

Антистресс и здоровый сон

Продолжительность программы: от 7 дней

Программа для восстановления функций нервной системы и здорового сна обеспечивает слаженную работу всех органов в организме.

В лечении активно используется чередование различных массажей, в том числе ручного шейного отдела позвоночника (ШОП) и волосистой части головы, а также механического и подводного вида массажей, лечение стрессорастворяющей средой, групповая психотерапия, индивидуальные самостоятельные релаксации, аппаратная физиотерапия по профилю заболевания, а также активно используются новые методики и аппараты, не имеющие аналогов в городе.

При желании, во время лечения, можно подключать дополнительные платные медицинские услуги для усиления эффекта и ускорения заживляющих процессов, а также современные методы диагностики, предлагаемые в санатории сверх стандарта лечения. Это иглорефлексотерапия, постизометрическая релаксация, озонотерапия, баротерапия, контрастные ванны, флоатинг, кедровая бочка, уходовые процедуры по лицу и телу, газоразрядная визуализация.

Порядок прохождения программы

Наименование медицинской услуги и количество процедур в программе независимо от количества дней	от 7 и более дней	Продолжительность процедуры
Питание 3-разовое в зале "Стандарт" (Шведский стол)	Ежедневно (в день заезда - обед, ужин; в день выезда - завтрак)	
Первичный прием лечащего врача, знакомство, сбор анамнеза, назначение лечения	1 прием во второй день программы	30 мин.
Повторный приём лечащего врача для коррекции плана лечения	1 раз в неделю	15 мин.
Заключительный приём лечащего врача с выдачей рекомендаций	1 (в предпоследний день)	15 мин.
Консультация психолога или психотерапевта	1	30 минут

Первичная консультация врача сомнолога (до диагностики)	1	30 минут
Повторная консультация врача сомнолога (после диагностики)	1	30 минут
Консультация врача оториноларинголога (лор-врача)	1	20 минут
Лабораторное исследование: сывороточное железо, ферритин, магний, гормоны щитовидной железы (Т3, Т4, ТТГ), витамин В 12	1	10 минут
ПЛАТНО со скидкой 20% Компьютерная сомнография на аппарате WatchPAT 300	1 ночной сон	ночной сон

Длительность и состав программы «Антистресс и здоровый сон»

Наименование медицинской услуги и количество процедур в программе в зависимости от продолжительности	от	от	от	от	от	от	от	от	от	от	от	от	от	от	от	от	Продолжительность
	7 д	8 д	9 д	10 д	11 д	12 д	13 д	14 д	15 д	16 д	17 д	18 д	19 д	20 д	21 д		
Бассейн: Mineral SPA чередо	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	60 минут	

вание с Термор елакс (все бассейн ы с минера льной водой)																			
Водоле чение (один из видов) через день: - ИЛИ аромат ическая ванна	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	9	9				10 мину т
- и лечебн ый душ - циркул ярный, веерны й, каскадн ый (вид душа опреде ляет лечащи й врач)	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	9	9				5 мину т
Массаж ные технол огии: - классич еский ручной	нет	нет	нет	3	3	4	5	6	7	8	9	10	10	10	10				27 мину т

(3 ед.) в чередо вании																
- с автомат изиров анный подвод ный массаж в ванне КАРАК АЛЛА	3	3	3	4	4	4	5	6	6	7	7	8	8	9	9	15 мину т
БОСла б - электро энцефа лограф ически й тренин г биолог ическо й обратн ой связи, нормал изует цикл «сон- бодрств ование »	нет	нет	нет	2	2	2	3	3	3	4	4	4	5	5	5	30 мину т
- ИЛИ электро сон на аппарат е «Магно н»	нет	нет	нет	нет	нет	5	6	7	7	8	8	9	9	10	10	20 мину т

Дополнительно (один из видов): - ИЛИ криотерапия (криосауна)	1	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	4	5	5	5	3 мину ты
- ИЛИ контрастные ванны	1	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	4	5	5	5	60 мину т
- ИЛИ кедровая бочка	1	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	4	5	5	5	60 мину т
- ИЛИ сухая углекислая ванна (при наличии и противопоказаний к вышеперечисленному в п.10)	2	2	2	3	3	3	4	4	4	5	5	5	6	6	6	20 мину т
Скандинавская ходьба с инструктором	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	30 мину т

