

ПЕРВАЯ ЛИНИЯ

HEALTH CARE RESORT

# ИННОВАЦИОННЫЙ CHECK-UP

3 дня

целостная диагностика  
состояния организма

Первый инновационный prevent age курорт в России

## ЖИТЬ ДО 120 ЛЕТ — БУДУЩЕЕ, КОТОРОЕ ДОСТУПНО УЖЕ СЕГОДНЯ

### ВАШЕ ПУТЕШЕСТВИЕ В БУДУЩЕЕ НАЧИНАЕТСЯ ЗДЕСЬ

Добро пожаловать в Первую Линию. Health Care Resort

Будучи инноваторами в медицине, первыми внедряя в России **подход 4P**, мы также хотим по-новому обратить внимание молодых, здоровых, активных людей 30–55 лет на возможность за счёт современных достижений медицины — регулярной ранней диагностики и ревитализирующих программ управлять своим здоровьем, возрастом и максимизировать потенциал своего организма.

Мы изменили жизнь более 16 000 человек: с помощью новых технологий и подходов. Команда из 240 специалистов индивидуально работает со здоровьем каждого гостя, вовлекая его в заботу о себе.

Оставаться молодым и быть здоровым — это новый мировой тренд. Найти время на себя при активной жизни не всегда просто. Но нельзя забывать о том, что здоровье — самый ценный ресурс, который у нас есть. На курорте **Первая Линия. Health Care Resort** мы даем инструменты для продления молодости, чтобы наши гости могли вдохновляться на новые проекты и продолжать менять мир к лучшему.

**ВАС ЖДЕТ УНИКАЛЬНЫЙ ОПЫТ, ПОЗВОЛЯЮЩИЙ В КОРНЕ ИЗМЕНИТЬ САМОЧУВСТВИЕ И КАЧЕСТВО ЖИЗНИ**



# ИННОВАЦИОННЫЙ ЧЕК-UP | 3 дня

Целостная диагностика состояния организма

## ОЦЕНКА ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ НА 360°

Глубокий анализ организма на генетическом, молекулярном и клеточном уровнях, выявление предрасположенностей к заболеваниям и микроэлементных дефицитов.

*Расширенный диагностический профиль, включающий углубленную лабораторную диагностику, комплексное ультразвуковое обследование, КТ, МРТ, высокоточные генетические исследования, интерпретацию результатов профильными специалистами. Составление персональной стратегии здоровья врачом-ментором.*



## РЕЗУЛЬТАТЫ:

- Комплексная оценка состояния организма
- Продление активного и благополучного долголетия
- Выявление предрасположенностей к заболеваниям
- Стратегия управления здоровьем с персональными рекомендациями по терапии, питанию, физическим нагрузкам, восполнению дефицитов и индивидуальным способам релаксации

# ИННОВАЦИОННЫЙ CHECK-UP | 3 дня | целостная диагностика состояния организма

Глубокий анализ организма на генетическом, молекулярном, клеточном и органном уровнях

## ПРИЦЕЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА КАЛЬЦИЙ-ФОСФОРНОГО ОБМЕНА

Точная лабораторная оценка риска остеопороза.

## ДЕТАЛЬНАЯ ОЦЕНКА АТЕРОСКЛЕРОТИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА

Комплексная лабораторная диагностика состояния сердечно-сосудистой системы и возможных рисков развития сердечно-сосудистых заболеваний.

## РАСШИРЕННАЯ СКРИНИНГОВАЯ ИНСТРУМЕНТАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА

ЭКГ, УЗИ органов брюшной полости и забрюшинного пространства, щитовидной железы, молочных желез, сосудов головы и шеи. Это оптимальная методика исследования, которая дает наиболее полное представление о состоянии сосудов и появившихся в них начальных атеросклеротических изменениях.

## ПОКАЗАТЕЛИ ВСЕХ ВИДОВ ОБМЕНА

Анализ углеводного, жирового, белкового обменов, а также широкого профиля ферментов, витаминов, гормонов, признанных «золотым стандартом» оценки и диагностики состояния организма.

## ТОНКАЯ ДИАГНОСТИКА СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА НА ОРГАНОМ УРОВНЕ

Оценка работы желудочно-кишечного тракта, печени, поджелудочной железы, желчного пузыря и желчевыводящих путей, кишечника, мочевыделительной системы.

