

**BÉLBETEGSÉGEK ELSŐ PRIVÁT GONDOZÓKÖZPONTJA**

[www.gasztroklinika.hu](http://www.gasztroklinika.hu)

**GK**

**GASZTROKLINIKA**

**GutVital Coaching**

a GasztroKlinika életmód- és sportegészségügyi  
programja



# GutVital Coaching

## a GasztroKlinika életmód- és sportegészségügyi programja

A GasztroKlinika életmód- és sportegészségügyi szolgáltatásait, vagyis a GutVital Coaching különféle programjait azoknak ajánljuk, akik tudatosan építik aktív életüket, és hosszú távon szeretnék megőrizni egészségüket. Az aktuális laboreredményhez (egészségi állapothoz) igazított táplálkozás és szükség esetén a meglévő gyógyszeres terápia mellett alkalmazott vitamin- és étrend-kiegészítővel kapcsolatos tanácsadás révén segítjük pácienseinket, hogy az egészségük megőrzése mellett a legjobb formájukat ériék el.

Az edzés hatékonyságát fokozó termékek (pl. fehérjeporok, aminosavak) használata jelentősen hozzájárulhat ahhoz, hogy maximalizáljuk a bennünk rejlő erőforrásokat a legjobb edzettségi szint eléréséhez, azonban ezek tudatos helyes alkalmazása szakértelmet igényel az egészségünk hosszú távú megőrzéséhez. Ha eddig is odafigyelt a táplálkozására, de hiányzott a szakmai iránymutatás, most lehetősége van professzionális segítséggel még magasabb szintre emelni teljesítményét és egészsége védelmét.

Szolgáltatásaink olyanok, mint egy személyi edző a fitnessben: szakorvosaink, dietetikusaink és klinikai szakgyógyszerészeink személyre szabott támogatást és útmutatást nyújtanak az egészsége megőrzéséhez. Ahogyan egy edző segíti a sportban való fejlődést, a GasztroKlinika szakértői is végigkísérik önt sportolói életútján, hogy a lehető legjobb eredményeket érhesse el – mind a mindennapi teljesítmény, mind a hosszú távú egészségének megőrzése érdekében!

Jelentkezzen be, válassza ki az ön számára legmegfelelőbb GutVital Coaching életmód- és sportegészségügyi programot!  
Várjuk a GasztroKlinikán!



## GutVital Alap szolgáltatási csomag (1 hónap)

### Kiknek ajánljuk?

A GasztroKlinika GutVital Coaching programjának első szintjét azoknak ajánljuk, akik most kezdenek el tudatosabban figyelni egészségükre és táplálkozásukra, de már aktívan mozognak. A GutVital Alap szolgáltatási csomag laborvizsgálatokat, táplálkozási és a legjobb edzettségi szint eléréséhez szükséges klinikai szakgyógyszerészi, valamint táplálkozási tanácsadást tartalmaz.

### A szolgáltatási csomag tartalma és a tanácsadás lépései

1. Laborvizsgálat: teljes vérkép, vese-, májfunkció, zsíryanycsere, vércukor, tápláltsági fok, vérszegénység vizsgálata, ionháztartás, gyulladás és véralvadási panel ellenőrzése.
2. Dietetikai konzultáció (1 alkalom/90 perc): testösszetétel-mérés és értékelés, étkezési napló elemzése és egyéni dietoterápiás ajánlás.
3. Klinikai szakgyógyszerészi konzultáció (1 alkalom/60 perc): vényköteles és recept nélkül kapható gyógyszerek, étrend-kiegészítők és vitaminok felhasználásával kapcsolatos tanácsadás, valamint a laboreredmények értékelése.

A GutVital Alap szolgáltatási csomag ára: 75 000 Ft  
– a különféle vizsgálatok listaárához képest garantált  
kedvezmény mértéke: 15%

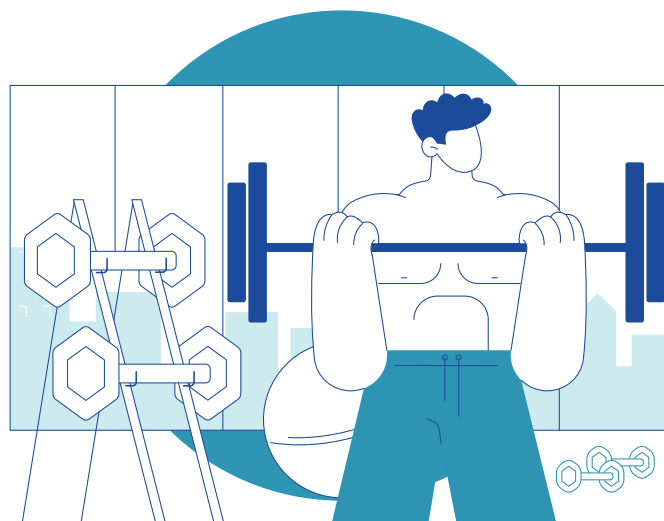
# GutVital Aktív csomag tartalma és a tanácsadás lépései (3 hónap)

