

## **KARTA PRACY PACJENTA**

### **TWOJA RECEPТА NA ZDROWIE**

**Specjalista prowadzący:** .....

schemat  
każdorazowo  
uzupełniony przez  
zespół ekspertów,  
dopasowany  
do omawianego  
schorzenia

#### **ROZPOZNANIE**

.....

.....

.....

#### **BADANIA DIAGNOSTYCZNE**

#### **I. Skierowanie na badania**

.....

.....

.....

INNE:

.....

#### **II. Skierowanie do poradni specjalistycznej lub na konsultację**

.....

.....

.....

INNE: ←

.....

#### **III. Badania kontrolne**

.....

.....

.....

INNE:

.....

.....

dodatkowe  
miejsce na  
indywidualne  
zalecenia  
diagnostyczne  
dla pacjentów

karta pracy podzielona jest według głównych metod terapeutycznych odpowiadających danej dolegliwości

## ZALECENIA TERAPEUTYCZNE

### → FITOTERAPIA

#### I. Wykaz ziół leczniczych i forma podania

.....

.....

.....

#### II. Receptury ziołowe

Składniki:

.....

.....

.....

Sposób przygotowania:

.....

.....

.....

Dawkowanie:

.....

.....

.....

#### III. Gotowe preparaty roślinne

.....

.....

.....

#### IV. Interakcje

UWAGA!

.....

.....

.....

## DIETOTERAPIA

### I. Zapotrzebowanie na składniki odżywcze i źródła występowania

.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

### II. Przykładowy jednodniowy jadłospis

Śniadanie

Sposób przygotowania

.....	.....
.....	.....

Drugie śniadanie

.....	.....
.....	.....

Obiad

.....	.....
.....	.....

Podwieczorek

.....	.....
.....	.....

Kolacja

.....	.....
.....	.....

### III. Suplementacja

Preparat

Dawkowanie

.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

każda część karty to konkretne zalecenia dla pacjentów, będące przejrzystym i praktycznym skrótem treści z publikacji

## TERAPIE MANUALNE

### I. Ogólne zalecenia do pracy z ciałem

niezależnie od omawianej metody pacjent otrzyma szczegółowe instrukcje wykonywania ćwiczeń i pozycji, wskazania do częstotliwości zabiegów oraz plany rehabilitacji, wzbogacone atrakcyjnymi grafikami

.....  
.....  
.....  
.....

### II. Zalecenia specjalistyczne

**AKUPUNKTURA  
I MOKSOTERAPIA**

**KINEZYTERAPIA**

**JOGA**

**FIZYKOTERAPIA**

**MASAŻE  
RELAKSACYJNO-LECZNICZE**

INNE:

.....  
.....  
.....  
.....

**DODATKOWE ZALECENIA**

.....  
.....  
.....  
.....

miejsce na inne, niestandardowe wskazówki dla pacjentów

.....  
.....  
.....  
.....