Вдохновение

Полная релаксация, избавление от стресса и восстановление организма.

**Показания по программе**

Наша программа направлена на лечение синдрома хронической усталости, неврозов, головной боли. Поможет избавиться от тревоги и страха, повысит стрессоустойчивость, восстановит физические силы и психологический комфорт.

Благодаря гармоничному сочетанию специально подобранных процедур, лечение позволяет за короткий промежуток времени отдохнуть и восстановиться, зарядить организм энергией для активной и успешной жизни.

Программа включает процедуры, которые обладают расслабляющим эффектом, иммуномодулирующими свойствами, улучшают метаболизм, освобождают тело от токсинов и накопленного стресса. Перезагрузите разум и тело, наберитесь сил и энергии, для будущих свершений.

**Цели программы и результат**

Полная релаксация, избавление от стресса и восстановление организма за 12 дней. В современном мире нас сопровождает усталость, бессонница, апатия, снижение энергии, проблемы с давлением. Это снижает трудоспособность и мешает добиваться поставленных целей. Особенно эти симптомы характерны для людей, выполняющих широкий круг обязанностей.

**Противопоказания**

Онкологические заболевания, декомпенсация заболеваний сердечно-сосудистой системы, дыхательной, выделительной систем, острые заболевания, хронические заболевания в острой стадии, кахексия любого происхождения; заболевания, требующие стационарного лечения и хирургического вмешательства, заболевания, при которых больные не способны к самообслуживанию и передвижению, туберкулез легких.

**Перечень процедур**

Процедуры, количество посещений и интенсивность нагрузок назначаются индивидуально.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Наименование** | **Количество посещений** |
| **1** | **осмотр терапевта** | **3** |
| **2** | **осмотр невролога** | **по показаниям** |
| **3** | [**Бассейн с минеральной водой**](https://yalsosbor.ru/goryachiy-istochnik/) | **ежедневно** |
| **4** | **ЛФК групповые занятия** | **ежедневно** |
| **5** | **аппаратная физиотерапия** | **по показаниям** |
| **6** | **спелеотерапия (галотерапия)** | **ежедневно** |
| **7** | **массаж лица с массажем воротниковой зоны** | **ежедневно** |
| **8** | **озонотерапия (внутривенное капельное введение озонированного физиологического раствора)** | **5** |
| **9** | **скандинавская ходьба** | **ежедневно** |
| **10** | **ПДМ** | **через день** |
| **11** | **пассивное подводное вертикальное вытяжение позвоночника** | **2 дня один перерыв** |
| **12** | **лекции по здоровому образу жизни, питанию, эмоциональной безопасности** | **4** |

 |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |