

19. August 2026

## Burnout und Nebenniere «adrenal fatigue»

Eine anhaltende Überschreitung der individuellen Belastungsgrenzen kann zum Burnout, Erschöpfung und Depression führen. Neben Faktoren der Lebensgestaltung, Psyche und Mangelzuständen spielt oft auch die Nebenniere eine wichtige Rolle. Nach Erläuterung der wesentlichen anatomischen und physiologischen Grundlagen werden die Ganzheitsdiagnostik und eine individuelle Behandlung vorgestellt.



### Kursinhalt

- Erschöpfung und Burnout: die wichtigsten 4 Phasen
- Häufig vorkommend: «adrenal fatigue» als hormonelle Auswirkung von Erschöpfung
- Ganzheitliche Diagnostik
- Verfahren der Korrektur durch Ganzheitsmedizin: Durch die Lebensweise, in der Ernährung, Naturheilkundliche Arzneimittel, Verfahren in der naturheilkundlichen Praxis
- Fallbeispiele

### Kursziel

Die Teilnehmenden

- erhalten eine Einführung in die Thematik
- wissen um die ganzheitlichen medizinischen Ansätze in Diagnostik und Therapie
- können das Bewusstsein für Prävention und Selbsthilfe fördern

## ONLINE-KURS

### Dozent

Dr. Ralf Oettmeier

### Kursinfo

Online-Kurs

1 Kursstunde | max. 50 Teilnehmende

### Voraussetzung

TherapeutInn mit medizinischem Wissen

📅 Mittwoch, 19. August 2026

⌚ 19.00 – 20.00 Uhr

📍 Wo immer Sie möchten, mit Ihrem Computer oder Laptop

💵 vdms-asmm-Mitglieder CHF 50.00

💵 Nichtmitglieder CHF 70.00

**Der Online-Kurs wird über das Programm Zoom durchgeführt.**

**Sie erhalten vor Kursbeginn den Zugangslink per E-Mail zugestellt.**