

Программа «Де-стресс»

Комплекс направлен на укрепление нервной системы, повышение устойчивости к стрессам и восстановление после обострений. Программа «Де-стресс» способствует эмоциональной стабильности, снятию нервного напряжения и улучшению самочувствия, балансируя биоритмы организма.

Показания для лечения нервов

- бессонница
- сезонное обострение вегетососудистой дистонии
- тяжелые стрессовые переживания, включая травматические
- неврозы
- сильные потрясения, провоцирующие нарушение когнитивных функций – внимание, память
- симптомы депрессии, повышенной тревожности
- синдром хронической усталости
- трудности с эмоциональной адаптацией к новым обстоятельствам – работе, коллективу, городу, стране
- эмоциональное выгорание

Диагностический блок	7 дней	10 дней	14 дней	18 дней	21 дней
Прием лечащего врача первичный	1	1	1	1	1
Динамическое наблюдение лечащего врача	1	2	3	3	4
Консультация врача невролога	1	1	2	2	2
Консультация врача-специалиста по показаниям (кардиолог, гинеколог, офтальмолог, лор, травматолог-ортопед)	1	2	2	3	3
Консультация косметолога	1	1	1	1	1
Оздоровительный блок					
Климатотерапия	Ежедневно				
Естественная гелиотерапия на открытом воздухе	Ежедневно				
Терренкур – лечебная дозированная ходьба	Ежедневно				
Утренняя гимнастика	В будние дни				
ЛФК по группам	В будние дни				
Лечебный блок					
Диетотерапия – диетическое питание трехразовое по системе «шведская линия»	Ежедневно				
Питьевое лечение минеральной водой 3 раза в день	6	8	12	16	18
Синглентно-кислородный коктейль	4	5	7	9	10

Аппаратная физиотерапия (1 вид из нижеперечисленных по показаниям)					
Электрофорез воротниковой зоны	3	4	6	8	10
Дарсонваль	3	4	6	8	10
Водолечение (1 из нижеперечисленных по показаниям)					
Восходящий душ	3	4	6	8	9
Лечебная ванна	3	4	6	8	9
Грязелечение: грязевые аппликации на 1 зону	–	–	6	8	9
Массаж 1 ед.	3	5	7	9	10
Спелеотерапия	3	5	7	9	10
Медикаментозное лечение без плановых курсов (неотложная помощь)	по показаниям				

Ожидаемый эффект от программы:

- улучшение настроения и общего самочувствия
- выравнивание эмоционального фона
- повышение стрессоустойчивости и саморегуляции
- уменьшение вегетативных и эмоциональных нарушений
- нормализация артериального давления
- уменьшение или отсутствие головной боли
- обретение душевного равновесия
- нормализация сна
- улучшение качества жизни

Программы по восстановлению здоровья назначаются на срок меньший, чем срок пребывания.

Лечащий врач определяет объем диагностики, виды лечения и количество процедур на основе диагноза, степени тяжести заболевания и данных из санаторно-курортной карты или результатов обследования Гостя.