

**Программа с лечебными элементами  
«Легкое дыхание» пакет «Комфорт»  
(для людей с хроническими заболеваниями органов дыхания)**

**Возраст: взрослые и дети от 12 лет  
Продолжительность: 7 ночей**

**Что вам даст программа?**

- поддержание стабильной функции дыхания
- укрепление местного и общего иммунитета
- повышение сопротивляемости к респираторным заболеваниям
- первичная и вторичная профилактика хронических заболеваний
- устойчивое психоэмоциональное и физическое состояние
- нормализация режима сна, питания, естественных биоритмов

**Диагностический блок**

- Прием (осмотр, консультация) лечащего врача первичный
- Повторный прием (осмотр, консультация) лечащего врача
- Врачебный контроль ежедневно
- Общий анализ крови (CBC/Diff - 5 фракций лейкоцитов)
- Общий анализ мочи
- Регистрация электрокардиограммы

**Оздоровительный блок**

- Посещение центра банных культур с 4-мя видами бань (русской, хаммам, инфракрасной, японских контрастных купелей)
- Оздоровительное плавание в бассейнах с морской водой
- Занятия в тренажерном зале
- Лечебная дозированная ходьба по территории отеля
- Климатотерапия
- Хайкинг по горным тропам Крыма (Солнечная тропа), групповой маршрут
- Рефлексотерапия (босохождение по тропе здоровья)

**Лечебный блок**

- 5 процедур - Спелеотерапия (соляная комната)
- 5 процедур - Грязелечение на область (полукорсет)
- 3 процедуры - Ванна воздушно-пузырьковая (жемчужная) с натуральными эфирными маслами, пиниментол/тимьян
- 1 занятие групповое занятие лечебной физкультурой от 3-х человек

**Показания:**

- хронические заболевания верхних дыхательных путей вне стадии обострения
- осложнения после вирусных и инфекционных заболеваний
- частые простудные заболевания
- проживание в неблагоприятных климатических и урбанизационных условиях
- сезонные эпидемиологические условия
- особенности физиологического развития дыхательных органов
- курение

**Обязательные к предъявлению документы для прохождения медицинской программы:**

справка об отсутствии контакта с зараженными COVID-19 (в течение предшествующих 14 дней);  
санаторно-курортная карта или выписной эпикриз (форма 027/у) для обеспечения преемственности медпомощи.

**Противопоказания:**

Имеются противопоказания, соответствии с требованиями приказа Министерства здравоохранения РФ от 7 июня 2018г. №321н «Об утверждении перечней медицинских показателей и противопоказаний для санаторно-курортного лечения». Необходимо проконсультироваться со специалистом.

**Программа с лечебными элементами  
«Иммунитет» (для укрепления иммунитета) пакет «Комфорт»**

**Возраст: дети от 12 лет и взрослые  
Продолжительность: 7 ночей**

**Что вам даст программа?**

- нормализация деятельности нервной, сердечно-сосудистой и иммунной системы
- повышение устойчивости организма к инфекциям и неблагоприятным факторам внешней среды
- активизация процессов саморегуляции
- повышение жизненного тонуса, омоложение организма
- улучшение состояния кожи

**Диагностический блок**

- Прием (осмотр, консультация) лечащего врача первичный/30мин
- Прием (осмотр, консультация) лечащего врача повторный/30мин
- Врачебный контроль
- Общий анализ крови (СВС/Diff - 5 фракций лейкоцитов)/15 мин
- Общий анализ мочи/15 мин
- Регистрация электрокардиограммы/15мин

**Оздоровительный блок**

- Посещение центра банных культур с 4-мя видами бань (русской, хаммам, инфракрасной, японских контрастных купелей)
- Оздоровительное плавание в бассейнах с морской водой
- Занятия в тренажерном зале
- Лечебная дозированная ходьба по территории отеля
- Климатотерапия
- 2 прогулки - Хайкинг по горным тропам Крыма (Солнечная тропа), групповой маршрут/120мин
- Рефлексотерапия (босохождение по тропе здоровья)

**Лечебный блок**

- 5 процедур спелеотерапии (соляная комната)/30мин
- 5 процедур лазеротерапия (НЛОК)/10мин
- 1 процедура ванна воздушно-пузырьковая (жемчужная) селеновая /30мин
- 2 процедуры Массаж медицинский спины/30мин
- Групповое занятие лечебной физкультурой от 3-х человек /30мин

**Показания**

- сниженный иммунитет
- частые простудные заболевания
- гиподинамия (малоподвижный образ жизни)
- проживание в сложных климатических условиях
- проживание в черте крупных промышленных центров

**Обязательные к предъявлению документы для прохождения медицинской программы:**

- справка об отсутствии контакта с зараженными COVID-19 (в течение предшествующих 14 дней);
- санаторно-курортная карта или выписной эпикриз (форма 027/у) для обеспечения преемственности медпомощи.

