



**LECZNICTWO, TERAPIA, PROWADZENIE ZDROWEGO TRYBU ŻYCIA  
- PROFILAKTYKA I ZDROWE ODŻYWIENIE 08-14.04.2024**



**Grzegorz Klonek**

Specjalizuję się w trudnych przypadkach. Moja specjalizacja obejmuje wiele obszarów, takich jak:

- diety pod badania krwi
- szybka redukcja wagi,
- insulinoporność,
- cukrzyca typ 1 i 2
- PCOS,
- niedoczynność tarczycy i choroba Hashimoto
- nowotwory i bezpłodność.
- stany zapalne
- refluks,
- choroba Crohna

Ukończyłem AWF Katowice kierunek Wychowanie Fizyczne oraz podyplomowe studia : Dietetyka I Planowanie żywienia na WSNS Lublin. Obecnie współpracuje naukowo z AWF KATOWICE, gdzie zamierzam bronić doktorat.

Moja dieta ketogeniczna została potwierdzona skutecznymi wynikami naukowymi, które znajdziesz w pracy dostępnej na PUB MED pod tytułem: "The Effects of a Low Calorie Ketogenic Diet on Glycaemic Control Variables in Hyperinsulinemic Overweight/Obese Females."

Poza dietoterapią, moje hobby obejmuje: judo, bjj, boks oraz pracę z psami. Jestem posiadaczem czarnego pasa w judo, reprezentowałem nasz kraj na ME i MŚ w judo. Mam wiele medali z MP i Pucharów Polski w judo i jujitsu.

