

WEBINAR: MUND AUF - ENTZÜNDUNG RAUS: WIE DIE GESUNDHEIT IM MUND DEN GANZEN KÖRPER BEEINFLUSST

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



Kursausschreibung

WEBINAR: MUND AUF - ENTZÜNDUNG RAUS: WIE DIE GESUNDHEIT IM MUND DEN GANZEN KÖRPER BEEINFLUSST

GANZHEITLICHE ANSÄTZE ZUR FÖRDERUNG DER DARM-HIRN-ACHSE UND DEM DURCHBRECHEN DES TEUFELSKREISES VON STRESS UND DARMBESCHWERDEN.

EINLEITUNG

Die meisten denken bei Gesundheit an den Darm – doch sie beginnt oft schon viel früher: im Mund. Als erste Schnittstelle zur Umwelt beeinflussen Zunge, Speichel, Zahnfleisch und Bakterienflora nicht nur unsere Verdauung, sondern auch das Immunsystem und das gesamte Körpermilieu. Chronische Beschwerden können bereits hier ihren Ursprung haben – und unbemerkt die Magen- und Darmgesundheit aus dem Gleichgewicht bringen. In diesem interaktiven Online-Seminar werfen wir einen ganzheitlichen Blick auf die orale Gesundheit und ihre systemischen Auswirkungen. Wir beleuchten die Zusammenhänge zwischen Mundmikrobiom, Kauverhalten und Magensäurebildung sowie deren Rolle bei Reflux, Reizdarm, Infektanfälligkeit und chronischer Erschöpfung. Darüber hinaus gehen wir auf die Bedeutung von Parodontitis als systemischem Entzündungsherd ein und zeigen praxisnahe Ansätze zur Prävention und Regulation. Im Zentrum stehen einfach umsetzbare Maßnahmen zur Pflege der Mundflora und Anregung der Verdauung – für mehr Energie, bessere Immunfunktion und ein ganzheitliches Körpergefühl. Ideal für alle, die tiefer blicken und ganzheitlich begleiten (oder sich selbst besser verstehen) wollen.

ZIELE

- Sie verstehen die Zusammenhänge zwischen Mundgesundheit, Verdauung und systemischer Entzündung.
- Sie lernen praxisnahe Strategien zur Förderung der oralen und gastrischen Gesundheit kennen.

INHALTE

- Die Rolle der Mundflora als Teil des menschlichen Mikrobioms
- Die Gesundheit des Magens: Magensäure, Reflux und Sodbrennen verstehen
- Parodontitis als systemischer Entzündungsherd
- Zusammenhänge zwischen oraler Dysbiose und Magen- Darm-Beschwerden
- Ganzheitliche Strategien zur Förderung der oralen und gastrischen Gesundheit
- Interdisziplinäre Zusammenarbeit: Psychoneuroimmunologie, Zahnmedizin und Biomedizin im Dialog

METHODEN/ARBEITSWEISEN

Im Praxisteil erhalten Sie praxisnahe Impulse zur Förderung der Mund und Verdauungsgesundheit. Sie lernen einfache, aber wirkungsvolle Strategien kennen, um Warnzeichen frühzeitig wahrzunehmen und gezielt im Alltag darauf zu reagieren – sowohl für sich selbst als auch in der professionellen Begleitung von Klient:innen. darmfreundliche Ernährung und gezielte Neuro-Hacks zur Stressbewältigung.

KURSVORAUSSETZUNGEN

Für alle Interessierten

LEITUNG

Hannah Samira Schmidt

B.Sc. Biochemie
M.Sc. Biomedicine and Nutrition
Mentaltrainerin
Stress- und Burnout-Coach
Entspannungstrainerin

BEMERKUNGEN

Dieses Webinar wird von einem Kooperationspartner durchgeführt. Daher können seitens Campus3 keine Rabatte für diesen Kurs gewährt werden.

Mit deiner Anmeldung erklärst du dich einverstanden, dass wir zwecks Kommunikation & Einladung deine Kontaktangaben weitergeben.

Dieses Webinar nutzt die Vorteile des Online-Formats optimal aus und ermöglicht Ihnen, bequem von zu Hause oder jedem beliebigen Ort aus teilzunehmen. So können Sie sich ganz auf die Inhalte konzentrieren und das Gelernte direkt in Ihrem Alltag anwenden. Mit praxisnahen Tipps ist das Webinar online ebenso effektiv wie vor Ort – und bietet Ihnen dabei maximale Flexibilität und Komfort.

Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Sprache	Kosten
	07.03.2026	08.30 - 10.30 Uhr	10010	Deutsch und Englisch	CHF 110.-