

Pitanja kroz koja prolazimo tokom konsultacija:

- Kada i gde ste rođeni, čime se bavite, gde živite i sl.?
 - Malo o vašem poslu i životu kod kuće?
 - Ko obavlja nabavku namirnica, ko kuva, na koji način se hranite?
 - Šta vas dovodi meni i šta očekujete od mene?
 - Pitanja o vašoj medicinskoj istoriji i porodičnoj istoriji medicinskih stanja (probel sa štitnom žlezdom, bolesti creva, dijabetes, neplodnost, PCOS, endometrioza itd.).
 - Poslednje analize krvi, pregled dokumentacije eventualnih dijagnoza i stanja, pregled dokumentacije koja se odnosi na reproduktivni potencijal.
 - Pitanja o hroničnoj farmakološkoj terapiji i suplementima.
 - Pitanja o unosu kofeina, pušenju cigareta i nedozvoljenim supstancama.
 - Razgovor o vašem apetitu i pražnjenju creva.
 - Razgovor o vašoj energiji i nivou hroničnog/akutnog stresa.
 - Informacije o vašem ritmu spavanja, odmora i fizičke aktivnosti.
 - Pitanja o vašem menstrualnom ciklusu, redovnosti istog, PMSu, prisutnosti bola tokom intimnih odnosa i sve na šta nas razgovor odnese tokom konsultacije.
 - Telesna težina i sastav tela, po dogovoru merenje ali informacije o nagloj promeni telesne mase u prošlosti su nam bitne. Merenje nije obavezno ali ukoliko je promena telesne mase važna za naš cilj, moramo imati hronologiju merenja. To su podaci koji ostaju medju nama kao i svi ostali.
 - Razumevanje vaše svakodnevne ishrane, ali i potencijalno vođenje dnevnika (dnevnik ishrane je fenomenalan alat za procenu ishrane i nutritivnog statusa, ako ste u pilici barem 3-5 dana pre dolaska vodite detaljan dnevnik ishrane).
 - Sumiranje vaših navika vežbanja i aktivnosti u slobodno vreme.
-