

NUTRIČNÍ PORADNA

ORDINAČNÍ HODINY

PONDĚLÍ	7:00 – 15:00	Nutriční terapeut: Kateřina Záborská, DiS.
ÚTERÝ	9:00 – 17:00	Nutriční terapeut: Mgr. Jana Pokorná
STŘEDA	7:00 – 15:00	Nutriční terapeut: Mgr. Jana Pokorná
ČTVRTEK	9:00 – 18:00	Nutriční terapeut: Kateřina Záborská, DiS.
PÁTEK	7:00 – 14:00	Nutriční terapeut: Kateřina Záborská, DiS.

Objednávat se můžete na tel.č. 493 582 654 v době od 12:00 do 13:00hod.
nebo na e-mailech: katerina.zaborska@nemjc.cz, jana.pokorna@nemjc.cz

V naší nutriční poradně poskytujeme odborné poradenství v těchto oblastech:

- ✓ **ANALÝZA STRAVOVACÍCH NÁVYKŮ** – cílem je naučit se sestavit vyvážený a biologicky plnohodnotný jídelníček
- ✓ **NADVÁHA A OBEZITA** – cílem je trvalá redukce hmotnosti bez jo-jo efektu
- ✓ **dietní intervence u tzv. CIVILIZAČNÍCH ONEMOCNĚNÍ** (ateroskleróza, infarkt myokardu, cévní mozková příhoda, hypertenze, obezita, diabetes mellitus, DNA, ...) – cílem je změnou režimových opatření zlepšit zdravotní stav pacienta
- ✓ **dietní intervence u ONEMOCNĚNÍCH TRÁVICÍHO ÚSTROJÍ** (onemocnění žaludku, žlučníku, slinivky břišní a jater) **A LEDVIN** – cílem je zmírnění nebo úplné odstranění nepříjemných příznaků provázejících onemocnění
- ✓ **POTRAVINOVÉ ALERGIE**
- ✓ **Podpůrná léčba PORUCH PŘÍJMU POTRAVY** (anorexie a bulimie)
- ✓ **Výživa dětí, výživa v těhotenství, výživa při kojení, ...**

Pokud přinesete **doporučení (poukaz na vyšetření) od svého lékaře, pak je poradenství plně hrazeno zdravotní pojišťovnou** a to včetně následujících návštěv. V případě, že **doporučení nemáte**, je nutné uhradit vstupní konzultaci v nemocniční pokladně, **cena je 400,-Kč (každá další návštěva 200,-Kč)**

PRVNÍ NÁVŠTĚVA V NUTRIČNÍ PORADNĚ ZAHRNUJE

měření tělesných parametrů (výška, váha, pas, boky, BMI, % tuku v těle pomocí bioimpedance, tlak), výpočet bazálního metabolismu a výpočet optimální tepové frekvence pro spalování tuků, vyhodnocení výsledků laboratorních testů (budou-li k dispozici), vstupní pohovor

ZDRAVÍ je ovlivněno z cca 50% životním stylem a ŽIVOTNÍ STYL JE V NAŠICH RUKOU.
SPRÁVNÉ STRAVOVACÍ NÁVYKY jsou nedílnou součástí zdravé životosprávy.