

## Азбука здоровья (медицинские процедуры)

### «Альфа - СПА - капсула»

(оксигенотерапия, оксиароматерапия, термотерапия, ароматерапия, вибротерапия, аэроионотерапия, музыкотерапия)

### «Альфа - СПА - капсула»

Альфа – (первая буква греческого алфавита) означает высший класс, «спа» - в переводе с английского – курорт. Прибор представляет собой капсулу для одного человека, внешне напоминает маленькую изящную ракету. По широте диапазона и эффективности воздействия он не имеет равных, и действительно, может заменить целый курорт. Вот основные процедуры «Альфа - СПА»:

**Оксигенотерапия** – основное показание для применения – хроническая гипоксия тканей (травмы и заболевания опорно-двигательного аппарата, хронические воспалительные процессы, переутомление)

Эффекты: детоксикационный, бактерицидный, иммуностимулирующий, метаболический, повышение концентрации внимания, снижение эмоционального напряжения).

**Оксиароматерапия** – системная оксигенотерапия с ароматерапией. Лечебное воздействие в зависимости от вида применяемого аромамасла.

**Термотерапия** – сухая сауна улучшает легочную вентиляцию, кровообращение, улучшает обмен веществ, стимулирует дренажные функции лимфатической системы, осуществляет детоксикацию, глубокое очищение кожи, снимает мышечное напряжение.

**Вибротерапия** – лечебное воздействие механическими колебаниями низкой частоты.

Показания: посттравматические состояния, невралгии, остеохондроз, мышечное утомление.

**Аэроионотерапия** – метод лечебного применения аэроионов воздушной среды.

Показания: заболевания органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, расстройства сна, атопический дерматит.

**Музыкотерапия** – снижает уровень тревожности, умственного напряжения, улучшается самочувствие.

Эффекты:

- Релаксация, т.е. избавление от нервных перегрузок, головных болей, переутомления, бессонницы;
- Лечение многих заболеваний, в том числе органов дыхания, нейроциркуляторной и вегето - сосудистой дистонии, последствий хронических отравлений, поражений суставов, остеохондроза;
- Очищение и увлажнение кожи лица и тела, массаж рук и ног, выведение солей;
- Коррекция тела, снижение веса;

«Альфа - СПА» - это новое слово в борьбе со старением, избыточным весом, воздействиями на организм неблагоприятных экологических условий. Один курс в капсуле-курорте - и вы сбросите десяток лет, почувствуете себя бодрыми и отдохнувшими.

### Бассейн

Вода – волшебная стихия, в которой зародилась жизнь. Наверное, поэтому нас так завораживают и притягивают ее удивительные свойства. Еще не научившись ходить, грудной ребенок уже может удерживать свое тело на водной поверхности, совершенно самостоятельно.

