

## Порядок прохождения программы «АНТИСТРЕСС и ЗДОРОВЫЙ СОН»

Наименование медицинской услуги и количество процедур в программе независимо от количества дней	от 7 и более дней	Продолжительность процедуры
Питание 3-х разовое в зале "Стандарт" (Шведский стол)	Ежедневно ( в день заезда - обед, ужин; в день выезда - завтрак)	
Первичный прием лечащего врача, знакомство, сбор анамнеза, назначение лечения	1 прием во второй день программы	30 мин.
Повторный приём лечащего врача для коррекции плана лечения	1 раз в неделю	15 мин.
Заключительный приём лечащего врача с выдачей рекомендаций	1 (в предпоследний день)	15 мин.
Консультация психолога или психотерапевта	1	30 минут
Первичная консультация врача сомнолога (до диагностики)	1	30 минут
Повторная консультация врача сомнолога (после диагностики)	1	30 минут
Консультация врача оториноларинголога (лор-врача)	1	20 минут
Лабораторное исследование: сывороточное железо, ферритин, магний, гормоны щитовидной железы (Т3, Т4, ТТГ), витамин В 12	1	10 минут
Антропометрия	1 услуга 10 минут	
ПЛАТНО со скидкой 20% Компьютерная сомнография на аппарате WatchPAT 300	1 ночной сон	ночной сон

## Длительность и состав программы «Антистресс и Здоровый сон»

Наименование медицинской услуги и количество процедур в программе в зависимости от продолжительности	от 7 дней	от 8 дней	от 9 дней	от 10 дней	от 11 дней	от 12 дней	от 13 дней	от 14 дней	от 15 дней	от 16 дней	от 17 дней	от 18 дней	от 19 дней	от 20 дней	от 21 дней	Продолжительность
Бассейн: Mineral SPA чередование с Терморелакс (все бассейны с	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	60 минут

минеральной водой)																
Водолечение (один из видов) через день: - ИЛИ ароматическая ванна	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	9	9	10 минут
- и лечебный душ - циркулярный, веерный, каскадный (вид душа определяет лечащий врач)	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	9	9	5 минут
Массажные технологии: - классический ручной (3 ед.) в чередовании	нет	нет	нет	3	3	4	5	6	7	8	9	10	10	10	10	27 минут
- с автоматизированный подводный массаж в ванне КАРАКАЛЛА	3	3	3	4	4	4	5	6	6	7	7	8	8	9	9	15 минут
БОСлаб - электроэнцефалографический тренинг биологической обратной связи, нормализует цикл «сон-бодрствование»	нет	нет	нет	2	2	2	3	3	3	4	4	4	5	5	5	30 минут

Аппаратная физиотерапия (один из видов) - ИЛИ магнитотерапия на аппарате «Диамаг», программа № 1 для лечения нарушений сна	4	4	4	5	5	5	7	7	7	8	8	8	9	9	9	20 минут
- ИЛИ электросон на аппарате «Магنون»	нет	нет	нет	нет	нет	5	6	7	7	8	8	9	9	10	10	20 минут
Дополнительно (один из видов): - ИЛИ криотерапия (криосауна)	1	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	4	5	5	5	3 минуты
- ИЛИ контрастные ванны	1	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	4	5	5	5	60 минут
- ИЛИ кедровая бочка	1	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	4	5	5	5	60 минут
- ИЛИ сухая углекислая ванна (при наличии противопоказаний к вышеперечисленному в п.10)	2	2	2	3	3	3	4	4	4	5	5	5	6	6	6	20 минут
Скандинавская ходьба с инструктором	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	30 минут



Климатотерапия в равнинной лесной зоне (Ежедневно самостоятельно)	Ежедневно самостоятельно																
Фитотерапия: Чай «Щедрость природы», Успокоительный ИЛИ Кисель, Леовит, Сонный (определяет лечащий врач на приёме)	Ежедневно 1 раз в день Фитобар																
Прием лечебной минеральной воды (методику приема определяет лечащий врач) - (Ежедневно самостоятельно)	Ежедневно самостоятельно																

**ВНИМАНИЕ!** Пропущенные процедуры не компенсируются другими процедурами, замена процедур не производится, возврат денежных средств за пропущенные процедуры не производится. Расчетный час: заезд в 14:00, выезд в 10:00.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПЛАТНЫЕ МЕДИЦИНСКИЕ УСЛУГИ (ПРИ НАЛИЧИИ МЕСТ В ГРАФИКЕ) ПО ЖЕЛАНИЮ ГОСТЯ:**

Косметологические процедуры, любые другие процедуры по показаниям (не входящим в данный перечень услуг), консультация врачей-специалистов, УЗИ-диагностика и другие процедуры.