

Persönliche Kundendaten

Geschlecht

Alter

Gewicht

Tätigkeit

Sport

Diäten



Belegte Diagnosen / Krankheiten - Vorlieben / Abneigungen

Wohlfühlstatus / Befinden

Anliegen, Ziel und Wünsche - Vorschläge des Kunden / Wissen

Ernährung

Was wird gegessen / Art der Ernährung (Omnivor, vegetarisch, vegan o. a.)

Auffälligkeiten / Probleme / Unverträglichkeiten / Beschwerden



Wann / Uhrzeit / wie oft / wie viel

s. Kunden-Notiz

Wo wird hauptsächlich gegessen (Arbeit, zu Hause, am Tisch, unterwegs)

Flüssigkeitsmenge (1 Liter Wasser/Tag ./ 100 kcal)

Stuhlgang / Häufigkeit

Berechnung Grundumsatz / Leistungsumsatz

Analyse - erste Vorschläge - Ergebnis - Speiseplan

Die persönlichen Daten/Auswertungen/Ergebnisse sind selbstverständlich absolut vertraulich.



Gesundheit ist ein Zustand vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und daher weit mehr als die bloße Abwesenheit von Krankheit oder Gebrechen. WHO, 1984