

Metabool syndroom



Een hoog cholesterol, overgewicht, bloedsuikerproblemen en hoge bloeddruk zijn veel voorkomende problemen. Dit zijn de problemen die spelen bij mensen met het Metabool Syndroom (MetS). Het MetS is een gevolg van de Westerse leefstijl en komt vaker voor bij mannen dan bij vrouwen en dit neemt toe naarmate mensen ouder worden. Van de 60-70-jarigen heeft ruim 40% last van het MetS (in Nederland). De docent zal in deze dag uiteenzetten wat er allemaal speelt bij deze mensen en hoe we verdere complicaties kunnen voorkomen. U krijgt duidelijke voorstellen voor een orthomoleculaire behandeling.

De volgende onderwerpen komen aan bod:

- Kenmerken MetS
- Risicofactoren en oorzaken van ontstaan van het MetS
- Problemen bij patiënten met het MetS
- Behandeling:
 - Allopathisch
 - Dieet: paleo, keto, Plant based, intermittent fasting
 - Afvallen
 - Suppletie
 - Beweging
 - Informeren

Na het volgen van deze cursus weet je:

- ✓ Wat de oorzaken zijn van het MetS
- ✓ Op welke complicaties we alert moeten zijn
- ✓ De orthomoleculaire behandelingsmogelijkheden (o.a. voeding, gewichtsreductie, suppletie, beweging)



