Naturheilkunde

Basenfasten und Entgiftung - Schlüssel zur Gesundheit und Vitalität

In unserer zivilisierten Zeit sind 90% der Menschen in Industrieländern übersäuert. Daraus können sich gesundheitliche Probleme wie Müdigkeit, Rückenprobleme, Muskelschmerzen, Arteriosklerose, Bluthochdruck, Diabetes mellitus etc. ergeben.

Am Anfang der naturheilkundlichen Heilbehandlungen stehen deshalb Entsäuerungsmaßnahmen; denn die besten Heilmittel nutzen nichts, wenn das Bindegewebe „dicht", also die Transitstrecke für Sauerstoff, Nähr– und Abfallstoffe zwischen Blutgefäßen und den Zellen durch die Übersäuerung nicht richtig im Fluss ist.

Basenfasten ist eine Form des Fasten, bei der man hauptsächlich basenbildende Lebensmittel zu sich nimmt und auf säurebildende Nahrung, insbesondere Zucker und tierische Produkte, verzichtet. Dies trägt zur Entgiftung des Zwischenzellraums bei. Insbesondere profitiert auch der Darm von dieser Methode, denn fast 80% der Immunabwehr liegt im Darm!

Themenschwerpunkte:

• Basenfasten und wie Sie es mit Ihren Klientinnen und Klienten durchführen können
• Zusammenhang zwischen der Übersäuerung und dem Bindegewebe
• Symptome der Übersäuerung erkennen und welche Hilfsmittel und Maßnahmen es gibt, diese zu beseitigen
• wie Ihre Fastenteilnehmer Gesundheitsvorsorge aktiv selbst in die Hand nehmen können
• Methoden der Darmreinigung
• Leberwickel und Bauchmassagen selbst durchführen

Der Kurs richtet sich an therapeutisch und manuell arbeitende Zielgruppen in Naturheilpraxen und Wellness-Bereichen.

Termin

Sa, 28.11.2026
09:00-17:00 Uhr

Preis

150,00 €

Online-Seminar

Dieses Seminar findet online statt.

Seminarnummer

SSH111231026

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf unserer Webseite

Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 25.11.2026

Dozentin

Gina Gurgul

Durch ihre Tätigkeit und Erfahrung als Fachberaterin für Ernährungsmedizin in hausärztlicher Praxis leitet Frau Gurgul ihre Seminare an der Paracelsus-Schule sehr praxisbezogen. Kenntnisse u.a. der Biochemie und Anatomie, die sie durch ihr Studium der Humanmedizin an der Charité Berlin erwerben konnten, runden die Inhalte der Seminare ab. Insbesondere der ernährungsmedizinische, ganzheitliche Ansatz ist aus ihrer Sicht besonders wichtig, um eine erfolgreiche Beratungspraxis zu führen, die sich mit den Fragestellungen unserer derzeitigen Ernährung beschäftigt. An der Paracelsus-Schule leitet Frau Gurgul u.a. die 'Ausbildung zur/zum Ganzheitlichen Ernährungsberater/in' in Berlin und gibt Webinare, wie z.B. 'Ernährungsbedingte Erkrankungen' oder 'Ernährungsberatung für Kinder und Jugendliche'.