



ОРДИНАТУРА  
НУТРИЦИОЛОГА

«ПРАКТИЧЕСКАЯ  
ГАСТРОЭНТЕРОЛОГИЯ»

**Старт потока  
1 декабря**

**Длительность  
7 месяцев**

ПРОГРАММА

---

## **Основная часть**

# Модуль 1. Основы консультирования. Взаимодействие с клиентом.

1. С чего начать в работе с клиентом.
2. Анкетирование.
3. Опросники в работе нутрициолога. Нет сил.
4. Опросники в работе нутрициолога. У меня проблемы с ЖКТ.
5. С чего начать работу с коморбидным пациентом?
6. Мотивация клиента на результат.
7. Юридические аспекты в практике нутрициолога, как работать в правовом поле.

## О чем 1 модуль?

- Как проводить консультацию, на что обращать внимание, на какие детали и нюансы. Какие вопросы задавать. Что делать, если у человека нет возможности сдать анализы. Как мотивировать клиента следовать рекомендациям. Редко, когда клиенты приходят с одной проблемой, часто это снежный ком. И бывает трудно понять, а с чего начинать. После этого модуля этот вопрос будет закрыт.
- Как нутрициологу оставаться в правовом поле, давать результат в рамках своих компетенций.
- Как работать с возражениями, что нам нельзя смотреть и назначать анализы, как делать рекомендации, не нарушив закон, пример договора, какие дисклеймеры делать.

### 3. Что понравилось в модуле?

Обожаю подачу информации Ольги Александровны!!! Даже самые сложные вещи становятся понятными и быстро запоминаются.

Четкие и применяемые инструменты для дополнения своей работы возьму из анкеты и опросников и блока про мотивацию клиента.

### 3. Что понравилось в модуле?

во-первых, очень понравилось само изложение материала Ольгой Евдокимовой: очень доступно, вместе с тем ярко и эмоционально. Мне очень понравилось, такая подача облегчает запоминание.

во-вторых, уже в самом начале всего курса у меня, как у начинающего нутрициолога, выстроилась стратегия разбора коморбидных клиентов. Я даже могу сказать, что исчез страх, а появился наоборот какой-то интерес в поиске первопричин состояний, какой то кайф от процесса! Это классно.

## Модуль 3. Внешние факторы, влияющие на состояние ЖКТ.

1. Ось кишечник-мозг
2. Окислительный стресс
3. Стресс и кортизол
4. Циркадные ритмы
5. Мелатонин
6. Митохондриальная дисфункция
7. Физическая нагрузка
8. Хроническое воспаление

### О чем 3 модуль?

- Многие нутрициологи хотят "лечить" людей назначением добавок и наложением строгих ограничений, совершенно забывая о том, что стресс и сидячий образ жизни будут продолжать тянуть человека вниз, как свинцовый груз.
- Этот модуль про очевидное и неочевидное. Про то, без чего бессмысленно пытаться восстановить здоровье. Это фундаментальная база, которую должен освоить каждый специалист.

#### 3. Что понравилось в модуле?

Понравилось обилие информация и вера в то, что человек с базовым образованием нутрициолога потянет этот курс

#### 3. Что понравилось в модуле?

Очень понравилось, что нарушение ЖКТ разобрали со стороны нервной системы. Не все идет от питания, белков, жиров, углеводов и клетчатки. Невролог и гастроэнтеролог идут рука об руку в лечении больных ЖКТ. Понравился протокол по нормализации сна, уже много об этом говорилось, но тут как то все четко сложилось

#### 3. Что понравилось в модуле?

Детально разбираются причины нарушений и методы восстановления здоровья.

## Модуль 4. Диагностика.

1. Физикальная диагностика
2. ОАК
3. ОАМ
4. Копрограмма
5. Биохимия
6. Анатомия и физиология ЖКТ

### О чем 4 модуль?

- Как читать анализы, на что обращать внимание. Получить ответ, так ли важны оптимумы, которым учат на курсах нутрициологии: например, ужасно, когда ферритин не 80-100, а общий белок не 75?
- Как смотреть анализы комплексно и системно, сопоставлять исследования между собой и искать в них подтверждения/опровержения своих предположений.
- Какие исследования обязательны, какие нет, как подобрать клиенту необходимые исследования, ориентируясь и на возможности клиента.

