



Der Vagusnerv und seine Auswirkung auf unser Leben

Weiterbildungskurs für Patienten und Therapeuten

Der Kurs ist von der Naturärzte Vereinigung
Schweiz (NVS) als Weiterbildung anerkannt.

Der Kurs basiert auf aktuellen Studien und Übungen zur Wirksamkeit der Vagusnerv Stimulation zur Stressreduktion sowie Nerven- und Muskelentspannung.

Für Ihre Praxis und/oder Ihren Alltag!

In diesem Kurs erwartet Sie:

- Medizinisches Fachwissen und praktische Übungen zur Vagusnerv Stimulation für therapiebegleitende Kurse und Angebote für die eigenen Patienten.
- Einfache Integration in den eigenen (Praxis-)Alltag zur Stressreduktion und Entspannung des Nervensystems zur Selbstfürsorge.
- Fachwissen von evidenzbasierten Achtsamkeits- und Meditationsübungen zur Ergänzung.



Anmeldungen per Email oder Telefon an:

- tcmpraxis.gb@gmail.com
- 0414482227

Kursleitung: Gisela Bucher
Eidg. Dipl. & kant. anerk. Heilpraktikerin
für TCM – ehem. Primarlehrerin

Die Stimulation des Nervus vagus hat u.a. folgende nachgewiesene Effekte:

- Der Blutdruck und die Herzfrequenz sinken.
- Die Atmung wechselt von der Brust- zur tieferen Bauchatmung.
- Die Verdauung wird angeregt und die Magen-Darm-Passage beschleunigt.
- Verstärkung aller regenerativer Prozesse mit Muskelentspannung.
- Das Immunsystem wird angeregt.
- Chronische Schmerzen können nachlassen.
- Depression kann gelindert werden.
- Das Tagesbewusstsein mit hoher Erregung des Betazustandes (15–30 Herz) wechselt in das beruhigende Alphastadium (7–15 Herz).

Der Kurs findet vor Ort in meiner Praxis statt.

Kursdaten: 21.+28.10., 4./11./18./25.11.24

Kursdauer: 6 x 1.5 h = 9 h Weiterbildung

Kosten: 325 Sfr.

max. 10 Teilnehmer