## РАСШИРЕННАЯ ОЦЕНКА ГОРМОНАЛЬНОГО СТАТУСА

В том числе оценка желез внутренней секреции.

## ОЦЕНКА РИСКОВ РАЗВИТИЯ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Check-up содержит ограниченное число онкомаркеров, в связи с низкой точностью большинства биохимических тестов на рак. На базе лучших диагностических центров Санкт-Петербурга при необходимости проводятся КТ, МРТ и ПЭТ-КТ.



# ИННОВАЦИОННЫЙ ЧЕК-UP МУЖСКОЙ | 3 дня

## Целостная диагностика состояния организма

### ПЕРСОНАЛИЗИРОВАННОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

Первичный прием врача-ментора	1
Заключительный прием врача-ментора	1
Сопровождение врача-ментора	1
Консультация врача-уролога, 60 мин.	1
Консультация врача-специалиста, 60 мин.	1
Разработка персональной стратегии здорового образа жизни, формирование «Стратегии управления здоровьем»	1
Консилиум врачей	1
Онлайн консультация, 30 мин.	1
Встреча с менеджером гостевого сервиса	1
Заключительная встреча с менеджером гостевого сервиса	1

### ЛАБОРАТОРНАЯ ДИАГНОСТИКА

4 обязательных анализа, экспресс	1
Забор крови, забор мочи, забор кала	1
Check-UP лабораторный «Первая Линия»	1
Определение биологического возраста PhenoAge	1

### Кровь

Глюкоза в плазме	1
Гликированный гемоглобин	1
Инсулин	1
Оценка инсулинорезистентности (индекс HOMA-IR)	1
Липидограмма	1
Гомоцистеин	1
Витамин B6 (пиридоксаль-5-фосфат)	1
Витамин B12 (цианокобаламин)	1
Витамин B9 (фолиевая кислота)	1
Мочевая кислота в сыворотке	1
C-реактивный белок, количественно (высокочувствительный метод)	1
Аспартатаминотрансфераза (АСТ)	1
Аланинаминотрансфераза (АЛТ)	1
Лактатдегидрогеназа (ЛДГ) общая	1

Гамма-глутамилтранспептидаза (гамма-ГТ)	1
Фосфатаза щелочная общая	1
Билирубин и его фракции (общий, прямой и непрямой)	1
Амилаза панкреатическая	1
Липаза	1
Белок общий в сыворотке	1
Альбумин в сыворотке	1
Креатинин в сыворотке (с определением СКФ)	1
Мочевина в сыворотке	1
Цистатин С	1
Креатинкиназа общая	1
Калий в сыворотке	1
Натрий в сыворотке	1
Магний в сыворотке	1
Хлор в сыворотке	1
Кальций в сыворотке	1
Кальций ионизированный	1
Фосфор в сыворотке	1
Ферритин	1
Тиреотропный гормон (ТТГ)	1
Тироксин свободный (Т4 свободный)	1
Трийодтиронин свободный (Т3 свободный)	1
Антитела к тиреопероксидазе (антиТПО)	1
Паратиреоидный гормон, интактный	1
Дегидроэпиандростерон-сульфат (ДЭА-SO4)	1
Тестостерон	1
Кортизол	1
Адренотропный гормон (АКТГ)	1
Пролактин	1
Витамин D, 25-гидрокси (кальциферол)	1
Суммарные иммуноглобулины E (IgE) в сыворотке	1

Коагулограмма № 3	1
Клинический анализ крови: общий анализ, лейкоцитарная формула, СОЭ (с обязательной микроскопией мазка в крови)	1
Онкопрофилактика для мужчин (ПСА общий + ПСА свободный)	1
<b>Моча</b>	
Триметиламин, триметиламин-N-оксид, соотношение ТМА/ТМАО в моче	1
Общий анализ мочи с микроскопией	1
<b>Кал</b>	
Копрограмма	1
Скрытая кровь в кале, количественно (метод FOB Gold)	1
Зонулин в кале	1
Кальпротектин в кале	1
<b>Генетические исследования</b>	
Исследование микробиоты кишечника с применением искусственного интеллекта	1
<b>ИНСТРУМЕНТАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА</b>	
УЗИ органов брюшной полости, почек и забрюшинного пространства, 20 мин.	1
УЗИ щитовидной железы и региональных лимфоузлов, 20 мин.	1
УЗИ брахиоцефальных артерий, 20 мин.	1
УЗИ предстательной железы абдоминальным и трансректальным датчиком, 15 мин.	1
УЗИ мочевого пузыря	1
Эхокардиография	1
Электрокардиография покоя (ЭКГ), 15 мин.	1
Фотосканирование кожи (dermacheck) с приемом врача-косметолога	1
<b>ЭНДОСКОПИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ</b>	
Фиброколоноскопия, фиброгастродуоденоскопия под наркозом	1
<b>ЛУЧЕВЫЕ МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ</b>	
МРТ, 1 единица	1
КТ, 1 единица	1

### МЕНТАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ

Ведение Эмоционального дневника	6
SMART-диагностика, заполнение медицинских анкет	1
Анкета психологическая	1
Интеллектуальный вечер с врачом: «Ментальное благополучие»	1

### ЛЕКЦИИ

Интеллектуальный вечер с врачом на темы: «Превентивная персонализированная медицина», «Женское здоровье», «Мужское здоровье», «Системная детоксикация», «Сомнология», «Наука о микробиоме»	1
--	---

### ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

Дыхательная гимнастика по методике Стрельниковой	3
Нейромедитация	3
Нейрофитнес	3
Групповые занятия: гибкость, осанка, функциональный тренинг	3
Скандинавская ходьба	3

### ПИТАНИЕ, ПРОЖИВАНИЕ

Диета «Очищение» (завтрак / обед)	1/1
Раздельное питание (завтрак / обед / ужин)	1/2/1
Проживание	3

Обратите внимание, что состав программы индивидуален и процедуры могут заменяться в зависимости от показаний или противопоказаний

● - Инновационные процедуры    ■ - Посещение по выбору гостя

# ИННОВАЦИОННЫЙ ЧЕК-УП ЖЕНСКИЙ | 3 дня

## Целостная диагностика состояния организма

### ПЕРСОНАЛИЗИРОВАННОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

Первичный прием врача-ментора	1
Заключительный прием врача-ментора	1
Сопровождение врача-ментора	1
Консультация врача-гинеколога, 60 мин.	1
Консультация врача-специалиста, 60 мин.	1
Разработка персональной стратегии здорового образа жизни, формирование «Стратегии управления здоровьем»	1
Консилиум врачей	1
Онлайн консультация, 30 мин.	1
Встреча с менеджером гостевого сервиса	1
Заключительная встреча с менеджером гостевого сервиса	1

### ЛАБОРАТОРНАЯ ДИАГНОСТИКА

4 обязательных анализа, экспресс	1
Забор крови, забор мочи, забор кала	1
Чек-UP лабораторный «Первая Линия»	1
● Определение биологического возраста PhenoAge	1

### Кровь

Глюкоза в плазме	1
Гликированный гемоглобин	1
Инсулин	1
Оценка инсулинорезистентности (индекс HOMA-IR)	1
Липидограмма	1
Гомоцистеин	1
Витамин B6 (пиридоксаль-5-фосфат)	1
Витамин B12 (цианокобаламин)	1
Витамин B9 (фолиевая кислота)	1
Мочевая кислота в сыворотке	1
С-реактивный белок, количественно (высокочувствительный метод)	1
Аспартатаминотрансфераза (АСТ)	1
Аланинаминотрансфераза (АЛТ)	1
Лактатдегидрогеназа (ЛДГ) общая	1

Гамма-глутамилтранспептидаза (гамма-ГТ)	1
Фосфатаза щелочная общая	1
Билирубин и его фракции (общий, прямой и непрямой)	1
Амилаза панкреатическая	1
Липаза	1
Белок общий в сыворотке	1
Альбумин в сыворотке	1
Креатинин в сыворотке (с определением СКФ)	1
Мочевина в сыворотке	1
Цистатин С	1
Креатинкиназа общая	1
Калий в сыворотке	1
Натрий в сыворотке	1
Магний в сыворотке	1
Хлор в сыворотке	1
Кальций в сыворотке	1
Кальций ионизированный	1
Фосфор в сыворотке	1
Ферритин	1
Тиреотропный гормон (ТТГ)	1
Тироксин свободный (Т4 свободный)	1
Трийодтиронин свободный (Т3 свободный)	1
Антитела к тиреопероксидазе (антиТПО)	1
Паратиреоидный гормон, интактный	1
Дегидроэпиандростерон-сульфат (ДЭА-SO4)	1
Тестостерон	1
Кортизол	1
Адренокортикотропный гормон (АКТГ)	1
Пролактин	1
Витамин D, 25-гидрокси (кальциферол)	1
Суммарные иммуноглобулины E (IgE) в сыворотке	1

