**Do. 02 / Juni 2022**

**Stoffwechsel, Cholesterin und Co.**

**Themen** Viele Störungen des Stoffwechsels haben als Hintergrund Faktoren, welche einerseits erblich bedingt, aber auch sehr von Ernährung und Lebensweise abhängen. Im Seminar werden wir uns insbesondere mit dem Cholesterin, den Körperfetten und Faktoren wie Homocystein, Kryptopyrrol und einigen wichtigen Vitalstoffen (Zink, Selen, Mangan, Jod und Vitamin D) auseinandersetzen. Beim Cholesterin ist eine gute Kenntnis der Hintergründe unabhängig von der Doktrin der Pharmaindustrie wichtig. In den meisten Fällen kann man mit der Optimierung von Lifestyle, Vitalstoffkonzepten und gezielter naturheilkundlicher Arzneimitteltherapie die Auffälligkeiten in Klinik und Labor ausgleichen.

**Referent** Dr. med. Ralf Oettmeier, Chefarzt Alpstein Clinic, Gais

**Ort** Hotel Einstein, Berneggstrasse 2, 9000 St. Gallen

**Dauer** 09.30 – ca. 17.00 Uhr

**Kosten**  CHF 160. – (inkl. MWST)