

Echo im Inneren – die verborgenen Dialoge von Haut, Mund & Mikrobiom

Fast jeder von uns weiß heutzutage, dass Wohlfühlen, Gesundsein, vor allem aber Gesundbleiben ganz eng mit einem richtig funktionierenden Darm in Zusammenhang stehen.

Doch wie können die Aussagen „**Die Haut ist das Spiegelbild unseres Darms**“ oder „**Immun gesund beginnt im Mund**“ hier im Zusammenhang verstanden werden?

Wir wissen: Eine optimale Zusammensetzung der Bakterienbesiedelung in und auf uns ist für die Lebensqualität und die Gesundheit eine entscheidende Voraussetzung. **Kippt das Gleichgewicht**, kommt es unter anderem zu **Entzündungen im Darm**; außerdem werden **Hauterkrankungen** begünstigt, die **Infektanfälligkeiten** (z. B. im HNO-Bereich) steigt, und das Risiko für **Migräne**, **Zahnfleischentzündungen** sowie **Karies** nimmt zu. Die denkbaren Ursachen dafür sind vielfältig: Stress, zu wenig Schlaf, Medikamente, schlechte Ernährung und vieles mehr.

In dieser Fortbildung nehmen wir Sie in einem Theorie- und auch Praxisteil mit auf die Reise in das komplexe Zusammenspiel unserer Mikrobiota im Darm, auf der Haut und im Mund. Erleben Sie mit uns, wie Geist, Darm-, Haut- und Mund-Mikrobiom zusammenwirken und welchen Stellenwert mentale Stärke für die Gesundheit und das Wohlbefinden hat.

Vortragende Ricarda Helfricht, BSc., Diätologin
Verena Kirchmair-Sailer, BSc., Diätologin

Wann? Samstag, 14. März 2026

Wo? Montfort das Hotel, Galuragasse 7, 6800 Feldkirch

Ablauf

ab 08:30 Uhr	Registrierung
09:00–11:00 Uhr	Vortrag Mundgesundheit & Praxisteil
11:00–11:30 Uhr	Pause
11:30–13:30 Uhr	Vortrag Hautgesundheit & Praxisteil

Im Anschluss sind Sie herzlich **zum Mittagessen** eingeladen.

Anmeldung unter:



www.darmakademie.com/arztassistentinnen-feldkirch

Sollten Sie Probleme bei der Anmeldung haben, zögern Sie nicht, uns unter info@darmakademie.com zu kontaktieren.



Für das BdA-Diplom wurden **4 Fortbildungspunkte** eingereicht.