	<p>Вода помогает снять накопившуюся за день физическую усталость и эмоциональное напряжение, вода помогает взбодриться или, наоборот, расслабиться.</p> <p>Применяется в комплексе реабилитационных мероприятий для больных с заболеваниями сердечно-сосудистыми заболеваниями.</p> <p>Упражнения в воде на расслабление, снятия напряжения и стресса, способствуют коррекции фигуры.</p> <p><b>Эффекты:</b></p> <p>Способствует снижению массы тела, закаляет организм, повышает иммунитет. Помогает снять физическую усталость и эмоциональное напряжение, взбодриться или, наоборот, расслабиться.</p>
<b>Галотерапия</b>	<p>Лечебно-оздоровительная процедура основана на применении искусственного микроклимата, близкого по параметрам к условиям подземных и соляных пещер.</p> <p>Благодаря высокой дисперсности и ионизации, аэроионы натрия хлорида проникают и оседают практически на все участки дыхательных путей вплоть до мелких бронхов. Дыхательные пути довольно быстро освобождаются от микрофлоры и аллергенов.</p> <p>При этом, на этом фоне, у больных уменьшается одышка и количество хрипов в легких, улучшаются показатели газообмена и функции внешнего дыхания, общее состояние. Этот клинический эффект галотерапии определяет ее широкое использование при заболеваниях с выраженной аллергической компонентой (бронхиальная астма, атопический дерматит и др.).</p> <p>Посещение соляной пещеры в первую очередь показано людям, страдающим хроническими заболеваниями дыхательных путей (ларингиты, трахеиты, бронхиты), болезнями кожной системы.</p> <p>У лиц, прошедших курс галотерапии, заметно снижается активность инфекционных заболеваний и аллергических процессов.</p> <p>Во время сеанса звучит музыка, что способствует нормализации психоэмоционального состояния, вегето-сосудистого тонуса, улучшается деятельность нервной системы.</p> <p><b>Показания:</b></p> <p>Галотерапия — это эффективное средство лечения и профилактики заболеваний органов дыхания, особенно если болезнь носит хронический характер. Применяется для восстановительного лечения и реабилитации больных бронхиальной астмой, бронхитами, аллергией, ЛОР-патологией, частыми ОРВИ. Галотерапия стабилизирует давление, эффективна в лечении заболеваний кожи (атопический дерматит, псориаз, экзема), неврозов, синдрома «хронической усталости», применяется для активизации защитных механизмов организма, уменьшения депрессии, психо-эмоциональной разгрузки, высоко эффективна для лиц, работающих в условиях вредного производства (пыль, газ, дым, химические вещества, перепады температур окружающего воздуха, малые дозы радиации), для курящих табак или куривших в прошлом., облегает отказ от курения.</p> <p>Метод безопасен, сочетается с другими физиотерапевтическими и немедикаментозными методами. Возрастного ограничения не имеет.</p>
<b>Гидромассаж</b>	<p>Гидромассаж (Подводный душ массаж, вихревая ванна) проводится в гидромассажной ванне, наполненной пресной</p>

