



Warszawa Centrum - budynek Marriott 6p. al. Jerozlimskie 65/79
Warszawa Ursynów - Szpital LUX MED ul. Puławska 455



Warszawa Centrum - budynek Marriott 6p. al. Jerozlimskie 65/79
Warszawa Ursynów - Szpital LUX MED ul. Puławska 455

Dietetyka

Zdrowe nawyki żywieniowe to recepta na długowieczność. Dzięki właściwie skomponowanej diecie możemy cieszyć się zdrowiem, bystrością umysłu, doskonałą pamięcią, pozytywnym nastawieniem i energią do działania. Korzystając z badań genetycznych i badań nietolerancji pokarmowych, możemy określić i wyłączyć z diety produkty, które nie są akceptowane przez nasz organizm.

Warianty usługi:

- Zalecenia dietetyczne
- Plan zdrowego żywienia
- Dieta lecznicza
- Dieta sportowa dla aktywnych
- Dieta okołoperacyjna


Zalecenia dietetyczne

Na podstawie badań krwi, wywiadu i analizy dotychczasowych nawyków żywieniowych dietetyk przygotowuje listę zaleceń dietetycznych. Obejmują ona rekomendację produktów i składników odżywczych, które w zależności od stanu zdrowia Pacjenta są wykluczane lub dodawane do jadłospisu. Wdrożenie określonych modyfikacji w codziennym menu pozwala na osiągnięcie zakładanych celów zdrowotnych i estetycznych. Pacjent na podstawie zaleceń sam komponuje swoje posiłki.



CZAS:
30 min

Usługa dokonywana w:

 Klinika Estetyki budynek Marriott

 Szpital LUX MED Puławska




Warszawa Centrum - budynek Marriott 6p. al. Jerozlimskie 65/79
Warszawa Ursynów - Szpital LUX MED ul. Puławska 455

Plan zdrowego żywienia

Plan zdrowego żywienia to nauka właściwego dobierania produktów oraz składników odżywczych. Zbilansowana dieta odpowiada za właściwe odżywienie organizmu i wsparcie zachodzących w nim procesów. Wspólnie z lekarzem lub dietetykiem omówisz plan stopniowego wdrożenia naturalnych, nieprzetworzonych produktów wysokiej jakości do Twojego codziennego jadłospisu.

Usługa dokonywana w:


 Klinika Estetyki budynek Marriott

 Szpital LUX MED Puławska

Dieta lecznicza

Dieta lecznicza opiera się na wsparciu terapii farmakologicznej właściwym sposobem odżywiania. Każda choroba przewlekła jest obciążeniem dla organizmu. Odpowiednio zbilansowana dieta, skomponowana w oparciu o szczegółowe badania, może w znaczący sposób wesprzeć terapię oraz wzmocnić organizm. Gdy konieczne jest wykluczenie z jadłospisu części składników, opracowywana jest lista produktów alternatywnych.

Usługa dokonywana w:

 Klinika Estetyki budynek Marriott

 Szpital LUX MED Puławska

Dieta sportowa dla aktywnych

Dieta dla osób aktywnych składa się z harmonogramu



OBSZAR:
ciało



CZAS:
30 min



ŚREDNIA BOLESNOŚĆ ZABIEGU:
1



Warszawa Centrum - budynek Marriott 6p. al. Jerozlimskie 65/79
Warszawa Ursynów - Szpital LUX MED ul. Puławska 455

posiłków, rozpisanych na poszczególne dni tygodnia, w godzinach stałych lub uzależnionych od aktywności fizycznej.

Usługa dokonywana w:

Warning: Invalid argument supplied for foreach()
in [/estetyka/wp-content/themes/luxmed/dkpdf/dkpdf-index.php](#) on line **206**



CZAS:
30 min



ŚREDNIA BOLESNOŚĆ ZABIEGU:
1



Warszawa Centrum - budynek Marriott 6p. al. Jerozlimskie 65/79
Warszawa Ursynów - Szpital LUX MED ul. Puławska 455


Dieta okołoperacyjna

Dieta okołoperacyjna to spersonalizowany plan żywieniowy wspierający leczenie zabiegowe, dostosowany do zaleceń pooperacyjnych oraz obciążeń zdrowotnych Pacjenta.



CZAS:
20 min

Usługa dokonywana w:

 Klinika Estetyki budynek Marriott

 Szpital LUX MED Puławska

Jak przygotować się do spotkania z dietetykiem?

Każda dieta opiera się o zbilansowany harmonogram posiłków – dostosowany do preferencji organizmu, wykluczający składniki uczulające i nietolerowane. Właściwe nawyki żywieniowe to podstawa działania. By dobrze zaprojektować jadłospis, konieczne jest poznanie Twoich aktualnych oczekiwań. Sporządź tygodniowy dzienniczek, w którym zapiszesz zjedzone posiłki i wypite napoje. Będzie to podstawa do analizy i stworzenia planu żywieniowego. Jeśli leczysz się na choroby przewlekłe, koniecznie poinformuj o tym dietetyka. Ważne jest, by dieta wspomagała leczenie farmakologiczne lub zabiegowe.



Warszawa Centrum - budynek Marriott 6p. al. Jerozlimskie 65/79
Warszawa Ursynów - Szpital LUX MED ul. Puławska 455