## Оздоровительная программа «Здоровая спина»

Продолжительность: от 2-х до 5-ти дней

Показания: группа хронических заболеваний: дорсопатии; спондилопатии; болезни мышц; поражения синовиальных оболочек и сухожилий в стадии ремиссии при минимальной и средней активности процесса, без осложнений, при условии самостоятельного передвижения и самообслуживания.

Код по МКБ-10: M00 - M99

Противопоказания и ограничения: противопоказания общие для санаторно-курортного лечения, ограничение веса до 100 кг, определяются врачом-терапевтом.

Ожидаемый эффект:

* Улучшение общего самочувствия и настроения;
* Повышение жизненного тонуса и работоспособности;
* Увеличение толерантности к физическим и психоэмоциональным нагрузкам;
* Нормализация сна;
* Повышение качества жизни;
* Уменьшение доз лекарственных препаратов;
* Увеличение двигательной активности;
* Уменьшение болевого синдрома;
* Улучшение общего состояния нервной системы;

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п  | Перечень процедур  | Количество процедур  |
| 2 дня  | 3-4 дня  | 5 дней  |
| 1 | Предварительная консультация врача-терапевта | 1 | 1 | 1 |
| 2 | Посещение бассейна | 2 | 3-4 | 5 |
| 3 | Подводный душ-массаж | 1 | 2 | 3 |
| 4 | Вибромассаж на кушетке « NUGA BEST »  | 2 | 3-4 | 5 |
| 5 | Фиточай – витаминный | 2 | 3-4 | 5 |