	<p>водой при температуре 35-38С.</p> <p>Механизм действия основан на температурном и механическом раздражении и представляет собой удачное сочетание влияния на организм общей тепловой ванны и массажа. Пребывание больного в тёплой воде вызывает расслабление мышц и уменьшение болей, что позволяет энергичнее проводить механическое и температурное воздействие и влиять на более глубокие ткани. Подводный душ-массаж вызывает гиперемия кожи, которая обусловлена значительнее перераспределением крово- и лимфообращения, а соответственно и питание тканей, стимулирует обмен веществ в них и способствует быстрейшему рассасыванию воспалительных органов.</p> <p>Больной погружается в воду, после пяти минутной адаптации к воде включается ванна. Первые пять минут массаж проводится только струёй воды при закрытом положении боковых сопел. Затем, при постепенном открывании регулятора струя воды заполняется воздухом, при этом воздействие на кожу пациента усиливается. Медицинская сестра, изменяет направление водяной струи, поворотом шарообразной части боковых сопел в нужном направлении. Гидромассаж следует проводить после легкого завтрака. Для наибольшего эффекта массажа необходимо добиться полного расслабления мышц массируемого, поэтому положение в ванне должно быть физиологическим, удобным. При наличии кожных высыпаний массаж противопоказан. Небольшие царапины и ссадины не являются противопоказанием к массажу, если нет воспаления окружающих покровов.</p> <p><b>Показания для назначения:</b></p> <p>Подводный душ-массаж назначают после оперативного вмешательства и травме опорно-двигательного аппарата, при повреждениях и заболеваниях периферической нервной системы, остаточных явлениях полиомиелита, при нарушении жирового обмена, при остеохондрозе позвоночника, в комплексном лечении заболеваний позвоночника, суставов и органов дыхания. Показан душ-массаж при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, заболеваниях периферической нервной системы, патологическом климаксе, НЦД, гипертонической болезни I-II стадии, ИБС I функционального класса. Ускоряет восстановительные процессы за счет улучшения кровоснабжения ускоряет восстановительные процессы. Подводный массаж избавляет от стрессов, снимает напряжение и усталость. Кроме того, важен оздоровительный эффект этой процедуры: она придает тонус тканям и мышцам, улучшает работу венозной и лимфатической систем, активизируя процесс кровообращения, стимулирует обменные процессы и способствуя снижению веса.</p> <p><b>Эффекты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Глубокий массаж, мышечная релаксация, укрепление кожи, улучшение кровообращения, уменьшение выраженности целлюлита, релаксация.</li> <li>-Активизация процессов кровообращения, тем самым, улучшая процессы обмена, гормональный фон,</li> <li>-стимулирует обмен веществ.</li> </ul>
<p>Гидромассаж бесконтактный, на кушетке «АКВАСПА», (с хромотерапией)</p>	<p>Высокотехнологичное медицинское оборудование позволяет использовать все терапевтические эффекты классического гидромассажа без непосредственного контакта с водой.</p> <p>Во время процедуры <b>бесконтактного гидромассажа</b> реализуются практически все целебные свойства массажа тёплой водой:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- происходит расслабление спазмированных мышц, благодаря этому уходит дискомфорт и болевые ощущения;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- улучшается кровоснабжение массируемых тканей (кожи, подкожной клетчатки, мышечного и суставного аппарата), соответственно улучшается их питание и снабжение кислородом;</li> <li>- активизируются обменные процессы в организме, что благотворно сказывается на общем состоянии организма, значительно повышается расход калорий. Это особенно полезно в программах по снижению веса;</li> <li>- восстанавливается венозный и лимфатический отток, что способствует устранению отёчности и выведению шлаков и токсинов из организма. Это свойство незаменимо при хронических воспалительных заболеваниях опорно-двигательного аппарата, а также в программах очищения и детоксикации;</li> <li>- происходит нормализация работы внутренних органов путём реализации рефлекторных механизмов при воздействии на паравертебральные зоны и биологически активные точки – идеальный вариант при комплексном лечении хронических заболеваний сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной и других систем;</li> <li>- снятие усталости и напряжённости, восстановление психоэмоционального равновесия способствуют улучшению настроения и общего самочувствия, повышению жизненного тонуса, быстрому восстановлению работоспособности.</li> </ul> <p><b>Система хромотерапии</b> и светопрозрачная мембрана ложа, которая позволяет распространять цветовую палитру тонов света и тем самым способствуют нормализации нервной системы организма пациента. Доказано, что хромотерапия усиливает терапевтическое действие гидромассажа при их сочетанном проведении. Бесконтактный гидромассаж является прекрасной альтернативой классическому гидромассажу для людей с повышенной чувствительностью и сухостью кожи. Из-за отсутствия контакта с водой пропадает необходимость дополнительного ухода за кожей после проведения процедуры.</p>
<p>Гидромассаж (колортерапия, аэромассаж, тонкий аэромассаж, ароматерапия)</p>	<p>Принципиальное отличие аэромассажа в том, что под давлением не струя воды, а струя воздуха. В сочетании с гидромассажем это значительно усиливает эффект массажа под водой, способствует улучшению самочувствия, настроения и внешнего вида.</p> <p>Аэромассаж оказывает более мягкое воздействие на тело, чем гидромассаж. Аэромассаж помогает справиться с хронической усталостью, восстановить режим сна, нормализовать артериальное давление. Кроме того, аэромассаж делает кожу упругой и красивой, так как пузырьки активно снабжают её кислородом.</p> <p><b>Показания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>усталость, депрессия, стресс, бессонница;</li> <li>климакс и вызванные им отклонения;</li> <li>различные заболевания нервной системы;</li> <li>повышенная отечность при проблемах с лимфотоком и венозной системой;</li> <li>посттравматические проявления;</li> <li>послеоперационное восстановление организма;</li> <li>дряблость кожных покровов и мышечная дистрофия;</li> <li>расстройства ЖКТ;</li> </ul>

