

Kontakt



Anmeldung

☎ **0431 500 – 10741**

Mo.: 9 – 15 Uhr, Di. & Do.: 9 – 12 Uhr

✉ gesundheitsforum.kiel@uksh.de

www.uksh.de/gesundheitsforum

← Zur Anmeldung!

Die Teilnahme ist für Sie kostenfrei.

Eine Online-Teilnahme ist möglich.

Veranstaltungsort

UKSH Gesundheitsforum im CITTI-PARK

Mühlendamm 1, 24113 Kiel

(im Erdgeschoss – vom CB Modemarkt kommend,
direkt gegenüber der Blutspende)

Vortragende

Mandy Alex

Diätassistentin

Epilepsiezentrum Kleinwachau, Radeberg

Inke Baß

Diplom-Sozialpädagogin, Diplom-Sozialarbeiterin

Epilepsiezentrum Kiel für Erwachsene

Dr. med. Eva House

Fachärztin der Klinik für Neurologie

Epilepsiezentrum Kiel für Erwachsene

Sina Lang

Gesundheitswissenschaftlerin B.A.

Medical Advocacy Liaison, Oskar Killinger Stiftung

und Vorstandsvorsitzende, Epilepsie Empowerment
Deutschland e.V.

PD Dr. med. Dipl.-Psych. Nils G. Margraf

Leiter des Epilepsiezentriums Kiel für Erwachsene

**Wir danken folgenden Sponsoren/Firmen für
ihre freundliche Unterstützung:**



METABOLICS



UNIVERSITÄTSKLINIKUM
Schleswig-Holstein



CITTI-PARK Kiel



GESUNDHEITSFORUM

Vorträge – Austausch – Kulinarik

**Epilepsie aktiv begegnen:
Ernährung, Knochenstärke
und Therapie**

Expertinnen, Experten und Betroffene klären auf
Sonnabend, 17. Januar, 10 – 14 Uhr

Willkommen

Liebe Interessierte,

zunächst sind Sie vielleicht überrascht, was denn Ernährung mit Epilepsie zu tun hat, oder?

Und das ist tatsächlich richtig, genau genommen sogar eine ganze Menge. Das wollen wir Ihnen gut verständlich und kurzweilig nahebringen, und zwar mit allen Sinnen.

Es ist schwer zu glauben, aber durch Essen kann Epilepsie wirklich behandelt werden. Dies ist möglich durch eine Umstellung auf einen anderen Hauptenergielieferanten: nämlich Fett. Das klingt jetzt nicht attraktiv?

Kommen Sie vorbei, lassen Sie uns genauer darüber sprechen mit einer in ketogener Ernährung bei Erwachsenen sehr erfahrenen Diätassistentin. Hören Sie sich an, was eine Betroffene aus erster Hand dazu berichtet und probieren Sie doch selbst ...

Es gibt aber in Bezug auf Epilepsie & Ernährung noch sehr viel mehr, was Sie wissen sollten, und dabei geht es u. a. darum, Ihre Knochen gesund zu halten. Osteoporose spielt in Bezug auf die Epilepsiemedikamente eine riesige Rolle. Wie behalten Sie die Gesundheit Ihrer Knochen im Blick und was lässt sich tun, wenn die Osteoporose bereits da ist.

Und schließlich muss in diesem Zusammenhang auch gefragt werden, wie sollte eine Ernährung bei Epilepsie aussehen, um den Körper vor negativen Auswirkungen zu schützen oder ihn sogar zu stärken vor Anfällen. Geht das?

Klingt kompliziert? Wir versprechen Ihnen für Ihren Alltag mit Epilepsie gut umsetzbare und verständliche Informationen.

Appetit bekommen? Schauen Sie doch mal vorbei.

Wir freuen uns auf einen interessanten Austausch!



PD Dr. Dipl.-Psych. Nils Margraf
Epilepsiezentrum Kiel für Erwachsene
Klinik für Neurologie, UKSH Campus Kiel

Programm

Sonnabend, 17. Januar 2026

Uhrzeit	Vorträge
10.00	Begrüßung und Einleitung N. Margraf
10.05	Epilepsie in kurzen Eckdaten – was ist das überhaupt für eine Erkrankung und welche therapeutischen Möglichkeiten gibt es? I. Baß
10.35	Osteoporose bei Epilepsie – was müssen Sie wissen, um Ihre Knochen zu schützen? N. Margraf
11.05	Vitamin-Screening – ist das bei Epilepsie wirklich erforderlich und wenn ja, wie? E. House
11.35	Pause
11.55	Meine Erfahrung mit Keto – aus der Sicht einer Anwenderin S. Lang
12.25	Ketogene Ernährung zur Behandlung von Epilepsie – was bringt das und wie wird es gemacht? M. Alex
13.05	Diskussion und ketogene Produkte zum Probieren

Infostände

IM GESUNDHEITSFORUM

UKSH
UNIVERSITÄTSHOSPITAL KIEL
Schönberg-Platz 1

Kommen Sie mit unseren Expertinnen und Experten ins Gespräch

- Epilepsiezentrum Kiel für Erwachsene
- Epilepsiezentrum für Kinder- und Jugendliche Kiel (UKSH) und Raisdorf (DRK)
- Selbsthilfe Epilepsie InGE Kiel e. V.
- Firmen für Ernährungsprodukte