



Медицина в Санатории «Кристалл»

crystal-resort.ru

Ключевые УТП

✧ Первый новый санаторий, построенный за последние 25 лет в Сочи

✧ Современный медицинский центр, не имеющий аналогов среди санаториев Сочи, площадью свыше 5000м2. Объем инвестиций в мед оборудование: свыше 300 млн руб.

✧ Более 80 медицинских кабинетов, в том числе: бальнеотделение – 18 кабинетов; грязелечение – 10 кабинетов; массажи – 10 кабинетов; свыше 90 специалистов медицинского профиля

✧ Современный SPA-комплекс, включающий в себя: открытый и закрытый бассейны с минеральной водой, фитнес-центр и салон красоты

✧ Уникальные категории номеров рядом с медцентром – Мед Сьюиты – с инфракрасной сауной, массажной зоной и сопровождением

✧ Симбиоз санаторного лечения и высококлассного гостиничного сервиса по доступной цене (4*)

✧ Широкий спектр услуг в одном месте: санаторное лечение, рестораны и бары, пляж, услуги для детей, конференц-возможности

✧ Приватный оборудованный пляж

✧ Питьевой бювет из собственного источника на территории парка

✧ Ресторанное питание от Remy Kitchen Bakery (холдинг Александра Оганезова) в Главном ресторане, ресторане a'la carte, лобби-баре и фреш-баре

✧ Ландшафтная архитектура, включая атриум с зимним садом с тропическими растениями

✧ Медицинский батлер-сервис

Современный медицинский центр площадью свыше 5000 м2

> 80

медицинских
кабинетов

Бальнеотделение:
18 кабинетов

Грязелечение:
10 кабинетов

> 90

медицинских
специалистов

Объем инвестиций
в медицинское
оборудование:

> 300 млн ₽



Концепция медицины



«Кристалл» – санаторий нового поколения с превентивным персонализированным подходом к оздоровлению, высокоинформативной углубленной диагностикой, с применением инновационных технологий в лечении и профилактике заболеваний, с комплектацией номеров с соблюдением условий гипоаллергенности и для здорового сна.

Задача современного медицинского санатория – создать такую модель санаторно-курортной медицины, которая позволит:

- ✧ эффективно лечить гостей
- ✧ превентивно сохранять здоровье
- ✧ создать центр поддержки гостей для продолжения коммуникаций после выезда из санатория



Санаторий «Кристалл» в своих методиках лечения использует передовой подход **превентивной медицины**, которая сейчас находится на пике популярности, однако корнями уходит в классическую советскую идеологию о профилактическом санаторно-курортном лечении.

Современная превентивная медицина основывается на принципах **4-П**, которые расшифровываются как:

- ✧ **Превенция** – профилактика заболеваний
- ✧ **Предикция** – выявление предрасположенностей к заболеваниям
- ✧ **Персонализация** – индивидуальный подход к организму каждого пациента
- ✧ **Партисипативность** – вовлечение в процесс оздоровления не только врача, но и самого пациента

Медицинский персонал

- ✚ Планируется привлечение активных, развивающихся специалистов, приверженных к превентивной медицине. Количество специалистов, развивающихся и желающих вступить на данный путь растёт.
- ✚ Широкий выбор специалистов позволяет охватить максимальное количество профилей лечения и обеспечить индивидуальный подход.
- ✚ Результат: повышается уровень лояльности гостей к санаторию (их слушают и слышат, решают проблемы со здоровьем не пожизненными «костылями» в виде лекарств, а точечными интервенциями и коррекцией привычек, вызывающих патологии).
- ✚ Расположение санатория даёт возможность активно оказывать амбулаторную помощь сторонним гостям и местным жителям.



Профильные специалисты:

- Терапевт
- Акушер-гинеколог
- Гастроэнтеролог
- Дерматовенеролог
- Диетолог
- Кардиолог
- Косметолог
- Мануальный терапевт
- Невролог
- Остеопат
- Оториноларинголог
- Офтальмолог
- Педиатр
- Врач ЛФК
- Реабилитолог
- Психотерапевт
- Рефлексотерапевт
- Травматолог-ортопед
- Уролог
- Эндокринолог



Медицинский персонал

Елена Антоновна Давыдова

Главный врач санатория, педиатр, диетолог, специалист в вопросах функциональной превентивной медицины.

