



אלירן דה-מאיו

רפואה טבע אדם

**תכנית לימודים למדעי הרפואה, התזונה והסביבה,
בשילוב תכנית הכשרה לטיפול באכילה רגשית.
התכנית המקיפה ביותר הנלמדת כיום ע"י אלירן דה-מאיו**

מאשרים הם הרעבים והצמאים לאמת ולחוכמה

כל משתתפת יקבל את ההשראה והידע הנחוצים לבריאותו, כמו כן לבריאותם של קרוביו ושל בני משפחתו. הידע והכלים הנלמדים עשויים להיות אלו אשר יחוללו את השינוי שעליו אנו חולמים, עבורנו ועבור תרבותנו.

תכנית ושיטת לימוד ייחודיות

לימודי רפואה, תזונה וסביבה מבוססי טיפוח, ידע וניסיונו האישי של אלירן דה-מאיו, תוכן מקצועי מקשת של נושאים משתלבים משיעור לשיעור ומאפשרים הפנמה והבנה מעמיקים. בשילוב הניסיון הקליני והמעשי, התכנים מתעוררים לחיים ונעשים מרתקים. עבורנו מדובר ביעוד ובדרך חיים.

התכנית מיועדת ומתאימה

לרופאים, מתמחים, אחיות, רוקחים, מדריכי תנועה וכושר, סטודנטים במקצועות הרפואה והבריאות, נטורופתים, תזונאים ומטפלים בשיטות קונבנציונאליות ואלטרנטיביות לתמיכה והעצמת הבריאות. *התכנית מתאימה לכל אדם, ללא רקע מקדים במקצועות הרפואה והתזונה.



מרכזי לימוד בת"א ובחיפה

21 מפגשים שבועיים, 84 שעות אקדמאיות.

מועדי פתיחת שנת הלימודים: ת"א (08/11/16), חיפה (07/11/16)

עלות הרשמה לתכנית המלאה - 3,800 ₪

בהרשמה מוקדמת עד ה-21/08 - 3,500 ₪

עקרונות הפסיכונאורואימונולוגיה

(Psychoneuroimmunology) – מערכת יחסי הגומלין בין המערכת החיסונית (הגנה), הפסיכולוגית (נפש), ההורמונאלית (בלוטות הפרשה) והעצבית (מוח ועמוד שדרה). הכרת הדרכים והפעולות הנדרשות לשליטה ביחסי הגומלין כאמצעי רב-עוצמה למניעה וטיפול במחלות.

שלבים בהתפתחות מחלות – דרכי מניעה, טיפול, ריפוי ושיפור במצבם של יותר מ-97% מהחולים במחלות כרוניות בישראל. (מחלת הסוכרת, מחלות כלי-דם ולב, מחלות בדרכי-העיכול, הפרעות קשב וריכוז, עייפות כרונית)

מחלת הסרטן – דרכי מניעה, טיפול וריפוי מלא ברובם המכריע של המקרים המתגלים בשלבים מוקדמים.

צום רפואי – עתידה של הרפואה המונעת והקלינית, הצגת הביוכימיה הקלינית של 21 ימי צום במצבי בריאות שונים.

הכימיה של המזון – מקורות התזונה החשובים, הזולים והזמינים ביותר ביולוגית להטמעה בגוף האדם. לימוד נרחב ובהיר אודות אבות המזון (פחמימות, חלבונים, שומנים), ויטמינים, מינרלים, נוגדי חמצון ופיטוכימיקלים.

תזונת מותאמת אישית – תזונה במעגלי החיים השונים – הרכבת תפריט אישי ואחראי לתינוקות, ילדים, מתבגרים, מבוגרים, ספורטאים, נשים בהיריון ובזמן הנקה. דרכי העיבוד ובישול המזון להגדלת הזמינות הביולוגית והספיגה של מרכיבי התזונה. **מים, אוויר לנשימה, חומרי ניקיון וטיפוח, קרינה ואור שמש, תנועה ושינה** – לימוד מקיף אודות היסודות והעקרונות של הרפואה המדעית, התזונתית והסביבתית לשמירת והעצמת הבריאות.

מערכת העיכול, מערכים העצבים, תורת האנזימים ועקרונות צירופי המזון – סקירה מקיפה אודות המערכות, האיברים, הבלוטות שבגוף והפעולות לטיפול והגדלת כושר התנועה והתפקוד.

