

Курсовка по программе «Антистресс»

Сегодня нервное напряжение, стрессы и физическое переутомление стали обычным явлением для многих жителей нашей страны. При этом, если однократные и непродолжительные «встряски» полезны и способствуют мобилизации физических и умственных ресурсов, то результатом затяжного переутомления все чаще становится появление хронических заболеваний и расстройств нервной системы.

Симптомы переутомления и нервного расстройства:

- Повышенная тревожность
- Мнительность
- Нервное напряжение
- Нервные тики, самопроизвольное сокращение и подергивание мышц
- Снижение работоспособности
- Нарушение концентрации внимания
- Слабость
- Нарушения сна, бессонница
- Резкие перепады настроения
- Повышение артериального давления
- Нарушения аппетита (отсутствие желания есть или постоянное ощущение голода)
- Боли в мышцах и сердце без видимых причин

Как избавиться от переутомления или уменьшить проявления нервных расстройств?

Для качественного восстановления потраченных сил организма в первую очередь необходимо изменить свой ежедневный распорядок: равномерно чередовать умственную и физическую деятельность, спать не менее 8 часов в день и сбалансировать рацион.

Если же все вышеперечисленное приносит лишь временное облегчение, после которого стресс возвращается – необходимо принимать кардинальные меры. Одной из них может стать прохождение курсового лечения в Медицинском центре «Юность». В программу «Антистресс», разработанную ведущими специалистами Центра, включен целый комплекс диагностических и лечебных методик, направленных на выявление и устранение причин переутомления и общее укрепление организма.

Эффект от лечения по программе «Антистресс»:

- Повышается тонус
- Улучшается психологический настрой
- Нормализуются обменные процессы
- Налаживается кровообращение
- Нормализуется сон
- Укрепляется иммунитет
- Повышается уровень внимательности
- Снижается раздражительность

Наименование процедур	Количество процедур		
	10-12 дней	16-18 дней	19-21 дней
Прием специалистов			
Прием (консультация) лечащего врача (первичный)	1	1	1
Прием (консультация) лечащего врача (повторный)	1	2	2
Консультация озонотерапевта	1	1	1
Консультация узкого специалиста (невролога)	1	1	1
Консультация узкого специалиста (физиотерапевта)	1	1	1
Лабораторные исследования			
Определение протромбинового (тромбопластинового) времени в крови или плазме	1	1	1
Функциональные исследования			
Реоэнцефалография	По показаниям (цена прейскуранта)		
Электроэнцефалография	По показаниям (цена прейскуранта)		
УЗДГ брахеоцефальных артерий	По показаниям (цена прейскуранта)		
Рентгенография	По показаниям (цена прейскуранта)		
Лечебные процедуры			
Массаж классический (не более 1,5 единицы)	5	7	8

Физиотерапия (1 вид, по показаниям)	4	6	7
Гидропатия (1 вид, по показаниям)	4	6	8
Бальнеолечение (1 вид, по показаниям)	4	5	7
Озонотерапия	4	7	8
Гирудотерапия (от 3 до 5 шт)	4	6	7
Криосауна	5	7	8
Лечебная физкультура	4	6	7
Кислородный коктейль или фиточай (по показаниям)	8	14	17
Диагностика перед назначением программы оплачивается отдельно по прейскуранту			
("Оформление санаторно-курортной карты")			

*возможна замена процедур по показаниям на равноценные