

Miroslava
zhubla téměř
28 kg

Miroslava
Schlosserová

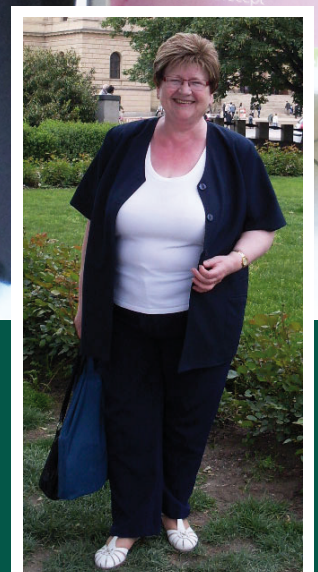
Bydliště: Kroměříž
Zaměstnání: seniorka

Věk: 72 let
Výška: 158 cm
Původní hmotnost: 104,3 kg
Současná hmotnost: 76,8 kg

Snížení o:
27,5 kg

Délka hubnutí: 8 měsíců
Původní velikost oblečení: 54
Současná velikost oblečení: 44–46

Zmenšení o:
4–5 konfekčních velikostí oblečení
Úbytek přes břicho: 23 cm



Miroslava Schlosserová v době, kdy vážila 104,3 kg.

Získala jsem zpět své zdraví

Paní Miroslava Schlosserová byla štíhlá až do svého těhotenství. Poté se již svých nadbytečných kil nedokázala zbavit vlastními silami. Různými dietami dospěla nejen k váze nad 100 kg, ale také k diabetu. Jenže život nekončí v 70 letech a tak se svěřila do odborných rukou výživové poradkyně Markéty Dočkalové z NATURHOUSE v Kroměříži. Po 8 měsících zhubla 27,5 kg, zeštíhlela v pase o 23 cm a může si vybírat z krásného oblečení v konfekční velikosti 44–46. A nejen to, místo 4 dávek inzulínu denně si píchá pouze 1.

Paní Miroslavo, můžete nám sdělit, co Vás přivedlo do výživové poradny NATURHOUSE?

Po porodu jsem přibrala a už jsem se svých kil navíc nedokázala zbavit. Což už je vzhledem k mému věku hezky pár desítek let.

Když jste k nám přišla poprvé, vážila jste přes 100 kg. Zkoušela jste se svých nadbytečných kil zbavit sama?

Pár diet jsem vyzkoušela, ale protože neměly dlouhodobé výsledky, vzdala jsem je. Nechtěla jsem se trápit hlady, shodit pár kilo, ale pak zase prožívat zklamání, protože jsem ta shozená kila vzápětí nabrala zpět.

Jak jste se vlastně o NATURHOUSE dozvěděla?

Sama bych poradnu nenavštívila, ale jednoho dne mne zastavila a oslovila usměvavá asistentka Denisa Pelantová, která mi nabídla měření BMI, tuků a vody v těle. Řekla jsem, že to prostě zkusím a dnes vím, že jsem udělala dobře.



Po tolika zklamáních, asi nebylo jednoduché začít věřit, že tentokrát už opravdu zhubnete. Co Vás k tomu přesvědčilo?

Měla jsem silnou cukrovku, píchala jsem si inzulín až 4x denně, a to mě přesvědčilo začít se svou váhou něco dělat. I můj ošetřující lékař mi doporučil zhubnout. Už po prvních 14 dnech byly vidět výsledky. Hladina cukru se rapidně snížila. Nyní si píchám inzulín jen 1x denně. Lékař, když viděl výsledky, tak zajásal a pochválil mě.

Jak se vám podařilo shodit a dosáhnout tak úžasného zdravotního zlepšení?

Od začátku jsem své hubnutí brala vážně a poctivě. Snažila se dodržovat jídelníček, rady a doporučení od mé výživové poradkyně Markéty Dočkalové. Nikdy bych nevěřila, že úprava stravy a stravovacích návyků udělá takové divy.

Byly i situace, kdy jste dietu porušila, nebo byste nejraději s hubnutím skončila?

Jídelníček, který mi sestavila má výži-

vová poradkyně Markéta, byl natolik vyvážený, že jsem neměla potřebu jej porušovat. I přesto, že jsem někdy zhřešila, mě nenapadlo s dietou skončit. V tom mi také velmi pomáhaly produkty NATURHOUSE. Nejvíce jsem si oblíbila čaj INFUNAT RELAX, který mi pomáhal se zbavovat přebytečné vody v těle. Když mě přepadla mlsná, pochutnala jsem si na sušenkách FIBROKI Tost. Z diet, které mi má výživová poradkyně týden co týden měnila, jsem si velmi oblíbila recept na rybu zapečenou s rajčaty a špenátovou dietu s krevetami.

Zhubla jste ve svém věku 27,5 kg a zeštíhlela přes břicho o 23 cm. Jak se nyní cítíte?

Je příjemné nosit krásné a barevné oblečení ve velikosti 44–46 místo 54. S postupným úbytkem mé váhy se celkově zlepšil můj zdravotní stav. Ve výživové poradně v Kroměříži se vždy cítím příjemně, je zde přátelská atmosféra a vlídný přístup, za který děvčatům ze srdce děkuji, zejména výživové poradkyni Markétě Dočkalové.