	<p>омолаживание организма; лишний вес.</p> <p>Эффект: улучшение кровообращения, и насыщение клеток кожи кислородом, и отличный успокаивающий эффект, и облегчение неприятных или болезненных ощущений, и повышение эффективности косметических процедур и средств.</p>
<p><b>Грязелечение</b></p>	<p><b>Тамбуканская грязь</b> наделена особыми свойствами и оказывает обезболивающий, противовоспалительный эффект. Многократно улучшает обменные процессы в организме, увеличивает периферическое кровообращение и кровообращение внутренних органов, стимулирует иммунно-биологические и гормональные системы, оказывают противовоспалительный, рассасывающий, обезболивающий и десенсибилизирующий эффект, повышает сопротивляемость, способствует выведению радионуклидов.</p> <p><b>Аппликатор лечебный грязевой - Тамбуканский (аппликатор)</b> предназначен для проведения аппликационного метода грязелечения в клинической практике при широком спектре заболеваний в артрологии, гинекологии, урологии, стоматологии. <i>Механизм действия аппликатора основан на лечебных свойствах грязи озера Тамбукан без изменения ее природного состава.</i></p> <p>Лечебная грязь (пелоид) оказывает выраженное терапевтическое влияние благодаря своим теплофизическим свойствам, органическому и минеральному составу, содержанию биологически активных соединений, таких как оксиды железа, медь, алюминий, кобальт, аминокислоты, углеводород, сероводород, азот, а также гормоно-, антибиотико- и витаминоподобных веществ. Она обладает иммунокорригирующими, десенсибилизирующими, регенерирующими, бактерицидными и бактериостатическими (антимикробными) свойствами.</p> <p>Лечебная грязь, как физический природный фактор со своими физико-химическими свойствами, является инструментом координации систем функционирования и метаболизма в организме.</p> <p>Лечебная грязь является природным антиоксидантом, оказывает очищающее и омолаживающее действие, улучшает кровообращение и микроциркуляцию кожи, стимулирует регенеративные процессы, активизирует обмен веществ и кожный иммунитет, обеспечивает выведение токсинов и шлаков, активно расщепляет жиры и адсорбирует излишки кожного жира, нормализуя его баланс, тонизирует и увлажняет кожу.</p> <p>Аппликатор представляет собой лечебную грязь в проницаемой оболочке или без оболочки, который дополнительно упакован в свето- и газонепроницаемую пленку и предназначен для одноразового применения.</p> <p><i>Лечебная грязь - илово-сульфидное, высокоминерализованное, пластическое густое коллоидное вещество черно-серого цвета со слабым запахом сероводорода месторождения озера «Тамбукан» (Кавказские Минеральные Воды, Ставропольский край).</i></p> <p>Проницаемая оболочка - нетканое полотно инертное к грязи пропускающее ее во всех направлениях.</p> <p>Аппликаторы помещены в свето- и газонепроницаемую пленку.</p> <p><b>Показания к грязелечению:</b> Остеохондроз позвоночника. Ревматоидный артрит, акт. I-II стадии</p>

	<p>Артрозоартрит в стадии ремиссии.  Посттравматические повреждения позвоночника и суставов.  Остаточные явления и последствия перенесенных воспалений матки и ее придатков, вне обострения.  Функциональные нарушения менструально-овариального цикла.  Первичное и вторичное бесплодие.  Спаечная болезнь органов малого таза воспалительного и послеоперационного происхождения, вне обострения.  Хронический простатит.  Импотенция.  Пародонтит и другие заболевания.</p>
<b>Душ Шарко</b>	<p>Душ Шарко (струевой) назначаются при нарушениях обмена веществ, заболеваниях опорно-двигательного аппарата, назначаются при всех нервных и психогенных заболеваниях, синдроме хронической усталости, при остеохондрозах, вегетативных нарушениях</p> <p>Быстро снимает напряжение и повышает тонус мышц. Улучшает крово - и лимфообращение и повышает клеточный метаболизм, способствуя выводу шлаков из организма, что в свою очередь, значительно улучшает общее самочувствие и положительно влияет на состояние кожи, улучшает состояние иммунной системы, уменьшает болевой синдром, способствует поддержанию нормального веса, уменьшает целлюлит, укрепляет нервную систему, оказывает рефлекторное воздействие на центральную нервную систему, улучшает общее психо-физическое состояние.</p> <p>Душ действенен при реабилитации после трахеобронхитов, нестабильном тоне сосудов, аллергии, болезнях печени, кишечника, желудка, помогает организму встать на позиции здоровья, значительно снижается лишний вес и является прекрасным средством при лечении и профилактики целлюлита.</p> <p><b>Показания к применению лечебного душа Шарко:</b>  нарушения обмена веществ, заболевания опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Применение комплекса лечебного душа оказывает стимулирующее действие на кровеносную и лимфатическую систему (ликвидирует недостаток активного кислорода в тканях и крови) Оказывает успокаивающее влияние. Способствует восстановлению нервной регуляции дыхания, кровообращения и обмена веществ, которые нарушаются под влиянием гипоксии и интоксикации.</p> <p>Душ вызывает активацию работы и кровеносной, и лимфатической систем. Результатом будет улучшение метаболических процессов, а также улучшение питания клеток кожи. Он показан при гиподинамии – помогает убрать напряжение мышц спины, активизировать кровообращение, устранить головные боли.</p>
<b>Душ циркулярный</b>	<p>Циркулярный душ назначается при нарушениях обмена веществ, заболеваниях опорно-двигательного аппарата, они оказывают стимулирующее действие на кровеносную и лимфатическую систему (ликвидирует недостаток активного кислорода в тканях и крови), оказывают успокаивающее влияние, способствует восстановлению нервной регуляции дыхания, кровообращения и обмена веществ, которые нарушаются под влиянием гипоксии и интоксикации.</p> <p>Интенсивное механическое воздействие дает раздражающий и тонизирующий эффект.</p> <p><b>Показания:</b></p>

