



ICZO

www.iczo.be



ICZOVZW

Integratieve geneeskunde

Stress - Angst - Burn-out

Deze studiedag bestaat uit 2 belangrijke topics:

- Stress angststoornissen en burn-out. Zijn er alternatieven naast antidepressiva en kalmeermiddelen?
- Van angst naar ziekte, van ziekte naar genezing

Stress angststoornissen en burn-out. Zijn er alternatieven naast antidepressiva en kalmeermiddelen?

- Stress en angst vormen samen een belangrijke oorzaak van ziekte en werkverzuim bij onze actieve populatie.
- De klassieke geneeskunde beperkt zich vaak tot medicijnen als benzodiazepines en antidepressiva. Ook de cognitieve psychologische behandelingen hebben hun beperkingen. Hoe ontstaan deze syndromen en wat kan je er zelf aan doen?
- Zijn er bijkomende inzichten waarbij we vanuit onze levensstijl zelf een impact kunnen maken?
- Dr psychosomatiek.



Van angst naar ziekte, van ziekte naar genezing

- Wat is angst?
- Wat zijn emoties?
- Waarom komt angst in onze maatschappij meer voor dan vroeger?
- Welke maatschappelijke en ethische shift veroorzaakt deze toename?
- Wat gebeurt er in ons lichaam?
- Dr Bart Bohy gebruikt zijn uitgebreide kennis in de orthopedische chirurgie, orthomoleculaire geneeskunde en van psychosomatiek. Hiermee geneest hij veel patiënten door zijn totaalaanpak.

Doelstellingen

- Het begrijpen van
- stress
- angst
- emoties
- antidepressiva
- kalmeermiddelen

