

АНТИСТРЕСС

Программа для улучшения физического и психологического состояния, нормализации эмоционального фона, профилактики хронических заболеваний. Включено наблюдение терапевта, массажи, лечебная гимнастика и групповые занятия по психотерапии.

ДЛЯ КОГО ПРОГРАММА?	ПОКАЗАНИЯ	РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ
Для тех, кто часто находится в состоянии стресса, много работает, испытывает физическую и психологическую усталость, чувствует симптомы профессионального выгорания.	<ul style="list-style-type: none"> · нейроциркуляторная дистония · вегетососудистая дистония · синдром хронической усталости · невротические расстройства · нарушения сна · повышенная тревожность 	<ul style="list-style-type: none"> · улучшение внимания · повышение устойчивости к физическим нагрузкам · улучшение общего состояния и сна · устранение проявлений усталости и переутомления · нормализация фона настроения · уменьшение симптомов дисбаланса вегетативной нервной системы · стабилизация показателей пульса и артериального давления в границах нормы

№	НАЗВАНИЕ ПРОЦЕДУРЫ	КОЛИЧЕСТВО ДНЕЙ		
		10	14	21
1	Консультация терапевта	2	3	4
2	Альфа СПА - капсула 20 мин или посещение парозманатория	2	3	4
3	Душ лечебный Виши или циркулярный	3	5	8
4	Сухой бесконтактный гидромассаж «Акватайзер»	3	5	8
5	Электрофорез магния воротниковой зоны / магнитотерапия / СМТ	3	5	8
6	Прием минеральной воды 3 раза в день	10	14	21
7	ЛФК релаксационный комплекс продолжительность 20 мин	5	7	10
8	Климатолечение, морские купания, солнечные ванны в зависимости от сезона	10	14	21

В ОЖИДАНИИ МАЛЫША

Беременность — трогательный период в жизни каждой женщины. В это время будущей маме важно уделять внимание своему здоровью. Консультация терапевта, гинеколога и косметолога, посещение соляной пещеры, плавание поможет оставаться здоровой, красивой и счастливой.

ДЛЯ КОГО ПРОГРАММА?	ПОКАЗАНИЯ	РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ
Для беременных индивидуально	<ul style="list-style-type: none"> · повышенный риск осложнений в виде вегето-сосудистой дистонии, венозной недостаточности, отёчности во время беременности · наличие предрасположенности или хронических заболеваний 	<ul style="list-style-type: none"> · улучшение общего самочувствия и сна · устранение проявлений усталости и переутомления · уменьшение симптомов дисбаланса вегетативной нервной системы · уменьшение варикозного расширения вен и отеков на нижних конечностях · нормализация фона настроения · стабилизация пульса и артериального давления в границах нормы

№	НАЗВАНИЕ ПРОЦЕДУРЫ	КОЛИЧЕСТВО ДНЕЙ		
		10	14	21
1	Наблюдение врача-гинеколога	2	3	4
2	Консультация терапевта	1	1	1
3	Водорослевые обертывания голеней	2	2	2
4	ЛФК для беременных	5	7	10
5	Спелеокамера (соляная пещера)	3	5	8
6	Прием минеральной воды 3 раза в день	10	14	21
7	Лекция для беременных	1	1	1
8	Климатолечение, морские купания, солнечные ванны	10	14	21

ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

Профилактика и лечение «женских заболеваний».
Во время программы вам проведут диагностику с последующим включением в комплекс лечения аппаратной физиотерапии, бальнеотерапии и пелоидотерапии.

