ГАРМОНИЯ
СЕТЬ МЕДИЦИНСКИХ ЦЕНТРОВ



ПАМЯТКА ПАЦИЕНТУ

Приём нутрициолога в Ессентуках

Разбор пищевых привычек и план выполнимых изменений повседневного рациона.

Пищевой дневник

За 3 дня записывайте время, состав и примерный объём еды и напитков. Сохраняйте реальный рацион: не меняйте и не скрывайте данные ради консультации.

Цели и трудности

Сформулируйте главную цель. Отметьте пропуски еды, вечерний голод, ограничения и реакции на продукты.

Что взять

Возьмите дневник питания, список лекарств и добавок, медицинские заключения и результаты ранее назначенных исследований.

Не начинайте диету, добавки или анализы ради визита. При заболеваниях изменения питания согласуйте с лечащим врачом: консультация нутрициолога не заменяет лечение.

Телефон

8 (928) 348-33-44

График работы

Пн-Пт с 7:30-20:00,
Сб., Вс. с 8:00-18:00

Адрес

г. Ессентуки, ул. Октябрьская ул., 458А

Как добраться

Остановка «Кинотеатр Искра», можно доехать автобусами № 18, 102а, 108б, 115а и маршрутками № 3, 5, 6, 7, 9, 11, 12, 14, 16, 121а, 133, затем пройти около 2–3 минут пешком до клиники.

Адрес

г. Ессентуки, ул. Кисловодская, 87

Как добраться

Остановка «Магазин Ветеран», можно доехать автобусами № 18, 21а, 109 и маршрутками № 4, 16, 18, 21, 104, 112, затем пройти несколько минут пешком до клиники.



