

## Teilnahmebescheinigung

Wir bestätigen, dass

**Frau Aylin Özcan**

am 26.11. 2024 teilgenommen hat an dem Online-Seminar

### **Depressionen und Schlafstörungen – Warum der Blick auf den Darm so wichtig ist!**

Im Rahmen des Seminars wurden folgende **Inhalte** vermittelt:

- Entstehung von Depressionen und Schlafstörungen aus dem Darm heraus
- Entgleisungen des Tryptophan- und Kynureninstoffwechsels als Ursache der Beschwerden
- Leaky Gut-Syndrom und Silent Inflammation als Ursachen für die Stoffwechsellentgleisung
- Stress als Auslöser
- Darmmikrobiota gegen Leaky Gut-Syndrom
- Ernährung der "richtigen" Darmbakterien und die Rolle der Buttersäure

**Referentin: Dr. rer. nat. Elke Jaspers (Mikrobiologin)**

Die Vermittlung der im Leitfaden Prävention genannten fachwissenschaftlichen Kompetenzen - wie Pädagogik, Psychologie, Ernährung und Medizin- erfolgt durch Fachpersonal, das über entsprechende Berufs- oder Studienabschlüsse verfügt.

#### **Fortbildungspunkte:**

Das Seminar umfasste 2 Unterrichtseinheiten und wird entsprechend anerkannt für die Nachzertifizierung von den deutschen Berufsverbänden sowie dem SVDE.OUETHEB gibt 0,5 Punkte im Modul F.



Corinna Handt  
(Weiterbildung Ernährung)