

## Программа «Антистресс» 2023

**Возрастная категория:** взрослые (старше 18 лет)

Программа направлена на снижение стресса, зарядку организма энергией и восстановление его жизненных сил. Основными целями программы мы считаем психоэмоциональное восстановление, избавление от накопленной усталости и нормализацию режима сна. Для достижения этих результатов в ООО «Санаторий «Бирюза» используется специализированное оборудование на ряду с прекрасными климатическими условиями и продуманной системой физических нагрузок.

Перечень мероприятий	7-9 дней	10-12 дней	13-15 дней	16-18 дней
<b>Диагностический блок</b>				
Прием лечащего врача	2	2	3	3
Консультация специалиста по показаниям: невролог, эндокринолог	2	2	2	2
ЭКГ-исследование с расшифровкой и заключением	по медицинским показаниям			
<b>Оздоровительный блок</b>				
Минеральная вода «Лазаревская целебная»	ежедневно			
Кислородный коктейль	ежедневно			
Утренняя гимнастика/ скандинавская ходьба (не проводится в плохую погоду)	ежедневно			
Ароматерапия	4	6	8	10
Лечебная диета	ежедневно			
<b>Лечебный блок</b>				
Лечебные ванны: <b>(один вид)</b> Хвойно-жемчужная/Йодобромная*/Сухая углекислая ванна/Лавандовая*/Розмариновая*	3	4	5	6
Гидротерапия: циркулярный душ или душ Шарко	3	4	5	6
Массажные процедуры: Ручной массаж (1,5 ед.) или Подводный душ-массаж*	3	4	5	6
Аппаратная физиотерапия <b>(два вида процедур)</b> : Магнитотерапия на аппарате Мультимаг в режиме Антистресс*/ Надвенное лазерное облучение крови (НЛОК)*/ Прессотерапия нижних конечностей/ Магнитно-лазерная терапия "ТРАНСКРАНИО"*/	3	4	7	8
*Галокамера (соляная пещера)	3	3	5	6
*Озонотерапия в/в введение ОФР (при отсутствии противопоказаний)	2	3	4	5
Лечебная физкультура/ Профилактор Евминова	4	5	7	8
Неотложная помощь - при необходимости	круглосуточно			

\* Специализированные лечебные процедуры по профилю «Антистресс»