



Препоръчителни изследвания* при записване в програмата Лъки Банско Фит & Уелнес

БАЗОВИ ИЗСЛЕДВАНИЯ

- ПКК
- Общ билирубин
- Общ холестерол, HDL, LDL, триглицериди
- Общ белтък
- Пикочна киселина
- Креатинин
- Урея
- Чернодробни ензими – АСАТ, АЛАТ, ГГТ
- Кръвна захар
- С-реактивен протеин
- Директен билирубин
- Гликиран хемоглобин
- Хомоцистеин

ХОРМОНАЛНИ ИЗСЛЕДВАНИЯ

- TSH
- FT3 и FT4
- Естрадиол
- Тестостерон
- Кортизол (сутрешен)
- Серумен инсулин

УРИНА

- Общо химично изследване и седимент

ДРУГИ

- Ехография на вътрешни органи и щитовидна жлеза (желателно!)
- Бележка за здравословното състояние от личния лекар
- Епикризи и досие с медицинска информация при налични болести.

** Изследванията трябва да бъдат направени не по-рано от 3 месеца преди старта на програмата. Ако имате налични, направени до 3 месеца преди програмата, може да ползвате тях!*

ПОКАЗАНИЯ ЗА УЧАСТИЕ В ЛЪКИФИТ, при желание за намаляване на теглото!

- Наднормено тегло с индекс на телесната маса 29
 - I, II и III степен на затлъстяване
 - Метаболитен синдром

Може да участвате и с нормално тегло, но тогава не се очакват съществени промени в теглото ви!



**ПРОГРАМА ЛЪКИ БАНСКО ФИТ & УЕЛНЕС
СЕ ПРИЛАГА С ПОВИШЕНО ВНИМАНИЕ ПРИ
БРЕМЕННОСТ И КЪРМЕНЕ,
КАКТО И ПРИ НАЛИЧИЕ НА НЯКОЕ ОТ СЛЕДНИТЕ ЗАБОЛЯВАНИЯ:**

- Сърдечносъдова система – състояния след прекаран сърдечен инфаркт, сърдечна недостатъчност, хипертония, по висока от II степен, вродени дефекти на сърдечните клапи, стенокардия, исхемична болест на сърцето, тежки състояния на разширени вени с предпоставки за образуване на тромби, тромбофлебит, ХАНК, хемофилия, средни и тежки нарушения на мозъчното кръвообращение;
- Опорно-двигателна система – дегенеративни ставни заболявания в напреднал стадий от типа на едностранна и двустранна коксартроза, гонартроза, остри ставни възпаления, силна мускулна хипотрофия, нарушена проводимост и съкратимост на мускулите, нарушена походка вследствие неврологично заболяване, сменени стави или автоимунни заболявания, засягащи мускулния тонус;
- Дихателна система – остри белодробни възпаления, бронхиална астма, неповлияваща се от лечение, бронхиектазна болест, ХОББ, белодробна хипертония;
- Отделителна система – остри възпаления на бъбреците, бъбречна недостатъчност, пиелонефрит в остър и подостър стадий, бъбречнокаменна болест, остър цистит, остър уретрит и др.;
- Нервна система – състояния след прекаран мозъчен инсулт, епилепсия, медиална дискова херния с неврологични нарушения, множествена склероза, болест на Паркинсон, диабетна и алкохолна полиневропатия в тежка степен, синдром на Гилен-Баре и други нарушения на нервната система, които засягат нормалната походка и издръжливостта при натоварване;
- Зрителна система – глаукома, катаракта в напреднала степен;
- Храносмилателна система – остър панкреатит, чернодробна цироза, хепатит, холецистит в остър стадий, тежък езофагиален рефлукс;
- Ендокринна система – инсулинозависим захарен диабет, миастения гравис, нелекувана тиреотоксикоза;
- Други заболявания, за които лекуващият и/или общопрактикуващият лекар са предписали ограничения на двигателната активност и специфично диетично хранене.

ВАЖНО!

Ако имате някое от изброените заболявания и желаете да се включите в програмата, можете да го направите, но с облекчено двигателното натоварване (например без преходи, но с участие в следобедната гимнастика).

Екипът на **Лъки Банско Фит & Уелнес** не гарантира положително повлияване на което и да било от изброените по-горе заболявания, както и постигане на желания от вас ефект от програмата.

Ако се колебаете или имате нужда от разяснения, консултирайте се с нас.