РУССКИЙ ЭКСПРЕСС
+7 (495) 009-66-99
agent@r-express.ru
www.r-express.ru
109004 г. Москва,
Земляной Вал, д. 59
стр. 2, 6 этаж

Программа «Позвоночник – ключ к здоровью»

Разработанные квалифицированными врачами оздоровительные программы помогают достичь поставленной задачи по лечению пациента. Они определяются индивидуально для каждого посетителя. Комплекс процедур также корректируется врачом на первом приеме, перед началом программы.

Процедуры, входящие в программу*

№	Название процедур	Сроки лечения	
		5 дней	7 дней
1.	**Прием врача**		
2.	**Ванны с бишофитом**	**4**	**6**
3.	**Общее грязелечение (большая грязевая процедура)**	**3**	**6**
4.	**Массаж области позвоночника**	**3**	**6**
5.	**Вакуумный массаж позвоночника**	**2**	**3**
6.	**Механотерапия**	**3**	**6**
7.	**Бассейн с минеральной водой**	**4**	**6**

* все процедуры назначаются на приеме у врача и могут быть скорректированы.

Для помощи Вашей спине в санатории разработали специальную программу - **«Позвоночник - ключ к здоровью»**. Она проводится в течение 5 или 7 дней. Благодаря этой программе и комплексному лечению позвоночника, снимается спазм спинных мышц, восстанавливается подвижность позвонков, а также формируется мышечный корсет. Такой эффект достигается за счет:

1. **Принятия ванн с бишофитом**. Такая процедура пойдет на пользу тем, у кого есть какие-либо нарушения в опорно-двигательном аппарате. Бишофит - это природный минерал, в котором содержится около 70 микроэлементов. Он легко растворяется в воде, поэтому именно принятие ванн является очень эффективной процедурой.

2. Общего грязелечения. В данном случае показания к грязелечению - это заболевания органов движения. К ним относятся суставы, мышцы, сухожилия. Насыщенную минералами грязь в теплом виде наносят на проблемный участок тела. Она улучшает кровообращение в тканях, запускает восстановительные процессы.

+7 (495) 009-66-99
agent@r-express.ru
www.r-express.ru
109004 г. Москва,
Земляной Вал, д. 59
стр. 2, 6 этаж

3. Массажа области позвоночника. С помощью механических воздействий на область позвоночника улучшается эластичность мышц и связок, стимулируется функция хрящевой ткани межпозвоночных дисков, улучшается кровообращение в области позвоночника.

4. Вакуумный массаж позвоночника - это эффективное лечение с помощью массажных банок, которые оказывают вакуумное воздействие на область спины. Оно восстанавливает подвижность суставов, снимает напряжение и усталость мышц, улучшает кровообращение.

5. Еще одна интересная процедура - **механотерапия**. Она представляет собой выполнение специального восстановительного комплекса упражнений на механическом аппарате. Такое воздействие возвращает былую подвижность суставам и помогает процессам физической реабилитации.

6. Купание в бассейне с минеральной водой - это заключительный аккорд в восстановлении функций позвоночника, расслаблении мышц и укрепления иммунитета организма.