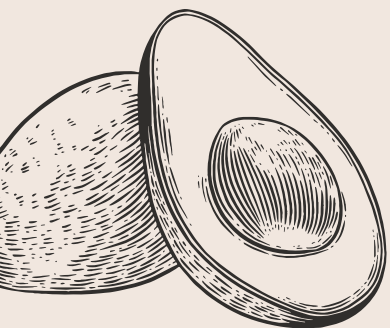




Cennik usług

 mariusz_lorenc_dietetyk

 mariusz@mariuszlorenc.pl

 www.mariuszlorenc.pl



Mariusz Lorenc

PIERWSZA WIZYTA

STACJONARNIE

Konsultacja dietetyczna	190,00
Konsultacja psychodietetyczna	200,00
Konsultacja dietetyczna dla par	270,00
Konsultacja bariatryczna	200,00

ONLINE

Konsultacja dietetyczna	190,00
Konsultacja psychodietetyczna	200,00
Konsultacja dietetyczna dla par.....	270,00
Konsultacja bariatryczna	200,00

PIERWSZA KONSULTACJA ZASADY

Czas trwania: 55 min

Zebranie wywiadu medycznego

Pytania do dietetyka podczas konsultacji - dyskusja

Rozpoznanie problemu i ustalenie strategii działania

Ocenę stanu odżywienia organizmu

Zalecenia dotyczące wykonania dodatkowych badań laboratoryjnych

Usługa pierwszej konsultacji dietetycznej NIE ZAWIERA:

Planów żywieniowych

Pisemnej strategii działania w jednostkach chorobowych i dolegliwościach

Wnikliwej edukacji żywieniowej i warsztatów

Pisemnej strategii suplementacyjnej oraz wnikliwej analizy badań laboratoryjnych

Kontakt z dietetykiem pomiędzy konsultacjami

Usługi te są dodatkowo płatne albo zawarte w pakietach współpracy

INNE USŁUGI DODATKOWE

Warsztaty psychodietetyczne 55 min	260,00
Opinia bariatryczna dla lekarza	150,00
Pisemna strategia bariatryczna	300,00
Stały kontakt z dietetykiem / za każdy miesiąc	100,00
Usługa wirtualnej metamorfozy	100,00
Konsultacja telefoniczna umówiona 15 min.....	50,00
Raportowanie wagi - plik / 1 miesiąc	50,00
Edukacja żywieniowa 55 min	200,00

Usługi dodatkowe do konsultacji dietetycznej 200,00

Pisemna strategia żywieniowa

Pisemna strategia suplementacyjna

Analiza badań laboratoryjnych na potrzeby leczenia, strategii suplementacyjnej

WIZYTY KONTROLNE

STACJONARNIE

Konsultacja dietetyczna 55 min	190,00
Konsultacja dietetyczna 30 min	150,00
Konsultacja psychodietetyczna	200,00
Konsultacja dietetyczna dla par	220,00
Konsultacja bariatryczna	200,00

ONLINE

Konsultacja dietetyczna 55 min	190,00
Konsultacja dietetyczna 30 min	150,00
Konsultacja psychodietetyczna	200,00
Konsultacja dietetyczna dla par	220,00
Konsultacja bariatryczna	200,00

PLANY ŻYWIENIOWE

Indywidualny plan żywieniowy 7 dni	180,00
Indywidualny plan żywieniowy 14 dni	260,00
Indywidualny plan żywieniowy 21 dni	380,00
Indywidualny plan żywieniowy 28 dni	450,00

Indywidualny specjalistyczny plan żywieniowy 7 dni	220,00
---	--------

Przykładowe choroby: refluks, zapalenie żołądka, WZJG, zapalenie trzustki

Plany żywieniowe układam i wysyłam do **7 dni** roboczych od płatności lub otrzymania pełnej dokumentacji niezbędnej do ułożenia planu.

Plany żywieniowe specjalistyczne układam i wysyłam do **3 dni** roboczych od płatności lub otrzymania pełnej dokumentacji niezbędnej do ułożenia planu.