כיצד לקרוא ולנתח מאמרים ומחקרים במדעי הרפואה והתזונה – פיתוח יכולות קריאה וחיפוש יעילים, קביעת מדדי האמינות של המחקר, השוואת מסקנות ותוצאות בין מחקרים.

פרמקולוגיה של תרופות מרכזיות ברפואה המערבית 'והטבעית' – סקירת מדדי יעילות של תרופות שכיחות וצמחי-מרפא שבשימוש נרחב, הצגת תופעות הלוואי בטווח הקצר והארוך. הצגת המודל להפחתת השימוש בתרופות והגדלת כושר הייצור של הגוף לחומרי גלם מרפאים.

רפואת הנפש – הצגת ממצאים עדכניים ודרכי פעולה מעשיות לטיפול והשגת מטרות, ללא תלות או בשימוש מינימאלי בתרופות.

גנטיקה ואפיגנטיקה – סקירה מדעית מקיפה אודות האוכלוסיות מאריכות החיים ביותר, ללא מחלות כרוניות וסממנים של ניוון המוח. הכרתם של הגורמים הסביבתיים והאישיים המשפיעים על התבטאות הגנום והפוטנציאל לבריאות ולחולי.

בדיקות דם – מודל לניתוח רב-שנתי של תוצאות הבדיקות, סוג ותדירות הבדיקות ההכרחיות במצבי בריאות וחולי משתנים, פענוח תוצאות אישיות וקבלת החלטות אחראיות.



הונאות רפואיות, משרדי ומוסדות הבריאות, תעשיית המזון ואנשי התזונה – הצגת המודלים הכלכליים והפוליטיים לסבסוד ועידוד של הרגלי ההתנהגות והאכילה המעודדים תחלואה והשמנה.

רפואה תזונתית קלינית – תזונה מותאמת אישית במצבי בריאות משתנים למניעה וטיפול במחלות. הצגת סיפורי מקרה קליניים של החלמה ממחלות אשר לכאורה נחשבו 'חשוכות מרפא'.

תכנית הכשרה למטפלים באכילה רגשית והפרעות אכילה – אפיון מקור ההפרעה, אנטומיה, פיסיולוגיה וביוכימיה, מערכת התגמול והחיזוק שבמוח, סבילות קולטנים והתמכרויות למזון, הצגת המודלים לאבחון, מניעה וטיפול.

חיידקים מועילים לרפואת האדם - אמנות ההתססה – מודל ביוכימי לשימור ולטיפול הסביבה הבריאה של החיידקים בגוף ובמעיים, סיווג, כמות, משקל ותפקידי החיידקים באיברים השונים. תיאור הקשר בין סוגי החיידקים ובין סוכרת, מחלות בדרכי העיכול, סרטן והמערכת החיסונית. הדרכה מעשית להתססת המזון והעשרתו בחיידקים מועילים.

צמחי בר למאכל ולרפואה בישראל – יתרונות תזונתיים של צמחי-בר בהשוואה לצמחי-תרבות, אסטרטגיית הליקוט של חלקי צמחים שונים ובעונות שונות, דרכי העיבוד, השימור והבישול המשתלבות בתזונה מזינה ומשביעה לכל המשפחה. הכרתם של צמחי-הבר השכיחים ביותר למאכל ולרפואה בישראל.

חקלאות בישראל והדרכה לגידול מזון בחצר הפרטית – העקרונות והסטנדרטים השונים שבין החקלאות המקובלת לבין החקלאות האורגנית ובין שיטות גידול שונות בישראל. הצגת ממצאים של שאריות חומרי הדברה בגידולים שונים ובשיטות גידול שונות. בחינת הערכים התזונתיים המשתנים בין שיטות הגידול השונות. הדרכה לגידול של מזון טרי בחצר הבית ועל אדן החלון.

הדרכה להכנת מזון – רפואה תזונתית הלכה למעשה – התאמה אישית ומגוונת של ארוחות בוקר, צהריים וערב במצבי בריאות וחולי משתנים. הדרכה מעשית להכנת משקאות ('חלב', 'יוגורט', 'חמאה'), מתוקים ('ארטיקים', 'גלידות' וחטיפי אנרגיה) מחומרי גלם צמחיים. התססת מזון, הנבטות, בישול וייבוש.