ДЛЯ КОГО ПРОГРАММА?	ПОКАЗАНИЯ	РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ
<p>Для девушек и женщин в возрасте от 18 лет. Рекомендована при наличии хронических заболеваний, сбоях менструального цикла, ярко выраженном ПМС.</p>	<ul style="list-style-type: none"> · хронические заболевания органов малого таза · заболевания репродуктивной системы · подготовка к беременности · бесплодие 	<ul style="list-style-type: none"> · обезболивающий, трофический, противовоспалительный эффекты · профилактика бесплодия · повышение местного и общего иммунитета · диагностика хронических заболеваний органов малого таза

№	НАЗВАНИЕ ПРОЦЕДУРЫ	КОЛИЧЕСТВО ДНЕЙ		
		10	14	21
1	Наблюдение гинеколога	2	3	4
2	Консультация терапевта	1	1	1
3	Альфа СПА – капсула 20 мин.	3	5	8
4	СВЧ – терапия на область проекции яичников, матки	3	5	8
5	Восходящий душ	3	5	8
6	Пелоидотерапия трусиковой зоны	3	5	8
7	Прием минеральной воды 3 раза в день	10	14	21
8	ЛФК при гинекологических заболеваниях	5	7	10
9	Лекция	1	1	1
10	Климатолечение, морские купания, солнечные ванны	10	14	21

ЗДОРОВЫЕ СУСТАВЫ

Программа обеспечивает комплексное обследование и лечебное воздействие современными технологиями: аппаратная физиотерапия, гидрогальванические ванны, криотерапия, пелоидотерапия. Абиоимпедансный анализ состава тела поможет понять возможности организма, риски развития заболеваний опорной системы, суставов и метаболических нарушений.

ДЛЯ КОГО ПРОГРАММА?	ПОКАЗАНИЯ	РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ
Рекомендуется лицам, с хроническими заболеваниями и посттравматическими поражениями суставов, при болях в суставах, уменьшении подвижности, чувстве скованности в суставах.	<ul style="list-style-type: none"> заболевания опорно-двигательного аппарата поражение суставов в результате травм и повреждений артрит и артроз 	<ul style="list-style-type: none"> обезболивающий эффект поражение суставов в результате травм и повреждений артрит и артроз повышение толерантности к физической нагрузке обучение суставной гимнастике

№	НАЗВАНИЕ ПРОЦЕДУРЫ	КОЛИЧЕСТВО ДНЕЙ		
		10	14	21
1	Наблюдение физиотерапевта	2	3	4
2	СВЧ – терапия или лазеротерапия суставов	3	5	8
3	Фангопарафин или пелоидотерапия суставов	3	5	8
4	4-х камерная ванна или гидромассаж со светотерапией в ванне каракала (АПДМ)	3	5	8
5	Прием минеральной воды 3 раза в день	10	14	21
6	Лекция	1	1	1
7	Лечебная гимнастика для суставов в бассейне	5	7	10
8	Климатолечение, морские купания, солнечные ванны	10	14	21

ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК

Малоподвижный образ жизни, неправильное положение корпуса во время работы, восстановление после травм – предшественники серьезных заболеваний позвоночника. Основой программы являются аппаратная физиотерапия и пелоидотерапия, массаж и лечебная гимнастика.

ДЛЯ КОГО ПРОГРАММА?	ПОКАЗАНИЯ	РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ
<p>Программа ориентирована для лиц с подострым течением процесса, людям, ведущим сидячий образ жизни и имеющим серьезные травмы в прошлом. Рекомендуется при обострении болей в спине и пояснице, нарушении осанки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> · малоподвижный образ жизни · гиподинамия · заболевания костно-мышечной системы и соединительной ткани · остеопороз 	<ul style="list-style-type: none"> · укрепление мышечного корсета позвоночника · обучение суставной гимнастике · обезболивающий эффект, улучшение сегментарного кровоснабжения · увеличение объема движений в позвоночнике · улучшение осанки

№	НАЗВАНИЕ ПРОЦЕДУРЫ	КОЛИЧЕСТВО ДНЕЙ		
		10	14	21
1	Консультация терапевта	2	3	4
2	Лазеротерапия или магнитотерапия области позвоночника	3	5	8
3	Фангопарафин спина / Электрогрязь	3	5	8
4	Циркулярный душ, душ виши, вихревая ванна	3	5	8
5	Сухой бесконтактный массаж «Акватайзер» или массаж ручной 1 зоны позвоночника	3	5	8
6	Прием минеральной воды 3 раза в день	10	14	21
7	Суховоздушный радон	3	5	8
8	Лекция	1	1	1
9	ЛФК комплекс для позвоночника	5	7	10
10	Климатолечение, морские купания, солнечные ванны	10	14	21

ЗДОРОВЬЕ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

Наша комплексная программа уменьшает содержание холестерина в крови, улучшает свойства крови, нормализует снабжение мышцы сердца кислородом, повышает толерантность к физической нагрузке.

