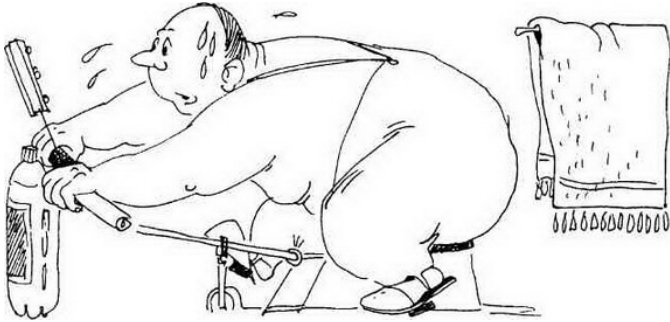




Под таким заголовком наша коллега диетолог, эндокринолог, Кузнецова Ольга Николаевна опубликовала интересные материалы о своих пациентах. РДА не знакома с методикой доктора, поэтому не может выступать ни с рекомендациями, ни с пожеланиями к ее использованию. Но мы уверены, что сброс веса приводит не только к улучшению течения сахарного диабета 2 типа, к изменениям внешности, но и к благоприятным психоэмоциональным изменениям, самовосприятию личности...

Ольга Николаевна Кузнецова

Доброго времени суток!

Я врач – диетолог, эндокринолог, Кузнецова Ольга Николаевна, живу и работаю в г. Томск. Согласно государственному докладу «О состоянии санитарно-эпидемиологического благополучия населения в РФ. в 2013 году», наш город вошел в число субъектов, с наибольшим уровнем заболеваемости инсулиннезависимым сахарным диабетом. Также, согласно данному докладу, показатель заболеваемости ожирением всего населения в городах Сибирского федерального округа в 1,1 - 1,4 раза превышает среднероссийский показатель.

С 2013 года я являюсь автором и организатором социального проекта для помощи людям с ожирением «Становимся стройными ПРАВИЛЬНО!», целями которого являются: популяризация активного образа жизни среди людей с лишним весом и создание комфортной среды для лечения ожирения. Я набираю бесплатные группы людей, составляю им программу снижения веса, рассчитываю питание. При лечении ожирения я не использую препараты для снижения веса. Программа рассчитывается индивидуально, и не требует интенсивной физической нагрузки и подсчета калорий.

Очередная группа была набрана в июле 2015 года, это был фотопроjekt, в течение 8-ми недель я помогала участникам снизить вес. Я хочу поделиться с Вами результатами 8-недельного снижения веса своих пациентов, и показать какими стали участники, спустя 6 месяцев после начала проекта.

11 июля



3 сентября





Скриншоты с сайта, на котором размещены фотографии, сделанные в период похудения, и фотографии, сделанные после похудения.

июль 2015г, вес 99,8кг.



декабрь 2015г, вес 81



июль 2015г, вес 99кг.



декабрь 2015г, вес 81кг.



doctordietolog.ru



Приветствую Вас на сайте доктора Диетолога! В данном разделе Вы можете увидеть фотографии и отзывы пациентов, которые добились хороших результатов в похудении. В среднем

Июль 2015г. Вес 88 кг.

Декабрь 2015г. Вес 80,9 кг

doctordietolog.ru



Июль 2015г. Вес 88 кг.

doctordietolog.ru



Декабрь 2015г. Вес 80,9 кг.



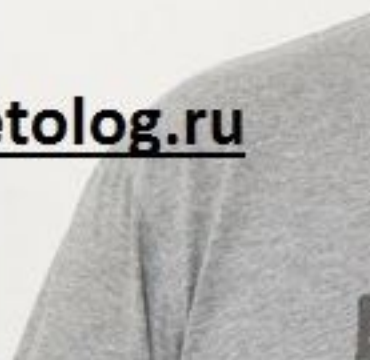
В декабре 2015 года женщина сообщила о снижении веса на 7 кг, что составило 8% от исходного веса. Это достижение было достигнуто благодаря соблюдению рекомендаций врача-диетолога. В настоящее время женщина продолжает работу над собой, чтобы достичь поставленных целей.

Июль 2015, вес 135 кг

Декабрь 2015



doctordietolog.ru









Изменение внешности при снижении веса. Фотографии: июль 2015г., вес 135кг. и декабрь 2015г., вес 118кг. Сайт: doctordietolog.ru

июль 2015г, вес 143кг



декабрь 2015г, вес 112кг







июль 2015г, вес 143кг



декабрь 2015г, вес 112кг