	<p>Душ действенен при реабилитации после трахеобронхитов, нестабильном тонусе сосудов, аллергии, болезнях печени, кишечника, желудка, помогает организму встать на позиции здоровья, значительно снижается лишний вес и является прекрасным средством при лечении и профилактики целлюлита. Рекомендован при стрессах, бессоннице, гипотонии, ожирении, все это эффективно лечится благодаря активации кровообращения, ускорению метаболических процессов и большему доступу кислорода. Улучшает эмоциональное состояние, снимает раздражительность. Назначается при переутомлении, стрессе, депрессии, хронической усталости.</p> <p><b>Эффекты:</b> Эта процедура улучшает кровообращение и снимает стрессовое состояние при ослабленной нервной системе. Оказывает седативное действие на нервную систему.</p>
<b>Ингаляции</b>	<p>Введение лекарственного средства через дыхательные пути. При первых признаках острых и хронических заболеваний верхних дыхательных путей (насморка - ринита, воспаления небных миндалин - тонзиллита, воспалении слизистой оболочки глотки - фарингита, воспалении бронхов - бронхита и легких - пневмонии), а также для предупреждения и устранения приступов бронхиальной астмы.</p> <p><b>Ингаляции</b> облегчают удаление из дыхательных путей слизи и мокроты. Оказывает болеутоляющее действие, противовоспалительное. Применяется для улучшения местного иммунитета. Разжижается вязкую слизь, улучшают функцию мерцательного эпителия, подавляют упорный кашель, приводит к свободному отделению мокроты</p>
<b>Лазеротерапия</b>	<p><b>Лазеротерапия</b> – использование с лечебно-профилактическими целями низкоэнергетического лазерного излучения.</p> <p><b>Показания:</b> Активно применяется при лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата, дыхательной системы, проблем с кожей, эндокринной системой и др.</p> <p><b>Эффекты:</b> Оказывает противовоспалительное, бактерицидное воздействие, способствует уменьшению отеков, повышает сопротивляемость организма влияниям внешних факторов</p>
<b>Магнитотерапия</b>	<p>В соответствии с общими механизмами действия МП находит применения у больных шейным остеохондрозом с двигательными расстройствами, уменьшается болевой синдром в зоне иннервации шейных корешков, увеличивается объем движений в данном отделе позвоночника, руках. Магнитотерапия оказывает лечебный эффект при заболеваниях вегетативной нервной системы, у больных диабетическими полиневритами, ишемическими невритами и инфекционно - аллергическим корешковым синдромом, при невритах пояснично - крестцовых радикулитах.</p> <p>Магнитотерапия улучшает микроциркуляцию, восстанавливает свертываемость крови, повышает кроветворение и питание во внутренних органах (печени, почек, поджелудочной железы), стимулируются заживляющие процессы. Борьба с болью - главная цель использования магнитотерапии. Боль облегчается или полностью снимается у пациентов с тяжелыми травмами или временными недомоганиями, связанными с артритом.</p> <p><b>Показания к применению:</b></p>