W sytuacjach pilnych wymagających szybkiego zastosowania planu termin ustalam indywidualnie

PAKIETY BARIATRYCZNE

Nie wiesz jaki pakiet wybrać przeczytaj charakterystykę każdego pakietu

pakiet przygotowanie do zabiegu

Dla osób, które potrzebują przygotowania żywieniowego przed operacją, ale nie chcą prowadzenia po zabiegu - dadzą radę sami :) Oprócz konsultacji pacjent dostaje materiały edukacyjne.

pakiet prowadzenie po zabiegu

Dla osób, które do operacji przygotowują się sami, ale chcą wsparcia po zabiegu. Na spotkaniach tych pomagam wprowadzać kolejne etapy diety, uczyć zdrowego żywienia jak i pomagam w przypadku występowania dolegliwości. Każdy pacjent oprócz konsultacji dostaje materiały edukacyjne.

pakiet kompleksowego dietetycznego przygotowania i prowadzenia po zabiegu bariatrycznym

Dla osób, które potrzebują kompleksowego przygotowania żywieniowego przed operacją jak i opieki po zabiegu. Pakiet ten zawiera kompleksową opiekę dietetyczną

pakiet kompleksowego przygotowania i prowadzenia po zabiegu bariatrycznym + konsultacje psychologiczne

Dla osób, które potrzebują przygotowania żywieniowego przed operacją, opieki po zabiegu, ale chcą też zrozumieć działanie mechanizmów psychologicznych wpływających na otyłość oraz zrozumieć po co jest zabieg i co trzeba zrobić, aby utrzymać nawyki po operacji.

pakiet kompleksowego przygotowania i prowadzenia po zabiegu bariatrycznym + warsztaty psychodietetyczne - praca nad nawykami żywieniowymi i życiowymi

Zawiera wszystko to co pakiet wyżej, dodatkowo ten wariant zawiera warsztaty psychologiczne zmieniające nawyki żywieniowe i życiowe. Zawiera również opiekę psychologiczną po zabiegu

możliwość rozłożenia pakietu na raty
zapytaj na konsultacji

Zobacz ofertę warsztatów psychodietetycznych

[kliknij tutaj](#)

PRZYGOTOWANIE DIETETYCZNE DO ZABIEGU BARIATRYCZNEGO

700,00

oszczędność 500,00

Okres rozpoczęcia od ok 2 miesięcy przed operacją

zawiera:

Stały kontakt z dietetykiem - dodatkowe zapytania w trakcie współpracy
Opinia dietetyczna dla lekarza kierującego w razie potrzeby

3 x konsultacje dietetyczne przed zabiegiem 55 min

Przygotowanie do zabiegu - omówienie strategii żywieniowej przed zabiegiem

Omówienie strategii żywieniowej po zabiegu - etapy wprowadzania diet

Omówienie zasad bilansowania posiłków

Omówienie suplementacji podstawowej i uzupełniającej

Omówienie dolegliwości układu pokarmowego

Omówienie zasad aktywności fizycznej

Omówienie zasad funkcjonowania w okresie przed jak i po operacji

4 x 7 dni plan żywieniowy do powtarzania przed zabiegiem

1 x 5 dni plan żywieniowy do stosowania tydzień przed zabiegiem

Plany żywieniowe ułożone są pod wskazania przed operacją, nie zawierają wykluczeń indywidualnych

Rozpisana strategia żywieniowa i materiały edukacyjne na cały okres przygotowania do operacji

PROWADZENIE PO ZABIEGU BARIATRYCZNYM

700,00

oszczędność 400,00

Opieka dietetyczna do ok 6 miesięcy po operacji bariatrycznej

zawiera:

Stały kontakt z dietetykiem - dodatkowe zapytania w trakcie współpracy

Rozpisana strategia żywieniowa na 2 miesiące po zabiegu

Cała strategia również w formie materiałów edukacyjnych

oraz plany żywieniowe:

propozycja na 2 dni do powtarzania na 7 dni po zabiegu

3 dniowe przykładowe posiłki na okres od 2 do 4 tygodnia po zabiegu

7 dniowe przykładowe posiłki na okres od 5 do 8 tygodnia po zabiegu

14 dniowe przykładowe posiłki na okres od 9 tygodnia po zabiegu

5 x konsultacja dietetyczna kontrolna po zabiegu 30 min

kontrola rozszerzenia diety, weryfikacja błędów

Zobacz ofertę warsztatów psychodietetycznych

[Kliknij tutaj](#)

PAKIET BARIATRIA STANDARD

Kompleksowe przygotowanie dietetyczne do operacji i opieka po zabiegu

1300,00

oszczędność 900,00

Czas trwania:

Okres rozpoczęcia do **2 miesięcy** przed operacją

Opieka dietetyczna do **5 miesięcy** po operacji

zawiera:

Kontakt z dietetykiem - dodatkowe zapytania

Opinia dietetyczna dla lekarza kierującego w razie potrzeby

Przed zabiegiem bariatrycznym

3 x konsultacje dietetyczne przed zabiegiem 55 min

program:

Przygotowanie do zabiegu - omówienie strategii żywieniowej przed zabiegiem

Omówienie strategii żywieniowej po zabiegu - etapy wprowadzania diet

Omówienie zasad bilansowania posiłków

Omówienie suplementacja podstawowej i uzupełniającej

Omówienie dolegliwości układu pokarmowego

Omówienie zasad aktywności fizycznej

Omówienie zasad funkcjonowania w okresie przed jak i po operacji

4 x 7 dni plan żywieniowy do powtarzania przed zabiegiem

1 x 5 dni plan żywieniowy do stosowania tydzień przed zabiegiem

Plany żywieniowe są ułożone są pod wskazania przed operacją, nie zawierają wykluczeń indywidualnych

Rozpisana strategia żywieniowa na 2 miesiące po zabiegu

Cała strategia przygotowania w formie materiałów edukacyjnych

oraz plany żywieniowe:

propozycja na 2 dni do powtarzania na 7 dni po zabiegu

3 dniowe przykładowe posiłki na okres od 2 do 4 tygodnia po zabiegu

7 dniowe przykładowe posiłki na okres od 5 do 8 tygodnia po zabiegu

14 dniowe przykładowe posiłki na okres od 8 tygodnia po zabiegu

Po zabiegu bariatrycznym

5 x konsultacja dietetyczna kontrolna po zabiegu 30 min

kontrola rozszerzenia diety, weryfikacja błędów

możliwość rozłożenia pakietu na **2 raty**

Zobacz ofertę warsztatów psychodietetycznych

[kliknij tutaj](#)

PAKIET BARIATRIA PREMIUM

Kompleksowe przygotowanie psychodietetyczne do operacji i opieka po zabiegu

1700,00

oszczędność 900,00

Czas trwania:

Okres rozpoczęcia do 3 miesięcy przed operacją

Opieka dietetyczna do 6 miesięcy po operacji

zawiera:

Kontakt z dietetykiem - dodatkowe zapytania

Opinia dietetyczna dla lekarza kierującego w razie potrzeby

Przed zabiegiem bariatrycznym

5 x konsultacje psychodietetyczne przed zabiegiem 55 min

program:

Przyczyny otyłości od strony dietetycznej i psychologicznej

Rozróżnienie głodu psychicznego od fizycznego

Jaki jest cel operacji oczekiwania kontra rzeczywistość

Problem nawrotu masy ciała - jak temu zaradzić

Zrozumienie co daje operacja i dlaczego sam zabieg nie wyleczy otyłości na stałe

Psychologiczne czynniki otyłości

Przygotowanie do zabiegu - omówienie strategii żywieniowej przed zabiegiem

Omówienie strategii żywieniowej po zabiegu - etapy wprowadzania diet

Omówienie zasad bilansowania posiłków

Omówienie suplementacja podstawowej i uzupełniającej

Omówienie dolegliwości układu pokarmowego

Omówienie zasad aktywności fizycznej

Omówienie zasad funkcjonowania w okresie przed jak i po operacji

4 x 7 dni plan żywieniowy do powtarzania przed zabiegiem

1 x 5 dni plan żywieniowy do stosowania tydzień przed zabiegiem

Plany żywieniowe są ułożone są pod wskazania przed operacją, nie zawierają wykluczeń indywidualnych

Rozpisana strategia żywieniowa na 2 miesiące po zabiegu

Cała strategia przygotowania w formie materiałów edukacyjnych

oraz plany żywieniowe:

propozycja na 2 dni do powtarzania na 7 dni po zabiegu

3 dniowe przykładowe posiłki na okres od 2 do 4 tygodnia po zabiegu

7 dniowe przykładowe posiłki na okres od 5 do 8 tygodnia po zabiegu

14 dniowe przykładowe posiłki na okres od 8 tygodnia po zabiegu

Po zabiegu bariatrycznym

6 x konsultacja dietetyczna kontrolna po zabiegu 30 min

kontrola rozszerzenia diety, weryfikacja błędów

możliwość rozłożenia pakietu na **3 raty**

PAKIET BARIATRIA GOLD

**Kompleksowe przygotowanie psychodietetyczne
do operacji i opieka po zabiegu + warsztaty zmiany nawyków**

2800,00

oszczędność 1500,00

Czas trwania:

Okres rozpoczęcia do 4 miesięcy przed operacją

Opieka dietetyczna do 10 miesięcy po operacji

zawiera:

Kontakt z dietetykiem - dodatkowe zapytania

Opinia dietetyczna dla lekarza kierującego w razie potrzeby

Przed zabiegiem bariatrycznym

9 x konsultacje psychodietetyczne przed zabiegiem 55 min

program:

