

# TERAPEUTDAGENE

NORDISK NATURMEDISINSK  
FAGKONGRESS  
2017

Sundvolden Hotel  
27.-29. oktober 2017

## KUNNSKAPSBASERT BROBYGGING HELE HELGEN!



Gunnar Rosén,  
psykolog NPF



Linda Rahbek,  
homøopraktiker



Henrik Högström,  
lege med privat praksis innen smertemedisin



Maria Rygge,  
foredragsholder og konsulent



Arve Haugan,  
homeopat MNHL og akupunktør



Irene Korsmo,  
akupunktør og homeopat



Vegard Holum,  
kostholdsveileder og utvikler



Jens Veiersted,  
ernærings terapeut



Chris Newbold  
Chris Newbold Ernærings terapeut BSc, DipCHED Nut.



Michael Thorp,  
lege

# FOREDRAGSHOLDERE



**Gunnar Rosén, psykolog NPF** har doktorgrad innenfor smerter og hjerneaktivering. Han er spesialist i klinisk psykologi og har skrevet flere artikler og bokkapitler om smerter forståelse/behandling. Gunnar er en kjent foreleser både i Skandinavia og Europa innenfor sitt område og har gjennom mange år vært knyttet til Bergen Universitet, OUS og smerteklinikken på Aker. Nå ansatt på Smerte Medisinsk Institutt og driver med forskning, undervisning og klinisk virksomhet innenfor smerte.

**“Smerte, hva er det?”** Psykologisk og fysiologisk forståelse av smerter. En innføring i basale teorier basert på klinisk virksomhet og moderne vitenskap innenfor en Bio-Psyko-Sosial modell.

**“Behandling av smerte.”** De ulike behandlingsmodeller og hvordan de påvirker smertemekanismer blir belyst.

Forskning og kliniske kasus konkretiserer dette for bedre forståelse slik at du ut ifra faglig ståsted kan lære mer om dette. Les interessant artikkel: [dagensmedisin.no/artikler/2002/05/08/hypnose-mot-fantomsmarter/](http://dagensmedisin.no/artikler/2002/05/08/hypnose-mot-fantomsmarter/)

**Etter foredraget vil du: Ha bedre forståelse av hva smerte er og kunnskap om hvordan du kan utføre behandling i egen praksis.**



**Linda Rahbek, homøopraktiker** med førstehånds erfaring og interesse omkring matintoleranse. I løpet av de snart 13 år hun har jobbet spesifikt med matintoleranse, har hun holdt kurs og foredrag i inn og utland, for ulike terapeutgrupper og leger / barneleger. Hun har deltatt jevnlig på kurs og konferanser i inn- og utland, bl.a. innen funksjonell medisin.

**“Gentesting - Fremtidens medisin er tilgjengelig nå!”** Ved hjelp av gentesting kan vi få en indikasjon på viktige parametere som er nyttige når vi legger opp en behandlingsplan. Små avvik bl.a. i genene som produserer enzymer kan påvirke effektiviteten til en rekke prosesser. Gjennom å styrke eller hemme disse enzymene kan vi kompensere for medfødte svakheter i vårt DNA. Det vil bli lagt vekt på at det å teste gener gir oss et kart, som gjør behandleren i stand til å legge opp en kost-, ernærings- og aktivitetsplan tilpasset den enkelte. Epigenetikk vil bli forklart, og hvilke faktorer som påvirker genene våre. En gentest sier noe om hva du er disponert for og hvilke tiltak behandleren kan anbefale pasienten slik at man unngår/reduserer sjansen for å aktivere uheldige gener, men også optimalisere gode gener. En test, en gang i livet! Per i dag kan man igjennom gentest får svar på en rekke disponeringer, som metabolsk syndrom og diabetes, inflammasjon og mye mer

– les mer om dette på nettsiden.