#### 3. Что понравилось в модуле?

в лекциях все самое необходимое, без воды, в доступном для понимания изложении

#### 3. Что понравилось в модуле?

Конечно, не перестану говорить - это объяснение Ольги, каждый урок только дополняет знания и понимание.

#### 3. Что понравилось в модуле?

нет лишней ненужной информации, все подробно, доступно и четко

# Модуль 5. Кишечник.

## Блок 1. Анатомия, физиология, диагностика

1. Анатомия пищевода и верхнего сегмента пищеварительного тракта
2. Физиология пищевода: акт глотания, нейрорегуляция акта глотания
3. Диагностика: КТ и МРТ кишечника, ирригоскопия, колоноскопия, эндоскопия, исследования кала и др.
4. Анатомические дефекты кишечника

## Блок 2. Органические заболевания кишечника

1. Болезнь Крона
2. Язвенный колит
3. Микроскопический колит
4. Полипы толстого кишечника
5. Дивертикулы
6. Анальная трещина
7. Геморрой
8. Целиакия

## Блок 3. Функциональные заболевания кишечника

1. Синдром раздраженного кишечника
2. Синдром избыточного грибкового роста и дисбиоз
3. Синдром кишечной проницаемости
4. Функциональная диарея
5. Функциональный запор
6. Вздутия

## Блок 4. Коррекция заболеваний кишечника

1. Протоколы доказательной медицины
2. Официальные клинические рекомендации
3. Лекарственные препараты
4. Нутрициологическая поддержка
5. Диетотерапия

## Блок 5. Практика

1. Кейсы

## О чем 5 модуль?

- О строении кишечника, какие функции он выполняет. Почему у людей бывают вздутия, и что микробиом кишечника - это обычно речь не про тонкий кишечник. Какая существует диагностика здоровья тонкого кишечника
- Какая разница между СИБРом и дисбиозом, между истинными непереносимостями и воспалением.
- Почему "кишечник - второй мозг"? Как уровень тревожности влияет на здоровье кишечника и, наоборот, как нарушение работы кишечника может привести к нейродегенеративным заболеваниям.
- Как работать с СИБР и воспалением, когда необходимо медикаментозное лечение, а когда можно обойтись фитокоррекцией.
- Когда необходима совместная работа с психологом/психотерапевтом.
- Узнаете об особенностях функциональных заболеваний и как объяснить клиенту, что его боли вполне реальны и он не сходит с ума.
- Какие схемы и протоколы подключать нутрициологу и как снизить градус напряжения/тревожности.
- Закрепление знаний на практических кейсах и реальных жалобах клиентов.

### 3. Что понравилось в модуле?

Мне нравится как Ольга объясняет каждую лекцию, конечно всю информацию не запомнить сразу, так как ее действительно много и это радует )

### 3. Что понравилось в модуле?

Много дополнительных материалов

Очень понравилось как вы разбили темы Вздутия, Запоры, Диарея на небольшие видео посимптомные, действительно удобно зайти в нужное и прослушать

### 3. Что понравилось в модуле?

Понравилось присутствие разборов кейсов, это очень помогает в разборе коморбидных состояний, когда необходимо выработать тактику ведения клиента

# Модуль 6. Желудок.

## Блок 1. Анатомия и физиология

1. Анатомия желудка
2. Желудочная секреция
3. Факторы, влияющие на функцию желудка
4. Роль желудка в пищеварении
5. Диагностика желудка

## Блок 2. Органические заболевания

1. Гастриты и их виды
2. Аутоиммунный гастрит
3. Атрофический гастрит
4. Кишечная метаплазия
5. НПВС – гастропатия
6. Рефлюкс – гастрит
7. Дуоденогастральный рефлюкс
8. Язвенная болезнь
9. *Helicobacter Pylori*

## Блок 3. Функциональные заболевания

1. Повышенная /пониженная кислотность
2. Диф.диагноз и абдоминальная боль
3. Функциональная диспепсия
4. Нарушение моторики желудка

