



PIERWSZA WIZYTA

Aby pierwsza wizyta była dla Ciebie jak najbardziej wartościowa, odpowiednio się do niej przygotuj. Czego będę potrzebować:

1 AKTUALNE BADANIA:

- -MORFOLOGIA KRWI
- -GLUKOZA + INSULINA NA CZCZO
- -CHOLESTEROL, CHOLESTEROL HDL, CHOLESTEROL LDL,
- -TRIGLICERYDY
- -AST, ALT,
- -MOCZNIK,
- -KREATYNINA, GFR, KWAS MOCZOWY
- -TSH

2 LISTĘ CHOROÓB I PRZYMOWANYCH LEKÓW/SUPLEMENTÓW

3 LISTĘ LUBIANYCH I NIELUBIANYCH PRODUKTÓW I POTRAW

4 ZAPISANY NA KARTCE DZIENNICZEK ŻYWIENIOWY Z 3 DNI

DZIENNICZEK ŻYWIENIOWY

Dzień – data:

Godzina pobudki:

Godzina położenia się spać:

Nazwa posiłku	Godzina i miejsce spożycia posiłku	Skład posiłku	Ilość	Uwagi
I śniadanie				
II śniadanie				
Obiad				
Podwieczorek				
Kolacja				
Przekąski				