-  1989 - 1995 гг. — Астраханский государственный медицинский институт им. А.В.Луначарского. Специальность: **педиатрия**.
-  2008 г. — Первичная переподготовка по программе «Организация здравоохранения и общественное здоровье» Куб ГМУ г. Краснодар.
-  2019г. — Первичная переподготовка по диетологии АНО ДПО «ЦСПКА» г. Тюмень. Специальность: **диетология**.
-  2019-2021 гг. — Базовый курс дополнительной профессиональной программы «Интегральная превентивная и антивозрастная медицина» Международного института Интегральной Превентивной и Антивозрастной медицины PreventAge.
-  Врач высшей квалификационной категории.
-  Член Ассоциации Врачей Интегральной Превентивной и Антивозрастной медицины PreventAge.
-  Общий медицинский стаж: 30 лет.



Вода для восстановления — прямо на территории

Минеральные воды в обязательном порядке будут включены в программы лечения и оздоровления гостей, как один из важных и необходимых факторов курортного лечения.

Планируем к использованию воды для внутреннего потребления:

- Сочинская,
- Пластунская,
- Лазаревская (в дальнейшем переход на собственную воду).

На основе минеральных вод будут разработаны программы питьевого и ингаляционного лечения; минеральные воды будут включены в состав оздоровительных напитков, а также внедрены в работу мед центра в питьевом бьюете.



В «Кристалле» будут реализованы:

- Ванны с минеральной водой как собственной так и из сторонних источников
- Партнерство с Бальнеологическим курортом «Мацеста» по отпуску сероводородных и радоновых лечебных ванн

Бассейны с минеральной водой

К услугам гостей в составе медицинского центра доступна акваториальная зона с круглогодичным 25-метровым подогреваемым бассейном с минеральной водой, имеющим соединенную открытую и закрытую части, а также сауна и хаммам.

Вода в бассейн поступает напрямую из собственной скважины. Для этого установлена система водоподготовки и подогрева



Отдых и физическая активность

Наличие оборудованных зон для отдыха и физической активности, а так же подогреваемого бассейна с минеральной водой позволят гостям в полной мере насладиться отдыхом, позаниматься спортом, плаванием.

Специалисты санатория проведут консультацию, подберут и составят программу тренировок для восстановления и поддержания здоровья и физической формы.

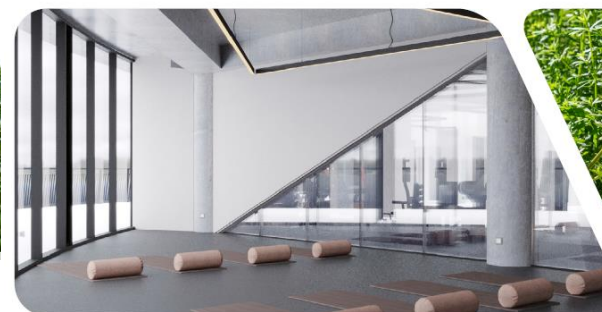
Применение рекреационных факторов дополняет стратегию психофизиологического восстановления.

- + Климатотерапия
- + Гелиотерапия
- + Талласотерапия
- + Терренкур и другие природные лечебные факторы.

Аптека на территории:

Дополнительные продажи лекарственных препаратов, биологически-активных добавок (витаминов, микроэлементов и др. кофакторов), продуктов питания и сопутствующих товаров для получения полноценного эффекта от проведенного восстановительного лечения.

Наряду с хорошим выбором качественной продукции гость получит рекомендации квалифицированного специалиста по имеющемуся ассортименту.



Основные направления деятельности санатория

Современные тренды показывают, что свыше 47% людей испытывают тревожность, нервные расстройства и плохое эмоциональное самочувствие. Все программы оздоровления санатория «Кристалл» нацелены на решение таких проблем как синдром хронической усталости, тревожность и выгорание.