## Блок 4. Коррекция проблем

1. Протоколы доказательной медицины
2. Официальные клинические рекомендации
3. Лекарственные препараты
4. Нутрициологическая поддержка
5. Диетотерапия

## Блок 5. Практика

1. Толкование ЭГДС
2. Кейсы

## О чем 6 модуль?

- О работе желудка и том, что нарушает его работу.
- О современных методах диагностики желудка и исследования, которые можно применять на практике.
- Как отличать диспепсию от гастрита, симптомы сниженной кислотности от повышенной.
- Как работать с воспалениями слизистой желудка, со сниженной и повышенной кислотностью, хеликобактером, гастроптозом, гастритами и функциональными нарушениями.
- Как составить клиенту грамотную схему его оздоровления и замотивировать обратиться ко врачу при необходимости.
- Отработаем на кейсах полученные знания опираясь на жалобы клиентов.

### 3. Что понравилось в модуле?

Сложилась картинка причинно-следственной связи в функциональной диспепсии. Под разным углом была рассмотрена это загадочное заболевание.

### 3. Что понравилось в модуле?

Разборы реальных случаев, исчерпывающая информация

### 3. Что понравилось в модуле?

мне импонирует манера подачи материала: с яркими примерами, иногда с юмором, эмоционально. Это очень способствует запоминанию.

# Модуль 7. Печень.

## Блок 1. Анатомия и физиология

1. Анатомия печени
2. Физиология печени
3. Синтетическая функция печени
4. Углеводный, липидный обмен в печени
5. Печень и витамины, микроэлементы
6. Детоксикационная функция печени
7. Диагностика состояния печени

## Блок 2. Органические заболевания

1. Метаболически ассоциированная болезнь печени
2. Гепатиты: А, В, С
3. Аутоиммунный гепатит
4. Лекарственный гепатит
5. Гипераммониемия
6. Наследственные заболевания обмена: гемохроматоз, болезнь Вильсона-Коновалова,
7. Жировой гепатоз
8. Инсулинорезистентность и неалкогольный жировой гепатоз
9. Эстрогендоминирование
10. Синдром Жильбера

## Блок 3. Коррекция проблем

1. Протоколы доказательной медицины
2. Официальные клинические рекомендации
3. Лекарственные препараты
4. Нутрициологическая поддержка
5. Диетотерапия

## Блок 4. Практика

Кейсы

## О чем 7 модуль?

- О работе печени, липидном обмене.
- Как оценить работу печени и что осложняет ее жизнь.
- Почему печень не накапливает токсины.
- Как работать при различных заболеваниях печени, когда необходимо срочно направить человека ко врачу, причем лучше даже сразу к гепатологу.
- Почему не надо назначать 20 БАД одновременно.
- Как применять гепатопротекторы, какие продукты питания необходимо ввести в рацион человека при заболеваниях печени.
- Какие протоколы лечения применяются в официальной медицине и как их учитывать в своих рекомендациях.
- Закрепление знаний на практических кейсах и реальных жалобах клиентов.

### 3. Что понравилось в модуле?

Информация подается потрясающе, слушаю с открытым ртом, одновременно записывая. Спасибо огромное!!!!Ольга, Вы преподаватель от Бога,спасибо Вы есть!

### 3. Что понравилось в модуле?

Понятно и подробно рассмотрены патологические состояния печени

### 3. Что понравилось в модуле?

Как и во всех других - практикоприменимость

# Модуль 8. Желчный пузырь.

## Блок 1. Анатомия и физиология

1. Анатомия желчного пузыря
2. Физиология желчного пузыря
3. Функции желчи
4. Диагностика состояний желчного пузыря

## Блок 2. Органические заболевания

1. Холестаз
2. СИБР и холестаз
3. Желчекаменная болезнь. Холестериновые камни, билирубиновые камни, кальциевые (смешанные камни)
4. Холестероз
5. Полипы в желчном пузыре
6. Холестатический синдром

