**Перечень процедур по Оздоровительным программам, входящим в стоимость путёвки**

**Лечебно-оздоровительная программа**

**«ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК И СУСТАВЫ»**

Действие: программа назначается при хронических заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата (позвоночника и суставов), с целью уменьшения болевого синдрома и увеличения объёма движений; для коррекции функциональных изменений позвоночника, проявляющихся болезненными ощущениями в спине, сопровождающих однообразный «стереотип» движений при профессиональной деятельности, сидячем образе жизни и гиподинамии; улучшает обмен веществ, стимулирует кровообращение и лимфодренаж, расслабляет мышечное напряжение, повышает общий тонус организма и работоспособность.

Показания: боль в позвоночнике и суставах, их деформация, воспалительные изменения в суставах, нарушения подвижности суставов, приобретенные в результате травматических, воспалительных, неврологических поражений (артрит, артроз, контрактуры, полиартрит, спондилоартрит); остаточные явления после внутрисуставных переломов с местными трофическими расстройствами, болезненной костной мозолью и тугоподвижностью; остеохондроз, грыжи, протрузии, сколиотическая болезнь (искривление позвоночника) 1-2 степени, плоскостопие, ранние деформации пальцев кистей и стоп.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Вид процедур** | **Количество процедур** | |
| 14 дней | 21 день |
| 1 | Прием и наблюдение врача | 2 | 3 |
| 2 | Климатотерапия | ежедневно | |
| 3 | Грязелечение — воротниковая зона, спина и суставы (20 мин.) | 4 | 7 |
| 4 | Массаж воротниковой зоны, спины, верхних и нижних конечностей с аромакомпозицией «Красивая осанка» (40 мин.) | 5 | 7 |
| 5 | Парение в кедровой бочке с фитосборами (40 мин.) | 2 | 3 |
| 6 | Бальнеотерапия (жемчужная ванна или гидромассажная ванна с аромакомпозицией «Хвойный дар» (30 мин.) | 3 | 4 |
| 7 | ЛФК + тренажер Евминова (40 мин.) | 9 | 14 |
| 8 | Физиотерапия (дарсонваль) | 5 | 7 |
| 9 | Кислородный коктейль | 9 | 14 |
| 10 | Фиточай | 9 | 14 |

*\* для прохождения программы необходимо иметь результаты анализов и обследований: сертификат профилактических прививок, справку о санэпидокружении, общий анализ крови, общий анализ мочи, осмотр педиатра.\* дополнительно (по желанию) назначение препаратов.*

**Лечебно-оздоровительная программа**

**«ЗДОРОВЫЙ РЕБЁНОК»**

**Для детей 7 – 14 лет**

Действие: программа на основе гипоаллергенных, натуральных и растительных компонентов, разработана для часто болеющих детей с ослабленным иммунитетом; положительно влияет на психоэмоциональную сферу, снимает нервное напряжение и тревожное состояние, помогает расслабиться и успокоиться детям с синдромом гиперактивности; оказывает противовоспалительное, антибактериальное, заживляющее и регенерирующее действия при кожных проблемах; успокаивает раздражённую кожу, улучшает защитные функции; обладает оздоровительным эффектом на организм в целом.

Показания: часто болеющий ребёнок (ангина, фарингит, ларингит, тонзиллит), укрепление детского иммунитета, кожные проблемы, неврозы и тревожные состояния, синдром гиперактивности.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Вид процедур** | **Количество процедур** | |
| 14 дней | 21 день |
| 1 | Прием и наблюдение врача | 2 | 3 |
| 2 | Климатотерапия | ежедневно | |
| 3 | Грязелечение — воротниковая зона, спина (от 5 до 15 минут согласно возрасту) | 4 | 7 |
| 4 | Общий массаж с гипоаллергенной композицией «Сила предков» (40 мин.) | 5 | 7 |
| 5 | Парение в кедровой бочке с фитосборами (10 мин.) | 2 | 2 |
| 6 | Гидромассажная ванна с аромакомпозицией «Природная защита» (20 мин.) | 3 | 5 |
| 7 | ЛФК (30 мин.) | 9 | 14 |
| 8 | Физиотерапия (ингаляции) | 5 | 7 |
| 9 | Кислородный коктейль | 9 | 14 |
| 10 | Фиточай | 9 | 14 |

*\* для прохождения программы необходимо иметь результаты анализов и обследований: сертификат профилактических прививок, справку о санэпидокружении, общий анализ крови, общий анализ мочи, осмотр педиатра).\* дополнительно (по желанию родителей) назначение препаратов.*

**Лечебно-оздоровительная программа**

**«ЗДОРОВОЕ ДЫХАНИЕ»**

Действие: программа разработана для оздоровления пациентов с патологией органов дыхания, для часто болеющих с ослабленным иммунитетом, путём восстановления и компенсации нарушенных функций на основе нормализации и повышении собственных защитно – приспособительных механизмов, для стимуляции резервов организма; оказывает благотворное влияние на сосудистую и вегетативную нервную системы через включение энергообмена клеток лёгких, направлена на увеличение объёма и нормализацию ритма дыхания, интенсивное насыщения организма кислородом; обладает антибактериальными, противовоспалительными и иммунномоделирующими свойствами; оптимизирует функции дыхательной системы, повышает защитные силы органов дыхания, снижает вероятность обострений, уменьшает частоту, длительность и тяжесть течения заболеваний; помогает поднять общий тонус; восстанавливает циркуляцию крови и лимфы; снимает физическое и нервное напряжения.

