

## **Санаторий имени В.И. Ленина 3\*/4\* (Ундоры) Санаторий «Дубки» (Ундоры)**

### **Программа «Лечение позвоночника и суставов»**

Остеохондроз позвоночника – одно из самых частых заболеваний, боль в спине сегодня периодически испытывают все люди старше 50 лет. Остеоартроз среди всех заболеваний, занимает 4-е место у женщин и 8-е у мужчин, причем распространенность данной патологии неуклонно растет.

Многолетний опыт врачей и уникальные природные факторы санатория имени В.И. Ленина и санатория «Дубки» послужили основой для разработки программы по лечению заболеваний позвоночника и суставов. Применение эффективных лечебных методик и новейшего оборудования помогут Вам восстановить свободу движений и легкую красивую походку!

В рамках программы «**Лечение позвоночника и суставов**» санаторий предлагает консультации терапевта и невролога, обследование: общий анализ крови и мочи.

**Продолжительность программы:** от 10 дней.

#### **Показания**

- остеохондроз позвоночника, грыжа дисков, спондилолистез;
- последствия травм позвоночника и нижних конечностей;
- остеоартрозы;
- артриты (ревматоидный, псориатический и другие);
- болезнь Бехтерева (начальная стадия).

#### **Ожидаемые эффекты:**

- восстановление объема движений в пораженных суставах и позвоночнике;
- уменьшение или исчезновение болей;
- ускорение процесса костеобразования и быстрого заживления в местах повреждения;
- снижение объема медикаментозной терапии.

#### **В программу лечения входят процедуры:**

	Наименование процедур, входящих в стоимость путевки	10 дней	14 дней	20 дней
		Кол-во	Кол-во	Кол-во
1	Консультация и осмотр терапевта	2	2	3
2	Консультация специалистов	1	1	1
3	Прием минеральной воды	ежедневно		
4	Лечебная физкультура (групповая)	5	8	13
5	Аппаратная физиотерапия: Высокочастотная терапия (УВЧ, КВЧ), индуктотермия, светотерапия, лазеротерапия, магнитотерапия, гальванизация, диадинамические токи, амплипульстерапия, ультразвук, электросон, электрофорез, дарсонвализация (по назначению врача)	5	7	10
6	Фиточай или кумыс	5	5	9
7	Ароматерапия (с применением эфирных масел "Лаванда", "Мелисса", "Грейпфрут", "Гвоздика" др.)	3	5	7
8	Лечебные ванны (минеральные, нарзанные или жемчужные, или циркулярные)	5	7	10

9	Бассейн с минеральной водой	4	6	9
10	Ручной массаж (1.5 ед.)	5	7	10
11	Роликовый массаж (Марутака)	5	6	9
12	Глинолечение (2 зоны) или Аппликация "Тонус+" (4 зоны)	5	7	10
13	ДЭНАС-терапия	0	3	5
14	Лабораторные исследования и функциональная диагностика (ОАК, ОАМ, ЭКГ)	1	1	1

\*В таблице указано стандартное количество дней. При изменении сроков пребывания в санатории количество процедур пересчитывается лечащим врачом.

### Хлоридно-натриевые ванны

Важным моментом в механизме лечебного действия ванн с хлоридно-натриевым рассолом является расширение периферических сосудов, усиление кровообращения, увеличение поглощения организмом кислорода. В итоге воздействие ванн приводит к обезболивающему эффекту, улучшению обменных процессов и рассасыванию воспалительных очагов.

### Глинолечение

Ундоровская кимериджская глина содержит большое количество гуминовых оснований, витаминов, биологически активных веществ, гормонов, микроэлементов. Под воздействием лечебной глины изменяется крово- и лимфообращение, питание тканей. Лечебной глине свойственно противовоспалительное действие.

### Лечебная гимнастика

Специально разработанные упражнения приостанавливают развитие остеохондроза позвоночника, грыжи диска и сколиозов, снимают боль, укрепляют собственные мышцы позвоночника.

### Физиотерапия

Широкий выбор физиопроцедур, таких как магнитотерапия, диадинамотерапия, лечение лазером, ультразвуком, а также на аппарате «Биоптрон», амплипульстерапия (синусоидальное воздействие на мышечные волокна), электрофорез и др. Данные процедуры вполне способны заменить употребление лекарственных препаратов. Эффективная физиотерапия позволит успешно справиться со многими заболеваниями.

### Массаж стоп на аппарате Марутака

Массаж стоп тремя роликами шиаци в четырех смешанных направлениях воздействия на каждую ногу даёт ощущение, что ваши ноги одновременно массируются пальцами двух сильных рук. Идеально снимает напряжение и усталость в ногах.

**В рамках программы предлагается** питье Ундоровской минеральной воды, массаж, лечебный бассейн с минеральной водой в режиме свободного плавания или с ЛФК, фито- и ароматерапию.

### Дополнительно предлагается:

«**Магнитотурботрон**» - установка магнитотерапевтическая низкочастотная. Лечение с использованием магнитного поля сопровождается активизацией регенерации (восстановления) тканей и сосудов, ускорением сращения переломов костей, обезболиванием, мощным противовоспалительным и противоотечным действием.

«**ДЭНАС-Вертебра**» - для лечения заболеваний позвоночника широко используется принципиально новый способ динамической электронной стимуляции и электромассажа. Воздействуя на сегментарные зоны в области спины, аппарат предназначен для противоболевой терапии и коррекции функциональных нарушений.

**Гальваногрязь** - проводят с применением лечебной сапропелевой грязи.

В сочетании с электролечением свойства сапропелевой грязи усиливаются, что позволяет сделать лечение высокоэффективным. Насыщенная минералами и химическими элементами сапропелевая грязь обладает выраженным противовоспалительным и заживляющим действием.

**Остеорефлексотерапия по методу профессора А.А. Герасимова** — на фоне воздействия электрическими импульсами восстанавливается проводимость по нервным волокнам, улучшается кровообращение в костной

ткани, что в свою очередь улучшает питание хрящевой ткани суставов и межпозвонковых дисков. Лечение останавливает распад хряща, восстанавливает подвижность позвоночника, способствует избавлению от болей в спине, суставах, от чувства онемения в руках и ногах, успешно помогает в лечении грыжи и протрузии межпозвоночного диска, служит альтернативой операции по протезированию суставов.

**Иглорефлексотерапия** - популярная лечебная методика, в основе которой находится практический опыт древней восточной медицины. Уникальность иглоукалывания заключается в запуске различных вариантов рефлекторных реакций, которые способны изменять функциональное состояние всех отделов нервной системы и влиять на питание тканей.

**Радоновые ванны** - обладают сильным болеутоляющим и противовоспалительным эффектами, улучшают нервно-мышечную проводимость, снижают уровень мочевой кислоты в крови, ускоряют процесс заживления тканей.

**Криотерапия** - пациент погружается в газовую среду криокамеры при температуре от –130 до – 160 С. При этом в 2-3 раза возрастает поставка кислорода в ткани, наблюдается снятие болевого синдрома, уменьшение воспаления, устранение спазма мышц. Происходит ликвидация отеков, улучшается питание костной, хрящевой, мышечной и соединительной тканей, улучшается двигательная функция.