

Somogyi - Kovács Anita, jogi szakokleveles dietetikus, élelmezés-, és táplálkozás-egészségügyi, és egészségfejlesztési szakértő vagyok.

Mindig a gyógyítást tartottam a legcsodálatosabb munkának.

Mivel a munkám a hobbim is, nem esik nehezemre bármikor készen állni!

Köszönet illeti **Prof. Dr. Jánosi András** kardiológust, és munkatársait, akiktől megtanulhattam, hogy ezt a munkát csak a szakmához és a hozzám forduló beteg állapotához szükséges kellő alázattal lehet végezni, és akik elfogadták (betegeik állapotának mérhető javulása után), elismerték munkámat.

A rendelés a bejelentkezéskor kikérdezéssel kezdődik (mi a probléma, volt-e /van-e orvosi háttere). Időpont egyeztetés után a személyes találkozáskor nagyon alapos táplálkozási anamnézist készítek, és felmérem a reális megoldási lehetőséget. Házhoz is megyek!

Speciális, 4 ponton mérő testösszetétel mérővel történő mérések:

BMI, testtömeg index mérés,

testzsír-, viscerális zsír, testizom százalékos mérése, súlymérés

Táplálkozási napló:

3-4 napig kell vezetni az általam Kliens számára biztosított naplót (email-en küldve) utána történik a kielemezés, személyesen az átbeszélése.

Dietetikai diagnózis felállítás: szakmai meghatározása a problémának, és javaslat tétellel.

A kliensemnek a rendelés végére, vele együtt megbeszélve, megnyugtató módon (írott formában is) kialakítom az új, rá szabott étrendjét, **Táplálkozási ajánlást, 1 hét minta étrenddel.** Számukra telefonon szinte állandóan elérhető vagyok.

Az alábbi témában, (és az itt fel nem soroltak esetén is) kereshetnek a Kliensek:

Sporttáplálkozás, étrendi teljesítményfokozó étrend kialakítása, időzített étrendi ajánlással
2016. évi XIII. Nyári Olimpiára is készítettem fel sportolókat, amely eredményessége tekintetében sportolói, sportszövetségi ajánlásra a MOB az olimpiát követően állami jutalomban részesített.

Prevenció, azaz megelőzés életkoroknak megfelelő egészséges étrendi ajánlás kidolgozása

Fogyás, hízás, testsúly megtartása érdekében kialakított egyéni étrend

A hölgyekre jellemző betegségek, úgy mint: inzulinrezisztencia, PCOS, klimax étrendek

Babavárás, szoptatás idején javasolt táplálkozás

Étel-, táplálékallergiák, érzékenység, poliszzenibilizációs- ritka allergiák speciális diétái.

Köszvény betegség étrendje

1-es, és 2-es típusú, terhességi cukorbetegség, (vesebetegséggel kevert is) étrendek.

Chron, Colitis, IBS, reflux, fekély betegség, epekövesség, zsírmáj diéták

Magasvérnyomás, vérszír emelkedések (koleszterin-, triglicerid) korrigáló étrendek

Csontritkulás, rheumatoid arthritis, egyéb degeneratív izületi megbetegedések diétái

Veseelégtelenség, vesekő, vesecisztás betegségek esetében javasolható ajánlások.

Daganatos betegségek, kemoterápia igényelte étrendek.

Táplálkozási zavarban (anorexia, bulimia, orthorexia) szenvedők étrendje.

A szakma, - Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége és tagjai

- 2010-ben a 2009.év **Terápiás Dietetikusának** választott meg.

Jelenleg az MDOSZ Etikai bizottságának az elnöki posztját töltöm be.

Elérhetőségem: Tel: +3670-213-76-64, email: anitadieta@gmail.com