

Auszug aus den Wörwag Biofaktoren-Programm



WÖRWAG Pharma GmbH & Co. KG

Calwer Straße 7 | 71034 Böblingen | info@woerwagpharma.com | www.woerwagpharma.com

Zinkorot® 25 Tabletten, Wirkstoff: Zinkorotat. **Zusammensetzung:** Arzneil. wirksamer Bestand.: 1 Tablette mit Bruchkerbe enthält: 157,36 mg Zinkorotat · 2 H₂O, entsprechend 25 mg bzw. 0,38 mmol Zink. Sonst. Bestand.: Hochdisperses Siliciumdioxid, Mikrokristalline Cellulose, Povidon K 30, Carmellose-Natrium, Talkum, Magnesiumstearat. **Anwendungsgebiete:** Zur Behandlung von Zinkmangelzuständen sofern sie durch übliche Ernährung nicht behoben werden können. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der sonstigen Bestandteile. **Nebenwirkungen:** Gastrointestinale Beschwerden in Form von abdominalen Schmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Diarrhöe und Magenreizsymptomen. Zink kann nach längerfristiger Einnahme Kupfermangel verursachen. Stand: Juli 2014

milgamma® protekt, Wirkstoff: Benfotiamin. **Zusammensetzung:** Arzneil. wirks. Bestand.: 1 Ftbl. enth. 300 mg Benfotiamin. Sonst. Bestand.: Mikrokrist. Cellulose, Talkum, Povidon (K30), hochdisp. Siliciumdioxid, Croscarmellose-Natrium, höherk. Partialglyceride, Hypromellose, Titandioxid, Polyethylenglycol, Saccharin-Natrium. **Anwendungsgebiete:** Beh. v. Neuropathien u. kardiovask. Stör., die durch Vit. B1-Mangel hervorger. werden. Ther. od. Prophyl. v. klin. Vit. B1 Mangelzust., sofern diese nicht ernährungsmäßig behoben werden können. **Gegenanzeigen:** Überempfindl. gg. Benfotiamin / Thiamin od. einem d. sonst. Bestand. **Nebenwirkungen:** In Einzelfäll.: Überempfindl.k. reakt. (Urtikaria, Exanthem), gastrointest. Störungen. Stand: 03/2016

B12 Ankermann®, Wirkstoff: Cyanocobalamin. **Zusammensetzung:** 1 überzogene Tablette enthält: Wirkstoff: Cyanocobalamin (Vitamin B12), 1000 µg; Sonstige Bestandteile: Povidon K 30, Stearinsäure (Ph. Eur.), Montanglykolwachs, Lactose-Monohydrat, Sucrose, Arabisches Gummi, Talkum, Calciumcarbonat, Titandioxid, Weißer Ton, Macrogol 6000, Macrogolglycerolhydroxystearat (Ph. Eur.), Natriumdodecylsulfat, Croscarmellose Natrium, Hypromellose, Hydroxypropylcellulose, mittelkettige Triglyceride, glutenfrei, enthält Lactose; **Anwendungsgebiete:** Vitamin B12-Mangel, der sich in Reifungsstörungen der roten Blutzellen (Störungen der Hämatopoese, wie hyperchrome makrozytäre Megaloblastenanämie, perniziöse Anämie und andere makrozytäre Anämien) und/oder neurologischen Störungen, wie funikulärer Spinalerkrankung (Rückenmarksschädigung) äußern kann. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der sonstigen Bestandteile. Stand: Oktober 2017

magnerot® CLASSIC N, Wirkstoff: Magnesiumorotat-Dihydrat. **Zusammensetzung:** 1 Tabl. enthält 500 mg Magnesiumorotat-Dihydrat, entspr. 2,7 mVal, 1,35 mMol bzw. 32,8 mg Magnesium; Sonst. Bestand.: Povidone K30, Hochdisperses Siliciumdioxid, Mikrokristalline Cellulose, Lactose-Monohydrat, Talkum, Magnesiumstearat (Ph. Eur.) [pflanzl.], Natriumcyclamat, Maisstärke, Croscarmellose-Natrium; enthält Laktose; glutenfrei. **Anwendungsgebiete:** Magnesiummangel, wenn er Ursache für Störungen d. Muskeltätigkeit (neuromuskul. Störungen, Wadenkrämpfe) ist. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gg. d. Wirkstoff od. sonst. Bestand., bei Nierenfunktionsstörungen, Myasthenia Gravis u. AV-Block. **Nebenwirkungen:** Bei hoher Dosierung weiche Stühle od. Durchfälle möglich. Stand: Mai 2014

