campus³
Therapie Pflege Gesundheit

LIPÖDEM & LYMPHÖDEM – WAS ERNÄHRUNG BEWIRKEN KANN

Campus³ AG
Haselstrasse 18
5400 Baden
Tel.: +41 (0)56 552 60 00
E-Mail: info@campus3.ch

www.campus3.ch

Kursausschreibung

LIPÖDEM & LYMPHÖDEM – WAS ERNÄHRUNG BEWIRKEN KANN

EINLEITUNG

Geschwollene Beine, Spannungsgefühl, Druckschmerz – die Symptome von Lipödem und Lymphödem ähneln sich, doch die Ursachen, Verläufe und Behandlungsansätze sind unterschiedlich.

Aus der Perspektive der Ernährungsberatung beleuchten wir die aktuelle Evidenz zu Ernährungsempfehlungen bei Lipödem und Lymphödem und klären wo Grenzen und Mythen liegen und wie sich die Ernährung sinnvoll in das multidisziplinäre Behandlungskonzept – neben Kompression, Bewegung und manueller Therapie – einfügt.

In dieser praxisnahen Fortbildung schauen wir gemeinsam auf die Grundlagen beider Erkrankungen: Was passiert im Gewebe? Welche Diagnosekriterien helfen im Alltag weiter und welchen Stellenwert hat Ernährung im Gesamtbehandlungskonzept?

ZIELE

Die Teilnehmenden

- können aktuelle wissenschaftliche Evidenz zu Ernährungskonzepten (z. B. antientzündliche Ernährung, Ketose) bei Ödemerkrankungen bewerten.
- können gängige Ernährungsmythen von therapeutisch wirksamen Maßnahmen unterscheiden.
- können die Rolle der Ernährung als ergänzendes Modul im multidisziplinären Behandlungsansatz begründen.
- können die Schnittstellen zwischen Physiotherapie und professioneller Ernährungsberatung im Praxisalltag gezielt nutzen.

INHALTE

Nach diesem Kurs

- kannst du veraltete Diät-Mythen erkennen und deinen Patient*innen den Druck beim Thema Gewicht nehmen.
- kannst du deinen Patient*innen konkrete, praxistaugliche Ernährung Tipps mitgeben.
- kannst du erkennen, wann eine professionelle Ernährungsberatung indiziert ist und deine Patient*innen gezielt weiterleiten.
- kannst du deine Behandlungsfortschritte durch das Zusammenspiel von Physiotherapie und Ernährung nachhaltig unterstützen.

METHODEN/ARBEITSWEISEN

- Referat (Präsentation)
- Fallbeispiele im Plenum diskutieren

ANGABEN ZUR LEHRPERSON

- Erährungsberaterin BSC
- CAS Nahrungsmittelallergien und Intoleranzen
- zertif. Ganzheitliche Ernährungsberaterin

KURSVORAUSSETZUNGEN

Du hast ein Diplom in Physiotherapie, Ergotherapie oder medizinischer Massage oder interessierst dich ganz allgemein für das Kursthema.

LEITUNG

Monika Schmid

- Erährungsberaterin BSC
- CAS Nahrungsmittelallergien und Intoleranzen
- zertif. Ganzheitliche Ernährungsberaterin

BEMERKUNGEN

Vorkenntnisse zum Thema Ernährung sind nicht erforderlich.

Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Kosten
Haselstrasse 18, 5400 Baden AG im 4. Stock	02.11.2026	09.00 - 12.00 Uhr	22326	CHF 120.-