

Gabinet Dietetyki Klinicznej

mgr Zuzanna Krawiec | Dietetyk kliniczny

Zadbaj o zdrowie, samopoczucie i trwałe nawyki

Szukasz skutecznego wsparcia w redukcji masy ciała, borykasz się z problemami zdrowotnymi lub chcesz poprawić wyniki badań bez głodówek i restrykcji?

Łączę **rzetelną wiedzę dietetyka klinicznego z narzędziami psychodietetyki**. Dopasowuję jadłospis do Twojego stanu zdrowia i pomagam Ci wypracować zdrową relację z jedzeniem oraz nawyki, które zostaną z Tobą na lata.

W czym mogę Ci pomóc?

Zaburzenia metaboliczne: insulinooporność, cukrzyca typu 2, stan przedcukrzycowy.

Problemy hormonalne: choroby tarczycy (Hashimoto, niedoczynność), PCOS.

Choroby układu krążenia i nerek: nadciśnienie, hipercholesterolemia, dna moczanowa, niewydolność nerek.

Trwała redukcja masy ciała: bezpieczne odchudzanie z naciskiem na Twoje zdrowie, energię i brak efektu jo-jo.

Konsultacje również dla dzieci: wsparcie w kształtowaniu zdrowych nawyków żywieniowych oraz dopasowanie sposobu odżywiania do wieku i potrzeb dziecka, we współpracy z rodzicami lub opiekunami.

Jak wygląda współpraca?

Pierwsza wizyta dietetyczna - 180 zł

Szczegółowy wywiad zdrowotno-żywieniowy: analiza stylu życia, preferencji kulinarnych oraz wyników badań laboratoryjnych.

Pomiary ciała: kontrola masy ciała i pomiary obwodów (talía, biodra, uda, ramiona).

Indywidualny jadłospis na 7 dni: smaczny, prosty w przygotowaniu i dopasowany do Twojego planu dnia oraz stanu zdrowia.

Wsparcie specjalisty: kontakt telefoniczny w godz. **8:00-16:00** w trakcie trwania planu.

Wizyta kontrolna - 150 zł

Ocena postępów: kontrolne ważenie i ponowne pomiary obwodów ciała.

Wsparcie psychodietetyczne: omówienie wyzwań, motywacji i samopoczucia w trakcie wdrażania zmian.

Kolejny indywidualny jadłospis na 7 dni: urozmaicenie posiłków na podstawie Twoich uwag, postępów i nowych potrzeb.

Dalsze wsparcie: bieżący kontakt telefoniczny w godz. **8:00-16:00**.

Umów się na wizytę

Rejestracja przychodni: osobiście lub telefonicznie w rejestracji placówki.

Kontakt do dietetyka: 536-159-504

E-mail: krawieczuzia@icloud.com