

Combinology®

Systemische Stressreaktion

Modul 6

NATURHEILKUNDE



Stress ist überall - und damit auch Teil der Fachausbildung zum Kombinologen. Die Notwendigkeit eines funktionierenden Stresssystems für den natürlichen Tag-Nacht-Rhythmus, die physiologische

Energieverteilung im gesamten Organismus und die Bewältigung von Herausforderungen im Alltag steht im Fokus dieses Moduls.

Wir betrachten den Stress aus evolutionären Perspektiven, die Entwicklung des Stresssystems sowie die natürlichen und modernen Stressoren, die mit zahlreichen Symptomen und Krankheitsbildern in Verbindung stehen. In der ganzheitlichen Betrachtung wird auch das vegetative Nervensystem von der stressregulierenden Seite beleuchtet.

Die Teilnehmer/innen werden dazu befähigt, die vielfältigen Auswirkungen von Stress auf den menschlichen Organismus zu verstehen und individuelle Therapieansätze zu entwickeln. Durch praxisorientierte Übungen und Fallbeispiele lernen sie, Stressoren zu identifizieren, Stressreaktionen zu messen und geeignete Maßnahmen zur Stressregulation einzusetzen.

Zudem werden im Rahmen dieses Moduls auch nicht-pharmakologische Methoden zur Stressbewältigung und -prävention vorgestellt, wie zum Beispiel Entspannungstechniken, Achtsamkeitsübungen und Stressmanagementstrategien. Die Teilnehmer/innen erhalten konkrete Handlungsempfehlungen, um ihren Patienten dabei zu helfen, stressbedingte Beschwerden zu reduzieren und langfristig eine bessere Lebensqualität zu erreichen. Hierbei liegt der Fokus auf schnell umsetzbaren und effizienten Techniken (Quick Wins), um Stress schnell, einfach und effizient zu reduzieren und stressresistenter zu werden.

Interaktive Diskussionsrunden und der Austausch mit Experten ermöglichen es den Teilnehmern/innen, ihr Verständnis für die komplexen Zusammenhänge von Stress und Gesundheit zu vertiefen und neue Ansätze für ihre therapeutische Praxis zu entwickeln.

Dozent/in HP Matthias Baum: Jg. 1988, verheiratet, 1 Tochter, Heilpraktiker und Gesundheitswissenschaftler. Über 15 Jahren in medizinischen, gesundheitsfördernden und therapeutischen Disziplinen tätig. Inhaber einer eigenen Praxis in Hamburg/Altona mit den Schwerpunkten: klinische Psychoneuroimmunologie funktionelle Labordiagnostik, Mikronährstofftherapie, personalisierte Ernährungsberatung und Darmgesundheit. Außerdem Gesundheitsberatung, Produkt- und Konzeptentwicklung, Projekte und Content-Kreation für Gesundheitsunternehmen, sowie Speaker & Dozent im Gesundheitsbereich. Seiner Expertise erlangte er durch seine Ausbildungen als Rettungsassistent und Trainer für medizinische Fitness, sowie durch den Bachelorstudiengang Physiotherapie/Therapiewissenschaft, Masterstudiengang Gesundheitswissenschaften und Masterstudiengang klinische Psychoneuroimmunologie.

Termine:

Sa. 18.10.2025

09:00-16:00 Uhr

Mi. 22.10.2025

18:00-21:15 Uhr

Preis:

260,- Euro *



**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Onlineunterricht**
Tel. 0261-95252-0

Seminarnummer:

SSH111100525V6

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:



ONLINE

PARACELSUS
die Gesundheitsakademien