

10 ok, hogy mikor érdemes dietetikushoz fordulni személyesen!

1, Ha csak egyszerűen elege van a különféle, egymásnak ellentétes, ellentmondó, ez egészséges táplálkozásra vonatkozó állításokból, és szeretné érteni a lényegét!

2, Ha a túlsúlyát már többször sikerült leadni, de mindig visszaszaladnak a kilók, akár több is, mint amit leadott? Ha a családjában több túlsúlyos, és a túlsúllyal összefüggő beteg van? Ön pedig nem szeretné Magát ugyan ebben a problémában találni?

3, Ha táplálkozási hibából eredő betegsége van, pl.: köszvény, epekövesség-epehólyag gyulladás, hasnyálmirigy gyulladás, zsírmáj stb....

4, Ha hasmenése, székrekedése van, vagy gyakran puffad fel, hiszen a hasi díszkomfort érzések (émelygés, hasi puffadás, hasi görcsök,) tönkre tehetik mindennapjait. Kihat az életminőségére is!

5, Ha cukorbeteg lett Ön (vagy bármelyik családtagja). Korrekt, Önre szabott étrenddel sikeresen, együtt vesszük fel a harcolt a javulás érdekében.

6, Ha várandós, vagy szeretne babát vállalni. A tápanyaggal jól ellátott szervezet felkészültebb a megtermékenyítésre, és a baba kihordására. Fontos, hogy a terhesség alatt folyamatosan ellenőrizzük, hogy a baba szervezete is megkapja mindent! Ha várandós, és terhességi cukorbetegsége, vagy magas vérnyomása alakult ki, fokozottabban szükség van az étrendi ellenőrzésre!

7, Szív-, érrendszeri betegségek esetén. Pl.: magas vérnyomás, magas vérzsírok mennyisége a vérben, szívinfarktus, embólia, vérhígító gyógyszerek (Syncumar) szedése esetén.

8, Ha észreveszi, hogy a gyermeke táplálkozásában problémák vannak. Bátran kérjen dietetikustól segítséget, akár túlzott soványság, vagy kezdődő hízás esetén.

9, Az ételallergiák ijesztővé teszik az étkezést, mert gyakran félnek az ételallergiás emberek, hogy ha rossz ételt esznek, rosszul érzik magukat. A nyersanyag válogatáson keresztül, a vásárlásban is segítünk!

10, Ha sportol, és a sportban jobb eredményt szeretne elérni!

