

premium Diet

- A túlsúly szerepe a nőgyógyászati kórképekben -

A zsírszövetnek az anyagcserében és a szervezet hormonális működésében játszott bonyolult szerepe kulcstényező a nőgyógyászati kórképek kezelésében is. A fogamzóképes korban lévő elhízott nők teherbeesési esélyei – mind természetes úton, mind pedig asszisztált reprodukciós programok keretében – jelentősen alacsonyabbak a normál testsúlyú társaikéhoz képest.

Fontos tudni, hogy a szervezet testzsírszázalék-aránya önmagában befolyásoló tényező lehet a női reprodukciós képességben. A túlsúlyban gyakran előforduló szabálytalan, peteérés nélküli menstruációs ciklusok, vagy az abszolút anovuláció (peteérés hiánya) terméketlenséghez és magasabb vetélési kockázathoz vezet. Az elhízott nők között gyakorta előforduló PCO szindróma és hiperinzulinémia illetve inzulinrezisztencia csak ront ezen a helyzeten. Másfelől tudjuk, hogy a felesleges kilók mind a diabétesz előszobájának építőkövei, mely további rizikótényezőként említhető mind a fogamzás előtti állapotra mind az azt követő időszakra nézve.

A test zsírraktárainak csökkenése nagyban hozzájárul a fogamzóképeség javulásához, a megbillent anyagcsere normalizálásához, a felborult menstruációs ciklus rendezéséhez.

*Cseri-Holzmann Brigitta
dietetikus*

Premium Diet, az orvosi fogyasztóprogram - dietetikusi segítséggel

A Premium Diet orvosi fogyasztóprogram egy olyan, több mint 20 éves múltra visszatekintő módszert kínál a páciensei számára, mely a köztes étkezések elhagyása által létrejövő, aktív zsírégetésen alapszik. Bevált étkezés-helyettesítő készítményeinek és a dietetikusi útmutatásnak köszönhetően nem lép fel jójó-effektus. A Premium diéta módszerével elsősorban a testzsír épül le, az izomzat megmarad. A kiegyensúlyozott táplálkozásnak köszönhetően, a folyamatos fogyás ellenére, a páciens fitt marad.

A Premium Diet program 4 eleme:

Táplálkozás – Tanácsadás – BIA mérés - Mozgás

Táplálkozás

A programban a napi energia bevitel három étkezésen alapul, melyeknek – attól függően, hogy a fogyási folyamat mely fázisában tart a páciens – meghatározott részét, PREMIUM testsúlycsökkentő italpor készítményekkel váltunk ki.

Tanácsadás

A 2 hetente tartott személyre szabott tanácsadás során a páciens kompetens felvilágosítást kap a zsírégetésről és az izomtömeg viszonyáról, az anyagcserének a fogyással kapcsolatos összefüggéseiről. A találkozások értékes tudnivalókat tartalmaznak az étkezésről, mozgásról és a body-impedancia-mérésről, valamint segítséget kap a páciens, hogy hogyan birkózzon meg a fogyás során jelentkező nehéz helyzetekkel, vagy akár a visszaesésekkel.

Mérés

Az dietetikus által végzett szakszerű és részletes ellenőrzést a találkozások során, egy, a testösszetétel mérésére szolgáló jelenlegi legmodernebb műszer (a body-impedancia-mérő műszer) biztosítja, mely pontosan méri és kiértékeli a súlycsökkenést, az izmok állapotát, a szervezetben lévő vizet, valamint a testzsír csökkenését. Segítségével egy pillantás alatt felmérhető a fogyási folyamat sikere valamint a testösszetétel változásai.

Mozgás

A tanácsadások alkalmával a hétköznapokban is könnyen megvalósítható tippeket kap a páciens a mozgásra és a sportolásra vonatkozóan.