**Etter foredraget vil du: Få forståelse av at genuttrykket kan påvirkes av kost, ernæring, trening og miljø og lære hvilken praktisk nytte du kan ha av gentesting i behandlingen av pasienter.**



**Henrik Högström, lege med privat praksis innen smertemedisin.**

**“Smerteforståelse.”** En nærmest eksponentiell økning de siste tiårene av vår teoretiske kunnskap om mekanismene bak utvikling av kronisk smerte har etterlatt seg forbausende lite terapimessige spor. De samme medikamentene som ble brukt for 20 – 30 år siden, med de samme bivirkningene og lite uttalt spesifisitet, preger klinisk hverdag. Utdannelsen i smerte og smertebehandling er innenfor de fleste helserelaterte disipliner nokså stemoderlig behandlet når det gjelder antall timer på studieplanen, selv om smerte er den overlegent vanligste årsaken til kontakt med helsevesenet, sykemelding og uførhet og inntil 30% av befolkningen rapporterer at de har kroniske smertepåler. Problemet forsterkes av liten tid til hver pasient i førstelinjetjenesten med ofte rudimentær eller ingen fysisk undersøkelse og anamneseopptak og tendens til henvisning til høyspesialisert diagnostikk som første tiltak. Økende sektorisering

i spesialisthelsetjenesten forbedrer heller ikke nødvendigvis mulighetene til en helhetlig forståelse av ofte svært sammensatte problemer innenfor kronisk smerte.

**Etter foredraget vil du: Få en basal forståelse av hvordan kronisk smerte oppstår og hvordan den påvirker forskjellige områder av det sentrale og autonome nervesystemet. Dette vil forhåpentligvis ved å gjenkjenne typiske symptomer og symptomkompleks forbedre evnen til differentialdiagnostikk når man står overfor en kronisk smertepasient.**



**Maria Rygge, foredragsholder og konsulent.** **“Velg riktige ord – få flere pasienter!”** Lær hvordan du skriver engasjerende tekster, skaper dialog med potensielle klienter og pasienter og får dem til å velge deg og dine tjenester. I gjennomsnitt mottar en voksen person i Norge 4500 markedsføringsmeldinger hver dag. Ikke rart vi har blitt gode til å filtrere ut informasjon! I dette foredraget vil du lære hvordan du skiller deg ut i mengden gjennom å skrive godt, og får dine pasienter, klienter, følgere og epostmottakere til å glede seg til å høre fra deg. På den måten får du lojale kunder som anbefaler deg videre til andre.

**Etter foredraget vil du: Få 7 enkle og konkrete tips til å skrive bedre og mer engasjerende og selgende tekster. Dette kan du benytte i sosiale medier, på blogg/nettside, i markedsføringsposter og all annen skriftlig**

**kommunikasjon med dine pasienter og klienter.**



**Irene Korsmo, akupunktør og homeopat.** **“Medisinske sopper - viktige verktøy i behandling”** I 1979 startet hun Sentrum Naturmedisinsk Institutt, nå arbeider hun ved Eureka Kiropraktikk i Sandvika. Hun driver kurs og utdanningsvirksomhet i hele Norge med fokus på helhetlig helse både psykisk og fysisk der kosthold og ernæring er en meget viktig del. Hun har skrevet fast i magasinet Bedre Helse siden 2001 og deltar i Helsefaglig-gruppe i 1,6 millionerklubben Norge som fremmer kvinnehelse.

**Irene Korsmo vil holde et spennende foredrag om de medisinske soppenes virkninger og egenskaper, hva som er likt og hva som er ulikt med soppene og hvilke behandlingsmuligheter de ulike typene gir i klinikk. Hun vil også gå inn på fordelene ved fermenterte sopp produkter.**





**Arve Haugan, homeopat MNHL og akupunktør.** *“Kronisk/akutt smertebehandling med akupunktur/homeopati – hvilke utfordringer har vi?”* De fleste som jobber med komplementær medisin har erfaring med at det er sjelden at pasienter velger dette alternativet som førstevalg ved sykdom og spesielt ikke ved smerte. Dette fører til at pasienter ofte allerede har prøvd mange forskjellige medisiner og behandlinger før disse oppsøkes. De opprinnelige symptomene blir da ofte forandret hos pasienten og på den måten komplisere grunnlaget for den komplementære anamnese og behandling. Er det slik at dette vil skape problemer for den videre behandling eller er det slik at dette også kan være til hjelp? Hva med pågående behandling eller medisinerings - er det til hinder for den komplementære behandling eller kan den være støttende?

