



DARM-  
GESUNDHEITS-  
COACH

# ZERTIFIKAT

*Christina Reikal*

hat erfolgreich die Ausbildung zum

## DARMGESUNDHEITSCOACH

abgeschlossen.

Schwerpunkte dabei waren:

Grundlagen und erweitertes Wissen zur Darmgesundheit  
Einsatz von Strategien (Symbioselenkung, Mikronährstoffe, Ernährung)  
zur Gesunderhaltung der Mikrobiota  
Auswertung von Stuhlanalysen  
Durchführung einer Darmberatung

Das Verdauungssystem  
Darm und Immunsystem  
Schleimhautsystem  
Darmschleimhauternährung  
Ballaststoffabbauende Bakterien  
Fäulnisbakterien – Candida  
Darm und Herz-Kreislaufkrankungen

Leaky-gut-Syndrom  
Darm–Leber-Achse  
Darm–Haut-Achse  
Darm und Gehirn  
Darm und Lunge  
Darm und Zahngesundheit  
Darm und Hormone

Darm und Schwangerschaft  
Kinderdarmgesundheit  
Darmerkrankungen  
Probiotika - Präbiotika - Synbiotika  
Nahrungsmittelunverträglichkeiten  
Nahrungsmittelallergien  
Darm und Ernährung  
Darmgesundheit aus Sicht der TCM

Grabenstätt, 29.04.2024

*Sabina Empl*

Sabina Empl  
Heilpraktikerin  
Gründerin "Darmgesundheitscoach"

