

WYKLUCZENIA

Program opiera się na zdrowym odżywianiu i stosowaniu suplementów diety na bazie wielu minerałów i witamin skojarzonych z wyciągami z roślin o znanym działaniu. Występują jednak sytuacje kliniczne wymagające ograniczenia, a nawet eliminacji określonych składników lub grup pokarmów istotnych dla uczestników FIT6. Dlatego nie wszyscy mogą brać w nim udział.

- ✓ wiek poniżej 16. i powyżej 70. roku życia
- ✓ ciąża i karmienie piersią
- ✓ hiperurykemia, podagra, cukrzyca typu I i II
- ✓ niewydolność czynności serca (m.in. arytmia i niewydolność zastawki)
- ✓ niewydolność nerek
- ✓ stany zapalne związane z nieprawidłowym funkcjonowaniem przewodu pokarmowego (wrzodziejące zapalenie jelita grubego, choroba Leśniowskiego-Crohna, zespół jelita drażliwego, SIBO, nietolerancja histaminy itp.)
- ✓ przewlekłe zapalenie błony śluzowej żołądka w fazie aktywnej, wrzody
- ✓ poważne schorzenia wątroby (marskość, żółtaczkę, choroba Wilsona)
- ✓ choroby autoimmunologiczne (np. Gravesa-Basedova, Hashimoto, celiakia, sklerodermia, toczeń, łuszczyca, stwardnienie rozsiane, AZS, RZS, HIV)
- ✓ ciężkie choroby ośrodkowego układu nerwowego (m.in. Alzheimer, Parkinson, pląsawica Huntingtona, ALS)
- ✓ słaba krzepliwość krwi, przyjmowanie leków przeciwzakrzepowych
- ✓ trwająca lub zakończona w okresie krótszym niż 2 lata terapia onkologiczna
- ✓ niedostateczna masa ciała względem BMI wynikająca m.in. z anoreksji i zaburzeń psychosomatycznych
- ✓ nietolerancja lub uczulenie na jakikolwiek składnik stosowanych w programie suplementów diety
- ✓ anemia i hiperprolaktynemia
- ✓ przestrzeganie diety wegetariańskiej lub wegańskiej
- ✓ uprawianie sportów wymagających intensywnego wysiłku fizycznego
- ✓ świeżo przebyte zabiegi chirurgiczne

Jeśli jesteś w okresie rekonwalescencji pooperacyjnej, cierpisz na rzadką chorobę (niekoniecznie z listy) lub masz jakiegokolwiek wątpliwości co do udziału w programie, skonsultuj się ze swoim lekarzem prowadzącym. Osoby, które pomimo przeciwwskazań dołączą do FIT6, nie będą mogły korzystać z konsultacji u dietetyka programu.



WORLD
POLSKA

