1. Проводится первичная консультация (онлайн)

Шаг 1. Клиентка находит телеграмм канал, в приветствие ей выдается анкета (тест) для выявления группы риска (имеется ли предрасположенность, если она сама не обладает информацией об истории болезни своей семьи, беременность первая, используем наводящие вопросы)

Примерные вопросы:

1. Выберете ваш ИМТ (индекс массы тела, его сообщают на первом осмотре в ЖК) – если >26 имеется риск, если <25,9 риск снижен
2. Есть ли у ваших родственников сахарный диабет 1 или типа?

Варианты ответа: да, были – имеются риски; нет - риск снижен; не знаю – нейтральный ответ.

1. Был ли ГСД в предыдущие беременности?

Варианты ответа: это первая беременность (риск снижен); да, был ГСД (риск повышен)

1. Какой вы ведете образ жизни?

Варианты ответа: малоподвижный, выхожу из дома только в случае крайней необходимости (риск повышен); периодически выхожу на прогулку, но добираюсь на машине/такси (риск повышен); активно гуляю, чаще хожу пешком (риск снижен)

1. Есть ли у вас подобные симптомы?
2. частое мочеиспускание и жажда b) быстрая утомляемость и слабость c) зуд кожи и частые инфекции мочевыводящих путей d) все перечисленные варианты
3. исходя из результата тестирования выдается первичный диагноз (высокий , средний, низкий риски)
4. уточняем у клиента анамнез, жалобы, отвечаем на возникшие вопросы.
5. Спрашиваем о вкусовых предпочтениях
6. Запрашиваем выписку от гинеколога о состоянии здоровья
7. Уточняем общее самочувствие
8. Спрашиваем о финансовых рамках, в какой бюджет планируется недельная корзина продуктов
9. Обговариваем примерное меню
10. Узнаем как клиент готовит(умеет или нет)
11. Согласовываем меню.
12. Исключаем из рациона продукты которые могут нанести вред.
13. По ходу протекания беременности корректируем план питания, добавляем/убираем физическую нагрузку.
14. Т.к интересующее заболевания проявляется во второй триметр беременности(20 недель) первичный результат ожидаем через 5-6 недель после обращения клиента.
15. Если клиент желает получать план питания в послеродовый период, и в период лактации мы составляем план питания придерживаясь правил.
16. Происходит опрос о состоянии здоровья клиента, и запрашивается выписка из роддома и заключение врача-гинеколога(как протекали роды, были ли осложнения и хирургические вмешательства) для составления оптимального плана тренировок.
17. Запрашивается заключение педиатра о состоянии здоровья новорожденного (соответствуют ли рост/вес нормам) для подключения ребенка к упражнениям, но по желанию клиента.
18. Первичный результат ожидается через 6 месяцев.

Наш продукт включает: постоянную связь с клиентом( есть возможность позвонить/написать в чат или связаться напрямую с членом команды), видеоролики (наглядно показанные рецепты, упражнения), полезные статьи о пользе/вреде продуктов питания.

Премиум контент: более развернутые и подробные статьи о ведении беременности, факторы риска развития ГСД, как избежать потери фигуры во время беременности, как быстрее восстановиться не прибегая к хирургическим вмешательствам; как правильно делать упражнения, разбор ошибок.