**Противопоказания:**

Имеются противопоказания, соответствии с требованиями приказа Министерства здравоохранения РФ от 7 июня 2018г. №321н «Об утверждении перечней медицинских показателей и противопоказаний для санаторно-курортного лечения». Необходимо проконсультироваться со специалистом.

## Программа с лечебными элементами «Антистресс» (для людей с синдромом хронической усталости)

Возраст: взрослые и дети от 12 лет  
Продолжительность: 7 ночей

### Что вам даст программа?

- глубокое расслабление и снятие физического напряжения
- нормализация деятельности нервной, сердечно-сосудистой и иммунной и других систем
- повышение жизненного тонуса
- нормализация режима сна, восстановление естественных биоритмов
- улучшение состояния кожи и волос, естественное омоложение организма

### Диагностический блок

- Прием (осмотр, консультация) лечащего врача первичный/30мин
- Прием (осмотр, консультация) лечащего врача повторный/30мин
- Прием (тестирование, консультация) медицинского психолога (первичный)/30мин
- Прием (тестирование, консультация) медицинского психолога (повторный)/30мин
- Врачебный контроль
- Общий анализ крови (CBC/Diff - 5 фракций лейкоцитов)/15мин
- Общий анализ мочи/15мин
- Регистрация электрокардиограммы/15мин

### Оздоровительный блок (ежедневно)

- Посещение центра банных культур с 4-мя видами бань (русской, хаммам, инфракрасной, японских контрастных купелей)
- Оздоровительное плавание в бассейнах с морской водой
- Занятия в тренажерном зале
- Лечебная дозированная ходьба по территории отеля
- Климатотерапия
- 2 прогулки -Хайкинг по горным тропам Крыма (Солнечная тропа), групповой маршрут
- Рефлексотерапия (босохождение по тропе здоровья)

### Лечебный блок

- 5 процедур спелеотерапия/30мин
- 3 процедуры массажа медицинского воротниковой области/15мин
- 3 процедуры массажа медицинского волосистой части головы/10мин
- 2 процедуры ванна воздушно-пузырьковая (жемчужная) с натуральными эфирными маслами, лаванда/мелисса/валериана/20мин
- 5 процедур дарсонвализация кожи/10мин

### Показания

- проживание в сложных климатических условиях
- проживание в черте крупных промышленных центров
- хронические заболевания верхних дыхательных путей вне стадии обострения
- осложнения после вирусных и инфекционных заболеваний
- частые простудные заболевания
- нарушение режима сна и отдыха

### **Обязательные к предъявлению документы для прохождения медицинской программы:**

- справка об отсутствии контакта с зараженными COVID-19 (в течение предшествующих 14 дней);
- санаторно-курортная карта или выписной эпикриз (форма 027/у) для обеспечения преемственности медпомощи.

### **Противопоказания:**

Имеются противопоказания, соответствия с требованиями приказа Министерства здравоохранения РФ от 7 июня 2018г. №321н «Об утверждении перечней медицинских показателей и противопоказаний для санаторно-курортного лечения». Необходимо проконсультироваться со специалистом.

## Программа с лечебными элементами «Жизнь в движении» (для людей с заболеваниями суставов)

Возраст: взрослые и дети от 12 лет  
Продолжительность: 7 ночей

### Что вам даст программа?

- глубокое расслабление и снятие физического напряжения, снижение болевой симптоматики
- нормализация деятельности нервной, сердечно-сосудистой и иммунной системы
- нормализация режима сна и питания, естественных биоритмов
- восстановление подвижности, кровотока, лимфотока
- формирование полезных привычек

### Диагностический блок

- Прием (осмотр, консультация) лечащего врача первичный/30мин
- Прием (осмотр, консультация) лечащего врача повторный/30мин
- Врачебный контроль
- Общий анализ крови (СВС/Diff - 5 фракций лейкоцитов)/15мин
- Общий анализ мочи/15мин
- Регистрация электрокардиограммы/15мин

