# Программа «Движение без боли»

Легкость в движении и активный образ жизни - неотъемлемая часть жизни человека, идущего в ногу со временем, но часто этому мешают проблемы, связанные с болями в суставах. К счастью, в нашем санатории работают специалисты, которые помогут справиться с заболеваниями костно-мышечной системы. И вы, не зависимо от возраста, снова испытаете ощущение порхания при ходьбе и сможете получать наслаждение от любимого вида спорта.
Путёвки от 7 дней.

Лечащий врач: врач терапевт

Продолжительность: 7-14 дней

Показания: остеохондроз позвоночника, артрозы, артриты, другие заболевания костно-мышечной системы.

Ожидаемый эффект: уменьшение или исчезновение клинических проявлений – 80-85%, улучшение самочувствия до 93%

### Программа обследования и лечения:

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование процедур**  | **Количество процедур на курс**  |
| **7-10**  | **11-14**  |
| Консультации врачей  |
| Прием и наблюдение врача куратора  | 1  | 1  |
| Прем врача специалиста (мануальный терапевт)  | 1  | 1  |
| Диагностические процедуры (по показаниям)  |
| Клинический анализ крови  | 1  | 1  |
| Клинический анализ мочи  | 1  | 1  |
| ЭКГ  | 1  | 1  |
| Профилактический осмотр стоматолога  | 1  | 1  |
| Ванны (1 процедура из списка)  |
| Бишофитная  | 3-5  | 5-7  |
| Скипидарная  | 3-5  | 5-7  |
| Водолечение  |
| Душ Шарко  | 2-3  | 4-6  |
| Пелоидотерапия  |
| Грязевые аппликации  Тамбуканского месторождения           (2 зоны)  | 3-5  | 5-7  |
| Вытяжение позвоночника  |
| Подводное вертикальное вытяжение позвоночника  | 2  | 3  |
| Массаж  |
| Массаж ручной  (2 зоны)  | 3-5  | 5-7  |
| Механотерапия  |
| Роликовый массаж стоп Массаж аппаратный (Марутака)  | 7-10  | 11-14  |
| Аппаратная физиотерапия (2 процедуры по показаниям)  |
| Токи низкой частоты  | 3-5  | 5-7  |
| Токи высокой частоты  | 3-5  | 5-7  |
| КВЧ-терапия  | 3-5  | 5-7  |
| Лазеротерапия  | 3-5  | 5-7  |
| УФО  | 3-5  | 5-7  |
| УЗТ  | 3-5  | 5-7  |
| Магнитотерапия  | 3-5  | 5-7  |
| Прессотерапия  | 3-5  | 5-7  |
| Колибри  | 3-5  | 5-7  |
| Лечение минеральными водами  |
| Питьевое лечение минеральными водами  | по назначению врача  |
| Лечебная физкультура  |
| Лечебная физкультура (групповое занятие)  | 6-9  | 10-13  |
| Утренняя гимнастика  | 7-10  | 11-14  |
|  |

#

# Программа «Дыши полной грудью»

Реабилитация после перенесенных заболеваний органов дыхания, профилактика обострений и осложнений, санация верхних дыхательных путей, общее оздоровление.

Продолжительность: 7-14 дней

Показания: реабилитация после перенесенных заболеваний органов дыхания, профилактика обострений и осложнений, санация верхних дыхательных путей, общее оздоровление.

Ожидаемый эффект: купирование остаточных явлений воспалительного процесса, уменьшение частоты рецидивов хронического процесса ( профилактика обострений), улучшение общего самочувствия, повышение иммунитета.