Warsztaty zmian nawyków żywieniowych i życiowych

Przyczyny otyłości od strony dietetycznej i psychologicznej

Rozróżnienie głodu psychicznego od fizycznego

Jaki jest cel operacji oczekiwania kontra rzeczywistość

Problem nawrotu masy ciała - jak temu zaradzić

Zrozumienie co daje operacja i dlaczego sam zabieg nie wyleczy otyłości na stałe

Psychologiczne czynniki otyłości

Przygotowanie do zabiegu - omówienie strategii żywieniowej przed zabiegiem

Omówienie strategii żywieniowej po zabiegu - etapy wprowadzania diet

Omówienie zasad bilansowania posiłków

Omówienie suplementacji podstawowej i uzupełniającej

Omówienie dolegliwości układu pokarmowego

Omówienie zasad aktywności fizycznej

Omówienie zasad funkcjonowania w okresie przed i po operacji

4 x 7 dni plan żywieniowy do powtarzania przed zabiegiem

1 x 5 dni plan żywieniowy do stosowania tydzień przed zabiegiem

Plany żywieniowe są ułożone są pod wskazania przed operacją, nie zawierają wykluczeń indywidualnych

Rozpisana strategia żywieniowa na 2 miesiące po zabiegu

Cała strategia przygotowania w formie materiałów edukacyjnych

oraz plany żywieniowe:

propozycja na 2 dni do powtarzania na 7 dni po zabiegu

3 dniowe przykładowe posiłki na okres od 2 do 4 tygodnia po zabiegu

7 dniowe przykładowe posiłki na okres od 5 do 8 tygodnia po zabiegu

14 dniowe przykładowe posiłki na okres od 8 tygodnia po zabiegu

Po zabiegu bariatrycznym

8 x konsultacja dietetyczna kontrolna po zabiegu 30 min

kontrola rozszerzenia diety, weryfikacja błędów

możliwość rozłożenia pakietu na **4 raty**

NAJCZĘŚCIEJ ZADAWANE PYTANIA

Dlaczego do konsultacji dietetycznej należy dokupić inne usługi takie jak plan żywieniowy, kompleksową analizę badań albo pisemną strategię i na co się składa cena pakietów?

Główny powód to koszty. Pierwsza konsultacja to **55 min** mojego czasu. Analiza ankiety medycznej, wywiadu przeprowadzonego podczas wizyty, wyników badań i połączenie tego w całość zajmuje ok **120 min**, ok **60 min** na spisanie zaleceń żywieniowych i przemyślenie zakresu suplementacji. Czas poświęcony na ułożenie planu żywieniowego to średnio **60 min**. Z wieloma osobami mam kontakt pomiędzy konsultacjami - piszecie Państwo maile, SMS z różnymi dodatkowymi pytaniami, żeby na nie odpowiedzieć często muszę wejrzeć w dokumentację medyczną. Średnio to ok **5 - 6 h godzin** poświęcone dla jednego pacjenta a to tylko mój czas. Jeśli do tego doliczyć koszty najmu gabinetu, koszt programu dietetycznego, opłat za Znanego Lekarza i inne koszty prowadzenia działalności to zwyczajnie nie da się tego ująć w koszt samej konsultacji.

Pacjent oczekuje, że specjalista zajmie się jego problemem kompleksowo, oczekuje indywidualnego podejścia do jego problemu a to wymaga sporego nakładu czasu i pracy nad każdym przypadkiem.

Dlaczego Pan nie preferuje układania jadłospisów na więcej niż 14 dni

Jadłospis w mojej strategii działania jest wsparciem i drogowskazem w pierwszym etapie zmian nawyków. jadłospisy są tak bilansowane, że można je stosować nawet kilka tygodni powtarzając alb gotując jeden posiłek na 2 lub 3 dni jak i dowolnie je modyfikować wedle uznania czy przeplatając je ze swoimi daniami.

Powtarzając jeden jadłospis 7 dniowy przez 3 - 4 tygodnie możemy realnie ocenić zasadność wprowadzenia modelu żywieniowego. Celem jadłospisu jest jak najszybsza nauka komponowania dań samemu a niżeli ciągłe życie z kartą i wagą.

Czym się różni Pakiet Podstawowy / Rozszerzony od projektu Zmian Nawyków Żywieniowych i Życiowych 2.0

Pakiety Standard i Premium skierowane są do osób, które chcą współpracować dietetycznie (kontrola wagi, raportowanie wyników, spotkania kontrolne oceniające zasadność wprowadzania diety) Projekt 2.0 oprócz powyższego zawiera warsztaty psychodietetyczne na których pracujemy nad problemami natury psychicznej oraz pracujemy nad zmianą nawyków i żywieniowych i życiowych.