

Henter Izabella RD

dietetikus, egészségügyi menedzser

Dietetikus diplomámat 1980-ban a Semmelweis Orvostudományi Egyetem Egészségügyi Főiskolai Karán szereztem, egészségügyi menedzser végzettségemet a Haynal Imre Egészségtudományi Egyetemen 1999-ben.

Szakmai gyakorlatomat az Országos Rheuma és Fizioterápiás Intézet Belgyógyászati, Autoimmun és Élelmezési osztályán szereztem, majd a Semmelweis Egyetem Gyermekklinikáján ill. a Madarász utcai Gyermekkorházban.

1995-től egy magyar holland tápszer-gyártó és forgalmazó vállalat tudományos munkatársaként foglalkoztam csecsemő és kisdetektáplálással. 1998-tól feladatköröm a gyomor-bélrendszer betegségei, onkológia, tüdőgyógyászat, csontritkulás és sebészet táplálkozással összefüggő területe volt.

1996-tól képviseltem Magyarországot az Európai Dietetikus Szövetségben EFAD (European Federation of the Associations of Dietitians). 2001-ben megválasztották a Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége főtitkárának. 2005 óta az Ápolási Szakmai Kollégiumnak választott tagjaként tevékenykedem.

5 szakirányú könyv társszerzője, több mint 20 egészségügyi cikk szerzője vagyok. Tudományos fórumokon és betegcsoportoknak több mint 40 előadást tartottam.

Mérnök, pedagógus családból származom. Három felnőtt gyermek édesanyja vagyok, férjem építész.



2008-tól vállalkozó dietetikusként tevékenykedem, tapasztalatommal és tudásommal szeretném azokat támogatni, akik jól szeretnék érezni magukat a bőrükben és ezért tenni is akarnak.

12+1 ok – ami miatt hozzám fordulhat / magyar és angol nyelven

Egészséges táplálkozás bevezetése az egyéni étrendbe

Csecsemő és gyermek-táplálkozás

Várandós és szoptatós édesanyák étrendje

Változó korúak étrendje

„Fejfájás étrend”

Csontritkulás és táplálkozás

Fogyókúra

Akik szeretnének felszedni pár kilót

Táplálkozási allergiák, intoleranciák (tehéntej fehérje-, tojás-, szója allergia, tejcukor- gyümölcscukor-érzékenység, lisztérzékenység)

Gyomor-bélrendszer betegségeinek dietetikája

Cystas fibrosis

Daganatos betegek táplálkozása

Szondatáplálás

Mit foglal magában a dietetikai tanácsadás?

Első alkalom 6.000 Ft+ ÁFA/óra (kb. 1,5 óra) Angol nyelven 10.000 Ft+Áfa/óra

Tápláltsági rizikó szűrés

Tápláltsági állapot felmérés (BMI számítás, testzsír százalék mérés, derék körfogat mérés)

Táplálkozási anamnézis felvétel (aktuális táplálkozás kiértékelése, étrendi napló elemzése, laboratóriumi és egyéb vizsgálati eredmények elemzése dietetikai szempontból)

Egyénre szabott energia- és tápanyagbevitel meghatározása

Táplálkozást érintő életmód tanácsok

Egyéni étrend összeállítása, gyakorlatias tanácsok, praktikák

Kontroll 4000 Ft+ ÁFA (30-40 perc) Angol nyelven 6.000 Ft/ÁFA/ alkalom

Étrendi napló elemzése, ellenőrző mérések, szükség esetén étrend, életmód módosításra vonatkozó tanácsok

Egyénre szabott étrend kidolgozásának ára a megbeszélrt időtartam és részletesség függvényében változik.

Időpontok: hétfő 12.00-15.00 kedd du: 16.30-19.00

Elérhetőség: 06 30 27 47 643

Email: izabella.henter@gmail.com

Izabella Henter RD
Dietitian
Health care manager



I took my degree at the Dietetic department of the Health Sciences Collage of the Semmelweis Medical University of Budapest, and Health care Manager at the department of the Paramedical Faculty of Haynal Imre Health Science University.

I started my career at the Medicine-Autoimmun and Catering Department of National Institute of Rheuma and Physiotherapy.

I continued my work in the Pediatric Clinic of Semmelweis Medical University and in the "Madarász" Pediatric Hospital. I was a consultant dietitian on the Pediatric Outpatient Clinic.

From 1995 I worked as a scientific support dietitian for a Hungarian-Dutch trading company of infant and tube feeding formulas. I was responsible for the nutrition of infants and children.

Three years later I moved to the Clinical Nutrition Department and dealt with the nutritional aspects of gastroenterology, oncology, pulmonology, osteoporosis and surgery. In this position I was in close relation with the patients'societies of these kinds of illnesses.

I have been representing Hungary in the European Federation of the Associations of Dietitians (EFAD) since 1996. In 2001 I was elected to be the general secretary of the Hungarian Dietetic Association. I'm the elected member of the Advisory Board of Nursing.

I'm the co-author of 5 nutritional books, I wrote more than 20 articles on the subject of dietetics. I was a lecturer more than 40 times at conferences and public events.

I come from an engineer-teacher family. I have got three adult children, my husband is an architect.

I act as a freelance dietitian from 2008. I believe we all responsible for our health.

I would like to support all my clients who want to do for their own well-being with my experiences and knowledge.

12+1 reasons to ask for the dietitian

Introducing healthy life style and nutrition into your individualized diet

Infant and child nutrition

Nutrition of pregnant and lactating women

Diet of the „change of life” period

„Head-ache diet”

Osteoporosis and nutrition

Slimming cure

Weight gain diet

Food allergy, food intolerance (cow's milk-, egg-, soya, lactose, fructose, coeliac disease)

Gastrointestinal diseases and diets

Cystic fibrosis

Malignant diseases and nutrition

Tube feeding

What does the dietetic counselling mean?

Nutritional risk screening

Nutritional assessment (BMI, body fat %, abdominal circumference)

Nutritional anamnesis (evaluation of actual nutritional habit, analyse the food diary, food frequency, food amount, calculation of energy and nutrient intake)

Prepare the individualized diet

Lifestyle advices referring nutrition

Practical advices, tips

Consultation fee:

First time: 10.000 HUF + VAT (cca. 90 minutes)

Kontrol: 6.000 HUF + VAT (cca. 30-40 minutes)

Consulting hours: Monday 12.00-15.00, Tuesday 14.30-19.00

Location: 1092 Budapest, Ferenc krt. 2-4. III. floor / App. 24. door-bell 44

Mobil: 06 30 27 47 643

Email: izabella.henter@gmail.com