

## Психосоматическая медицинская программа

Программа направлена на комплексную медицинскую и психотерапевтическую реабилитацию человека с помощью природных лечебных факторов и подходов современной психосоматической медицины.

### Показания для лечения:

- Эндокринные болезни и болезни, связанные с нарушением обмена веществ (ожирение, сахарный диабет, нервная анорексия, гипотиреоз)
- Аллергические заболевания
- Кожные болезни (псориаз, нейродермит)
- Желудочно-кишечные заболевания (язва желудка и 12-перстной кишки, гастрит, «синдром раздраженного кишечника»)
- Гинекологические болезни (бесплодие, аменорея, климактерический синдром, невынашивание беременности)
- Урологические болезни (бесплодие, цистит, уретрит, простатит)
- Психовегетативные расстройства (нейроциркуляторная дистония, головная боль напряжения, мигрень)
- Невротические расстройства (фобии, панические атаки, депрессии)
- Заболевания опорно-двигательного аппарата (артрит, артроз, остеохондроз, нарушения осанки)

### Цель и задачи программы:

- Разрешение сложных внутриличностных конфликтов, которые, находясь в сознательной сфере памяти, могли обеспечивать триггер-запуск симптомов психосоматических болезней
- Обеспечение самоконтроля и самоуправления, способных внести в жизнь состояния душевного равновесия, покоя, умиротворения и присутствия ощущения жизненной энергии
- Уменьшение выраженности симптомов основного заболевания
- Укрепление иммунитета
- Улучшение психоэмоционального состояния
- Обретение внутренней гармонии и жизненного баланса
- Овладение более эффективными стратегиями совладения со стрессом

Наименование медицинских услуг	Количество процедур		Назначение процедуры, оказываемый эффект
	11 дней	13 дней	
<b>Диагностические процедуры и консультации</b>			
Прием лечащего врача и формирование индивидуальной программы лечения	3-4	5-6	Осмотр, составление плана лечения, контроль эффективности лечения

Общий анализ крови, общий анализ мочи, сахар крови	При наличии показаний		Уточнение диагноза и необходимого плана лечения.
Биоимпедансметрия (анализ состава тела)	При наличии показаний		
Электрокардиограмма	При наличии показаний		
Консультации узких специалистов	При наличии показаний		
Наблюдение дежурного медицинского персонала	При наличии показаний		
<b>Психотерапевтические услуги</b>			
Индивидуальная психотерапия	5	6	Определение глубинных причин болезни, проработка накопленных и отложенных эмоциональных переживаний и их коррекция с помощью различных психологических методик
Групповая психотерапия	8	10	Групповая психотерапия позволяет в комфортных условиях переработать сложные чувства, получить необходимую эмоциональную поддержку. Повышает степень личной осознанности и личной ответственности в восстановлении собственного здоровья
Оздоровительные психотерапевтические техники (арт-терапия, вокалотерапия, танце-двигательная терапия и пр)	По расписанию санатория		Улучшение психоэмоционального статуса, спокойствия, равновесия, радости от жизни
Психологическое сопровождение дежурным психологом	При наличии показаний		
<b>Лечебные процедуры</b>			
Диетическое питание	Ежедневно		Диета, сбалансированная необходимым количеством витаминов и питательных веществ
Климатолечение	Ежедневно		Воздействие на организм комплексом климатопогодных раздражителей естественной зоны лечебно-оздоровительной местности
Терренкур (включая скандинавскую ходьбу и йога-терапию)	Ежедневно		Дозированные физические нагрузки на дыхательную систему, укрепление мышц, связок, увеличение объема

			движений оказывают положительное влияние на психоэмоциональную сферу
Грязевые (обертывания/ электрогрязь/ грязеразводные ванны/ грязевые лепешки)	5	6	Иловая сульфидная грязь Сакского озера оказывает выраженное противовоспалительное, метаболическое, репаративное, десенсибилизирующее действие
Ванна минеральная лечебная	5	6	Оказывает тонизирующее действие на организм, конечности, уменьшает боль, обладает антиспастическим действием, способствует коррекции нарушений центральной и вегетативной нервной системы, укрепляет сосудистые стенки
Массаж классический (3,5 единицы)	5	6	Нормализует тонус мускулатуры, способствует восстановлению микро- и макроциркуляции крови и лимфы, оказывает обезболивающий эффект
Озонотерапия/ Иглорефлексотерапия/ Сухие углекислые ванны/ Магнитотурбон	5	6	Процедура подбирается лечащим врачом по показаниям
Физиотерапия	5	6	Один из видов физиопроцедур (электролечение, магнитотерапия, светолечение, ультразвуковая терапия, пр.) по основному заболеванию
Релакс-терапия (ароматерапия)	5	6	Ароматы, попадая на рефлексогенные точки носа, вызывают импульсы, проецирующиеся на определенные зоны головного мозга и оказывают в это время прямое воздействие на органы дыхания

План обследования и лечения составляется индивидуально лечащим врачом, возможны изменения и корректировки с учетом противопоказаний. В случае выявления противопоказаний к отдельным процедурам, лечащий врач подберет адекватную замену им из числа других видов и методов лечения, применяемых в санатории.