**Антистресс-оздоровление за 7 дней**

**Стресс** - одна из самых коварных болезней XXI века, поражающая самых активных и успешных. И становится всё трудней соответствовать стремительному темпу жизни.
Программа рекомендована для тех, кто страдает современными болезнями: хроническая усталость, нарушение сна, эмоциональное истощение и синдром «выгорания».
Результаты программы «Антистресс-оздоровление»:
Формирование стрессоустойчивости
Повышение трудоспособности
Улучшение эмоционального состояния
Повышение иммунитета
В стоимость программы включено:
Проживание в номере выбранной категории
6-ти разовое диетическое питание по «ресторанной системе»
Лечебно-оздоровительные процедуры в соответствии с перечнем
Прочие бесплатные услуги (прокат спортинвентаря, культурно-развлекательные программы, библиотека, Wi-Fi (беспроводной интернет).

Лечебно - оздоровительные процедуры количество процедур (входят в стоимость путевки) Каждому пациенту лечащим врачом санатория составляется индивидуальный план обследования и лечения, исходя из диагноза, степени тяжести, стадии и фазы основного и сопутствующих заболеваний, с учётом особенностей пациента и сочетаемости процедур, а также возможностей лечебно диагностической базы на момент пребывания в санатории.

Первичный осмотр врача в понедельник
Наблюдение врача в процессе лечения ежедневно
Круглосуточная дежурная медицинская служба (оказание помощи при необходимости) - медицинский пост и палата активного наблюдения). ежедневно
Лабораторная диагностика:
- общий клинический анализ крови
- биохимический (общий холестерин, - холестерин, -холестерин, триглицериды, коэф. атерогенности, трансаминазы) анализ крови
- глюкоза крови, протромбиновый индекс
- общий анализ мочи
Функциональные методы исследования:
- электрокардиография (ЭКГ)
Консультации специалистов (терапевта, гинеколога, оториноларинголога,
физиотерапевта, психолога, врача ЛФК, липидолога, стоматолога).
Плавание в бассейне с комплексом оборудования гидротерапии (гейзер, каскад, противотоки. гидромассаж). ежедневно
Занятия расслабляющей лечебной гимнастикой 5 сеансов
Джакузи с минеральной водой в бассейне 7 сеансов
Скандинавская ходьба (45-60 мин). ежедневно
Массаж 2 ед. 5-6 сеансов
Детензортерапия 5 сеансов
Ванны (хвойно-жемчужные или минеральные) 2-3 сеанса
Души (циркулярный или веерный,) 2-3 сеанса
Аппаратная физиотерапия (светотерапия или дарсонвализация) 5-6 сеансов
Ингаляции 5-6 сеансов
Ароматерапия 5-6 сеансов
Лазеротерапия (надвенная) 4-5 сеансов
Ксенонтерапия 1 сеанс
Рефлексотерапия 4-5 сеансов
Психотерапия (аутогенные тренировки) 5 сеансов
Диетотерапия (диетическое питание/разгрузочные дни) ежедневно
Кислородный коктейль или успокоительный чай 5 сеансов
Посещение косметолога (массаж или дарсонваль волосистой части головы) - 1 сеанс
SPA–комплекс: (акватермальный комплекс и солнечная комната) 2 сеанса

Противопоказания: возраст старше 50-ти лет, все заболевания в острой стадии и требующие стационарной помощи, острые инфекционные заболевания, онкологические заболевания до радикального лечения, беременность с 26 недели, психические заболевания в период обострения.

Взрослые, прибывающие в санаторий, должны иметь при себе:
- паспорт;
- путевку;
- справку для посещения бассейна;
- полис ОМС.
Дети, прибывающие в санаторий, должны иметь при себе:
- свидетельство о рождении;
- справку, учетная форма 076/У (санаторно-курортная карта для детей и подростков);
- справку врача об отсутствии контакта ребенка с инфекционными больными по месту жительства, в детском саду или школе;
- обследование на энтеробиоз (для посещения бассейна);
- полис ОМС.
Важно!
Заезд в воскресенье после 8.00
Выезд в субботу после 20.00.