*Etter foredraget vil du få: Tips, råd og metoder for behandling av smertetilstander med akupunktur og homeopati, som kan være til hjelp for alle som jobber med komplementærmedisin.*



**Vegard Holum, kostholdsveileder og utvikler.** *“Inflammasjon, ubalanser og kosthold.”* Holums foredrag handler om å redusere inflammasjon og derved redusere smerte og kroniske «vondter» som mange går rundt med. Et kosthold basert på det som finnes i norske dagligvarebutikker har et annet, og redusert, næringsinnhold enn det vi hadde for noen tiår siden. Han griper fatt i 5 ulike balanser som alle griper inn i to av de andre balansene. I foredraget griper han fatt i 5 ulike balanser som har stor betydning for vår helse. Han viser hvordan manglende næringsstoffer, spesielt magnesium sammen med høyt innhold av karbohydrater og omega-6-fettsyrer, virker inflammasjonsdrivende. Som terapeut er det interessant at dette kan måles, overvåkes og justeres.

*Etter foredraget vil du få: Kunnskap om hvordan 5 ulike balanser, som griper inn i hverandre, kan rettes opp på en effektiv måte ved hjelp av kosttilskudd . Kunnskap om hvordan eventuelle ubalanser kan identifiseres.*

*Pr i dag kan 4 av disse balansene måles, 3 av dem med en kapillær blodprøve du kan ta på klinikken eller hjemme.*



**Jens Veiersted, ernæringsterapeut.** *“Det store kalsiumbedraget!”* Kalsium er et av de få tilskudd vi anbefales å ta, særlig når vi blir eldre for å forebygge og behandle osteoporose. I de senere år har det blitt stilt spørsmål om vi trenger det og om vi faktisk hindrer osteoporose med kalsiumtilskudd? Blir det bedre med D vitamin som har blitt en annen favoritt, eller er det andre faktorer som er enda viktigere. Hva med magnesium, bor, K2 og andre stoffer. Hva bør vi være oppmerksomme på? Hvilke råd skal vi gi våre pasienter?

*Etter foredraget vil du få: Kunnskap om hvilke funksjoner kalsium har i kroppen. Kunnskap om hvorfor du ikke bør anbefale kalsiumtilskudd uten videre. Kunnskap om hvordan benstrukturen vedlikeholdes og hvordan vi kan bidra til å forebygge osteoporose.*



**Chris Newbold Ernæringsterapeut BSc, DipCHED Nut.** Chris er en erfaren ernæringssterapeut som jobbet i NHS (statlig helsevesen i England) i 12 år, før han gikk over til å jobbe etter naturmedisinske prinsipper. Chris drev en anerkjent klinikk i Birmingham der han jobbet etter helhetlig naturopatisk tilnærming i behandling av ulike komplekse helseproblemer, før han i 2006 begynte å jobbe for BioCare som teknisk rådgiver. Han er nå leder av Klinisk ernærings-avd.hos BioCare, med overordnet ansvar for deres ernæringssteam og BioCares omfattende utdanningsprogram. Tema for Chris sitt foredrag vil være: *“Forskningsbasert oppdatering på tarmhelse med et stort probiotisk fokus.”*

*Chris vil ha en klinisk tilnærming til temaet, men også flette inn interessante vinklinger på funksjonell bruk, med fokus på forebygging og behandling av sykdom.*



**Michael Thorp, lege.** Spesialist i Fysikalsk Medisin og Rehabilitering med omfattende erfaring og kunnskap om forebyggende medisin. Etablerte og ledet et av regionens største forebyggende medisin anlegg utenfor Bodrum i Tyrkia som en del av et Canyon Ranch Health and Healing Concept. Erfaring fra allmennpraksis, geriatri, Sunnaas sykehus, fysikalsk medisinsk avd og nevrologisk avd på Ullevaal. Sammen med kolleger etablerte han et vellykket forsknings og bioteknologisk firma. Ledet et tverrfaglig forsknings og utviklings team. Rådgiver for sunn livsstil og kosthold for å bekjempe metabolsk syndrom, redusere inflammasjon og stress og bedre søvn.

*“Inflammasjon!! Micro CRP - tidlig varsel om fare!” “Det må da være bedre å forebygge enn å prøve å reparere?”*

*Etter foredraget vil du ha: Lært en måte å måle inflammasjons aktivitet. Lært hvordan måle effekt av tiltak som kost, tilskudd, trening, stressmestring, probiotika ol. på inflammasjonen.*

HOVEDSPONSOR: AU NATUREL - Solaray



solaray.no

# PROGRAM 27. - 29. oktober 2017

Kunnskapsbasert brobygging hele helgen!

