

Pobednica: Z. N. (67 godina)

Zanimanje: domaćica

Razlog posete: upućena od strane izabranog lekara zbog gojaznosti (otežano kretanje)

Nutritivne preporuke: Medicinska nutritivna terapija kod gojaznosti, hiperlipoproteinemije i hipertenzije

Rezultat: posle 3,5 meseca sprovođenja nutritivne intervencije telesna težina manja za 13 kg, obim struka za 7 cm; biohemijski parametri stabilni (glikemija 5,74, holesterol 5,74, trigliceridi 1,73) , kao i krvni pritisak

Status: medicinska nutritivna terapija i dalje

Komentar: Gospođu Z. je muka naterala da dođe po savet o ishrani. Godinama potiskivani problemi gojaznosti (“Ništa se tu ne može”), povišenog pritiska (“To je sa godinama”) i povećane masnoće u krvi (“A, ne jedem ništa masno”) su imali opravdanja (navedena u zagradama), ali kada je počela da se otežano kreće, to je bio alarm za uzbunu i za konačno reagovanje. Jedna ozbiljna i odlučna žena, kakva je gospođa Z. odgovorno je i disciplinovano prihvatila sve preporuke vezane za ishranu, odmor, kretanje... Odlični rezultati su je dodatno motivisali da nastavi sa promenama, jer je sa 13 kg manje, kako kaže “Ponovo prohodala”. Odličan primer da za promene nikada nije kasno i da se kvalitet života može popraviti u bilo kom životnom dobu.

Bravo, draga Z. 😊