Коагулограмма № 3	1
Клинический анализ крови: общий анализ, лейкоцитарная формула, СОЭ (с обязательной микроскопией мазка в крови)	1
СА 125	1
СА 15-3	1
<b>Моча</b>	
Триметиламин, триметиламин-N-оксид, соотношение ТМА/ТМАО в моче	1
Общий анализ мочи с микроскопией	1
<b>Кал</b>	
Копрограмма	1
Скрытая кровь в кале, количественно (метод FOB Gold)	1
Зонулин в кале	1
Кальпротектин в кале	1
<b>Генетические исследования</b>	
Исследование микробиоты кишечника с применением искусственного интеллекта	1
<b>ИНСТРУМЕНТАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА</b>	
УЗИ органов брюшной полости, почек и забрюшинного пространства, 20 мин.	1
УЗИ щитовидной железы и региональных лимфоузлов, 20 мин.	1
УЗИ брахиоцефальных артерий, 20 мин.	1
УЗИ органов малого таза трансвагинальным датчиком с интерпретацией результатов	1
УЗИ молочных желез и региональных лимфоузлов, 20 мин.	1
Эхокардиография	1
Электрокардиография покоя (ЭКГ), 15 мин.	1
Фотосканирование кожи лица (dermacheck) с приемом врача-косметолога	1
<b>ЭНДОСКОПИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ</b>	
Фиброколоноскопия, фиброгастродуоденоскопия под наркозом	1
<b>ЛУЧЕВЫЕ МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ</b>	
МРТ, 1 единица	1

КТ, 1 единица	1
<b>МЕНТАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ</b>	
Ведение Эмоционального дневника	6
SMART-диагностика, заполнение медицинских анкет	1
Анкета психологическая	1
Интеллектуальный вечер с врачом: «Ментальное благополучие»	1
<b>ЛЕКЦИИ</b>	
Интеллектуальный вечер с врачом на темы: «Превентивная персонализированная медицина», «Женское здоровье», «Мужское здоровье», «Системная детоксикация», «Сомнология», «Наука о микробиоме»	1
<b>ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ</b>	
Дыхательная гимнастика по методике Стрельниковой	3
Нейромедитация	3
Нейрофитнес	3
Групповые занятия: гибкость, осанка, функциональный тренинг	3
Скандинавская ходьба	3
<b>ПИТАНИЕ, ПРОЖИВАНИЕ</b>	
Диета «Очищение» (завтрак / обед)	1/1
Раздельное питание (завтрак / обед / ужин)	1/2/1
Проживание	3

Обратите внимание, что состав программы индивидуален и процедуры могут заменяться в зависимости от показаний или противопоказаний

● - Инновационные процедуры    ■ - Посещение по выбору гостя

# ИННОВАЦИОННЫЙ ЧЕК-UP | 3 дня

Целостная диагностика состояния организма

## ФОКУС ЧЕК-UP — УПРАВЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЕМ И ВОЗРАСТОМ

Check-up формирует целостную картину Вашего здоровья, определяет предрасположенности организма и микроэлементные дефициты, позволяя нивелировать риски возможных заболеваний и определить персональную терапию для продления молодости и максимизации потенциала организма.

По результатам Check-up врачи-менторы Первой Линии составят персонализированную стратегию здоровья и помогут заложить систему поддержания такого образа жизни, при котором Вы будет прекрасно выглядеть и чувствовать себя долгие годы.



Для превентивной заботы о своем здоровье рекомендуем проходить Check-up один раз в год

# ПЕРВЫЙ КУРОРТ 5\* В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ | привилегии комфорта

## Стандарт

Современные небольшие номера без балкона базовой категории. Однокомнатные номера с высокими потолками или уникальные двухуровневые номера с гостиной на первом этаже и спальней на втором этаже. Ванная комната оснащена душевой кабиной с функцией хамама.