## Kinek ajánljuk?

A GasztroKlinika GutVital Coaching programjának haladó szintű támogatási csomagja, a GutVital Aktív kifejezetten azoknak az aktív sporttevékenységet végzőknek segít, akik teljesítményük maximalizálása érdekében szakszerű táplálkozási tanácsokat és személyre szabott étrend-kiegészítőket igényelnek. A GutVital Aktív csomag 3 hónapon át tartó, rendszeres laborvizsgálatokat, táplálkozási tanácsadást és egyénre szabott étrend-kiegészítő ajánlásokat kínál, figyelembe véve az esetlegesen fennálló betegségek kapcsán szükséges gyógyszeres terápiát is. Ez a program abban támogatja önt, hogy összehangolja étkezését és az alkalmazott kiegészítőket, és így következetesen fejlődhessen a negyedéves időszak alatt.

## A GutVital Aktív csomag tartalma és a tanácsadás lépései

1. Belgyógyász szakorvosi vizsgálat, állapotfelmérés (1 alkalom/45 perc)
2. Laborvizsgálat (1. alkalom): teljes vérkép, vese-, májfunkció, zsírsavcsere, vércukor, tápláltsági fok, vérszegénység vizsgálata, ionháztartás, gyulladási és véralvadási panel ellenőrzése, pajzsmirigyfunkció, valamint alapvető vitaminok és nyomelemek szintjének mérése
3. Dietetikai konzultáció (1 alkalom/90 perc): testösszetétel-mérés kiértékelése, a táplálkozási szokások felmérése/étkezési napló elemzése és egyéni, a megfogalmazott edzetségi szint elérését támogató, az egyén életstílusához illeszkedő dietoterápiás javaslat megfogalmazása
4. Egyhetes (7 napos) mintaétrend összeállítása
5. Klinikai szakgyógyszerészi konzultáció (1. alkalom/60 perc): vényköteles és recept nélkül kapható gyógyszerek, étrend-kiegészítők és vitaminok felhasználásával kapcsolatos tanácsadás, valamint a laboreredmények értékelése
6. Dietetikai kontroll (2. alkalom/45 perc): a második hónapban a táplálkozási javaslat alapján elért eredmény értékelése, valamint az edzésterv alapján esetlegesen szükséges módosításokra vonatkozó ajánlások megfogalmazása
7. Dietetikai kontroll (3. alkalom/45 perc): a harmadik hónapban a táplálkozási javaslat alapján elért eredmény értékelése, valamint az edzésterv alapján esetlegesen szükséges módosításokra vonatkozó ajánlások megfogalmazása
8. Laborvizsgálat (2. alkalom): az első alkalommal mért paraméterek ismételt ellenőrzése
9. Klinikai szakgyógyszerészi konzultáció (2. alkalom/60 perc): a szakgyógyszerészi javaslat alapján elért eredmények, valamint a laboreredmények értékelése, hosszú távú célok elérését támogató további javaslatok megfogalmazása



A GutVital Aktív szolgáltatási csomag ára: 265 000 Ft  
– a különféle vizsgálatok listaárához képest garantált  
kedvezmény mértéke: 15%

# A GutVital Prémium csomag tartalma és a tanácsadás lépései (6 hónap)



## Kinek ajánljuk?

A GasztroKlinika GutVital Coaching programjának átfogó, professzionális csomagja, a GutVital Prémium szolgáltatási csomagja azok számára nyújt maximális támogatást, akik egyszerre szeretnék optimalizálni emésztőrendszerük működését és sportteljesítményüket. Ez a csomag részletes táplálkozási és életmódbeli tervezést, speciális étrend-kiegészítő ajánlásokat, folyamatos szakértői konzultációt és teljes körű felügyeletet biztosít. Kifejezetten aktív sportolóknak ajánlott, akik számára kiemelten fontos a precíz étrend, a megfelelő étrend-kiegészítők használata, valamint ezek rendszeres utánkövetése. A laborvizsgálatok részeként a hormonszintek mérése is biztosított, így még pontosabb, egyénre szabott tanácsadásra van lehetőség a teljesítmény maximalizálása érdekében.