Nähere Informationen s. Fachinfo! Apothekenpflichtig. WÖRWAG Pharma GmbH & Co. KG, 71034 Böblingen

WÖRWAG Pharma GmbH & Co. KG | Calwer Straße 7 | 71034 Böblingen
info@woerwagpharma.com | www.woerwagpharma.com



Einladung zum wissenschaftlichen WÖRWAG Sportseminar



Bewegung und Stressmanagement

Wie man Stress gar nicht erst aufkommen lässt
oder gezielt zum Abklingen bringt!
Beispiel: Diabetes und Chronische Erkrankungen



Referenten

Wissenschaftliches WÖRWAG Sportseminar

Bewegung und Stressmanagement – Wie man Stress gar nicht erst aufkommen lässt oder gezielt zum Abklingen bringt! Beispiel: Diabetes und Chronische Erkrankungen

mit Prof. Dr. med. Thomas Wessinghage und Univ.-Prof. Dr. med. Klaus Völker



Bewegung und Stressmanagement - Wie man Stress gar nicht erst aufkommen lässt

Indikation, Möglichkeiten und Grenzen des
„Naturheilmittels“ Bewegung

Prof. Dr. med. Thomas Wessinghage

- Ärztlicher Direktor Medical Park Bad Wiessee St. Hubertus
- Mehrfacher Deutscher Meister und Europacup-Sieger
- Rekordhalter über 1.500 Meter
- 1982 in Athen Europameister über 5.000 Meter



Bewegung und Stressmanagement - Wie man Stress gezielt zum Abklingen bringt

Therapeutisches Potential und Wirkmechanismen

Univ.-Prof. Dr. med. Klaus Völker

Ehem. Direktor des Institut für Sportmedizin
Universitätsklinikum Münster

Seminarprogramm

Samstag

Bis 12:00 Uhr Anreise der Teilnehmer
Selbststudium zu
„Diabetes und Sport“

13:30– 15:00 Uhr **Theorie:**
Prof. Dr. med. Wessinghage
**Bewegung und Stressmanagement -
Wie man Stress gar nicht erst
aufkommen lässt**
Indikation, Möglichkeiten und
Studienlage zum „Naturheilmittel“
Bewegung

15:15– 16:45 Uhr **Praxis:**
Selbsteinschätzungslauf
Prof. Dr. med. Wessinghage
(ca. 2 km Streckenlänge),
Diagnostik der Belastungs-
parameter Herzfrequenz,
Lactatmessung, RPE

16:45– 17:00 Uhr Kaffeepause

17:00– 17:45 Uhr **Praxis:**
Prof. Dr. med. Wessinghage/
Fr. Völker-Honscheid
1. Praxisbeispiele extensiven
Ausdauertrainings 1
2. Einführung in das Nordic Walking

Sonntag

08:00– 08:45 Uhr **Praxis:**
Prof. Dr. med. Wessinghage/
Univ.-Prof. Dr. med. Völker/
Fr. Völker-Honscheid
1. Praxisbeispiel extensiven
Ausdauertrainings 2
2. Methodik der Lauftechnik
3. Trainingsbeispiele des
Nordic Walking

10:30– 12:00 Uhr **Theorie:**
Univ.-Prof. Dr. med. Völker
**Bewegung und Stressmanagement -
Wie man Stress gezielt zum
Abklingen bringt**
Therapeutisches Potential
und Wirkmechanismen

12:00– 12:45 Uhr **Theorie:**
Univ.-Prof. Dr. med. Völker/
Prof. Dr. med. Wessinghage:
**Auswertung und Interpretation
der Messergebnisse**

12:45– 13:30 Uhr **Theorie:**
Univ.-Prof. Dr. med. Völker/
Prof. Dr. med. Wessinghage
Diskussionsrunde, Sprechstunde,
wissenschaftliche Analyse,
Selbststudium

13:30– 14:30 Uhr Mittagsimbiss und kollegialer
Austausch

14:30 Uhr Ende des Seminars