

Kde nás najdete / Kontakt

Nutriční ambulance se nachází **ve 3. patře**
v budově D, naproti ambulanci alergologie.

Kristýna Michalcová, DiS - Nutriční terapeutka

📞 731 161 609 ✉️ michalcova@nmskb.cz

Těšíme se na Vás!



Jak se k nám dostanete

Tramvaj č. 12, 15, 20, 22 - zastávka Malostranské náměstí, dále pak
minibusem č. 194 (zastávka je umístěna na chodníku před vchodem do
Poslanecké sněmovny ČR) do zastávky Nemocnice pod Petřínem.
Parkování v areálu nemocnice – v provozu denně 6.00 až 22.00 h.

📞 **Recepce** (24 h denně) **257 197 319** | **Ústředna** 257 197 111

📍 Vlašská 36, 118 00 Praha 1 – Malá Strana



www.nmskb.cz



NUTRIČNÍ AMBULANCE

V NEMOCNICI MILOSRDNÝCH
SESTER SV. KARLA BOROMEJSKÉHO



Odborně řízený program
pro Vaše celkové zdraví

- Trápí Vás zdravotní potíže?
- Jste nepřetržitě bez energie?
- Trápí Vás kila navíc?
- Potřebujete poradit?

Společně najdeme řešení!



www.nmskb.cz

Co nabízíme?

- **Zdravé srdce** - Je zaměřené na klienty s vysokým krevním tlakem, zvýšeným cholesterolem, nebo onemocněním srdce.
- **Děti od 3 do 18 let** - V naší republice trpí každé čtvrté dítě nadváhou či obezitou, proto se zde převážně zaměřujeme na správné stravovací návyky – to je totiž základ všeho.
- **Těhotné a kojící matky** - Kompletní nutriční péče v období těhotenství a následně při kojení.
- **Aktivní stáří** - Podpora zdraví a imunitního systému, prevence civilizačních onemocnění, zamezení rizika podvýživy, která se u starších lidí vyskytuje velice často.
- **Úprava váhy a zlepšení kondice** - V naší republice trpí více než 50% lidí nadváhou či obezitou. Proto v tomto programu nabízíme mnoho věcí, například pravidelnou tělesnou analýzu na přístroji Tanita, individuální stravovací plán dělaný přímo na míru, recepty, motivaci a psychickou podporu po celou dobu programu.
- **Diabetici** - Kompletní nutriční péče pro klienty trpící cukrovkou.
- **Individuální strava dle onemocnění** - Pro klienty trpící jakoukoli nemocí, kteří se chtějí poradit.

Jak probíhá vstupní konzultace?

Nejprve Vás změříme pomocí přístroje Tanita, ten provede podrobnou analýzu těla. Vyšetření je bezbolestné a velice rychlé, trvá cca 1 minutu. Výsledky společně rozebereme, zodpovím Vám veškeré otázky a následně určíme naše další kroky. Konzultace trvá 60 minut.

Cena vstupní konzultace a měření na přístroji Tanita činí 500,- Kč.

K čemu je podrobná tělesná analýza dobrá?

Přístroj Tanita poskytne informace o rozložení svalů a tuku v těle a také vzájemnou vyváženost jednotlivých partií těla. Zjistí, jak pracuje Váš metabolismus, případné otoky v těle, osteoporózu, množství viscerálního (nitrobřišního) tuku, poruchy příjmu potravy, svalovou dysbalanci, BMI, procento tělesného tuku, poměr boků a pasu či minimální kalorickou potřebu těla. Zhodnocení obdržíte. Měření není vhodné pro osoby s kardiostimulátorem a těhotné ženy.