## Блок 3. Функциональные заболевания

1. Нарушения моторики желчного пузыря (ДЖВП)
2. Дисфункция сфинктера Одди

## Блок 4. Коррекция проблем

1. Протоколы доказательной медицины
2. Официальные клинические рекомендации
3. Лекарственные препараты
4. Нутрициологическая поддержка
5. Диетотерапия

## Блок 5. Практика

Кейсы

## О чем 8 модуль?

- О том, как работает желчный, почему его важно сохранить, почему это не "лишний проблемный орган». Какие функции и задачи желчи. О тесной взаимосвязи всех органов ЖКТ. Как диагностировать те или иные проблемы с желчным.
- Как развивается ЖКБ, все причинно-следственные связи, в каком месте происходит поломка. Почему удаление желчного – не лечение, а крайняя радикальная мера. Какие бывают полипы и как их различать.
- Как нутрициологу работать с проблемами желчного пузыря. Что нужно делать, чтобы сохранить желчный пузырь, а также как жить после операции.
- Отработка полученных знаний на практических кейсах и жалобах клиентов.

### 3. Что понравилось в модуле?

Конечно подача материала и понимание более глубже всего материала.

### 1. Напишите свои инсайты по модулю.

Теперь вопросов по поддержке клиента с удаленным ЖП не будет, спасибо)

### 3. Что понравилось в модуле?

Конечно подача материала и понимание более глубже всего материала.

# Модуль 9. Поджелудочная железа.

## Блок 1. Анатомия и физиология

1. Анатомия поджелудочной железы
2. Панкреатические протоки
3. Физиология поджелудочной железы
4. Функции поджелудочной железы

## Блок 2. Органические заболевания

1. Острый панкреатит
2. Хронический панкреатит
3. Внешнесекреторная недостаточность поджелудочной железы. ВНПЖ и СИБР.
4. Липоматоз поджелудочной железы

## Блок 3. Коррекция проблем

1. Протоколы доказательной медицины
2. Официальные клинические рекомендации
3. Лекарственные препараты
4. Нутрициологическая поддержка
5. Диетотерапия

## Блок 4. Практика

1. Ферментные препараты. Виды, состав ферментов, как выбрать и как принимать ферменты.
2. Кейсы

## О чем 9 модуль?

- О том, как работает поджелудочная железа, зачем она нужна, какова ее роль в здоровье человека. Какие ферменты синтезирует и для чего они нужны. Как оценить ферментативную активность и в целом работу поджелудочной железы.
- Как различать острые состояния, где зона ответственности нутрициолога. Как образ жизни человека может привести к заболеваниям ПЖ.
- Как нутрициологу работать с нарушениями функции поджелудочной железы.
- Отработка полученных знаний по коррекции проблем с ПЖ на практических кейсах и жалобах клиентов.

### 2. Что нового вы узнали?

Совершенно новый взгляд на истинный хронический панкреатит, а то что всем ставят на УЗИ

### 1. Напишите свои инсайты по модулю.

Инсайт: "А мне с 25 лет ставили хр.панкреатит с экзокринной недостаточностью... а у меня нет панкреатита по факту:)"

Понимание, почему у некоторых людей кальцинаты в ПЖ

Поняла, что лекарствами тоже можно довести человека до панкреатита

Инсайт о том, что нет привыкания к ферментам в дозе 10000, ранее думала, что даже оч маленькие дозировки ведут к тому, что ПЖ перестает выделять нормально ферменты

Поняла, что ЦИК в крови можно попробовать снизить протеолитическими ферментами типа вобэнзима

### 1. Напишите свои инсайты по модулю.

поняла как разграничивать проблемы ЖП и поджелудочной, но это благодаря и лекциям по ЖП

### 1. Напишите свои инсайты по модулю.

инсайтов много. Оказалось, что про ферменты, их особенности применения я знала в общих чертах. Сейчас все четко уложилось в их понимании. Большое спасибо

### 2. Что нового вы узнали?

Стратегия работы при сложных заболеваниях поджелудочной железы, в том числе панкреонекроз

# Модуль 10. Пищевод.

## Блок 1. Анатомия и физиология

1. Анатомия и физиология пищевода
2. Диагностика пищевода

## Блок 2. Органические заболевания пищевода

1. Эозинофильные повреждения
2. Гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь. Маски ГЭРБ: легочная, кардиальная, отоларингическая, стоматологическая, анемическая
3. Грыжа пищевого отдела диафрагмы
4. Пищевод Баррета

