

KEVÄT 2026

TerveysSummit ohjelma

Maanantai 11.5.

Sydän, verisuonet ja verenkierron voima

Olli Sovijärvi

Lääkäri, tietokirjailija, lääketieteellinen johtaja Hololife Center

Havupuu-uutejuoma ja saunaprotokolla

– näin suojaat verisuoniasi

Hanna Voutilainen

Laillistettu ravitsemusterapeutti

Verisuonet priimakuntoon

– näin tuet verenkiertoa ruuan voimalla

Joni Laiho

Tuotekehittäjä

Kolesteroli ei kerro kaikkea

– sydänterveystien kolme todellista tekijää

Taija Somppi

Yleis- ja verisuonikirurgian erikoislääkäri

Onko vähärasvainen ruokavalio yksi

terveytemme suurista harhoista?

Tiistai 12.5.

Energia, hormonit ja keinoja modernin ihmisen jaksamiseen

Ville Pöntynen

Lääkäri

Q10: Mitokondrioiden moottoriöljy ja energian avain

Kaisa Jaakkola

Tietokirjailija, DI, hyvinvointivalmentaja ja yrittäjä

Lihasharjoittelu on naisen tärkein hormonihoito

Sari Kautto

Fysioterapeutti, personal trainer, psykkinen valmentaja

Miksi ahkera ihminen uupuu ja miten sen voi välttää

Pirjo Lindfors

Ravitsemusterapiaan, stressinhallintaan ja psykiatriaan perehtynyt elintapalääkäri sekä anestesia- ja kipulääkäri

Tästä uupumus, masennus ja kipu voivat johtua – kun viitearvot eivät kerro kaikkea

Niina Suni

Laillistettu proviisori, farmasian tohtori ja sertfioitu kiertotietoisuuskouluttaja

Miksi naisten oireet sivuutetaan – vähättelyä, kipuja ja hoitamattomia sairauksia

Keskiviikko 13.5.

Sisäelinten suuri viisaus – kilpirauhanen, maksa ja kehon puhdistus

Mona Mäkinen

Oloni-klinikan kehittäjä, hyvinvointivalmentaja, colonic-terapeutti sekä verimikroskopisti

Väsynyt, aivosumua, kiukkuinen? Syy voi olla maksassa

Nina Haavisto

Kiinalaisen lääketieteen asiantuntija ja hieroja

Kehosi viestit kertovat kaiken

– kiinalainen lääketiede kuuntelee niitä

Raija Kivimetsä

Tietokirjailija, yrttiterapeutti, FM

Terhi Pyykönen

Fysioterapeutti, lymfaterapeutti ja ratkaisukeskeinen valmentaja

Kehosi tukkeutunut viemärijärjestelmä

– turvotuksen todelliset syyt ja ratkaisut

Ville Pöntynen

Lääkäri

Kilpirauhanen 2.0

– mitä hoitosuositus ei kerro?

Elias Hakalehto

Bioteknisen mikrobianalytiikan ja mikrobiologisen agroekologian dosentti, mikrobiutkija

Maaperän mikrobitasapaino terveyden perustana



Ilmoittaudu osoitteessa:
www.terveyssummit.fi



Haastattelut julkaistaan tapahtumaviikon aikana 11.-17.5.2026 aamuisin klo 9.00.



Jokainen haastattelu on katsottavissa täysin ilmaiseksi 24 tunnin ajan.

Torstai 14.5.

Väsymyksen juurisyyt ja luontaisen elinvoiman palauttaminen

Jarmo Hörkkö

Terveystuoteasiantuntija

Energiaa viidessä minuutissa – tähän Q10 vaikutus perustuu

Maria-Terttu Lindfors

Sairaanhoidtaja, terveystieteiden maisteri, ravitsemuksen ja funktionaalisen lääketieteen asiantuntija

Raudanpuutteen juurisyyt – miksi pelkkä rautatabletti ei riitä?

Marjo Valonen

Lääkäri

Päänsärkyä, aivosumua, iho- ja vatsaoireita? Syy voi löytyä histamiiniyliherkkyydestä

Päivi Mäkeläinen

Yleislääketieteen erikoislääkäri, biokemisti

Väsymys ja elinvoiman puute – keinoja niistä selviytymiseen

Jaakko Halmetoja

Ravintoasiantuntija

Hiljainen tulehdus kuriin – näin tuet niveliäsi luonnollisesti

Sunnuntai 17.5.

Lääkärit äänessä – vaikeat oireet, krooniset sairaudet ja uusin tutkimustieto

Olli Sovijärvi

Lääkäri, tietokirjailija, lääketieteellinen johtaja Hololife Center

Riku Torkkeli

Fysioterapeutti, elintapavalmentaja ja CTN konsultti & kouluttaja

Paikallinen huippukylmä

– täsmähoitoa kipuun ja tulehdustiloihin

Sandra Porthan

Lääkäri ja ravitsemusterapeutti

Naisten terveys ei toimi miesten säännöillä

Perjantai 15.5.

Kehon oma korjausjärjestelmä – luonnon ja teknologian parhaat ratkaisut

Katriina Dick-Röstad

Biohammaslääkäri

Hammastahna on yksi päivän tärkeimmistä valinnoistasi

Jussi Sirviö

Tanssija & katutanssin moniosaaja

Hannu Kokki

Erikoislääkäri, LT, dosentti, lastenanestesiologian ja kivunhoidon erityisnäyttö

30-vuotinen breikkausura oli päättyä – nivelkipu sai vihdoin ratkaisun

Henriette Kress

Yrittäjä ja tietokirjailija

Nämä villiyrtyt korvaavat puolet lääkekaapistasi

Markus J. Rantala

Evoluutiopsykologian ja evoluutiobiologian dosentti

Punavalohoidon hyödyt tieteellisten tutkimusten valossa

Olli Polo

Unitutkija, professori, lääketieteen tohtori

ja keuhkosairauksien erikoislääkäri

Ahkerat, empaattiset ja innovatiiviset – juuri he ovat kroonisen väsymysoireyhtymän riskiryhmää

Tamara Tuominen

Kliinisen mikrobiologian erikoislääkäri

ja lääketieteellisen mikrobiologian dosentti

Rokotteiden toinen puoli – mitä vanhemmille ei kerrota

Lauantai 16.5.

Hermosto, mieli ja neurokirjo: ymmärrystä ja voimaa elämään

Ira Selkälä

Neurokirjon naiset ry:n perustajajäsen, sosionomi, kirjailija

Neurokirjon nainen – vuosikymmeniä väärinymmärretty, vihdoin tunnistettu

Katariina Souri

Taiteilija ja kirjailija

Yhteisöllisyys on lääke, jota kukaan ei määrää

Lauri Nieppo

Hyvinvointivalmentaja

Näin opin elämään ADHD:n kanssa ilman lääkkeitä

Markus Lundström

Suomen johtava tuotekehittäjä

Sammuta hermoston tulehdustila ja karkota aivosumu luonnon keinoin

Aleksi Litovaara

Johtajuusvalmentaja, kouluttaja ja puhuja

Tunteet ohjaavat päätöksiäsi enemmän kuin luuletkaan

Markku Partinen

Lääketieteen tohtori, professori, neurologian erikoislääkäri

Long covid, ME/CFS ja unettomuus

– mitä me tiedämme nyt