# Программа «Подари себе здоровье» сроком на 5 дней

**При покупке путевки необходимо иметь:**

Справку для посещения бассейна, которая включает в себя флюорографию, дерматолога, осмотр гинеколога (для женщин)

**Программа включает в себя:**

1. **Обследование в условиях санатория:**

* ЭКГ
* Анализ крови общий, анализ мочи общий, глюкоза крови
* Консультация врача – психотерапевта
* УЗИ (одна зона по рекомендации врача)
* При необходимости консультации врачей узких специальностей: кардиолога, невролога, эндокринолога и т.д.
* В качестве бонуса предлагается посетить одну из процедур: криосауна, лимфодренаж, массаж стоп или Nuga Best , бесконтактный гидромассаж «Акварелакс» (разово, по рекомендации врача)

1. **Лечение:**

* При выявлении избыточной массы тела и ожирения предлагается пятиразовое лечебное питание с пониженным содержанием калорий
* Применение питьевой минеральной воды
* Занятие в группе ЛФК (ежедневно)

или

* Тренажерный зал (ежедневно)
* Бассейн с минеральной водой (ежедневно)
* Гидропатия: Душ циркулярный + душ Шарко (через день)

или

* Подводный душ – массаж (через день)
* Посещение сауны (один раз)
* Спа – массаж (два раза)
* Аромафитотерапия (ежедневно)

или

* Суггестивная терапия (ежедневно)

**Противопоказания:**

* ИБС: Стенокардия напряжения ФК III
* Сложные нарушения ритма сердца
* Гипертоническая болезнь (кризовое течение)
* ОНМК
* ДЭП II – III ст.
* Постинфарктный кардиосклероз
* Хронические заболевания в стадии обострения
* Инфекционные заболевания
* Онкопатология
* Беременность

Программа «Подари себе здоровье» сроком на 5 дней

**1 день:**

* Осмотр врача – терапевта
* Занятие в группе ЛФК

или

* Тренажерный зал
* Бассейн с минеральной водой
* Гидропатия: Душ циркулярный + душ Шарко

или

* Подводный душ – массаж
* Аромафитотерапия

или

* Суггестивная терапия

**2 день:**

* Обследование (ЭКГ, анализ крови общий, анализ мочи общий, глюкоза крови )
* Занятие в группе ЛФК

или

* Тренажерный зал
* Бассейн с минеральной водой
* Спа – массаж
* Аромафитотерапия

или

* Суггестивная терапия

**3 день:**

* Занятие в группе ЛФК

или

* Тренажерный зал
* Бассейн с минеральной водой
* Гидропатия: Душ циркулярный + душ Шарко

или

* Подводный душ – массаж
* Аромафитотерапия

или

* Суггестивная терапия

**4 день:**

* Занятие в группе ЛФК

или

* Тренажерный зал
* Бассейн с минеральной водой
* Сауна
* Аромафитотерапия

или

* Суггестивная терапия

**5 день:**

* Занятие в группе ЛФК

или

* Тренажерный зал
* Бассейн с минеральной водой
* Спа – массаж
* Аромафитотерапия

или

* Суггестивная терапия
* Заключительный осмотр врача – терапевта

**С учетом индивидуальных особенностей пациентов и графика работы кабинетов программа может быть изменена.**  
За дополнительную оплату в программу могут быть включены другие процедуры и обследования.