ДЛЯ КОГО ПРОГРАММА?	ПОКАЗАНИЯ	РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ
Рекомендована при заболеваниях сердца, нарушениях работы сердечно-сосудистой системы и их проявлениях.	<ul style="list-style-type: none"> · ишемическая болезнь сердца · атеросклеротическое сужение · спазм венечных артерий 	<ul style="list-style-type: none"> · профилактика гиподинамии дозированной физической нагрузкой · улучшение поступления кислорода в сердечную мышцу · улучшение реологических свойств крови · нормализация (снижение) «плохого» холестерина в крови

№	НАЗВАНИЕ ПРОЦЕДУРЫ	КОЛИЧЕСТВО ДНЕЙ		
		10	14	21
1	Наблюдение врача специалиста	2	3	4
2	Консультация терапевта	1	1	1
3	Прием минеральной воды 3 раза в день	10	14	21
4	Электрофорез магния воротниковой зоны, магнитотерапия	3	5	8
5	Циркулярный душ / душ виши	3	4	5
6	Воздушно радоновая ванна или углекислая ванна	2	3	4
7	ЛФК комплекс при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	5	7	10
8	Лекция	1	1	1
9	Климатолечение, морские купания, солнечные ванны	10	14	21

ЛЕГКИЕ НОГИ

Комплексный подход, профилактика гиподинамии, активизация «мышечного насоса» ног обеспечиваются самыми современными технологиями физиотерапии для естественного улучшения венозного оттока, улучшения реологических свойств крови, достижения обезболивающего, трофического, противовоспалительного, косметического эффектов.

ДЛЯ КОГО ПРОГРАММА?	ПОКАЗАНИЯ	РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ
Программа рекомендуется лицам, страдающим варикозным расширением вен нижних конечностей – хроническим заболеванием вен, которое сопровождается болевыми ощущениями, отеками ног, эстетическими проблемами.	<ul style="list-style-type: none"> • варикоз • отёчность • чувство тяжести в ногах • сидячий образ жизни 	<ul style="list-style-type: none"> • обучение здоровому образу жизни • повышение толерантности к физической нагрузке • обезболивающий, трофический, противовоспалительный эффекты • улучшение реологических свойств крови • повышение тонуса мышц ног и активизация «мышечного насоса» • снижение отечности ног

№	НАЗВАНИЕ ПРОЦЕДУРЫ	КОЛИЧЕСТВО ДНЕЙ		
		10	14	21
1	Наблюдение терапевта	2	3	4
2	Лимфодренаж или дарсонваль нижних конечностей	3	1	1
3	Ванна вихревая / 4х-камерная ванна	2	5	8
4	Водорослевые обертывания голеней	1	2	2
5	Циркулярный душ или душ виши	2	5	8
6	ЛФК	5	7	10
7	Нордическая ходьба	3	5	8
8	Климатолечение, морские купания, солнечные ванны	10	14	21

МУЖСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

Программа позволяет проводить точную диагностику и комплексное лечение современными технологиями аппаратной физиотерапии, бальнеотерапии и пелоидотерапии для улучшения здоровья мужчин и профилактики многих заболеваний, проявляющихся с возрастом.