	<p><b>Внимание! Запрещается эксплуатация аппарата при использовании пациентом имплантируемых стимуляторов.</b></p> <p><b>Заболевания сердечно-сосудистой системы</b> (ишемическая болезнь сердца, гипертоническая болезнь, облитерирующие заболевания периферических сосудов, посттромботические состояния); болезнь Рейно.</p> <p><b>Заболевания опорно-двигательного аппарата:</b> Деформирующий <i>остеоартроз</i>, <i>Бурсит</i>; <i>Остеохондроз</i> позвоночника (с рефлекторными и корешковыми синдромами);</p> <p><b>Повреждения опорно-двигательного аппарата и их последствия:</b> Перелом костей конечностей, таза, позвоночника; Внутренние повреждения суставов; Посттравматическая контрактура суставов; Ушиб мягких тканей, гематома, повреждения связок и мышц, посттравматический отек.</p> <p><b>Эффекты:</b> интенсифицируются обменные процессы; улучшается микроциркуляция; улучшаются трофика и регенерация тканей; возникают анальгезирующий; успокаивающий; дает выраженный антиангинальный эффект; гипотензивный эффект; активирует защитные силы организма.</p>
<p><b>Массаж</b></p>	<p><b>Ручной массаж</b> — это способ лечения и предупреждения болезней. Его суть заключается в механическом влиянии - уменьшается (исчезает) боль, отек, ускоряется регенерация и метаболизм тканей, нормализуются функции нервно-мышечного аппарата. Улучшаются окислительно-восстановительные процессы, восстанавливается работоспособность. Массаж является научно обоснованным, проверенным многолетней практикой, наиболее физиологичным для организма человека оздоровительным средством. Массаж может использоваться в качестве самостоятельного метода, а может применяться в сочетании с другими методами лечения.</p> <p>Наибольшее распространение получил <b>классический массаж</b>. Его основными приемами являются поглаживание, растирание, разминание и вибрация.</p> <p>Ещё с давних времён были выявлены чудесные свойства массажа. <b>Делать массаж</b> очень полезно для восстановления утраченных сил, улучшения всех обменных процессов, нормализации мышечного тонуса, снятия напряжения, повышения упругости кожи.</p> <p>С помощью массажа можно также уменьшить жировые отложения, улучшить кровообращение, нормализовать артериальное давление. Массаж поможет избавиться не только от болезней, но и значительно улучшить настроение.</p> <p>Делать массаж нужно для повышения работоспособности, восстановления физических и душевных сил человека. Массаж успешно используется в комплексе профилактических и лечебно-восстановительных методов, очень часто в спортивной практике.</p> <p>Методика массажа при каждом заболевании имеет свои специфические особенности.</p> <p><b>Лечебный массаж показан</b> при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, нервной и сердечно-сосудистой систем, органов дыхания, пищеварения, нарушениях обмена веществ, в гинекологии.</p> <p><b>Эффекты:</b></p>



