**ONLINE FORM**

**Adınız & Soyadınız \***

**Doğum Tarihiniz \***

**Cinsiyetiniz \***

**Medeni Durumunuz \***

**Eğitim Durumunuz \***

**Boyunuz \***

**Kilonuz \***

**Mesleğiniz \***

**Yaşadığınız İl \***

**Yaşadığınız İlçe \***

**Telefon Numaranız \***

**E-Posta Adresiniz \***

**Çalışma gün ve saatleriniz ?**

**20 dakikalık online görüşme için:**

**\*\* Salı –Perşembe 12.00 ye kadar yada**

**\*\*aynı günler akşam 18.00-21.00 arası tercihiniz?**

**Teşhis Edilmiş Bir Hastalığınız Var mı?**

**Kullandığınız ilaç/ilaçların adı?**

**Aileden Getirdiğiniz Genetik Hastalık/Hastalıklar ?**

**Hassasiyet/Duyarlılık/İntolerans yaratan besinler var mı? Adları nedir?**

**Yediğinizde gaz ve şişkinlik yaratan yiyecek veya içecekler?**

**Psikolojik olarak hassas olduğunuz yada zaman zaman kaygılarınızın arttığını hissediyor musunuz?**

**Sık hasta olur musunuz?**

**Bağışıklığınız için vitamin –mineral destekleri alıyor musunuz? Adları?**

**Aşırı yorgun musunuz?**

**Baş ağrılarınız ne sıklıkta?**

**Kemik ve Eklem ağrılarınız var mı?**

**Kimyasal alerjiniz var mı?Adları?**

**Kendinizi hangi kiloda sağlıklı ve mutlu hissedeceksiniz?**

**İyi hissettiğiniz kiloda en son ne zaman oldunuz?**

**Düzenli tuvalet alışkanlığınız var mı?**

**Su…**

**Çay…**

**Kahve…**

**Soda…**

**Alkol…**

**Fiziksel aktivite yapıyor musunuz?**

**Sağlık durumunuz ile ilgili yazmak istediğiniz başka bir şey var mı?**

**\*\*Bu formu doldurduktan** **karnapasude@hotmail.com** **adresine yollayın, sonra size en geç ertesi güne kadar dönüş yapılacak, ödeme tamamlandıktan sonra diyet programınız size gönderilecek. Kan değerleriniz elinizde mevcut ise bu değerler dikkate alınarak programınız oluşturulacak. Tahlilleriniz yoksa ilk diyet programına başladığınız hafta içinde tahlilleri yaptırıp mail ile bize gönderdiğinizde 2. Hafta bu değerler dikkate alınarak program devam edecek.**

**\*\*programınızda size görüşmenin olacağı gün ve saat bildirilecek, bizden kaynaklanan aksi durumda başka bir zaman randevusu oluşturulacaktır. Sizden kaynaklanan durumda görüşmemizin o haftaki kısmını whatsapp üzerinden yazışarak yapabilriz.( Takdir edersiniz ki bir çok kişi de benzer durum yaşarsak randevu saati oluşturmakta çok zorluk çekeriz☺)**