



**Verloskundigenpraktijk
Heilema**

tel: 075-6401042

www.heilema.nl
praktijk@heilema.nl

Voeding en Leefstijl

Voeding en leefstijl

Zoals we al tijdens de eerste controle hebben verteld, is voeding heel belangrijk tijdens de zwangerschap. Niet alleen heeft verkeerde voeding consequenties voor de gezondheid van de baby maar is het ook op uw eigen lichaam van invloed.

Neem gerust contact op met de diëtiste:

- Bij eetproblemen in het verleden.
- Als je vanwege misselijkheid niet alles binnen krijgt.
- Bij veel spugen.
- Bij ongewenste gewichtsafname of gewichtstoename.
- Als je weet dat je ongezond eet
- Als er sprake is van obstipatie en je dit zelf niet kan verhelpen.
- Bij verhoogde suikerwaarden in het bloed.

Meestal worden een aantal consulten bij de diëtiste door de zorgverzekeraar vergoed. Dit verschilt per verzekering.

Schroom dus niet om contact op te nemen.

Wij werken samen met Diëtistenpraktijk Alimentum

Er zijn locaties door heel Zaanstad, waaronder bij ons op de praktijk locatie Westerwating.

Telefoon: 075 641 1672

www.alimentum.nl