

◆ Szkolenie dla Trychologów – Case study z gabinetu Trychologa ◆

- Koszt szkolenia: 249zł
- Czas trwania szkolenia: 3 godziny
- Termin szkolenia: 07.07.2025 godz. 18:00
- Miejsce szkolenia: online (dostęp do nagrania ze szkolenia + materiały szkoleniowe)
- Certyfikat

Prowadząca szkolenie:

mgr Kinga Kłeczek-Róg

Dietetyk, Psychodietetyk, Analityk medyczny

Opieką dietetyczną obejmuje zarówno dzieci jak i dorosłych. Specjalistka niedoborów pokarmowych. U dzieci prowadzi dietoterapię w zakresie - trudności w karmieniu, rozszerzania diety, alergii/nietolerancji pokarmowych, niedoborów pokarmowych i analizy wyników badań.

Prowadzi dorosłych z problemami jelitowymi, alergiami/nietolerancjami pokarmowymi, chorobami tarczycy, niewyrównaną gospodarką witaminowo-mineralną.

Współpracuje z Trychologami z całej Polski. Na co dzień pracuje w Klinice Trychologicznej. Wykładowca na kursach i szkoleniach zakresu żywienia i suplementacji.

Współautorka książki Księga Smaków dla dzieciaków.

KINGA KLĘCZEK-RÓG

be healthy

Plan szkolenia trychologicznego – Praca z pacjentem od diagnozy do efektu

Temat przewodni: 3 przypadki kliniczne z gabinetu trychologa

Czas trwania: ok. 3 godziny

Wprowadzenie

- Rola trychologa w interdyscyplinarnym podejściu do zdrowia pacjenta
 - Zakres kompetencji – jakie badania możesz zasugerować, zalecenia oraz suplementacja
 - Krótkie omówienie celu szkolenia i struktury pracy z przypadkami
-

Moduł 1: Przypadek 1 – Dziecko z niedoborami witaminowo – mineralnymi i nadmiarem pierwiastków toksycznych

Tematy:

- Objawy widoczne w gabinecie trychologicznym (wypadanie włosów, słaba kondycja skóry, rozdrażnienie)
- Znaczenie wywiadu z opiekunem
- Podejrzenia: niedobory mikroelementów, ekspozycja na pierwiastki toksyczne

Diagnostyka:

- Badania: analiza pierwiastkowa włosów, morfologia, ferrytyna, wit. D3, witamina B12, kwas foliowy, lipidogram, CRP, diagnostyka pasożytów

Interpretacja:

- Jak odczytywać wyniki i na co zwrócić uwagę
- Wskazówki do rozmowy z rodzicem o dalszych krokach

Plan działania:

- Przykładowy plan żywieniowy dla dziecka (elementy diety przeciwzapalnej, dieta eliminacyjno-rotacyjna)
- Suplementacja

Moduł 2: Przypadek 2 – Dorosły z problemami jelitowymi

Tematy:

- Związek mikrobioty jelitowej ze zdrowiem skóry i włosów
- Typowe objawy (wzdęcia, zaparcia/biegunki, łamliwość włosów, wypadanie włosów, trądzik, mgła mózgowa)

Diagnostyka:

- Badania: kalprotektyna, zonulina, SIBO (test oddechowy), Organix Gatsro, kał (mikrobiota, pasożyty), homocysteina, witamina B12, kwas foliowy, morfologia, żelazo, ferrytyna, lipidogram,

Interpretacja:

- Co może sugerować SIBO, dysbiozę jelitową, niedobory
- Kiedy i do jakiego specjalisty warto skierować pacjenta?

Plan działania:

- Dieta eliminacyjna / dieta low-FODMAP jako wsparcie żywieniowe
 - Wsparcie jelit: probiotyki, enzymy trawienne, błonnik rozpuszczalny
 - Uzupełnianie niedoborów
-

Moduł 3: Przypadek 3 – Osoba z chorobami tarczycy + podejrzenie KPU (kryptopyruilii)

Tematy:

- Charakterystyka objawów: sucha skóra, łamliwe włosy, wypadanie, zmęczenie, wahania nastroju
- Rola KPU w przewlekłych niedoborach witaminowo-mineralnych

Diagnostyka:

- Badania: TSH, FT3, FT4, anty-TPO, anty-TG, ferrytyna, ALP, wit. B6, test KPU z moczu, morfologia, żelazo, ferrytyna, witamina B12, kwas foliowy, lipidogram

Interpretacja:

- Zależności między niedoborami a hormonami tarczycy
- Jak rozpoznać możliwe KPU bez testu

Plan działania:

- Dieta przeciwzapalna + wsparcie wchłaniania
 - Suplementacja
 - Edukacja pacjenta
-



Moduł końcowy: Uniwersalne narzędzia dla trychologa

- **Lista badań bazowych na 1. konsultację (uniwersalna checklista PDF)**
 - **Dieta przeciwzapalna – przykładowy 3-dniowy jadłospis do przekazania pacjentowi**
 - **Protokół podstawowej suplementacji witaminowo-mineralnej (z dawkami orientacyjnymi)**
 - Omówienie zasad bezpieczeństwa w suplementacji – czego trycholog NIE powinien zalecać
 - Przykład zaleceń do wydania pacjentowi po 1. wizycie
-



Zakończenie i pytania

- Podsumowanie kluczowych punktów
 - Odpowiedzi na pytania uczestników
 - Propozycje dalszych źródeł wiedzy / certyfikat
-



Materiały dołączone do szkolenia (do pobrania):

1. **Checklisty badań dla każdego przypadku klinicznego** (osobne PDF-y)
 2. **Uniwersalna lista badań na 1. wizytę**
 3. **Szablony zaleceń żywieniowych:**
 - Dieta przeciwzapalna
 - Low-FODMAP (wersja uproszczona)
 - Dziecko – bezpieczne zalecenia dietetyczne
 4. **Protokół podstawowej suplementacji – tabela z zakresami dawek**
 5. **Wzory notatek z konsultacji** (np. sekcje: obserwacje, wyniki, plan działania, zalecenia)
-