



Einzelberatung

Beratung bei:

Nahrungsmittelallergien
Nahrungsmittelunverträglichkeiten
Magen-Darmerkrankungen
Ernährung während einer Krebserkrankungen
Fettstoffwechselstörung
Leber- und Gallenerkrankungen
Nierenerkrankungen
Ernährung während Dialysetherapie
Säuglings- und Kinderernährung
Adipositas
Präventionsarbeit

Die Einzelberatung mit ärztlicher Diagnose ist immer individuell und richtet sich nach Blutwerten und/oder Symptomen. Das Führen eines Ernährungs- und Symptomprotokolls ist bei den meisten Erkrankungen sinnvoll.

Je nach Krankheitsbild läuft die Ernährungsberatung wie folgt ab:

Ernährungsanamnese: bedeutet erfragen Ihrer persönlichen Essgewohnheiten, ihr Berufs- und Freizeitalltag. Bei z. B. Magen-Darmerkrankungen: abfragen von Symptomen, Schmerzen etc.

Auswertung Ihres Ernährungsprotokolls und Beratung zur Lebensmittelauswahl (mit Rücksicht Ihres Beratungsschwerpunkts). Wir erarbeiten Ihrem Anliegen entsprechende alltagstaugliche Verbesserungen und bekommen dabei auch Hinweise für Zubereitung der Lebensmittel und individuelle Tipps.

Sie erhalten für Sie passende anschauliche Ernährungsinformationen.

Auf keinen Fall werden Sie Hungern, denn mir ist Ihre Lebensqualität wichtig und der Genuss am Essen darf nicht verloren gehen.

Ich werde Sie ein Stück Ihres Weges begleiten. Sie suchen und finden mit meiner Hilfe Lösungen bzw. trainieren Verhaltensweisen. Dadurch wird der Rückfall in alte Gewohnheiten entgegengewirkt.



STEFANIE METTY

DIÄT- UND ERNÄHRUNGSBERATUNG
ERNÄHRUNGSTHERAPIE