## Блок 3. Функциональные заболевания пищевода

1. Функциональная изжога. Ком в горле, синдром горящего рта, синдром жжения во рту.
2. Гиперсенситивный пищевод
3. Нарушение моторики пищевода
4. Рефлюкс

## Блок 4. Коррекция заболеваний пищевода

1. Протоколы доказательной медицины
2. Официальные клинические рекомендации
3. Лекарственные препараты
4. Нутрициологическая поддержка
5. Диетотерапия

## О чем 10 модуль?

Чтобы понять, как помочь человеку, нужно понимать, как работе “больной” орган. Нужен хороший и качественный фундамент. После изучения анатомии и физиологии ЖКТ не должно остаться вопроса, а почему это случилось у человека? Формируется причинно-следственная связь.

- Из модуля станет понятно, что высокая кислотность -не равно изжога. Какая разница между ГЭРБ и рефлюксом.
- Чем функциональная изжога отличается от ГЭРБ. Что такое грыжа и что с ней делать. Что не всегда высокие эозинофилы - это паразитоз.
- Как диагностировать ГЭРБ, как увести в ремиссию в случае уже развивающегося ГЭРБ, и как это предотвратить, если пока нет изменений.
- Также нутрициолог знает, как работать с клиентом, у которого ощущения и дискомфорт есть, а анализы и ФГДС ничего не показывают.

### 1. Напишите свои инсайты по модулю.

Столько тонкостей по функциональным проблем пищевода, и как раз как разграничить это очень важная для меня информация.

### 2. Что нового вы узнали?

Наконец, разобралась с ГЭРБ (раньше все, если есть забросы, изжога считала ГЭРБ)

### 1. Напишите свои инсайты по модулю.

Все как всегда на высшем уровне! У Вас ДАР донести сложную информацию доступно и понятно! (впихнуть невпихуемое в мою голову) ибо в возрасте 54 лет есть определенные трудности с усвоением и запоминанием! Огромное спасибо за все, что Вы делаете! Ординатура это просто КЛАД!!!!

### 2. Что нового вы узнали?

Закрыла много пробелов про ГЭРБ, очень хорошо разобралась в этой теме, вся информация структурно легла, про эозинофильный эзофагит узнала. Про функциональную изжогу интересно было, до этого не знала про такое состояние

# Модуль 11. Фармакология.

## Блок 1. Принцип взаимодействия лекарственных средств.

### Блок 2. Нутрицевтики

1. БАДы для поддержки пищеварительной системы и детокса
  - последовательность работы с ЖКТ
  - заживление слизистых
  - нормализация кислотности
  - поддержка работы желчного пузыря
  - поддержка работы систем детоксикации
  - ферментативная активность
  - микробиом
2. БАДы для нормализации сна
  - мелатонин
  - L-теанин
  - L-триптофан
  - 5-НТР
  - Тулси (священный базилик)
  - Пассифлора
  - Валерьяна и др.
3. Адаптогены для нормализации сна и нервной системы
  - Женьшень
  - Элеутерококк (сибирский женьшень)
  - Родиола розовая
  - Ашваганда
  - Рейши
  - Маточное молочко
  - Брахми
  - Ежовик гребенчатый

#### 4. БАД для острых состояний

- при ОРВИ, простуде
- при вирусных поражениях
- при высокой температуре
- бады при запорах
- при отравлении
- при диарее
- при полете на самолете
- при укачивании
- как подготовить кожу к загару
- средства после загара
- при травмах, ушибах, порезах
- при головной боли

### **Блок 3. Как выбрать БАД?**

- Нормативно-правовая база
- Как читать этикетки?
- Что такие антагонисты и синергисты?
- Формы и биодоступность
- Как определить качество БАД?
- Почему могут быть побочные эффекты?
- Противопоказания
- Правила приема БАД
- Режим употребления БАД
- Сочетание БАД между собой
- Длительность приема БАД
- Как рассчитать дозировку?

