**Zostań w domu! Konsultacje online w Centrum Dietetyki Stosowanej**

**Od kilku dni w Polsce obowiązuje stan epidemii. Apele władz i lekarzy przez cały czas brzmią tak samo: Zostań w domu! Chodzi przede wszystkim o to, by zminimalizować falę zachorowań. W związku z zaistniałą sytuacją podmioty gospodarcze, gabinety lekarskie, salony piękności i wiele innych zawieszają swoją działalność na czas bliżej nieokreślony. Centrum Dietetyki Stosowanej w Białymstoku i Giżycku, dbając o zdrowie swoich pacjentów, rozszerzyło ofertę o konsultacje online.**

Oznacza to, że już teraz pacjenci mogą skorzystać z indywidualnej porady wykwalifikowanego dietetyka z doświadczeniem, bez wychodzenia z domu, siedząc w wygodnym fotelu i popijając ulubioną kawę. Jedyne czego będziemy potrzebowali to internet i odpowiednia aplikacja. Konsultacje odbywają się w formie wideorozmowy z wykorzystaniem aplikacja WhatsApp tudzież innego komunikatora.

– Aby zarezerwować termin konsultacji, wystarczy odwiedzić naszą stronę internetową www.cds-dieta.pl, wejść w zakładkę „umów wizytę” i na dole strony wybrać opcję konsultacje online, zależnie od tego, czy jest to pierwsza konsultacja, czy wizyta kontrolna. Następnie należy wybrać dogodny termin i wypełnić krótki kwestionariusz osobowy – mówi Remigiusz Filarski z Centrum Dietetyki Stosowanej w Białymstoku.

Rezerwację należy potwierdzić, dokonując płatności online, a specjalista CDS skontaktuje się z pacjentem mailowo, potwierdzając rezerwację terminu.

Podczas konsultacji online dietetyk przeprowadzi wywiad zdrowotny i żywieniowy, wspólnie z pacjentem ustali, jakie produkty i potrawy powinny się znaleźć w jadłospisie.

– Pierwotnie zakładaliśmy, że konsultacje online będą dedykowane naszym stałym pacjentom mieszkających na co dzień za granicą lub w innych miastach, którzy ze względów logistycznych mogą nas odwiedzić osobiście tylko kilka razy do roku. Jednak w obecnej sytuacji epidemiologicznej wszystkim polecamy ten rodzaj kontaktu z naszym gabinetem. Skorzystać na tym mogą również pacjenci spoza województwa podlaskiego – dodaje Remigiusz Filarski.

Eksperci z CDS służą swoim wieloletnim doświadczeniem między innymi w:

• w redukcji masy ciała

• alergiach i nietolerancjach pokarmowych

• nadciśnieniu

• cukrzycy typu drugiego, insulinooporności, zespole policystycznych jajników, chorobach tarczycy, nerek i wątroby

• budowaniu masy mięśniowej

– Złośliwi zarzucają, że konsultacje online nie dają możliwości przeprowadzenia analizy składu ciała, czyli kluczowego badania, które pozwala określić czy masa ciała oraz proporcje tkanki tłuszczowej i mięśniowej są prawidłowe, wyznaczyć cele oraz monitorować efekty. W rzeczywistości znamy inne metody diagnostyczne i monitorujące efekty diety, o których dietetyk opowie na indywidualnych konsultacjach online – mówi Małgorzata Pomykała z CDS w Giżycku.