Санаторно-курортная программа «Классическая»

О программе

Тип программы:

Лечение

Продолжительность программы: от 5 дней

«Классическая» программа лечения в санатории Дзержинского в Воронеже представляет собой комплексный подход, направленный на восстановление и укрепление здоровья через сочетание природных факторов, физиотерапевтических процедур, лечебной физкультуры и сбалансированного питания. Она разрабатывается индивидуально с учётом особенностей гостя и нацелена на профилактику заболеваний, реабилитацию после перенесённых состояний и повышение общего тонуса организма. Основу такой программы составляют проверенные временем методики, обеспечивающие мягкое и эффективное оздоровление.

Кому рекомендована программа

Получить лечение могут женщины и мужчины старше 18 лет:

имеющие хронические заболевания опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем;

при нарушении обмена веществ;

для восстановления при последствиях травм и операций;

при реабилитации, профилактике обострений или восстановлении после стрессов и переутомления.

Программа также актуальна для желающих улучшить общее самочувствие и укрепить организм с помощью проверенных немедикаментозных методов.

Важно! Программа не рекомендуется женщинам во время беременности.

Что входит в программу

Основные процедуры:

* Спелеокамера: дыхание чистым воздухом, богатым отрицательными ионами магниевой соли.
* Аквааэробика: динамичные занятия в бассейне с водой, сочетающие физические упражнения и элементы плавания.
* Терренкур: оздоровительная методика, основанная на дозированной ходьбе по специальным маршрутам в природной среде. Занятия сочетают физическую активность, закаливание и взаимодействие с природой.

Другие процедуры в программе курса: физиотерапия, ЛФК, водолечение, грязелечение, массаж, фитнес и йога, прием минеральной воды и фиточая. Полный перечень услуг указан в Программе ниже.

При имеющихся противопоказаниях к какой-либо процедуре, включенной в путёвку, данная процедура не заменяется.

Результаты после прохождения программы

«Классическая» санаторно-курортная программа лечения обеспечивает многоплановый оздоровительный эффект:

* Физическое восстановление: улучшение работы опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нормализация обмена веществ, снижение болевых синдромов.
* Психоэмоциональная разгрузка: уменьшение стресса, повышение устойчивости к нагрузкам, улучшение сна и общего тонуса.
* Профилактика осложнений: укрепление иммунитета, замедление прогрессирования хронических болезней, предотвращение рецидивов.

Эффект достигается за счёт синергии природных ресурсов (минеральная вода, грязелечение, климат), аппаратной физиотерапии, дозированных физических нагрузок и сбалансированного питания. Результаты зависят от исходного состояния здоровья и соблюдения рекомендаций врачей.

Минимальная продолжительность программы – 5 ночей.

**Список необходимых документов**

Документ, удостоверяющий личность – паспорт.

Санаторно-курортная карта (форма № 072/у) сроком действия 12 месяцев.

Карта оформляется бесплатно в поликлинике по месту жительства. Оформление санаторно-курортной карты в санатории – платно. В стоимость входит: общий анализ крови, биохимический анализ крови, общий анализ мочи, ЭКГ с расшифровкой, осмотр врача-терапевта и оформление санаторно-курортной карты.

Не упустите возможность насладиться природой и пройти курс терапии, который поможет вам вернуться к активной жизни! Запишитесь на программу лечения «Классическая» в воронежском санатории Дзержинского.

**Санаторно-курортная программа «Классическая»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование процедур** | **5 дней** | **7 дней** | **10 дней** | **14 дней** | **21 день** |
| Прием врача первичный | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 |
| Прием врача повторный | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 |
| Пользование бассейном и сауной в Аквафитнес центре | 5 | 7 | 10 | 14 | 21 |
| Утренняя гимнастика | 3 | 5 | 8 | 10 | 14 |
| Аквааэробика в бассейне | 5 | 7 | 10 | 14 | 21 |
| ЛФК групповая | 3 | 5 | 8 | 10 | 14 |
| Спелеокамера | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Физиотерапия (2 вида терапии на каждый день, кроме дня выезда): СМТ-терапия, Дарсонвализация, УВЧ, УЗТ-терапия, Лазеротерапия, Магнитотерапия местная, Биоптрон. | 8 | 12 | 18 | 26 | 40 |
| Грязелечение (одна зона) | 4 | 6 | 9 | 12 | 14 |
| Водолечение (ванны, души) | 4 | 6 | 9 | 13 | 14 |
| Массаж аппаратный (термомассажная кровать, бесконтактный гидромассаж-Aqua SPA, вертебральный тренажер) | 2 | 4 | 6 | 8 | 10 |
| Контрастные ванны | 3 | 5 | 7 | 10 | 14 |
| Прием минеральной воды | 5 | 7 | 10 | 14 | 21 |
| Йога | 2 | 3 | 6 | 9 | 12 |
| Фитнес | 5 | 7 | 10 | 14 | 21 |
| Тренажерный зал | 5 | 7 | 10 | 14 | 21 |
| Терренкур | 5 | 7 | 10 | 14 | 21 |
| Фиточай | 5 | 7 | 10 | 14 | 21 |
| Круглосуточное медицинское наблюдение (сестринский пост) | 5 | 7 | 10 | 14 | 21 |
| Культурно-досуговые мероприятия (ежедневно по расписанию) | Ежедневно по расписанию | Ежедневно по расписанию | Ежедневно по расписанию | Ежедневно по расписанию | Ежедневно по расписанию |

**\*Оборудование рассчитано на вес не более 110 кг.**