### **Блок 4. Большая методичка по всем добавкам**

1. Кому подходит каждая добавка
2. Продолжительность приема
3. Дозировки
4. Ссылки на конкретные проверенные добавки

### **Блок 5. Практика**

1. Кейсы

## О чем 11 модуль?

Очень часто приходят люди с уже какими-то диагнозами, которые они лечат или компенсируют лекарственными средствами. Этот модуль даст понимание, как работать с такими людьми.

- Как их поддержать на фоне приема того или иного ЛС. Как взаимодействуют БАДы и ЛС.
- Как не назначить 100500 БАД.
- Какие точки приложения и препаратов.
- Как составить правильную схему, не перегрузив человека.

### 1. Напишите свои инсайты по модулю.

Для меня было инсайтом различия между БАД и пищевой добавкой. Протокол активационной терапии также первый услышала о таком протоколе.

Вообще, весь раздел для меня сплошная новая информация.

### 2. Что нового вы узнали?

Про доступные БАД в аптеке. На предыдущем обучении вся основа была на БАД с айхерб. Сейчас в России с этим сложно. Модуль был очень познавательный 🔥

### 2. Что нового вы узнали?

Как проверять добавки на качество, производителей. Как лучше комбинировать добавки исходя из совместимости, про адаптогены очень много нового и про активационные системы

### 1. Напишите свои инсайты по модулю.

Очень интересный и нужный модуль.

Оказывается, что все же есть адаптогены, которые можно применять при аутоиммунных заболеваниях.

Мне никогда не заходила тема ЖКТ, но обучаясь именно у Ольги, я поняла эту прекрасную сторону и могу подкрепить в свои знания к которым стремлюсь, а этот модуль мне помог понять что и куда и зачем. Я считаю, что такая информация как в этом модуле должна быть у каждого нутрициолога, который практикует или собирается практиковать.

### 1. Напишите свои инсайты по модулю.

Буду изучать подробней активационную терапию, не думала, что подбор НАСТОЛЬКО тщательный

---

**Дополнительная часть  
«База знаний»**

## Модуль 2. Диетотерапия.

Этот модуль станет базой для тех у кого нет базового образования нутрициолога.

А действующие нутрициологи получают другой взгляд на протоколы питания.

### **Блок 1. Энергетический обмен**

1. Энергетический обмен
2. Оценка пищевого статуса и питания пациента
3. Расчет потребностей (калорийность)

### **Блок 2. Макроэлементы**

1. Макроэлементы
2. Белки: потребность и расчет нормы
3. Жиры: потребность и расчет нормы
4. Углеводы: потребность и расчет нормы

### **Блок 3. Микроэлементы**

1. Оценка статуса витаминов
2. Оценка статуса минералов
3. Витамины и минералы
4. Водорастворимые, жирорастворимые, витаминopodobные вещества, минералы

### **Блок 4. Питьевой режим**

1. Функции воды
2. Водно-солевой обмен
3. Кислотно-щелочной баланс
4. Внеклеточная и внутриклеточная жидкость
5. Вода и похудение

### **Блок 5. Диеты**

1. Средиземноморская диета
2. Элиминационная диета
3. Диета DASH
4. Диета MIND
5. GAPS-протокол
6. LCHF, КЕТО
7. Paleo, АИП
8. FODMAP
9. Детокс-протокол
10. Вегетарианство
11. Диеты, продлевающие жизнь
12. Диеты с доказательным эффектом

## Блок 6. Нюансы диетологии

1. Лактазная недостаточность
2. Лектины
3. Принципы питания в гастроэнтерологии
4. Надпочечники и стресс
5. Суперфуды для гормональной системы
6. Суперфуды для иммунитета
7. Суперфуды при дефиците железа
8. Функциональное питание: микрозелень, водоросли, супер-соусы
9. Самые полезные продукты для всех
10. Лечебные напитки

## О чем этот модуль?

После обучения в большинстве институтов нутрициологии выдают много сертификатов об освоении того или иного протокола питания. И создается впечатление, что внедрение какого-то протокола становится обязательным, иначе консультация была неэффективной.

Здесь мы разберемся действительно ли они так необходимы? И если да, то как адаптировать и интегрировать сложные протоколы в жизнь клиента.

- Как закрывать потребности человека едой, исходя из его дефицитов и как вообще диагностировать эти дефициты.
- Какие точки приложения есть у тех или иных микроэлементов.
- Как составить клиенту такой рацион питания, чтобы покрывал всего его потребности, помогал в коррекции его состояний.
- Как составлять рацион коморбидным клиентам, у которых одна проблема исключает одну группу продуктов, а другая – еще одну группу и так далее.

### 3. Что понравилось в модуле?

Понравилось, что есть информация которую я не слышала ранее в других учреждениях

Нашла ответы на некоторые вопросы, которые меня интересовали - конкретно как паразитозные программы действуют на иммунитет, у меня прям был на этот вопрос запрос

### 1. Напишите свои инсайты по модулю.

Мне понравилось что после прохождения этого модуля угол мышления сместился в сторону питания. Мы в последнее время достаточно сильно все зациклены на БАДах.

### 1. Напишите свои инсайты по модулю.

Все процессы в нашем организме взаимосвязаны и проблемы с только одним органом не существует.

### 2. Что нового вы узнали?

По опроснику можно многое выявить.

Паразитоз не источник всех проблем.

Можно не замачивать орехи (никогда не нравились замоченные орехи)

Разумная умеренность во всем!

### 3. Что понравилось в модуле?

Понравилось все, доступно, понятно, доходчиво!

Про диеты очень ценная информация и подача. Живу 14 лет в Греции и могу сказать, что не смотря на обилие вкусных овощей, свежего мяса, рыбы и морепродуктов, греки умудряются есть всякую хрень, очень много хлеба и выпечки, жареной картошки и макарон, сладости. Очень много полных детей. Короче, рыдает по ним Средиземноморская диета!

### 4. Чего не хватило или не понравилось?

Пока все достаточно, слушаю лекции на одном дыхании!

### 2. Что нового вы узнали?

Наконец-то разобралась что такое дефицит калорий и как его использовать в работе с клиентами!

### 1. Напишите свои инсайты по модулю.

очень много инфы, хочется все зафиксировать и вбить в мозг

### 2. Что нового вы узнали?

очень много мелочей, которые я как врач даже не знала, хочется всех лечить витаминами

### 2. Что нового вы узнали?

Очень много, а главное появляется структура в голове из всех уже имеющихся знаний и полученных. Минесотский эксперимент

Синдром китайского ресторана (я так и знала, до скандала с мужем доходило, он туда сам ходит:)

Дикий лосось 988МЕ вит Д, фермерский 250 МЕ вит Д. Я всегда дикий покупаю, но вот цифры удивили.

Генетика - всего 5 процентов активных генов.

Очень полезная таблица продуктов с высоким содержанием магния

Витамин С при передозировке вымывает медь

Очень интересная информация по витаминам

## Модуль 12. Нетрадиционная медицина

**Данный модуль является БОНУСНЫМ и доступен только участникам [анкеты предзаписи](#), при оплате обучения в первые дни продаж нового потока 19, 20 ноября**

1. Гирудотерапия
2. Ароматерапия
3. Психо-эмоциональная терапия цветами Баха

### **О чем этот модуль?**

- Вы узнаете о дополнительных превентивных способах в работе нутрициолога.
- Гирудотерапия, остеопатия могут быть дополнительными инструментами в работе с клиентами. Они смогут усилить эффект от ваших рекомендаций.
- Узнаете, как применять аромамасла, чтобы эффект от них был сравним с приемом нутрицевтиков.
- Как комбинировать в протоколе нутрицевтики и аромамасла для достижения лучших результатов у клиента.

# Модуль 13. Старт-пакет нутрициолога

**Данный модуль является БОНУСНЫМ и доступен только участникам [анкеты предзаписи](#), при оплате обучения в первые дни продаж нового потока **19, 20 ноября****

**Открытие модуля ДО старта курса, чтобы вы смогли привлечь клиентов используя наши инструменты**

Мы прекрасно понимаем, что вам хочется помогать людям и быть нутрициологом, а не изучать тонкости смм, маркетинга и т.д. Но при этом очень хочется зарабатывать, что без базовых знаний маркетинга дается трудно.

