

## **КОГДА НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ ДИЕТОЛОГА?**

Вес ребенка превышает нормы для его возраста, высокий ИМТ у ребенка.

Масса тела находится в пределах нормы, но отмечается избыточная жировая клетчатка в зоне бедер, живота, спины, рук.

Ребенок меньше двигается, при физической нагрузке одышка.

Повышенный вес сопровождается гипергликемией (нарушением толерантности к глюкозе, инсулинорезистентностью).

Повышенное артериальное давление, нарушение работы желудочно-кишечного тракта.

Возникает сбой менструального цикла, отсутствие прихода, нарушение установления цикла.

Нарушение пищевого поведения- анорексия, булимия и т.д.

## **ЧЕМ МОЖЕТ ПОМОЧЬ ВРАЧ ДИЕТОЛОГ:**

1. Модификация питания – профессиональное составление индивидуального рациона питания при различных заболеваниях.
2. Модификация физической нагрузки – помогает ускорить обмен веществ, усилить метаболизм, способствует повышению энергозатрат, изменению гормонального фона.
3. Психологическая поддержка (работа с родителями, проведение бесед и дальнейшее наблюдение)
4. Составление диеты при соматических заболеваниях – болезни желудочно-кишечного тракта (гастрит, язвенная болезнь 12перстной кишки и желудка, панкреатите, колите и др.), заболеваниях сердца, почек, сахарном диабете, метаболическом синдроме и других эндокринных патологиях.
5. Диета у ребенка аллергика-диагностика, подбор гипоаллергенного питания, дальнейшее наблюдение.
6. Психологическая поддержка пациентов с проблемами веса (общение со сверстниками, социальная адаптация, общение с родителями...).