### Оздоровительный блок (ежедневно)

- Посещение центра банных культур с 4-мя видами бань (русской, хаммам, инфракрасной, японских контрастных купелей)
- Оздоровительное плавание в бассейнах с морской водой
- Занятия в тренажерном зале
- Лечебная дозированная ходьба по территории отеля
- Климатотерапия
- Рефлексотерапия (босохождение по тропе здоровья)

### Лечебный блок

- 5 процедур - общая магнитотерапия/20мин
- 5 процедур - грязелечение на область (коленные суставы или локтевые суставы) 2 ед./30мин
- 3 процедуры - ванна воздушно-пузырьковая (жемчужная) с натуральными эфирными маслами, для мышц и суставов/20мин
- 2 занятия - лечебной физкультурой (групповое) от 3-х человек/30мин
- 2 пешие прогулки по горным тропам Крыма (Солнечная тропа), групповой маршрут/120мин

### Показания

- ревматические заболевания суставов
- отсутствие физической активности, длительная работа за компьютером
- неполноценный рацион питания, недостаток витаминов в связи с неблагоприятным регионом проживания
- нарушение режима сна и отдыха

### Обязательные к предъявлению документы для прохождения медицинской программы:

- справка об отсутствии контакта с зараженными COVID-19 (в течение предшествующих 14 дней);
- санаторно-курортная карта или выписной эпикриз (форма 027/у) для обеспечения преемственности медпомощи.

**Противопоказания:** Имеются противопоказания, соответствии с требованиями приказа Министерства здравоохранения РФ от 7 июня 2018г. №321н «Об утверждении перечней медицинских показателей и противопоказаний для санаторно-курортного лечения». Необходимо проконсультироваться со специалистом.

## Программа с лечебными элементами "С заботой о спине" (для людей с болезнями позвоночника)

Возраст: взрослые и дети от 12 лет  
Продолжительность: 7 ночей

### Что вам даст программа?

- снижение проявления болевого синдрома после курса лечения
- улучшение осанки
- повышение гибкости позвоночника
- повышение переносимости физических нагрузок

### Диагностический блок

- Прием (осмотр, консультация) лечащего врача первичный/30мин
- Прием (осмотр, консультация) лечащего врача повторный/30мин
- Диагностическая кинезиотерапия (консультация врача мануальной терапии, вкл. услуги мануальной терапии)/40мин
- Врачебный контроль
- Общий анализ крови (СВС/Diff - 5 фракций лейкоцитов)/15 мин
- Общий анализ мочи/15мин
- Регистрация электрокардиограммы/15мин

### Оздоровительный блок (ежедневно)

- Посещение центра банных культур с 4-мя видами бань (русской, хаммам, инфракрасной, японских контрастных купелей)
- Оздоровительное плавание в бассейнах с морской водой
- Занятия в тренажерном зале
- Лечебная дозированная ходьба по территории отеля
- Климатотерапия
- 2 пешие прогулки по горным тропам Крыма (Солнечная тропа), групповой маршрут/120 мин
- Рефлексотерапия (босохождение по тропе здоровья)

### Лечебный блок

- 5 процедур - общая магнитотерапия/20мин
- 5 процедур- грязелечение на область (позвоночника)/30мин
- 2 процедуры - массаж медицинский спины/30мин
- 2 процедуры- групповое занятие лечебной физкультурой от 3-х человек/30мин

### Показания

- заболевания позвоночника
- постоянные головокружения, регулярная головная боль
- все виды нарушение осанки
- мышечные боли и ощущение сильного напряжения
- реабилитация после травм или болезней опорно-двигательного аппарата

### Обязательные к предъявлению документы для прохождения медицинской программы:

справка об отсутствии контакта с зараженными COVID-19 (в течение предшествующих 14 дней)  
санаторно-курортная карта или выписной эпикриз (форма 027/y) для обеспечения преемственности медпомощи

### Противопоказания:

Имеются противопоказания, соответствии с требованиями приказа Министерства здравоохранения РФ от 7 июня 2018г. №321н «Об утверждении перечней медицинских показателей и противопоказаний для санаторно-курортного лечения». Необходимо проконсультироваться со специалистом.