

## Программа «Здоровое сердце»

Программа «Здоровое сердце» направлена на профилактики сердечно-сосудистых заболеваний специалисты санатория разработали программу, направленную на профилактику развития заболеваний сердечно – сосудистой системы, повышение толерантности к физической нагрузке.

Комплекс направлен на восстановление и укрепление сердечно-сосудистой системы, повышение физической активности.

Для тех гостей, которые приезжают к нам с предварительным или подтвержденным диагнозом, наши кардиологи разработали программу реабилитации «Здоровое сердце».

### Показания для ее прохождения:

- восстановление после хирургического вмешательства, шунтирования, стентирования
- симптоматическая гипертензия
- гипо-, гипертония
- ишемическая болезнь сердца
- врождённые сердечные пороки
- нарушения работы органов, спровоцированные возрастными изменениями

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 кардиолога	1	1	1	1	1
Консультация врача-специалиста по показаниям (эндокринолог, гинеколог, невролог, офтальмолог, лор, травматолог-ортопед)	1	1	2	3	3
Инструментальные исследования: ЭКГ покоя, контрольное исследование в случае выявленной патологии	1	1	1	1	1
<b>Оздоровительный блок</b>					
Климатотерапия	Ежедневно				
Естественная гелиотерапия на открытом воздухе	Ежедневно				
Терренкур – лечебная дозированная ходьба	Ежедневно				
Утренняя гимнастика	В будние дни				
ЛФК по группам	В будние дни				
<b>Лечебный блок</b>					

Диетотерапия – диетическое питание трехразовое по системе «шведская линия» по назначению лечащего врача	Ежедневно				
Синглентно-кислородный коктейль	4	5	7	9	10
Приём минеральной воды по 450 мл. в день	7	10	14	18	21
<b>Аппаратная физиотерапия (1 вид из нижеперечисленных по показаниям)</b>					
Магнитотерапия	3	4	6	8	10
Дарсонвализация	3	4	6	8	10
Электрофорез	3	4	6	8	10
<b>Водолечение (1 из нижеперечисленных по показаниям)</b>					
Вихревая ванна для ног	3	4	6	8	9
Массаж 1 ед.	3	5	7	9	10
Спелеокамера	3	3	4	5	6
Прессотерапия (лимфодренажный массаж), 1 зона	3	3	4	5	6
Медикаментозное лечение без плановых курсов (неотложная помощь)	по показаниям				

### Ожидаемый эффект от программы:

- улучшение общего состояния, настроения, общего самочувствия
- стабилизация гемодинамических показателей
- рост уровня физических возможностей и физической активности, достижение более высокой толерантности к нагрузкам
- снижение массы тела (при избыточном весе)
- нормализация гемодинамических показателей (АД, ритм сердца)
- нормализация показателей крови и снижение уровня гиперлипидемии
- уменьшение головной боли, боли в области сердца, расстройства сна
- уменьшение утомляемости, тревожности, раздражительности, отдышки
- нормализация результатов инструментальных исследований