	<p>Пассивное увеличение кровоснабжения периферических тканей и лимфодренаж, Ускорение регенерации и метаболизма тканей.</p> <p>Оказывает успокаивающее и релаксирующее действие, значительно улучшает самочувствие, Обеспечивает активный лимфоотток для вывода продуктов усиленного обмена веществ, снимает отеки, уменьшает подкожно- жировой слой.</p> <p>Повышает эластичность соединительно-тканых структур, Уменьшается (исчезает) боль, отек, ускоряется регенерация и метаболизм тканей, нормализуются функции нервно-мышечного аппарата.</p> <p>Улучшаются окислительно-восстановительные процессы, восстанавливается работоспособность.</p>
<b>Обертывание</b>	<p>Через кожный покров активизируются процессы обмена веществ, улучшает кровообращение, выводит токсины и шлаки из организма и улучшают общее самочувствие. Кожа становится необыкновенно мягкой и упругой, приобретает тонус и насыщается энергией, быстро восстанавливает свою силу.</p> <p>Горячее обертывание водорослями - способствует расширению сосудов. Повышается приток крови к органам и тканям. Благодаря водорослевому обертыванию восстанавливается нормальная фактура и цвет кожи, и ее тонус. Снимается стресс, усталость. Нормализуется лимфоток, микроциркуляция крови становится более интенсивной. Водорослевое обертывание имеет антиоксидантное действие. Это в свою очередь препятствует старению кожи. Организм обогащается кальцием, магнием, железом и цинком. Повышается лимфодренаж. Улучшается метаболизм и кислородный обмен. Водорослевое обертывание способствует укреплению стенок сосудов. Обменные процессы улучшаются, выводятся токсины. С помощью водорослевого обертывания легко избавиться от отеков, вывести лишнюю жидкость и токсины из организма. Избавление от целлюлита 1 и степени. Йод, содержащийся в водорослях, способствует расщеплению жиров.</p> <p><b>Показания:</b> Неврастения; начальная стадия гипертонической болезни; бессонница; нарушения обмена веществ: ожирение; подагра.</p> <p><b>Эффект:</b> Нормализация лимфотока, микроциркуляции крови. Для антиоксидантного действия. Для улучшения метаболизма и кислородного обмена. Водорослевое обертывание способствует укреплению стенок сосудов. Для улучшения обменных процессов, вывода токсинов. Целлюлит 1 и степени. Активизируются процессы обмена веществ, улучшает кровообращение, выводится токсины и шлаки из организма и улучшают общее самочувствие. Кожа становится необыкновенно мягкой и упругой, приобретает тонус и насыщается энергией, быстро восстанавливает свою силу. Восстанавливается нормальная фактура и цвет кожи, и ее тонус. Снимается стресс, усталость. Организм обогащается кальцием, магнием, железом и цинком. Повышается лимфодренаж. С помощью водорослевого обертывания легко избавиться от отеков, вывести лишнюю жидкость и токсины из организма</p>
<b>Озонотерапия</b>	<p><b>Озонотерапия</b> - это натуральный высокоэффективный метод лечения, построенный на насыщении тканей кислородом. Лечение заключается в использовании смеси кислорода и небольших количеств озона, который способствует максимальному усвоению кислорода кровью. Уникальность метода заключается в том, что кислород попадает именно в те органы, которым его больше всего недостает. Этого не может ни одно лекарство.</p>

	<p>Озонотерапия обеспечивает увеличенное поступление кислорода к клеткам, усиливает их энергетику. Клетки начинают функционировать так, как они функционируют в молодом организме. Улучшается общее самочувствие, появляется чувство бодрости, исчезает слабость, повышается работоспособность и настроение. Нормализуется состояние иммунитета, снижается количество холестерина и сахара в крови, замедляется сам процесс старения.</p> <p><b>Преимущества озонотерапии:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Отсутствие побочных явлений и хорошая переносимость лечения</li> <li>Экономическая выгодность</li> <li>Ограниченное число противопоказаний (в основном, серьезные нарушения свертывающей системы крови)</li> <li>Длительное сохранение улучшения состояния после курса лечения</li> <li>Отсутствие негативного воздействия на печень, которое оказывают все лекарственные препараты</li> <li>Профилактика и замедление процесса старения</li> </ul> <p>Самое замечательное свойство озона заключается в том, что он повышает иммунитет и способствует избавлению организма от болезнетворных вирусов, бактерий и грибков.</p> <p>Благодаря своей безопасности и доказанной эффективности метод озонотерапии у нас применяется для лечения <i>целого перечня</i> заболеваний и является обязательным компонентом оздоровительных программ</p> <p><b>Действие озона многогранно в зависимости от концентрации, места введения и методики.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Бактерицидный эффект</li> <li>Противовоспалительный эффект</li> <li>Обезболивающий эффект</li> <li>Активизирует кислородозависимые процессы</li> <li>Озон снимает синдром хронической усталости, восстанавливает работоспособность и сон избавляет организм от токсических эффектов</li> </ul> <p><b>Озонотерапия лечит более 150 заболеваний.</b></p>
<p><b>Прессотерапия</b></p>	<p>Ещё её называют пневмодренаж, баротерапия, аппаратный лимфодренажный массаж. При этой процедуре делается массаж сжатым воздухом, воздействие в основном оказывается на жидкости организма: лимфу и кровь.</p> <p>Самым важным качеством прессотерапии является сосудорасширяющий эффект, который признан одним из лучших способов борьбы с целлюлитом.</p> <p>Применение прессотерапии актуально не только при лечении целлюлита, но и при проведении поддерживающих, профилактических, реабилитационных мероприятий в косметологии, эстетической медицине, пластической хирургии, физиотерапии.</p> <p>Прессотерапия способствует быстрому восстановлению организма после перенесенных травм или хирургических операций. Осуществляется общая детоксикация организма.</p> <p><b>Показания к прессотерапии:</b></p>

