

## *Очищение и оздоровление организма*

**В санатории «Буковая роща» внедрена программа щадящего очищения и оздоровления организма.**

В нее входит перечень различного вида процедур, направленных на очищение организма от шлаков и токсинов, коррекцию обмена веществ, психоэмоционального состояния и неврологического статуса, улучшение работы органов пищеварения и мочевого выделения. Пациентов консультируют врач-диетолог (подбор индивидуальной низкокалорийной диеты и режима питания), психотерапевт (подбор и проведение индивидуальных и групповых сеансов психотерапии с целью психокоррекции, применяются новые, эффективные методики), гастроэнтеролог кандидат мед. наук (с целью нормализовать работу желудочно-кишечного тракта и сформировать новый правильный режим питания).

---

**Все процедуры назначаются с учетом сопутствующих заболеваний и индивидуальных особенностей пациентов.**

Данная программа способствует медленному, безопасному похудению (потеря массы тела от 4 до 8 кг на курс лечения, в зависимости от сроков пребывания).

---

Формирование правильного здорового режима питания способствует избавлению от избыточного веса, очищению и оздоровлению организма.

**Противопоказания к применению программы:**

- желчекаменная болезнь (противопоказан прием минеральной воды высокой минерализации «Лысогорская» и клинических тюбажей);
- беременность;
- хронические заболевания в стадии обострения;
- детский и старческий возраст пациентов.

**Лечебный процесс включает:**

**Химический состав мг/дм<sup>3</sup>**

---

<b>Гидрокарбонаты HCO<sub>3</sub></b>	<b>400-1200</b>
Сульфаты SO <sub>4</sub>	5500-9000
Хлориды Cl	220-3700
Кальций Ca	350-550
Магний Mg	500-900
Натрий+Калий (Na+K)	2800-4500
Йод	0,51

1. Внутренний прием минеральной воды «Лысогорская»: сульфатно-гидрокарбонатно-хлоридная натриево-магниевая с небольшим содержанием кремния высокой минерализации (15,0-18,0 г/л) при наличии показаний и отсутствии противопоказаний;
2. Индивидуальная низкокалорийная диета;
3. Сифонные промывания кишечника минеральной водой;
4. Клинические тюбажи минеральной водой «Лысогорская» 2 раза в неделю;
5. Ванны (минеральные, жемчужные, струйно-контрастные);
6. Подводный душ-массаж);
7. Души (Шарко или Шотландский);

8. Массаж ручной (спина + живот);
9. Психотерапия (групповая или индивидуальная);
10. Гидрокинезотерапия: ЛФК в бассейне, аквааэробика;
11. Плавательный бассейн с гидрокомплексом: «противоток», «водопад кобра», «гейзер», «подводный гидромассаж»;
12. СПА-процедуры: финская сауна, турецкая баня «Хаммам» с бассейном и гидрокомплексом;
13. Лечебная физкультура со специальными комплексами упражнений для снижения массы тела;
14. Занятия на тренажерах с пульсометрией, контролем дозирования физической нагрузки;
15. Терренкуры в Лечебном парке, 2 раза в день (утро и вечер).

**Лечебный процесс осуществляется под контролем факторов риска и толерантности к физическим нагрузкам.**

**С этой целью проводятся исследования:**

- контроль уровня артериального давления (АД) в динамике (утром и вечером), у пациентов с артериальной гипертензией и частыми эпизодами повышения АД на протяжении всего курса лечения, с индивидуальным подбором комплекса процедур, а также по показаниям и гипотензивных препаратов;
- липидного спектра сыворотки крови (уровня общего холестерина, липопротеидов низкой, высокой плотности и очень низкой плотности, коэффициента атерогенности);
- уровня глюкозы крови и гликемического профиля;
- определение толерантности к физическим нагрузкам: электрокардиография (ЭКГ) с дополнительными отведениями и функциональными нагрузочными пробами; холтеровское мониторирование ЭКГ и АД;
- при занятиях на тренажерах — пульсометрия;
- ежедневный контроль массы тела.

### ***Перечень медицинских услуг по программе «Очищение и оздоровление организма»***

№	Перечень мед. услуг	Количество на срок		
		14 дней	18 дней	21 день
1	Прием лечащего врача-терапевта	1	1	1
2	Повторный визит к врачу	2	3	4
3	Первичный прием медсестры	1	1	1
4	Повторный прием медсестры	2	3	4
5	Консультации врачей узких специальностей (по показаниям)	2	4	5

6	Консультация врача-психотерапевта	1	2	3
7	Консультация врача-диетолога	1	2	3
8	Консультация врача-гастроэнтеролога	1	2	3
9	Анализ крови клинический	1	1	1
10	Сахар крови	1	1	1
11	Гликемический профиль (по показаниям)	1	1	1
13	Анализ урогенитального мазка на микрофлору (для бассейна)	1	1	1
14	Биохимический анализ крови (кол-во показателей)	Сахар, липиды крови	Сахар, липиды крови, печеночные и почечные пробы	Сахар, липиды крови, печеночные и почечные пробы
15	Электрокардиография (ЭКГ)	1	1	1
16	ЭКГ с дополнительными отведениями и нагрузочными функциональными пробами	1	1	1
17	Холтер ЭКГ	1	1	1
18	Холтер АД	1	1	1
19	Спирометрия	1	1	1
20	УЗИ брюшной полости и почек	1	1	1
21	Ректоскопия	1	1	1
22	Питьевое лечение минер. водой 3 р. в день	14дн.	18дн.	21дн.
23	Диетическое питание трехразовое (индивидуальная, низкокалорийная диета)	14дн.	18дн.	21дн.

24	Терренкур	14дн.	18дн.	21дн.
25	Клинические тубажи с минеральной водой «Лысогорская»	3	5	6
26	Ванна (минеральная, жемчужная, хвойно-жемчужная или струйно-контрастная 4-х камерная)	6	7	9
27	Лечебные души (Шарко, «Шотландский»)	5	7	9
28	Подводный душ-массаж	-	3	5
29	Массаж ручной классический (спина + живот)	6	8	10
30	Аппаратная физиотерапия	6	8	10
31	Сеансы групповой или индивидуальной психотерапии	6	8	10
32	Сифонные промывания кишечника минеральной водой	2	3	3
33	Микроклизмы с отваром трав и масляные	6	8	10
34	Лечебная физкультура (ЛФК)	6	8	10
35	ЛФК в бассейне, аквааэробика	6	8	10
36	Плавательный бассейн с гидрокомплексом «противоток», «водопад кобра», «гейзер», «подводный гидромассаж»:	6	8	10
37	Занятия на тренажерах (45 минут в день)	6	8	10
38	Неотложная помощь: медикаментозное лечение, стоматологическая помощь, забор материала на анализы.	+	+	+

Для пациентов, проживающих в палатах «Люкс» дополнительно включаются:

39	УЗИ по сопутствующим заболеваниям — 2 ед.	1	2	2
----	---	---	---	---

**Примечание:** СПА-процедуры (финская сауна и турецкая баня «Хамам») — платно