## Комфорт

Универсальная базовая категория номеров. Все номера оснащены душевой кабиной с функцией хамам и террасой. Для прохождения процедур в каждом номере предусмотрена индивидуальная процедурная комната.

## ДеЛюкс

Улучшенные просторные номера. За счет панорамных окон с видом в сторону Финского залива в номерах всегда много света. Номера оснащены кондиционерами, душевой кабиной с функцией хамам и большой террасой. Возможно выбрать номер с 1-й или 2-я кроватями.

## Премиум Сьюит

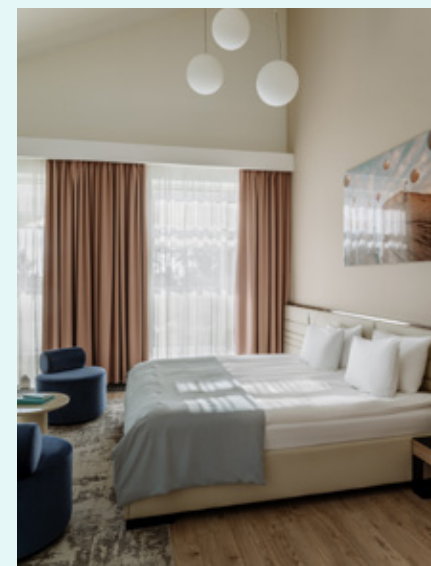
Эксклюзивные номера повышенной комфортности, которые включают в себя просторную гостиную с шикарной видовой террасой и спальню с комфортной двуспальной кроватью, либо гостиную и две отдельные спальни. Все номера этой категории оснащены индивидуальной климат-станцией и небольшой рабочей зоной.

## Лофт

Улучшенные просторные однокомнатные номера с 5 метровыми потолками и двойным светом. Современный элегантный дизайн, панорамные окна, просторная видовая терраса с живописным видом создают условия для Вашего комфортного отдыха.