### Программа обследования и лечения:

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование процедур**  | **Количество процедур на курс**  |
| **7-10**  | **11-14**  |
| Консультации врачей  |
| Прием и наблюдение врача куратора  | 2  | 2  |
| Диагностические процедуры (по показаниям)  |
| Клинический анализ крови  | 1  | 1  |
| Клинический анализ мочи  | 1  | 1  |
| ЭКГ  | 1  | 1  |
| Профилактический осмотр стоматолога  | 1  | 1  |
| Ванны (1 процедура из списка)  |
| Ванна углекисло-минеральная  | 3-4  | 4-6  |
| Ванна хвойно-жемчужные  | 3-4  | 4-6  |
| Водолечение (1 процедура из списка)  |
| Душ Шарко  | 3-4  | 4-6  |
| Циркулярный душ   | 3-4  | 4-6  |
| Вихревая ванна для рук  | 3-4  | 4-6  |
| Вихревая ванна для ног  | 3-4  | 4-6  |
| Пелоидотерапия  |
| Грязевые аппликации  Тамбуканского месторождения           (2 зоны)  | 3-4  | 4-6  |
|       Дыхательная  терапия (1 процедура из списка)  |
| Ингаляции минеральной водой  | 5  | 7  |
| Орошение десен минеральной водой  | 5  | 7  |
| Дыхательная терапия  |
| Сеанс в спелеокамере  | 5  | 6  |
| Гипербарическая оксинегация (ГБО)  | 3-4  | 4-5  |
| Массаж  |
| Массаж ручной(1 зона)  | 3-4  | 4-6  |
| Механотерапия (1 процедура из списка)  |
| Механический массаж на кушетке Seragem-master  | 1  | 2  |
| Роликовый массаж стоп Массаж аппаратный (Марутака)  | 3  | 4  |
| Аппаратная физиотерапия (2 процедуры по показаниям)  |
| Токи низкой частоты  | 4-5  | 5-6  |
| Токи высокой частоты  | 4-5  | 5-6  |
| КВЧ-терапия  | 4-5  | 5-6  |
| Лазеротерапия  | 4-5  | 5-6  |
| УФО  | 4-5  | 5-6  |
| УЗТ  | 4-5  | 5-6  |
| Магнитотерапия  | 4-5  | 5-6  |
| Колибри  | 4-5  | 5-6  |
| Биосистема  | 4-5  | 5-6  |
| Лечение минеральными водами  |
| Питьевое лечение минеральными водами  | по назначению врача  |
| Лечебная физкультура  |
| Лечебная физкультура (групповое занятие)  | 7-8  | 11-12  |
| Утренняя гимнастика  | 7-10  | 11-14  |
| Аквааэробика  |
| Скандинавская ходьба  |
| Плавание в бассейне (1 р. в день, без ограничения по времени)  |
| Клматолечение  |

# Программа «Укрепление иммунитета»

### Программа обследования и лечения:

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование процедур**  | **Количество процедур на курс**  |
| **7-10**  | **11-14**  |
| Консультации врачей  |
| Прием и наблюдение врача куратора  | 2  | 2  |
| Диагностические процедуры (по показаниям)  |
| Клинический анализ крови  | 1  | 1  |
| Клинический анализ мочи  | 1  | 1  |
| ЭКГ  | 1  | 1  |
| Профилактический осмотр стоматолога  | 1  | 1  |
| Ванны (1 процедура из списка)  |
| Ванна Тонус  | 3-4  | 4-6  |
| Ванна хвойно-жемчужная  | 3-4  | 4-6  |
| Водолечение (1 процедура из списка)  |
| Душ Шарко  | 3-4  | 4-6  |
| Циркулярный душ  | 3-4  | 4-6  |
| Вихревая ванна для рук  | 3-4  | 4-6  |
| Вихревая ванна для ног  | 3-4  | 4-6  |
| Дыхательная терапия  |
| Сеанс в спелеокамере  | 5  | 6  |
| Механотерапия (1 процедура из списка)  |
| Механический массаж на кушетке Seragem-master  | 5  | 7  |
| Роликовый массаж стоп Массаж аппаратный (Марутака)  | 5  | 7  |
| Лечение минеральными водами (1 процедура из списка)  |
| Орошение десен минеральной водой "Ессентуки Новая"  | 4-5  | 6-7  |
| Орошение лица минеральной водой "Ессентуки Новая"  | 4-5  | 6-7  |
| Питьевое лечение минеральными водами  | по назначению врача  |
| Оздоровительные процедуры  |
| Кедровая бочка  | 2-3  | 3-4  |
| Инфракрасная сауна  | 2-3  | 3-4  |
| Озонокапсула  | 3-4  | 4-5  |
| Криосауна  | 2-3  | 3-4  |
| Лечебная физкультура  |
| Лечебная физкультура (групповое занятие)  | 7-8  | 11-12  |
| Утренняя гимнастика  | 7-10  | 11-14  |
| Аквааэробика  |
| Скандинавская ходьба  |
| Фиточай ежедневно с 15:00 до 17:00 (зона Ресепшн, Центр.корпус)  |
| Плавание в бассейне (1 р. в день, без ограничения по времени)  |
| Клматолечение  |