## A GutVital Prémium csomag tartalma és a tanácsadás lépései

1. Belgyógyász szakorvosi vizsgálat, állapotfelmérés (1 alkalom/45 perc)
2. Laborvizsgálat (1. alkalom): teljes vérkép, vese-, májfunkció, zsírsanyagcsere, vércukor, tápláltsági fok, vérszegénység vizsgálata, ionháztartás, gyulladás és véralvadási panel ellenőrzése, pajzsmirigyfunkció, valamint alapvető vitaminok és nyomelemek szintjének mérése, megfelelő nemi hormonok meghatározása
3. Dietetikai konzultáció (1 alkalom/90 perc): testösszetétel-mérés kiértékelése, a táplálkozási szokások felmérése/étkezési napló elemzése és egyéni, a megfogalmazott edzettségi szint elérését támogató, az egyén életstílusához illeszkedő dietoterápiás javaslat megfogalmazása
4. Kéthetes (14 napos) mintaétrend összeállítása
5. Klinikai szakgyógyszerészi konzultáció (1. alkalom/60 perc): az első hónapban vényköteles és recept nélkül kapható gyógyszerek, étrend-kiegészítők és vitaminok felhasználásával kapcsolatos tanácsadás, valamint a laboreredmények értékelése
6. Dietetikai kontroll (1. alkalom/45 perc): a második hónapban a táplálkozási javaslat alapján elért eredmény értékelése, valamint az edzésterv alapján esetlegesen szükséges módosításokra vonatkozó ajánlások megfogalmazása
7. Klinikai szakgyógyszerészi konzultáció (2. alkalom/60 perc): harmadik hónapban a vényköteles és recept nélkül kapható gyógyszerek, étrend-kiegészítők és vitaminok felhasználásával kapcsolatos tanácsadás
8. Dietetikai kontroll (2. alkalom/45 perc): a negyedik hónapban a táplálkozási javaslat alapján elért eredmény értékelése, valamint az edzésterv alapján esetlegesen szükséges módosításokra vonatkozó ajánlások megfogalmazása
9. Dietetikai kontroll (3. alkalom/45 perc): a hatodik hónapban a táplálkozási javaslat alapján elért eredmény értékelése, valamint az edzésterv alapján esetlegesen szükséges módosításokra vonatkozó ajánlások megfogalmazása
10. Laborvizsgálat (2. alkalom): az első alkalommal mért paraméterek ismételt ellenőrzése
11. Klinikai szakgyógyszerészi konzultáció (3. alkalom/60 perc): a hatodik hónapban, a szakgyógyszerészi javaslat alapján elért eredmények, valamint a laboreredmények értékelése, hosszú távú célok elérését támogató további javaslatok megfogalmazása

GutVital Prémium szolgáltatási csomag ára: 399 000 Ft

– a különféle vizsgálatok listaárához képest garantált

kedvezmény mértéke: 15%

# Várjuk a GasztroKlinikán! Eddzünk együtt az egészségéért!

Jelentkezzen be, válassza ki az ön számára legmegfelelőbb  
GutVital Coaching életmód- és sportegészségügyi programot!

Hívja kollégáinkat, hogy a különféle vizsgálatokra az ön számára  
legkényelmesebb időpontot biztosíthassuk!

# GK

GASZTROKLINIKA

## Elérhetőségek:

Online időpontfoglalás:

 [www.gasztroclinika.hu](http://www.gasztroclinika.hu)

## Budai GasztroKlinika

 1037 Budapest, Bokor utca 17-21., fszt.

 36 1 870 0500 | +36 20 331 6060

 [konzultacio@gasztroclinika.hu](mailto:konzultacio@gasztroclinika.hu)

## Pesti GasztroKlinika

 1083 Budapest, Szigony utca 26-32.

 36 1 870 0506 | +36 20 527 7005

 [konzultaciopest@gasztroclinika.hu](mailto:konzultaciopest@gasztroclinika.hu)



## A GutVital Coaching életmód- és sportegészségügyi programok összehasonlítása

A szolgáltatási csomagok tartalma	GutVital Coaching Alap	GutVital Coaching Aktív	GutVital Coaching Prémium
<b>A program időtartama</b>	<b>1 hónap</b>	<b>3 hónapos</b>	<b>6 hónap</b>
Belgyógyász szakorvosi vizsgálat (alkalom/45 perc)	X	1	1
Laborvizsgálat (alkalom)	1	2	2
Dietetikai konzultáció (alkalom/90 perc)	1	1	1
Mintaétrend (napos)	X	7	14
Dietetikai kontroll (alkalom/45 perc)	X	2	3
Gyógyszerészeti konzultáció (alkalom/60 perc)	1	2	3
<b>A szolgáltatási csomag ára</b>	<b>75 000 Ft</b>	<b>265 000 Ft</b>	<b>399 000 Ft</b>

A laborvizsgálati csomagok tartalma	GutVital Coaching Alap	GutVital Coaching Aktív	GutVital Coaching Prémium
Laborvizsgálat	teljes vérkép, vese-, májfunkció, zsírsavcsere, vércukor, tápláltsági fok, vérszegénység vizsgálata, ionháztartás, gyulladási és véralvadási panel ellenőrzése	teljes vérkép, vese-, májfunkció, zsírsavcsere, vércukor, tápláltsági fok, vérszegénység vizsgálata, ionháztartás, gyulladási és véralvadási panel ellenőrzése, pajzsmirigyfunkció, valamint alapvető vitaminok és nyomelemek szintjének mérése	teljes vérkép, vese-, májfunkció, zsírsavcsere, vércukor, tápláltsági fok, vérszegénység vizsgálata, ionháztartás, gyulladási és véralvadási panel ellenőrzése, pajzsmirigyfunkció, valamint alapvető vitaminok és nyomelemek szintjének mérése, megfelelő nemi hormonok meghatározása