



Kurzbeschreibung Wanderwochenende

Kurstitel

Kursinhalt

**Der Sonne einen Schritt voraus:
Dermatologie & UV-Schutz beim
Wandern**

Dermatologie kompakt: Die 50 häufigsten Differenzialdiagnosen in der Hausarztpraxis interaktiv lernen.

**Schritt für Schritt stärker:
Trainingswissenschaft beim Wandern**

Ausdauertraining: Selbst erfahren und kompetent an Patienten vermitteln.

**Erholt auf Tour: Schlaf gut – wander
weit (Schlafstörungen)**

Schlafstörungen- Ursachen und Hilfe
Ursachen für Schlafstörungen sind vielfältig. Medikamente spielen dabei, neben psychischen und anderen Erkrankungen, eine wichtige Rolle. Die Therapie von Schlafstörungen soll leitliniengerecht vorrangig nicht-medikamentös erfolgen. Bei fehlendem Ansprechen oder mangelnder Verfügbarkeit spielen Medikamente dennoch eine gewisse Rolle in der Behandlung. Wir diskutieren anhand der Leitlinie umsetzbare Strategien für die Praxis.

**Ruhige Nächte, starke Schritte: 3 Fälle
zu Schlafstörungen**

Anhand von Fallbeispielen greifen wir die Inhalte des Seminars und der Leitlinie auf und diskutieren Handlungsoptionen im Alltag.

**Balance auf allen Pfaden: Menopause-
Kompass**

Menopause- zu Symptomen und Behandlungsmöglichkeiten sicherer beraten
Die Hormonumstellung der Wechseljahre kann mit vielfältigen Beschwerden verbunden oder völlig unproblematisch verlaufen. Welche Symptome sind typisch? Welche Differentialdiagnosen müssen wir bedenken? Wie gefährlich ist die Hormontherapie? Nach diesem seminar können Sie die Fragen Ihrer Patientinnen besser beantworten.