## Fredag 27. okt.

- 1100 Registrering og bli kjent med deltakere og utstillere
- 1150 Åpning
- 1200-1245 Linda Rahbek, homøopraktiker.  
**«Gentesting - Fremtidens medisin er tilgjengelig nå!»**
- 1245-1300 Benstrekk
- 1300- 1345 Linda Rahbek fortsetter
- 1345- 1500 Lunsj
- 1500-1545 Speedpresentasjon utstillere
- 1545-1630 Gunnar Rosén, psykolog.  
**«Smerte, hva er det?»**
- 1630-1700 Pause med utstillervesøk
- 1700-1745 Gunnar Rosén, **«Behandling av smerte.»**
- 1745 God tid til avslapning, besøke utstillere og/ eller sosialt samvær
- 1930 **Speed-date** i baren, suksess for både tidligere og nye deltakere! Dagny Hovi
- 2000 **Middagsbuffet**

## Lørdag 28. okt.

- 0730-1000 Frokost og fysisk aktivitet av noe slag.
- 0800 For morgenfugler: **Løpetur** med Margot Carlsen i spissen
- 0930-1000 Registrering dagens ankomne
- 1000-1045 Henrik Høgstrøm, lege.  
**«Smerteforståelse.»**
- 1045-1115 Pause m/utstillervesøk
- 1115-1215 Maria Rygge, foredragsholder og konsulent.  
**«Velg riktige ord - få flere pasienter.»**
- 1215-1245 Pause m/utstillervesøk
- 1245-1315 Arve Haugan, homeopat og akupunktør.  
**«Kronisk/akutt smertebehandling med akupunktur/homeopati - hvilke utfordringer har vi?»**
- 1315-1445 Lunsj og utstillervesøk
- 1445-1545 Chris Newbold Ernæringsterapeut BSc, DipChEd Nut. **«Forskningsbasert oppdatering på tarmhelse, med et stort probiotisk fokus. Chris vil ha en klinisk tilnærming til temaet, men også flette inn interessante vinklinger på funksjonell bruk, med fokus på forebygging og behandling av sykdom.»**

- 1545-1615 Pause m/utstillervesøk
- 1615-1700 **Hovedsponsors innlegg.**  
Irene Korsmo, akupunktør og homeopat.  
**«Medisinske sopper - viktige verktøy i behandling. Bli kjent med de helsebringende egenskapene til Chaga, Reishi, Royal Agaricus og Maitake.»**
- 1700 Utstillervesøk og fritid  
(se hotellets tilbud, eks. trening, spabehandling m.m.)
- 2000 **Middag**

## Søndag 29. okt.

- 0800-1000 Frokost
- 0945-1000 Registrering av dagens ankomne
- 1000-1045 Vegard Holum, kostholdsveileder og utvikler.  
**«Inflammasjon, ubalanser og kosthold.»**
- 1045-1115 Pause m/siste handlemulighet hos utstillerne!
- 1115-1200 Michael Thorp, lege. **«Inflammasjon! Micro CRP - tidlig varsel om fare!»**  
**«Det må da være bedre å forebygge enn å prøve å reparere?»**
- 1200-1230 Utsjekk av rom og siste handlemulighet hos utstillere!
- 1230-1325 Jens Veiersted, ernæringsterapeut.  
**«Det store kalsiumbedraget!»**
- 1325-1330 Takk for oss!
- 1330 Lunsj

## KONGRESS ARRANGØRER

*Forbehold om endringer.*

Kongresspartner • [kongresspartner.no](http://kongresspartner.no) Tlf. 922 42 756

Registrering, program, priser, frister for registrering og mer informasjon om foredragsholdere: [kongresspartner.no](http://kongresspartner.no)  
Husk rimeligst pris ved påmelding før 20. august.

*TMS studenter som melder seg på hele helgen, dvs. to netter med tre kursdager får støtte på kr. 1000,-!*

*TMS studenter som deltar på deler av kongressen, får støtte på kr 600,-.*

**Påmelding via kongresspartner.no**

**Spørsmål kan sendes til [christin@kongresspartner.no](mailto:christin@kongresspartner.no)**

Påmeldingsskjema, klikk **HER**

Transportinformasjon fra Gardermoen: Buss direkte fra Gardermoen til Sundvolden Hotel - [askeladden.net](http://askeladden.net)

ARRANGØRER:

Kongress  
**PARTNER AS**

Din profesjonelle seminar og kongressarrangør

I samarbeid med  
Tunsberg Medisinske  
Skole og dyktige  
terapeuter.