Основные направления оздоровления, лежащие в основе авторских методик санаторно-курортного лечения:

- ✦ Бальнеотерапия
- ✦ Нейронутрициология
- ✦ Митохонинг
- ✦ Восстановление микробиома

Также к услугам гостей:

- ✦ Минеральные воды
- ✦ Лечебное питание
- ✦ Климатотерапия
- ✦ Гелиотерапия
- ✦ Талласотерапия
- ✦ Терренкур



- ✦ Инновационное оборудование
- ✦ Углубленная диагностика
- ✦ Превентивный подход
- ✦ Индивидуальная коррекция микроэлементного статуса
- ✦ Подбор и изготовление индивидуальных витаминно-минеральных комплексов
- ✦ Изысканная здоровая кухня от Remy Kitchen Bakery



Основные направления деятельности санатория

Развитие Нейронутрициологии:

Это новое перспективное междисциплинарное направление науки, объединяющее неврологию, диетологию, нутрициологию и изучающее влияние различных аспектов питания (нутриенты, диета, пищевое поведение, пищевая среда) на здоровье мозга на разных этапах жизненного цикла

Дает возможность развивать и ресторанную службу в параллельном направлении через здоровое, правильное, персонализированное питание и даже индивидуальный подбор алкоголя

- ✧ **Митохонкинг** — это современный подход к восстановлению митохондрий, клеточной энергии и метаболизма.
- ✧ Его задача — активировать внутренние резервы организма, улучшить клеточное дыхание, повысить выработку энергии и снизить системное воспаление.

Персонализация:

- ✧ Подбор и изготовление индивидуальных витаминно-минеральных комплексов (*на основании комплексного обследования Р-Фарм Компаунд*)
- ✧ Восстановление здоровья с помощью аутопробиотиков
- ✧ Индивидуальная коррекция микроэлементного статуса: персональный подход к диагностике, профилактике и лечению с Dr. Skalny lab

Оздоровительные программы

Программы «Кристалла» объединяют классические санаторные практики и научно обоснованные подходы. Мы не предлагаем универсальные протоколы — мы создаем работающие решения, адаптированные под ваше состояние, цели и образ жизни



**Формула
движения**



**Вектор
возрождения**



**Аксиома
молодости**



**Матрица
детокса**



**Код
митохонкинга**

Перечень программ составлен в соответствии с основными запросами и болями наших будущих гостей.

В каждую программу включена диагностика по профилю, комплекс активностей, лечебные процедуры.

Для программы «Детокс» совместно с поварами и технологами ресторана разрабатывается специальное лечебное меню питания

Обязательной станет информационная поддержка для гостей: «Школы здоровья», мастер-классы, тренинги своих и приглашенных специалистов.

Задача специалистов вовлечь гостя в работу над своим здоровьем, изучением себя, научить его не просто следовать рекомендациям врача, но понять принципы работы своего организма.

Конструктор санаторного отдыха

Этап 1. Выбор тарифа проживания



Конструктор санаторного отдыха

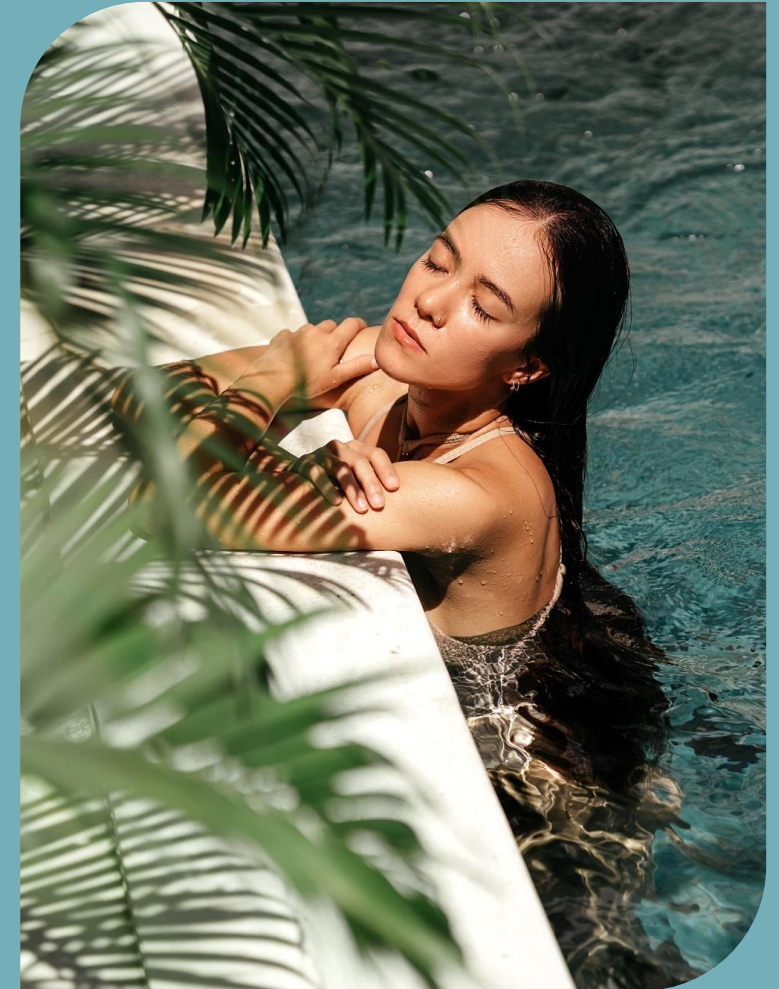
На этапе 1 гость выбирает тип основного тарифа для размещения:

1. Минимальный включенный пакет для тех, кто едет познакомиться с проектом: **Тариф с завтраком.**
2. Пакет для тех, кто предпочитает максимальную кастомизацию медицинских услуг – **Оздоровительный тариф.**
3. Пакет для гостей, у кого есть четкий запрос на оздоровление: **одна из 5 медицинских программ.**

Далее, как конструктор, гостю доступны дополнительные этапы, которые могут приобретаться в разное время до / во время заезда, тем самым позволяя гостям максимально кастомизировать и персонализировать свой отдых.

В центре позиционирования находятся флагманские медицинские программы:

- Формула движения
- Вектор возрождения
- Аксиома молодости
- Код митохондриального
- Матрица детокса



Формула движения



Цели программы:

- Восстановление мышечного баланса
- Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата
- Снижение болевого синдрома
- Снятие мышечных зажимов

Движение — не как нагрузка, а настройка. Эта комплексная программа помогает мягко вернуть телу свободу, а мышцам — тонус. Она направлена на восстановление мышечного баланса, снижение болевого синдрома, выравнивание тела и улучшение общего физического состояния. Мы не ускоряем, а поддерживаем: выстраиваем контакт с телом, возвращаем свободу движения, учим работать с нагрузкой, а не против нее

Программа рекомендуется:

- Тем, кто хочет улучшить физическое состояние и качество жизни
- Людям с малоподвижным образом жизни и мышечно-суставным дискомфортом
- Спортсменам — для профилактики травм и восстановления после нагрузок
- Тем, кто сталкивается с болями в спине и суставах
- Людям зрелого и пожилого возраста, для профилактики падений и сохранения подвижности

Формула движения

Состав программы:

- Прием врача-куратора и профильных специалистов: невролога, травматолога, рефлексотерапевта, мануального терапевта, косметолога
- Комплексная диагностика с использованием аппарата MS PRO, стабилметрического тренажера Балфит и кинезиотерапевтической системы Экзарта
- Активные практики: утренняя гимнастика, лечебная физкультура, йога, МФР, скандинавская ходьба, тренажерный зал
- Кинезиотерапевтические тренировки на аппарате ORMED-Kinezo
- Восстановительные процедуры: минеральные ванны, душ Виши, грязевые и водорослевые обертывания, карбокситерапия (в том числе инъекционная), талассотерапия
- Аппаратная терапия: высокоинтенсивная магнитотерапия, лазеротерапия, ударно-волновая терапия (УВТ)
- Посещение криосауны
- Посещение аква-термального комплекса с минеральным бассейном, сауной и хаммамом
- Прием минеральной воды
- Климатолечение
- Рефлексотерапия, мануальная терапия
- Обучающие мастер-классы



Вектор возрождения



Цели программы:

- Восстановление психоэмоционального баланса
- Поддержка и обучение навыкам расслабления
- Профилактика нарушений сна, депрессий, повышенной тревожности
- Снижение уровня хронического стресса

Эта программа создана для тех, кто чувствует выгорание, тревожность, снижение концентрации, раздражительность и быструю утомляемость. Здесь нет давления, есть настрой на возврат к себе.

Внутри — комплексная поддержка: физиотерапия, работа с микробиотой, нейронутрициология, восстановление сна, дыхательные практики и щадящее движение. Мы не «приводим в форму», мы помогаем восстановить целостность — и делать выбор в пользу себя и своего состояния.

