



Mjök och gluten -med risk för både patient och behandlare

Lördagen den 7 oktober 2017 anordnar Föreningen för Integrativ Medicin och Läkarföreningen för Integrativ Medicin ett heldags seminarium med tema mjök och gluten.

Spannmål, mjök och mjökprodukter är, och har länge varit, stapelvaror i den svenska kosten. Dock har fler och fler börjat utesluta mjök och gluten ur sin kost. Människor vittnar om att de upplever att en kost fri från dessa påverkar deras hälsa positivt både fysiskt och psykiskt.

Trots detta, och även om den enskilde behandlaren gör bedömningen att patienten också behöver stå på en mjök- och/eller glutenfri kost, riskerar behandlaren att bli anmäld till IVO, och vi frågar oss "Är det rimligt att vårdpersonal ska riskera detta för att de rekommenderar sina patienter en kostomläggning, som både patient och behandlare ser främjar patientens hälsa?"

Harald Blomberg, läkare

25 års erfarenhet av att som läkare rekommendera gluten- och mjökproteinfri kost

Marina Olai, dietist

Kostbehandling med mjök och glutenfri kost.

Elin Rydström, ekologisk lantbrukare

Bondens och kons inverkan på mjök kvaliteten

Ingela Marklinder, docent i kostvetenskap

Positiva hälsoegenskaper hos rågsurdegsbröd

Ralf Sundberg, läkare, docent och författare

Är mjök skadligt?

Dagen avslutas med en tvärprofessionell paneldialog

I panelen deltar samtliga föreläsare ovan



SEMINARIEFAKTA

Datum:

7 Oktober 2017

Plats:

Skånegatan 97, Stockholm

Program:

09.30-10.00 Registrering
10.00-11.00 Harald Blomberg
11.00-12.00 Marina Olai
12.00-13.30 Lunch
13.30-14.30 Elin Rydström
14.30-15.30 Ingela Marklinder
16.00-17.00 Ralf Sundberg
17.00-18.00 Paneldialog

Anmälan:

Anmälan genom betalning senast 15 september till pg 49 95 25-4. Ange namn och e-post!
I mån av plats betalning på plats.

Pris:

800 kr ordinarie pris
600 kr för medlemmar i FIM, LIM

Moderator:

Jenny Levin, styrelseledamot FIM



Marina Olai



Elin Rydström



Ingela Marklinder



Harald Blomberg



Ralf Sundberg

Mjök och gluten- med risk för både patient och behandlare

Harald Blomberg

Läkare specialist psykiatri

25 års erfarenhet av att som läkare rekommendera gluten och mjölkfri kost.

I mitten på 2000-talets första decad märkte Harald en markant ökning av födoämnes-intoleranser hos barn inte bara inom Autismspektret, utan även hos barn med ADHD/ADD, barn med dyslexi. Harald har skrivit ut intyg till föräldrar för att deras barn ska få kost som inte innehåller de födoämnen han gjort bedömningen att de inte tål, många gånger gluten, och är anmäld för detta flera gånger.

Harald Blomberg är specialist inom psykiatri och har mer än femton års erfarenhet av att hjälpa barn och vuxna med bland annat motoriska problem, uppmärksamhetsproblem och inlärningssvårigheter.

Marina Olai

Dietist primärvården Stockholm

Kostbehandling med mjök och glutenfri kost

Sammansättningen av en mjök och glutenfri kost kan vara avgörande för att undvika risk för näringsbrister. Idag finns en trend att utesluta mjök och gluten vilket på gott och ont leder till att det finns fler alternativ att välja på. Dessa är av varierande kvalitet.

Marina arbetar som dietist i primärvården och träffar bl.a barn och vuxna som av olika anledningar äter en mjök och glutenfri kost

Elin Rydström

Ekologisk lantbrukare

Bondens och kons inverkan på mjölkqualität

Föreläsningen tar ett övergripande perspektiv på mjölkqualität och utifrån den ekologiske lantbrukarens perspektiv visa vad som är avgörande för vilken kvalitet det blir på slutprodukten.

Elin är ekologisk lantbrukare på Lovön utanför Stockholm där hon driver ett familjelantbruk med inriktning mjölkkor men gården producerar även grönsaker och kött.. Elin har valt att sälja opastöriserad mjök, vilket idag är tillåtet för bönder att sälja 70 l/vecka.

Ingela Marklinder

Docent kostvetenskap, Uppsala Universitet

Positiva hälsoegenskaper hos rågsurdegbröd

Svensk och internationell forskning visar att bröd som bakas med surdeg och fullkornsmjök har en gynnsam effekt på människors hälsa.

Ingela är docent i kostvetenskap vid Uppsala universitet och undervisar i livsmedelsmikrobiologi, livsmedelskunskap och hälsokommunikation på dietist och kostvetarutbildningen. Hon publicerade 2015 sin första reportagebok: Surdeg, brödbakning med rågad passion över gränserna.

Ralf Sundberg

Läkare, docent och författare

Är mjök skadligt?

Mjök innehåller alla tre makronutrienterna: Protein, fett och kolhydrater. Nyligen har det blivit en trend att ersätta mjök med produkter från soja, mandel eller havre av olika orsaker som veganism och tron att dessa produkter skulle vara nyttigare. Föredraget granskar bakgrunden till dessa trender och vad forskningen visar om makronutrienterna i mjök.

Ralf är läkare, kirurg, oberoende forskare och författare till boken "Forskningsfusket! Så blir du lurad av kost och läkemedelsindustrin.

Skånegatan 97

En plats för hälsa, inspiration och nya perspektiv.

Hitta hit: T-bana gröna linjen station Skanstull eller Medborgarplatsen. Ca 1 km promenadväg.

Buss 2 stannar på Renstiärnagata, hållplats Skånegatan, promenad ca 200m

P-platser finns oftast lediga i området.

Hemsida: <http://skanegatan97.se>

Fackbook: @skanegatan97

Föreläsningarna filmas för föreningens räkning