

# Das Neuste aus Gesundheit, Wissenschaft und Praxis



Fotos: CoGAP

Im Dezember letzten Jahres fanden sich erneut über 200 MetaCheck Berater (Fisnesstrainer, Ärzte, Apotheker und Ernährungsberater) aus ganz Deutschland in den Hörsälen der Kölner Uniklinik ein, um ihr Wissen bezüglich Gesundheit, Abnehmen und Ernährung mit der Gen-Diät MetaCheck auf den Neusten Stand zu bringen. Alle Teilnehmer profitierten von tollen Vorträgen der Referenten zu den Themen Wissenschaft, Neues rund um den MetaCheck und der Teilnahme an einem von zwei parallelen Workshops zur Humangenetik und Ernährungsberatung, die Raum für praxisorientierte Fragen und Diskussionen ließen.

Morgens um neun nochmal durch die Türen eines Universitätsgebäudes zu gehen, hatte für einige Teilnehmer etwas Besonderes und ließ sie in Erinnerungen der eigenen Studienzeit schwelgen. Vielleicht kam dem einen oder anderen ein Gesicht noch von der letzten MetaCheck Beraterfortbildung im Jahr 2015 bekannt vor und es konnte sich ausgetauscht werden. Doch auch hier waren die MetaCheck Berater sich einig: die Universität ist ein Ort, an dem das eigene Wissen durch neue Erkenntnisse effektiv erweitert werden kann.

Gut Zweidrittel der Teilnehmer hatten sich für die Laborbesichtigung am Morgen angemeldet. Hier bekamen die Berater die Möglichkeit einen Blick hinter die Kulissen zu werfen. So konnte das Verfahren der Gen-Diät MetaCheck erläutert werden und die Berater erfuhren, wie die Erstellung von genetischen Rohdaten im Labor abläuft.

Nach Anmeldung und Welcome Kaffee machte Dr. Hossein Askari, CEO und Gründer der CoGAP GmbH, um 11:00 Uhr den Auftakt und leitete die Fortbildung mit einer Begrüßungsansprache für alle erschienenen MetaCheck Berater ein. Im Anschluss ging Dr. Askari direkt in seinen Vortrag über, in dem er die neuesten Ergebnisse der aktuellen großen europäischen Studie zur Verteilung der Meta-Typen vorstellte. Die Berater sammelten wertvolle Erkenntnisse darüber, ob und in welchem Ausmaß die Verteilung der vier Meta-Typen (Alpha, Beta, Gamma und Delta) mit Geschlecht und BMI der Patienten zusammenhängt. Danach folgte ein weiterer Vortrag von Herrn Dr. Holger Thiele, medizinischer Leiter bei CoGAP GmbH, zum Thema Wissenschaft und Medien. Dr. Thiele referierte über „Sensation oder Unfug?! Wie erkenne ich die Fehlinterpretation von Studien?“ und führte den Beratern anhand aktueller sowie ver-

gangener Fälle vor Augen, dass Medienwelt und Wissenschaft in vielerlei Hinsicht nicht zusammenwirken bzw. gerne schon einmal aneinander vorbeireden.

Anschließend hatten alle MetaCheck-Berater die Möglichkeit, in der Mittagspause sich über die ersten Ergebnisse auszutauschen, bevor die Referenten in weiteren Vorträgen über Neuheiten aus der Medizin und dem Abnehmen informierten. „MetaCheck für unterwegs“ stellte hier eine neue Erweiterung des Ernährungskonzepts dar. So hat das Center of Genetic Analysis and Prognosis einen Mahlzeitenersatz entwickelt, der den verschiedenen Bedürfnissen der Meta-Typen gerecht wird und das Abnehmen mit der Gen-Diät im zeitraubenden Alltag erleichtern soll. Ein weiteres Highlight wurde durch die Einführung eines neuen genetischen Tests im Vortrag „Darmflora und MetaCheck“ publik gemacht. Der neue Darmbakterien-Test MetaCheck GutFlora analysiert, ob der Patient von einem ungünstigen Bakterienhaushalt betroffen ist. Mit Hilfe des Ergebnisses kann die Darmflora bei einem Ungleichgewicht dank einer individuellen Therapieempfehlung wieder aufgebaut werden, sodass ein ungestörtes Abnehmen wieder möglich ist. Es wurde jedoch nicht nur der neue MetaCheck GutFlora Test vorgestellt, sondern auch die neusten Studien rund um das Thema Darmbakterien und Übergewicht.

Zum Abschluss der Fortbildung fanden zwei parallele Workshops statt. Hier konnten sich die Berater im Vorfeld bereits entscheiden, ob sie zur „Optimierung meiner Ernährungsberatung“ mehr erfahren wollten, oder ob sie lieber die „Grundlagen der Humangenetik“ erlernen möchten. Beide Workshops wurden interaktiv durch die Fachreferenten gestaltet und ließen viel Platz für Fragen und Diskussionen.

Die Teilnehmer der diesjährigen MetaCheck Beraterfortbildung erhielten durch aktuelles Fachwissen, erweiterte Konzepte und Raum für Fragen neue Inspiration für ihre Beratung. Neben dem fachlichen Austausch mit den Referenten war das Pflegen und Erweitern des beruflichen Netzwerks zwischen Leistungserbringern im Gesundheitsmarkt ein weiterer Punkt, der das umfangreiche Rahmenprogramm der Beraterfortbildung abrundete. Die Beraterfortbildung in der Uniklinik Köln war somit dieses Jahr erneut eine extrem erfolgreiche Veranstaltung, bei der Wissenschaft, Ernährung, Genetik, neue Konzepte und nachhaltiges Abnehmen im Fokus standen.