	<p>Целлюлит  Возникновение отеков на коже  Снижение эластичности кожи  Нарушение клеточного обмена веществ  Появление первых признаков старения кожи и профилактика их возникновения  Ожирение  Необходимость реабилитации после перенесенных хирургических операций  Снижение иммунитета  Хроническая усталость ног  Эффект:  Активизация обменных процессов, Восстановление водного баланса, Очищение организма, Улучшение венозного оттока, Улучшение тонуса стенок сосудов, Устранение ощущения тяжести в ногах, Снижение отёков, Снятие стойкого мышечного напряжения, улучшение внешнего и внутреннего состояния кожи.</p>
<b>Терренкур</b>	<p>Дозированные пешеходные прогулки на свежем воздухе.  Одна из форм ЛФК, которая осуществляется путем естественного физического упражнения (ходьбы по определенному маршруту). Позволяют насладиться бодрящим морским воздухом, наполненным ароматами эвкалипта.  Проводится терренкур в природных условиях, на свежем воздухе, что способствует закаливанию, повышению физической выносливости, нормализации психоэмоциональной деятельности.  Эффект - успокоение, но и прилив бодрости и жизнелюбия.</p>
<b>УЗИ</b>	<p>Ультразвуковые методы исследования позволяют более точно решать вопросы диагностики значительного числа заболеваний: сердечно-сосудистой, пищеварительной, мочеполовой системы, а так же получить ценную информацию в акушерстве и гинекологии, онкологии и др.  Диагностика опухолей, камней, кист различных внутренних органов, сосудистых аномалий.  Безвредность и неинвазивность метода делают УЗИ значимым.  <b>Эффекты:</b>  Получение изображения органов в различных плоскостях, дифференциальная диагностика.  Ультразвуковое обследование позволяет обнаружить симптом, когда заболевание еще не проявило себя клинически, в результате этого лечение может быть более своевременным и эффективным.</p>
<b>Ультразвуковая терапия</b>	<p><b>Ультразвуковая терапия</b>  оказывает болеутоляющее, сосудорасширяющее, рассасывающее, противовоспалительное действие. При применении УЗ улучшается крово- и лимфообращение, ускоряется процесс заживления.  Применяется при лечении рубцов и туго подвижности суставов.</p>

**ЭКГ**

Возраст для мужчин старше 40 лет, для женщин старше 45 лет, боли в грудной клетке, особенно возникающие при физической нагрузке, при выходе из теплого помещения в холодную ветреную погоду, повышенное или пониженное артериальное давление, эпизоды необъяснимых обмороков, головокружения, слабости, сердцебиения, перебоев в работе сердца, одышка при физической нагрузке, любое заболевание сердечно-сосудистой системы, например, стенокардия, гипертоническая болезнь, гипотоническая болезнь, аритмии, блокады, эндокардит, миокардит, кардиомиопатия, любое заболевание эндокринной системы, например, сахарный диабет, повышение или снижение функции щитовидной железы, климакс, хронические заболевания дыхательной системы, например, хронический бронхит, бронхиальная астма.

При наличии периодически возникающих нарушений ритма, болей в области сердца кратность процедуры определяет врач, но это должно происходить не реже 1 раза в 3 месяца, до тех пор, пока не будут выяснены все причины плохого самочувствия и подобрано оптимальное лечение.

При наличии любого заболевания сердечно-сосудистой системы, даже при стабильном состоянии целесообразно снимать ЭКГ 2 раза в год.