamkeit
- **Messparameter einer erfolgreichen Therapie**
Zwischen Genetik und Work-Life-Balance

Zielgruppen

Ernährungsfachkräfte, Ärzt*innen, Apotheker*innen, Fachkräfte aus den Bereichen Gesundheit, Bildung, Prävention und Public Health

Termin

Freitag, 26.04.2024, 09:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Seminarumfang

8 Stunden à 45 Minuten

Referentin

Dr. Bettina Jagemann, Hamburg