Программа рекомендуется:

- При хронической усталости и снижении ресурса
- При нарушениях сна, концентрации и эмоционального фона
- Если ритм жизни требует постоянной отдачи без пауз
- В периоды тревожности, напряжения и внутреннего беспокойства
- Чтобы восстановить баланс и укрепить устойчивость организма

Вектор возрождения



Состав программы:

- Прием врача-куратора и консультации профильных специалистов: невролога, сомнолога, психотерапевта, косметолога
- Комплексная диагностика: аппарат MS PRO, электрокардиография Холтер ЭКГ, СМАД (суточный мониторинг артериального давления) или ночной мониторинг сна — по показаниям
- Климатолечение и талассотерапия
Посещение аква-термального комплекса: бассейн с минеральной водой, сауна, хаммам
- Активные практики: йога, утренняя гимнастика, ЛФК, скандинавская ходьба, тренажерный зал
- Прием минеральной воды
Управляемая интервальная гипоксическая тренировка на аппарате Oxyterra
- Ингаляции с горячим гелием
- Лечебные минеральные ванны
- Автоматический гидромассаж Каракала с хромотерапией
- Водорослевые и грязевые обертывания
- Общий релаксирующий массаж с аромамаслами
- Рефлексотерапия, мануальная терапия
- Общая магнитотерапия, электросон
- Посещение криосауны
- Обучающие мастер-классы



Аксиома молодости



Цели программы:

- Здоровьеобразование и здоровьесбережение
- Улучшение метаболизма
- Повышение жизненного тонуса
- Общее укрепление организма

Программа включает диагностику, чекапы, капельную терапию, митохондриальный, эстетические процедуры и нутриентную поддержку. Все процедуры выстраиваются деликатно и согласно вашему состоянию. В центре — то, как вы чувствуете себя сейчас. Мы помогаем вашему телу раскрыть свой ресурс для оптимального самочувствия, красоты и внутреннего спокойствия.

Программа рекомендуется:

- Для тех, кто хочет инвестировать в свое состояние в будущем
- Для людей зрелого возраста, которые хотят сохранить активность и ясность
- Для тех, кто хочет предупредить возрастные изменения без радикальных вмешательств
- Для спортсменов, стремящихся к грамотному восстановлению
- Для тех, кто живет в напряженном ритме и нуждается в телесной и эмоциональной перезагрузке

Аксиома молодости



Состав программы:

- Прием врача-куратора и консультации профильных специалистов: невролога, сомнолога, психотерапевта, косметолога
- Комплексная диагностика при помощи аппарата MS PRO и тренажера Балфит
- Мониторинг: Холтер ЭКГ, СМАД (суточный мониторинг давления) или ночной мониторинг сна — по показаниям
- Климатолечение, талассотерапия и галотерапия
- Посещение аква-термального комплекса: бассейн с минеральной водой, сауна, хаммам
- Активные практики: ЛФК, йога, пилатес, бодифлекс, утренняя гимнастика, скандинавская ходьба, тренажерный зал
- Прием минеральной воды
- Сухие углекислые или пароуглекислые ванны
- Автоматический гидромассаж с хромотерапией Каракала
- Четырехкамерные гальванические ванны
- Пилинги, обертывания с омолаживающим эффектом
- Лифтинг-уходы за лицом
- Ручной и бесконтактный гидромассаж
- Аппаратная терапия: общая магнитотерапия, электросон
- Гелиотерапия и гелиокстерапия
- Тренировки на стабилметрическом тренажере Балфит
- Обучающие мастер-классы по поддержанию состояния после программы



Матрица детокса



Цели программы:

- Восстановление психоэмоционального баланса
- Поддержка и обучение навыкам расслабления
- Профилактика нарушений сна, депрессий, повышенной тревожности
- Снижение уровня хронического стресса

Мы рассматриваем детокс как путь к балансу, а не как краткосрочную меру. Данная программа создана для комплексного очищения организма на физиологическом, клеточном и психоэмоциональном уровнях. Она помогает мягко освободиться от накопленных нагрузок, восстановить баланс систем и обновить внутреннее состояние — без форсирования, но с устойчивым эффектом.

