



Studieplan

Matsmältning Ämnesomsättning Nätutbildning

Välkommen till utbildningen i Näringslära!

En terapeut som arbetar på den komplementärmedicinska sidan, har som regel en grundläggande inställning att hjälpa andra människor. Men även den bästa av alla terapiformer måste inse sin begränsning. Därför har vi integrerat "Näringslära och ämnesomsättning" i vårt utbildningsprogram. Tillförd föda med rätt näringsinnehåll, är ingen garanti för adekvat upptag! Dels på grund av individuella förutsättningar att smälta födan och dels för varierande problem med tarmskador och därmed sammanhängande dysfunktionell bakterieflora. Det finns troligtvis ingen sjukdom, där tarmproblem inte är inblandade!

www.cnmmassage.se

Människokroppen, fysiologi och anatomi

Jan G.Bjålie, m.fl.

Liber förlag, 47-04919-7

Blodsockerblues

Fredrik Paulún

ISBN 91-973943-9-4

Vitaminerna, Mineralerna och Naturmedlen

Dr Per Ove Lind

ISBN 91-1-893012-3

Naturläkarboken

Raimo Heino

ISBN 91-518-3544-4

Vitaminer och Mineraler

Matti Tolonen

ISBN 91-47-00524-6

Kortkursen

"Matsmältningen och ämnesomsättningen"

Är framtagen som en introduktion för terapeuter som nybörjare. Vi har försökt att formulera komplicerade skeenden på ett lättfattligt och förståeligt sätt, även för personer utan särskilda förkunskaper. Det handlar om jätteviktiga förlopp i matsmältningsapparaten, energiomvandling, essentiella näringsämnen och styrsystemens reaktioner på brister i upptag och förmågan att processa kolhydrater, fetter och proteiner. Vi lär oss begrepp som glukostolerans och insulinresistens, Glykemiskt Index (GI) och produktion av energi.

Samtidigt påvisas information om normala förutsättningar för en väl fungerande matsmältning, likaså om störningar och deras konsekvenser. Anvisningar för en naturlig återhämtning och lämpliga tillvägagångssätt finns nedtecknade i materialet. Sidans nyhetsforum ska tjäna som plats för kompletterande uppgifter i form av informativa beskrivningar av viktiga hälsoparametrar. Generellt måste vi ha en viss inställning till modern forskning – redovisade resultat är en ständig ström av kommersiella udskap. Frågan man alltid måste ställa sig – vem är uppdragsgivare, vem tjänar pengarna och vem parasiterar på redovisade resultat?

Läs gärna bloggens olika brev på hemsidan www.cnmmassage.se

STUDIEUPPLÄGG

Vem vänder sig kursen till?

Generellt sett kan alla människor tillgodogöra sig innehållet i materialet. Det kan röra sig om någon som har för avsikt att hjälpa familjemedlemmar eller redan aktiva terapeuter med behov av vidgade vyer som komplement för sin behandlingsform. Ett grundläggande kvalificeringskrav är en avslutad gymnasieutbildning. Personer med kännedom om människans anatomi och fysiologi har givetvis lättare att tillgodogöra sig utbildningen. Alternativt kan vi tillhandhålla kompendier som tillför dessa kunskaper avseende organfunktioner.

Kursmaterial

Kursen bygger på innehållet i två kompendier.

Matsmältningsapparaten – anatomisk och fysiologisk genomgång

Del 1 är således en sammanfattning av grundläggande kunskaper i funktionen av matsmältningssystemen. Du lär dig att förstå hur viktig en anpassad bakterieflora är för normal funktion av intestinala händelser.

Näringslära i praktiken

Del 2 omfattar en strukturerad genomgång av näringsämnen. Materialet belyser hur kroppen hanterar olika ämnen som kolhydrater, proteiner och fetter. Det viktigaste är inte att du kan rabbla upp olika fina ord, du måste förstå på vilket sätt du kan tillämpa dina kunskaper i praktiken.

Elev med behov av anatomiska kompletteringar (muskulatur, skelett) kan framföra detta vid anmälan till kursen. Du får då tillgång till dessa kompendier utan kostnad.

Instuderingstid

Beräkna en tidsåtgång av minst 4 veckors heltidsstudier, för att tillgodogöra dig den teoretiska delen på ett adekvat sätt. Den praktiska tillämpningen av dina nya kunskaper kommer hela din familj tillgodo eller ger dig som terapeut en plattform för målmedvetet hälsoarbete.

Praktisk instudering

Du har tillgång till instuderingsfrågor i varje kompendie eller öppen tid för test på studiehemsidan. När du sedan känner att du behärskar materialet, kan du anmäla dig för tentamen på cnmmassage@gmail.com.

Tentamen

Eleven avlägger ett tentamensprov på nätet. Provet består av 50 frågor, varav 80 % måste vara rätt besvarade, för godkänt resultat, det enda betyget som ges. Eleven erhåller sedan ett diplom med uppgift om beräknade instuderingstider, genomgången material och praktiska övningar.

Eventuell omtenta kan tidigast göras 2 veckor efter ett missat prov.

Tentamensarbetet kompletteras med två genomarbetade frågeställningar som skickas in till CNM-massage Trollhättan.