



## **Workshop zur Steigerung der Gesundheitskompetenz bei Psoriasis und Psoriasis-Arthritis**

**13. – 15. September 2019**

**Ringhotel Krone**

Untere Mühlbachstraße 1

88045 Friedrichshafen

### **Ablauf und Programm (vorläufig)**

#### **Freitag, 13.09.2019**

- bis 17:30 Uhr      Ankunft im Hotel
- ab 17:30 Uhr      Abendessen
- ab 19:00 Uhr      Begrüßung / Eröffnung des Workshops / Vorstellungsrunde
- 19:30 Uhr      **Ergänzende Naturheilverfahren bei Psoriasis und Psoriasis-Arthritis**  
Wie Ernährung, Darmsanierung, Entspannungsverfahren und  
Hypnose helfen können  
*Susanne Rausche, Heilpraktikerin*
- 21:00 Uhr      Ende

#### **Samstag, 14.09.2019**

- ab 07:30 Uhr      Frühstück
- 09:00 Uhr      **Diagnose der Psoriasis und Psoriasis-Arthritis**  
Hausarzt, Dermatologe, Rheumatologe?  
Wer stellt die Diagnose – und wie macht er das?
- Schweregrade der Psoriasis und Psoriasis-Arthritis**  
Welche Schweregrade gibt es? Wie werden sie ermittelt?  
Welche Konsequenz hat das für die Therapie?  
*Dr. Peter Radny, Facharzt für Haut- und Geschlechtskrankungen*  
*Dr. Johannes Mattar, Facharzt für Innere Medizin und Rheumatologie*  
*(angefragt)*
- 11:00 Uhr      Pause

- 11:15 Uhr **Überblick über die konventionellen Therapiemöglichkeiten bei Psoriasis und Psoriasis-Arthritis**  
 Welche Behandlung kommt bei welcher Ausprägungsform und bei welchem Schweregrad infrage?  
*Dr. Peter Radny, Facharzt für Haut- und Geschlechtserkrankungen*  
*Dr. Johannes Mattar, Facharzt für Innere Medizin und Rheumatologie*  
*(angefragt)*
- 12:15 Uhr Mittagessen
- 13:45 Uhr **Topische Therapie bei Psoriasis**  
 Welche äußerlichen Behandlungsmöglichkeiten gibt es?
- Physikalische Therapie bei Psoriasis und Psoriasis-Arthritis**  
 Welche Behandlungsmöglichkeiten mit Licht, Wasser, Wärme und Kälte gibt es?  
*Dr. Peter Radny, Facharzt für Haut- und Geschlechtserkrankungen*  
*Dr. Johannes Mattar, Facharzt für Innere Medizin und Rheumatologie*  
*(angefragt)*
- 15:45 Uhr Pause
- 16:15 Uhr **Systemische Therapie bei Psoriasis und Psoriasis-Arthritis**  
 Welche innerlichen Behandlungsmöglichkeiten gibt es?
- Gesundheitsbewusstes Verhalten und Therapietreue**  
 Selber etwas tun?! Prävention, Trigger-Faktoren, Ernährung, Bewegung/Sport, Adhärenz/Compliance, „der mündige Patient“  
*Dr. Peter Radny, Facharzt für Haut- und Geschlechtserkrankungen*  
*Dr. Johannes Mattar, Facharzt für Innere Medizin und Rheumatologie*  
*(angefragt)*
- 18:15 Uhr Ende / Abendessen

## Sonntag, 15.09.2019

- ab 07:30 Uhr Frühstück
- 09:00 Uhr **PSOaktiv – Training mit dem Übungsband**  
 Praktische Übungen bei Psoriasis-Arthritis  
*Sina Hefner, Physiotherapeutin*
- 10:30 Uhr Pause
- 10:45 Uhr **Wassergymnastik**  
 Praktische Übungen bei Psoriasis-Arthritis  
*Sina Hefner, Physiotherapeutin*
- 11:45 Uhr Feedback, Austausch, Rückblick
- 12:15 Uhr Ende / Mittagessen / Abreise