# Программа «Укрепление иммунитета для детей»

Проблемы с желудочно-кишечным трактом могут беспокоить любого из нас, что ухудшает не только настроение, но и качество жизни. Реабилитационно-восстановительная программа позволит уменьшить клинические проявления или полностью избавиться от них, улучшить общее самочувствие, и добиться стойкой ремиссии от 6 месяцев.

В санатории возможен не только семейный отдых, но и оздоровление всех членов семьи, включая детей. Программа "Укрепление иммунитета для детей" разработана специально для маленьких пациентов.

Уникальностью подобной программы является не только удачный тандем благоприятных факторов окружающей среды,
но и наличие комплексного подхода в вопросе оздоровления детей в Санатории "Шахтёр"

Лечащий врач: врач-терапевт

Продолжительность: 7 дней / 14 дней

Показания: частые простудные заболевания, не поддающиеся лечению и частые рецидивы болезней дыхательных путей,инфекционные поражения кожных покровов, увеличенные лимфатические узлы, хроническая усталость и повышенная сонливость, быстрая утомляемость и проблемы с пищеварением.

Ожидаемый эффект: улучшение самочувствия, повышение общего тонуса, устранение хронических воспалительных процессов, улучшение качества кожи и исчезновение воспалительных проявлений на коже, улучшение иммунитета и усиление адаптации организма к неблагоприятным факторам внешней среды, улучшение качества жизни и повышение трудоспособности.

### Программа обследования и лечения:

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование процедур**  | **Количество процедур на курс**  |
| **7-10**  | **11-14**  |
| Консультации врачей  |
| Прием и наблюдение врача куратора  | 2  | 2  |
| Диагностические процедуры (по показаниям)  |
| Клинический анализ крови  | 1  | 1  |
| Клинический анализ мочи  | 1  | 1  |
| ЭКГ  | 1  | 1  |
| Профилактический осмотр стоматолога  | 1  | 1  |
| Водолечение (1 процедура из списка)  |
| Ванна Тонус  | 3-4  | 4-6  |
| Ванна хвойно-жемчужная  | 3-4  | 4-6  |
| Душ Шарко  | 3-4  | 4-6  |
| Циркулярный душ   | 3-4  | 4-6  |
| Вихревая ванна для рук  | 3-4  | 4-6  |
| Вихревая ванна для ног  | 3-4  | 4-6  |
| Дыхательная терапия  |
| Сеанс в спелеокамере  | 5  | 6  |
| Механотерапия (1 процедура из списка)  |
| Механический массаж на кушетке Seragem-master  | 5  | 7  |
| Роликовый массаж стоп Массаж аппаратный (Марутака)  | 5  | 7  |
| Лечение минеральными водами (1 процедура из списка)  |
| Орошение десен минеральной водой "Ессентуки Новая"  | 4-5  | 6-7  |
| Орошение лица минеральной водой "Ессентуки Новая"  | 4-5  | 6-7  |
| Питьевое лечение минеральными водами  | по назначению врача  |
| Оздоровительные процедуры  |
| Ингаляции (по назначению врача)  | 2-3  | 3-4  |
| Сухие углекислые ванны  | 4-5  | 6-7  |
| Кислородный коктейль в Фито баре  | ежедневно  |
| Криосауна  | 2-3  | 3-4  |
| Лечебная физкультура  |
| Лечебная физкультура (групповое занятие)  | 7-8  | 11-12  |
| Утренняя гимнастика  | 7-10  | 11-14  |
| Аквааэробика  |
| Скандинавская ходьба  |
| Фиточай ежедневно с 15:00 до 17:00 (зона Ресепшн, Центр.корпус)  |
| Плавание в бассейне (1 р. в день, без ограничения по времени)  |
| Клматолечение  |