

Dozentin



Tatjana Herold

Ausbildung zur Zahnarzthelferin,
ZMF und DH, Ernährungs-
beraterin, Lehrtätigkeit und
Tätigkeit in Zahnarztpraxis mit
Schwerpunkt Prophylaxe und PZR

Tageskurs ZFA, ZMP, ZMF, DH

Teilnehmerzahl: 16
Kursgebühr: € 405,00
Fortbildungspunkte: 8

Vom Apfel zur Karies – Vom Smoothie zum Diabetes

Alles, was wir zu uns nehmen, wirkt sich auf unsere Mundgesundheit und auf unsere Allgemeingesundheit aus. Zahlreiche Erkrankungen wie z. B. Diabetes, Bluthochdruck und Osteoporose werden durch falsche Ernährung begünstigt. Nur durch kleine Umstellungen oder Ergänzungen zu unserer täglichen Essgewohnheit verbessert sich die Lebensqualität und man bleibt fit und vital.

Der Kurs vermittelt wissenschaftlich fundiertes Wissen für alle, die den Patienten umfassend beraten oder selbst auf vielen Ebenen der Gesundheit profitieren wollen.

- Von Nährstoffen über Vitamine zur Mundgesundheit
- Wie wir Allgemeinerkrankungen durch unsere Ernährung positiv beeinflussen können:
Schlichte Ernährungstipps für den Alltag
Anti-entzündliche Ernährung – Unterstützung bei Parodontitis
- Zucker, Fruchtzucker und versteckte Zucker
- Essstörungen – Die Zähne decken auf
- Die richtige Kinderernährung zum Schutz vor Karies und späteren Erkrankungen
- Nahrungsmittelbedingte Zahndefekte und deren Therapie
- Fette und Öle – Einfluss auf die Gesundheit
- Mundhygiene: Vor dem Essen oder nach dem Essen?
- Die Kraft von Kräutern und Gewürzen – Ganz ohne Hokuspokus!
- Sekundäre Pflanzenstoffe, Antioxidantien

Hinweis:

Beachten Sie bitte auch unseren weiterführenden Lehrgang „Ernährungsberater/-in eazf“ auf Seite 40.

Kursort	Kursnummer	Datum	Uhrzeit
Nürnberg	75735	Mittwoch, 12.11.2025	09.00 – 17.00 Uhr