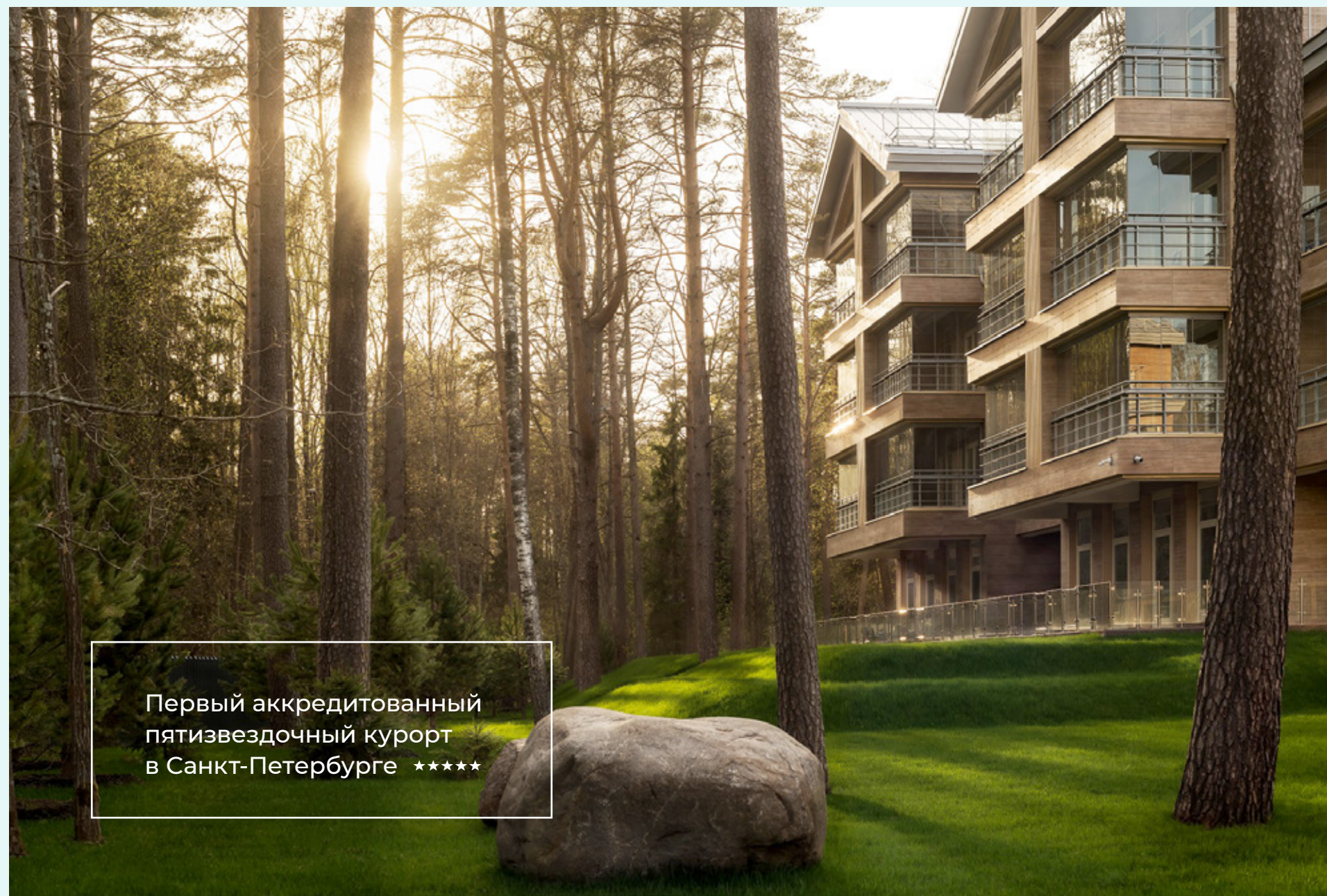
## Люкс

Двух или трехкомнатные номера класса люкс с роскошными панорамными видами оформлены в фирменном стиле курорта, оснащены мебелью из натуральных экоматериалов, процедурными с инновационным массажным столом, уютной гостиной комнатой с небольшой рабочей зоной и спальней для комфортного сна.



## ВСЕГДА В РАСПОРЯЖЕНИИ ГОСТЕЙ КУРОРТА

- 4,5 га территории, 9 000 м<sup>2</sup>
- номер высокого класса комфорта, оборудованный процедурной комнатой
- бальнеологический СПА-комплекс
- инновационное отделение косметологии
- ресторан авторской кухни
- фитнес будущего
- зал для пилатеса и йоги
- лаборатория красоты
- велнес магазин
- эко-аптека
- детокс-бар
- уличные спортивные площадки
- сеть дорожек для занятия скандинавской ходьбой
- собственный пляж



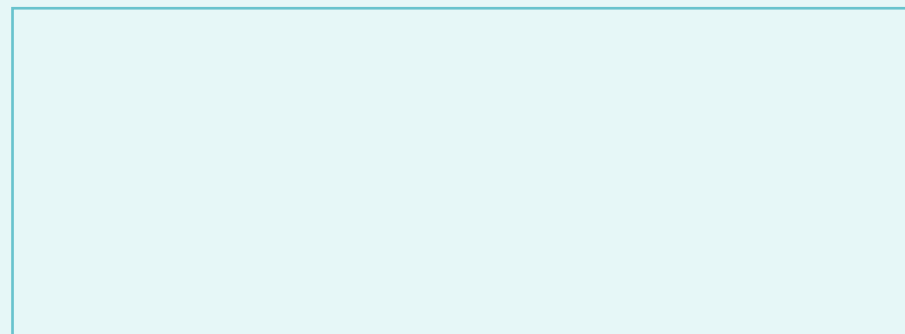
Первый аккредитованный  
пятизвездочный курорт  
в Санкт-Петербурге ★★★★★

## РАСПОЛОЖЕНИЕ

Инновационный prevent age курорт **Первая Линия. Health Care Resort** разместился на берегу Финского залива, в Курортном районе Санкт-Петербурга, в 40 км от города.

Комаровский берег — само воплощение северной природы и петербургского духа, это природная зона с особым микроклиматом и богатыми традициями курортного отдыха богемы.

Начните и Вы путь к молодости и здоровью здесь, в **Первой Линии. Health Care Resort!** А мы будем рады сделать все возможное, чтобы Вы прекрасно отдохнули, восстановили энергию и жизненные силы для новых достижений.



ВЫ МЕНЯЕТЕ МИР,  
МЫ — МЕНЯЕМ ВАС!