ДЛЯ КОГО ПРОГРАММА?	ПОКАЗАНИЯ	РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ
<p>Рекомендуется мужчинам с хроническими заболеваниями предстательной железы, симптомами которых могут быть общее плохое самочувствие и снижение трудоспособности, расстройство мочеиспускания, репродуктивной и мочеполовой функций.</p>	<ul style="list-style-type: none"> заболевания предстательной железы заболевания мочеполовой системы нарушение репродуктивной функции расстройства мочеиспускания 	<ul style="list-style-type: none"> укрепление общего иммунитета повышение потенции спазмолитический, обезболивающий, трофический эффекты диагностика хронических заболеваний простаты

№	НАЗВАНИЕ ПРОЦЕДУРЫ	КОЛИЧЕСТВО ДНЕЙ		
		10	14	21
1	Наблюдение уролога	2	3	4
2	Консультация терапевта	1	1	1
3	Магнитотерапия	3	5	8
4	Восходящий душ	3	5	8
5	Пелоидотерапия трусиковой зоны	3	5	8
6	Альфа СПА - капсула 20 мин.	3	5	8
7	Прием минеральной воды 3 раза в день	10	14	21
8	ЛФК комплекс при урологических заболеваниях	5	7	10
9	Лекция	1	1	1
10	Климатолечение, морские купания, солнечные ванны	10	14	21

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ОТДЫХ В КРЫМУ (ВЗРОСЛЫЕ)

Сделайте свой отдых максимально полезным. Благоприятное воздействие климата Крыма в сочетании с общими оздоровительными процедурами наполнит вас силами и здоровьем.

Программу можно пройти, проживая в комплексе от 1-го дня.

Наличие санаторно-курортной карты не требуется.

ДЛЯ КОГО ПРОГРАММА?	ПОКАЗАНИЯ	РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ
Для тех, кто чувствует симптомы хронической усталости, снижение иммунитета, раздражительность и нарушения сна.	<ul style="list-style-type: none"> частые стрессы слабый иммунитет недавно перенесенные простудные заболевания 	<ul style="list-style-type: none"> профилактика простудных заболеваний нормализация психоэмоционального состояния и биоритмов улучшение состояния иммунной системы

№	НАЗВАНИЕ ПРОЦЕДУРЫ	КОЛИЧЕСТВО ДНЕЙ					
		3	5	7	10	14	21
1	Терапевтический прием (осмотр, консультация)	1	1	1	2	2	2
2	Плавание в бассейне	3	5	7	10	14	21
3	Консультация стоматолога	1	1	1	1	1	1
4	Прием минеральной воды 3 раза в день	3	5	7	10	14	21
5	Ингаляции минеральной воды	1	2	2	3	5	8
6	Лекции	1	1	1	1	1	1
7	Климатотерапия	3	5	7	10	14	21

СВОБОДНОЕ ДЫХАНИЕ

Просто находясь на курорте, — вы уже проходите профилактическую программу для своей дыхательной системы. Климат южного побережья Крыма и морской воздух в сочетании с физиотерапевтическим воздействием позволяет добиться полноценного реабилитационного и профилактического эффекта.

ДЛЯ КОГО ПРОГРАММА?	ПОКАЗАНИЯ	РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ
<p>Программа рекомендуется людям с хроническими заболеваниями дыхательной системы. Также программа полезна людям, часто болеющим простудой и ОРВИ.</p>	<ul style="list-style-type: none"> · синусит · тонзиллит · бронхит · бронхиальная астма · другие хронические заболевания дыхательной системы 	<ul style="list-style-type: none"> · снижение проявлений симптомов хронических заболеваний · обучение дыхательной гимнастике · уменьшить частоту приступов удушья · повышение жизненной ёмкости легких · улучшение бронхиальную проводимость, дренажную функцию бронхов

№	НАЗВАНИЕ ПРОЦЕДУРЫ	КОЛИЧЕСТВО ДНЕЙ		
		10	14	21
1	Наблюдение терапевта	2	3	4
2	Интерференцтерапия (ИИТ) области бронхов или электрогрязь, или магнитотерапия	3	5	8
3	Ингаляции минеральной воды или фитопрепаратов	3	5	8
4	Спелеокамера (соляная пещера)	3	5	8
5	Парорадоновый эманаторий	1	1	3
6	Акватайзер или вихревая ванна или АПДМ (гидромассаж со светотерапией в ванне каракала)	3	5	8
7	Прием минеральной воды 3 раза в день	10	14	21
8	ЛФК дыхательный комплекс	5	7	10
9	Лекции	1	1	1
10	Климатолечение, морские купания, солнечные ванны	10	14	21