Старт -пакет – это не курс смм, не курс маркетинга или запусков, который нужно освоить, вникнуть и по факту это как новая профессия. Нет. Мы собрали для вас набор готовых материалов и действий, чтобы привлечь первых клиентов независимо от того есть у вас блог или его нет. Чтобы вы могли дать результат первым клиентам и получить рекомендации.

По отзывам студентов других потоков старт- пакет полезен не только новичкам, но и опытным нутрициологам.

## **Блок 1. Поверь в себя**

1. Как поднять самооценку и поверить в себя

## **Блок 2. Фундамент успеха**

1. Шесть слагаемых доверия к нутрициологу

## **Блок 3. Где брать клиентов в разных ситуациях?**

1. Есть блог с личной информацией, или совсем молодой блог или блога нет, но готова начать вести.

2. Клиенты из оффлайн.

3. Есть блог и кейсы, но клиентов мало или уткнулась в потолок.

4. Нестандартные рабочие связки наработки клиентской базы.

5. Как увеличить количество клиентов с помощью бесплатной стратегической сессии.

6. Какие доп. услуги может предложить нутрициолог.

## **Блок 4. Мотивация к действию.**

1. Как убрать страхи начать зарабатывать.

## О чем этот модуль?

После модуля вы будете точно понимать где взять первых, вторых, пятых клиентов. У вас будет готовый план развития на несколько месяцев вперед.

-  **Инна**  • Модерация Задание принято ✓

Здравствуйте. Хочу попробовать создать группу в контакте, телеграмм канал. Раньше думала не решусь, но после этого видео думаю, что смогу заявить о себе в инстаграм среди знакомых . Прямо замотивировали. Попробую создать видео на ютуб со ссылкой на телеграмм и ватсап. Попробую снимать рилс, вести живые
-  **Ольга Кожевникова**  • Модерация Задание принято ✓

Прекрасная идея сделать семейный тариф. Про подбор меню из того что есть я уже думаю. Стандартные схемы не всем подходят, т.к. изначально все привыкли питаться по-разному + учитывать аллергии. И за идею с вариантами тарифов спасибо))
-  **Анастасия Осипова**  • Модерация Задание принято ✓

Очень классный алгоритм проведения консультации , пересмотрела на 2 раза лекцию, писала под запись. Благодаря такому алгоритму -появляется больше уверенности в своих силах. Только задалась вопросом- можно ли возвращаться к своему старому клиенту? Если например была девушка на ведении, прошло 2 мес, стоит ли ей написать? Уточнить как дела и прочее .
-  **Татьяна Луковенко**  • Модерация Задание принято ✓

Елена, огромная благодарность за такую подробную презентацию , как должна проходить продающая консультация. Уже руки чешутся начать делать. Обязательно внедряю ❤️
-  **Татьяна Афонина**  • Модерация Задание принято ✓

Огромная благодарность Елене за такой урок! Даже не предполагала, что существует такое количество вариантов для продвижения и привлечения клиентов.💖
-  **Анастасия Осипова**  • Модерация Задание принято ✓

Хочу создать небольшие гайды, у меня уже есть несколько наработок, хочу их расширить и превратить в платный продукт, за небольшую сумму. Еще понравилась идея пакетных консультаций. Буду разрабатывать для себя такой вариант услуги . Спасибо !

# Я и мои проекты в соц. сетях

## Ольга Евдокимова

Осознанный подход к питанию и здоровью

Врач-гастроэнтеролог, врач-диетолог



Моя философия здоровья заключается в целостном подходе к организму со здоровым смыслом и отсутствием радикальных идей

[Предзапись на ближайший поток ординатуры 1 декабря 2025 г.](#)



[Канал в Telegram для нутрициологов \(Высшее нутрициологическое\)](#)



[Канал в Telegram о личном оздоровлении, \(Здравомыслие в еде\)](#)



[Группа в VK](#)



[Официальный сайт](#)



<https://academy-antiage.ru/>



[@zdravomislievede](#)