



## Konsultacje w zakresie zdrowego stylu życia

Lekarz well-being doradza i pomaga w kwestii właściwego odżywiania i uprawiania aktywności fizycznej, dopasowanej do naszych możliwości oraz oczekiwań. Na podstawie kompleksowych badań (screening) ocenia stan zdrowia, kieruje na właściwe konsultacje specjalistyczne i koordynuje cały proces, wspomagając go odpowiednimi zaleceniami. Jest to bezpieczne rozwiązanie dla Pacjentów z obciążeniami zdrowotnymi lub otyłością.

### Warianty usługi:

- Konsultacja medyczna
- Konsultacja dietetyczna
- Rehabilitant
- Trener personalny



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

## Konsultacja medyczna

Lekarz prowadzący konsultacje w zakresie zdrowego stylu życia to osoba o wielu specjalnościach, której zadaniem jest właściwe poprowadzenie Pacjenta przez proces aktywizacji fizycznej i dietetycznej, w zgodzie z jego aktualnym stanem zdrowia i obciążeniami wynikającymi z chorób przewlekłych lub dotychczasowego trybu życia.

### Usługa dokonywana w:

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

## Konsultacja dietetyczna

Podczas konsultacji dietetycznej przeprowadzany jest szczegółowy wywiad zdrowotny i żywieniowy oraz wykonywana jest analiza składu ciała. Na podstawie zebranych danych opracowywane są zalecenia żywieniowe – indywidualnie dopasowane do potrzeb Pacjenta. Otrzymuje on wyniki analizy dotychczasowego sposobu odżywiania, wyniki analizy składu ciała oraz indywidualne zbilansowane zalecenia żywieniowe. Nasi dietetycy to specjaliści o wszechstronnym wykształceniu, mający kompetencje do współpracy z Pacjentami obciążonymi różnego rodzaju chorobami. Poprzez dietę i zdrowe zasady odżywiania wspomagamy leczenie farmakologiczne i ogólne dobre samopoczucie Pacjenta. Z szacunkiem i szczególną troską podchodzimy do leczenia otyłości, przywracając Pacjentom możliwość normalnego funkcjonowania w życiu codziennym. Nowością w naszej ofercie są badania genetycznych uwarunkowań do alergii i nietolerancji pokarmowych. Ich wykluczenie z codziennej diety redukuje stan zapalny i wspomaga leczenie



**CZAS:**  
20 min



**KOSZT:**  
120 - 150 zł




**OBSZAR:**  
ciało



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

immunologiczne.

### Usługa dokonywana w:


 Klinika Estetyki budynek Marriott

 Szpital LUX MED Puławska

## Rehabilitant

Rehabilitant to specjalista odpowiedzialny za właściwą aktywizację fizyczną Pacjentów z obciążeniami zarówno w zakresie ruchu i motoryki, jak i chorób przewlekłych – kardiologicznych lub cukrzycowych. Osobom z dużą otyłością pomaga bezpiecznie rozpocząć proces odchudzania.

### Usługa dokonywana w:


 Klinika Estetyki budynek Marriott

 Szpital LUX MED Puławska

## Trener personalny

Trener personalny to rozwiązanie dla aktywnych osób z ustabilizowanym stanem zdrowia. Podczas sesji treningowych wykonywane są ćwiczenia zarówno ogólnorozwojowe, jak i skierowane na konkretne partie mięśni, szczególnie na te partie, które wymagają wzmocnienia z uwagi na tryb pracy.

### 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**



**CZAS:**  
20 min



**CZAS:**  
60 min



**LICZBA ZABIEGÓW:**  
1



**ODSTĘPY POMIĘDZY ZABIEGAMI:**  
1 tydzień

## Jak przygotować się do konsultacji?

Konsultacja nie wymaga wcześniejszego przygotowania. Jeśli dysponujesz aktualnymi wynikami badań, koniecznie zabierz je ze sobą. Podczas wywiadu oraz badania lekarz oceni Twój aktualny stan zdrowia i skieruje Cię do właściwych specjalistów oraz na dodatkowe badania w celu wykluczenia lub ustabilizowania chorób przewlekłych. Na ponownym spotkaniu wszystkie wyniki zostaną skonsultowane, a lekarz zaproponuje plan aktywizacji, wsparty dietą.



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