Программа рекомендуется:

- При хронической усталости, стрессе и ощущении внутреннего перенапряжения
- При ослабленном иммунитете и стремлении к улучшению общего состояния
- При нарушениях обмена веществ и желании улучшить состояние кожи
- При необходимости мягко скорректировать вес и восстановить физическую форму
- При желании выстроить устойчивые привычки здорового питания и образа жизни

Матрица детокса



Состав программы:

- Прием врача-куратора и профильных специалистов (диетолога, эндокринолога, гастроэнтеролога, психотерапевта), консультация косметолога
- Комплексная диагностика с использованием аппарата MS PRO, ультразвуковое исследование желчного пузыря
- Климатолечение и талассотерапия
- Посещение аква-термального комплекса с бассейном с минеральной водой, сауной и хаммам
- Активные практики: занятия ЛФК и утренняя гимнастика, скандинавская ходьба, йога, тренировки МФР, посещение тренажерного зала
- Прием минеральной воды
- Внутривенное введение препарата Детокс 1
- Печеночный тюбаж
- Общий массаж, водорослевые и грязевые обертывания
- Подводный душ-массаж
- Посещение криосауны
- Общая магнитотерапия, прессотерапия, аппаратный лимфодренаж
- Рефлексотерапия, мануальная терапия
- Прием энтеросорбентов, метабиотиков, гепатопротекторов, проведение лаважа по Мацкевичу
- Детокс-питание
- Обучающие мастер-классы



Код митохонкинга



Цели программы:

- Повышение недостатка энергии, увеличение мотивации, улучшения когнитивных функций мозга
- Улучшение метаболизма, восстановление клеточных функций и запуск процессов самооздоровления
- Поддержке здоровья митохондрий посредством мито-питания и достижения водного баланса
- Восстановление психоэмоционального состояния

Код митохонкинга — это программа глубокого восстановления, направленная на активацию клеточной энергии и повышение устойчивости организма. Мы запускаем процессы саморегуляции на уровне митохондрий, восстанавливаем обмен веществ и возвращаем ясность мышления, физическую выносливость и эмоциональный тонус.

Программа рекомендуется:

- Тем, кто хочет повысить жизненный тонус, ясность мышления и общий ресурс
- Спортсменам — для улучшения выносливости, восстановления и повышения производительности
- Тем, кто стремится к профилактике возрастных изменений и улучшению качества жизни
- Людям с метаболическими нарушениями или сниженной энергией на фоне хронической усталости

Код митохонкинга



Состав программы

- Прием врача-куратора и консультации профильных специалистов (диетолога, эндокринолога, гастроэнтеролога, психотерапевта), консультация косметолога
- Диагностика на аппарате MS PRO
- УЗИ щитовидной железы
- Лактатный нагрузочный тест, непрерывный мониторинг глюкозы
- Климатолечение и талассотерапия
- Посещение аква-термального комплекса с бассейном на минеральной воде, сауной и хаммамом
- ЛФК, утренняя гимнастика, дыхательные практики, низкоинтенсивные тренировки, тренажерный зал, скандинавская ходьба
- Прием минеральной воды
- IV-терапия с препаратом Энергия
- Душ Шарко
- Обертывания с водорослями и грязями во флоат-бассейне
- Общий массаж тела и массаж лица
- Аппаратный массаж IQOONE (60 минут)
- Посещение криосауны
- Баротерапия и гелиокстерапия
- Интервальные дыхательные тренировки на OXYTERRA
- Мито-питание
- Прием полипrenoлов и метабитотиков
- Обучающие мастер-классы



Медицинские программы

Этап 2. Выбор медицинского модуля

Женская гармония

Мужская сила

Внутренний баланс

Здоровое сердце

Здоровый сон

Эстетическое
преображение

Коррекция фигуры

Модули — это набор узконаправленных процедур, которые можно пройти амбулаторно или дополнить к основной программе. Каждый из них решает конкретную задачу и составлен таким образом, чтобы гости могли пройти несколько модулей за период проживания. Формат — 3 дня, с фокусом на индивидуальные назначения.

Медицинские программы

Этап 3. Дополнительная диагностика. Чекапы.

Базовый чекап

Комплексный
чекап

Женская энергия

Мужское здоровье

Биологический
возраст

Хроническая
усталость

Клеточная
диспансеризация

Здоровое
пищеварение

Любую программу или модуль в Кристалле можно дополнить углубленной диагностикой. Чекапы проводятся по отдельным направлениям или в комплексном формате. Поскольку многие гости в современном мире регулярно проходят самостоятельные чекапы, данные услуги вынесены отдельным этапом для более узконаправленной диагностики по запросам гостей.



КРИСТАЛЛ

САНАТОРИЙ