Показания: рецидивирующий и хронический бронхит, хроническая пневмония, частые простудные заболевания, хронические трахеиты и трахеобронхиты неспецифического или профессионального характера в фазе стойкой ремиссии.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Вид процедур** | **Количество процедур** | |
| 14 дней | 21 день |
| 1 | Прием и наблюдение врача | 2 | 3 |
| 2 | Климатотерапия «Морской воздух» | ежедневно | |
| 3 | Грязелечение на область грудной клетки (20 мин.) | 4 | 7 |
| 4 | Массаж области грудной клетки с аромакомпозицией «Свободное дыхание» (30 мин.) | 5 | 7 |
| 5 | Парение в кедровой бочке с фитосборами (40 мин.) | 2 | 3 |
| 6 | Бальнеотерапия (жемчужная ванна или гидромассажная ванна с аромакомпозицией «Хвойный дар» (30 мин.) | 3 | 4 |
| 7 | ЛФК — дыхательная гимнастика (30 мин.) | 9 | 14 |
| 8 | Физиотерапия (ингаляции) | 5 | 9 |
| 9 | Кислородный коктейль | 9 | 14 |
| 10 | Фиточай | 9 | 14 |

*\* для прохождения программы необходимо иметь результаты анализов и обследований: ФГ, ЭКГ (по показаниям), общий анализ крови, общий анализ мочи, осмотр гинеколога для женщин, осмотр уролога для мужчин.\* дополнительно (по желанию) назначение препаратов.*

**Лечебно-оздоровительная программа**

**«АНТИСТРЕСС»**

Действие: программа разработана для поднятия жизненного тонуса и увеличение физической активности, направлена на улучшение качества сна, снятия синдрома хронической усталости и эмоционального выгорания; оказывает гармонизирующее действие при перенапряжениях и нервной нагрузке, восстанавливает внутреннее спокойствие и комфорт, прекрасное самочувствие; поможет забыть о стрессах, даёт прилив сил.

Показания: синдром выгорания «менеджера», физическое и эмоциональное напряжение бизнесменов, неврозы и неврастении, бессонница, повышенная возбудимость центральной нервной системы, вегетососудистые дистонии.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Вид процедур** | **Количество процедур** | |
| 14 дней | 21 день |
| 1 | Прием и наблюдение врача | 2 | 3 |
| 2 | Климатотерапия «Морской воздух» | ежедневно | |
| 3 | Грязелечение на область грудной клетки (20 мин.) | 4 | 7 |
| 4 | Массаж головы, воротниковой зоны и спины с аромакомпозицией «Антистресс» (30 мин.) | 5 | 7 |
| 5 | Парение в кедровой бочке с фитосборами (40 мин.) | 2 | 3 |
| 6 | Бальнеотерапия (жемчужная ванна или гидромассажная ванна с аромакомпозицией «Лавандовая нега» (30 мин.) | 3 | 4 |
| 7 | ЛФК — дыхательная гимнастика (30 мин.) | 9 | 14 |
| 8 | Физиотерапия (дарсонваль) | 5 | 7 |
| 9 | Кислородный коктейль | 9 | 14 |
| 10 | Фиточай | 9 | 14 |

*\* для прохождения программы необходимо иметь результаты анализов и обследований: ФГ, ЭКГ (по показаниям), общий анализ крови, общий анализ мочи, осмотр гинеколога для женщин, осмотр уролога для мужчин.\* дополнительно (по желанию) назначение препаратов.*

**Лечебно-оздоровительная программа**

**«АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»**

Действие: программа разработана для поднятия общего тонуса и энергетического потенциала организма; обладает омолаживающим, антиоксидантным, антиспазматическим, успокаивающим, укрепляющим сердечную мышцу действиями, стимулирует центральную нервную систему, снимает головную боль; стабилизирует АД, расслабляет мышцы, благотворно влияет на головной мозг, особенно при эмоциональных спазмах, головокружении и шуме в ушах; снижает нервное напряжение и повышенную возбудимость; помогает справиться с апатией, безразличием и потерей интереса к жизни, укрепляет память и улучшает ясность мышления.

Показания: продление активного долголетия, омоложение организма, укрепление иммунитета, профилактика заболеваний опорно-двигательной системы, центральной и периферической нервной системы, дыхательной, сердечно-сосудистой систем вне обострения.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Вид процедур** | **Количество процедур** | |
| 14 дней | 21 день |
| 1 | Прием и наблюдение врача | 2 | 3 |
| 2 | Климатотерапия «Морской воздух» | ежедневно | |
| 3 | Грязелечение на область воротниковой зоны, «перчатки», «носки» (20 мин.) | 4 | 7 |
| 4 | Массаж воротниковой зоны, спины, верхних и нижних конечностей с аромакомпозицией «Активное долголетие» (40 мин.) | 5 | 7 |
| 5 | Парение в кедровой бочке с фитосборами (40 мин.) | 2 | 3 |
| 6 | Бальнеотерапия (жемчужная ванна или гидромассажная ванна с аромакомпозицией «Целебные травы» (30 мин.) | 3 | 4 |
| 7 | ЛФК — капилляротерапия для молодости и долголетия по системе оздоровления Кацудзо Ниши (30 мин.) | 9 | 14 |
| 8 | Физиотерапия (магнитотерапия) | 5 | 7 |
| 9 | Кислородный коктейль | 9 | 14 |
| 10 | Фиточай | 9 | 14 |

*\* для прохождения программы необходимо иметь результаты анализов и обследований: ФГ, ЭКГ (по показаниям), общий анализ крови, общий анализ мочи, осмотр гинеколога для женщин, осмотр уролога для мужчин.\* дополнительно (по желанию) назначение препаратов.*