

# Базовая программа «Премиум»

**Продолжительность программы:**  
От 7 дней

**Рекомендуемая периодичность:**  
1 – 2 раза в год

Базовая программа «Премиум» — это привилегированный санаторно-курортный сервис высшего уровня. Программа включает эффективный комплекс лечебно-профилактических методов, направленных на укрепление иммунитета, восстановление природных сил и улучшение работы основных систем организма. Последовательное и взаимосвязанное выполнение процедур, включенных в программу, гармонизирует физиологический баланс, улучшает общее состояние, повышает жизненный тонус и устойчивость к негативному влиянию внешних факторов.

## **В дополнение к стандартным элементам, базовая программа «Премиум» содержит услуги, повышающие эффективность и интенсивность лечения:**

- Персонализированный подход — увеличенное время на приеме у врача
- Индивидуальное составление программы для каждого гостя
- Усиленная программа лечения
- Персонализированный подбор дополнительных медицинских услуг
- Программа включает общий массаж и СПА программы по уходу за телом, которые гармонично сочетаются с лечебными процедурами
- Безлимитное посещение сауны и бассейна
- Сбалансированное питание по системе «Шведский стол» или согласно выбранной программе питания

## **Базовая программа «Премиум» подойдет гостям, которые хотят:**

- Оценить состояние организма и получить рекомендации врачей
- Укрепить здоровье и зарядиться положительными эмоциями
- Провести профилактику хронических заболеваний
- Улучшить качество жизни по ключевым показателям: общее самочувствие, физический и эмоциональный баланс
- Скорректировать баланс работы и отдыха, справиться с бессонницей

## **Результаты прохождения программы:**

- Крепкий иммунитет, снижение количества обострений хронических заболеваний или их выход в стойкую ремиссию
- Сокращение обращений к врачам и приема лекарственных средств
- Улучшение эмоционального состояния
- Повышение устойчивости организма к стрессам и неблагоприятным факторам внешней среды
- Повышение качества жизни, хорошее настроение и прилив сил
- Отдых, расслабление

# Состав медицинских услуг

ВКЛЮЧЕННЫХ В БАЗОВУЮ ПРОГРАММУ «ПРЕМИУМ»



САНАТОРИЙ  
РОДНИК

| НАИМЕНОВАНИЕ  | Количество дней |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|---|-----------------|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
|   | 7               | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| <b>ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК</b>   |                 |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| Первичный прием врача-терапевта   | 1               | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |
| Повторный прием врача-терапевта   | 1               | 1 | 1 | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  |
| Прием (осмотр, консультация) узкопрофильных специалистов  | 2               | 2 | 2 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  |
| Регистрация электрокардиограммы (расшифровка, описание, интерпретация ЭКГ-данных)   | 1               | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |
| Общий (клинический) анализ крови  | 1               | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |
| Клинический анализ мочи   | 1               | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |
| Биохимический анализ крови (креатинин, холестерин, АЛТ, глюкоза крови)  | 1               | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |
| <b>ЛЕЧЕБНАЯ ПРОГРАММА</b>   |                 |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| Диетическая терапия (под контролем медсестры диетической в формате «Шведский стол»)   | 7               | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| Прием минеральной воды (Нарзан, Славяновская вода, Ессентуки-4)   | 7               | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| Воздействие климатом  | 7               | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| Плавание в бассейне   | 6               | 7 | 8 | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| Термотерапия  | 6               | 7 | 8 | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| Лечебная физкультура с инструктором ЛФК   | 6               | 7 | 8 | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| Механотерапия (занятия на тренажерах)   | 6               | 7 | 8 | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| Терренкур-лечебная ходьба (1 прогулка с инструктором ЛФК)   | 5               | 6 | 7 | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| Ванны (нарзанные, «сухие-углекислые», с бишофитом, с ромашкой, вихревые, хвойно-салициловые, хвойно-жемчужные, 4-х камерные, йодо-бромные, валериановые) (1 вид по мед.показаниям)  | 3               | 4 | 4 | 5  | 5  | 6  | 6  | 7  | 7  | 8  | 8  | 9  | 9  | 10 | 10 |
| Лечебный душ - циркулярный  | 3               | 4 | 4 | 5  | 5  | 6  | 6  | 7  | 7  | 8  | 8  | 9  | 9  | 10 | 10 |
| Аппаратная физиотерапия (Ультрофонофорез, Гальванотерапия, электрофорез, ДДТ, СМТ, Дарсонвализация, ДДТ-форез, СМТ-форез, УЗТ, УВЧ, ИКВ, УФО, Магнитотерапия (Полюс, Полимаг, СЕТА-Д), МДМ, Массаж ЭПС., в т.ч Лазеротерапия) (2 вида по мед. показаниям) | 6               | 8 | 8 | 8  | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 14 | 14 | 16 | 16 | 18 | 18 |
| Воздействие лечебной грязью или озокеритом - 1 зона   | 3               | 3 | 3 | 4  | 4  | 5  | 5  | 6  | 6  | 7  | 7  | 8  | 8  | 9  | 9  |
| Внутривенное капельное введение озонированного физраствора  | 3               | 3 | 4 | 4  | 5  | 5  | 6  | 6  | 6  | 7  | 7  | 7  | 8  | 8  | 8  |
| Криотерапия общая   | 1               | 1 | 1 | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  |
| Массаж медицинский общий (60 мин)   | 3               | 3 | 4 | 4  | 5  | 5  | 6  | 6  | 6  | 7  | 7  | 7  | 8  | 8  | 8  |
| Пилинг (солевой, фруктовый, кофейный)   | 1               | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  |
| Талассо-программа «Водорослевое обертывание»  | 1               | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |
| СПА программа «Антистресс»  |                 |   |   | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  |

# Состав программы

## Персональное сопровождение

Прохождение программы сопровождается высококвалифицированным медицинским персоналом.

### За Гостем закрепляется персональный лечащий врач, который:

- адаптирует программу, исходя из результатов диагностики Гостя
- оценивает успешность проведения назначенных лечебно-профилактических мероприятий
- консультирует Гостя в целях поддержания результатов программы по её завершении
- контролирует состояние Гостя

При необходимости врач вносит изменения в программу, добавляя или исключая из нее те или иные диагностические и лечебно-профилактические методики.

В ходе первого осмотра лечащий врач проводит беседу с Гостем, уточняя жалобы и историю развития заболеваний. По итогам беседы Гостю могут быть назначены дополнительные исследования и консультации с узкими специалистами.

### На заключительной консультации лечащий врач предоставляет Гостю Паспорт здоровья – медицинский документ, содержащий:

- результаты всех лабораторных и инструментальных исследований;
- протоколы проведенных консультаций с узкими специалистами;
- персональные рекомендации по лечению, коррекции образа жизни и питания, а также по приему биологически активных добавок и т.п.

## Лабораторная диагностика и функциональная диагностика

Комплексная диагностика представляет собой лабораторные и функциональные методы исследования.

**Лабораторная диагностика** включает в себя следующие анализы:

- Клинический анализ крови
- Клинический анализ мочи
- Биохимический анализ крови: креатинин, холестерин, АЛТ, глюкоза крови

**Функциональная диагностика** включает в себя:

- Электрокардиография (ЭКГ) - это широко распространенный метод исследования работы сердца. Он основан на измерении электрической активности миокарда (сердечной мышцы) в разные фазы сердечного цикла (сокращение и расслабление камер сердца), а также ее графическом изображении на пленке в виде электрокардиограммы.
- Биоимпедансный анализ - метод диагностики, позволяющий получить объективные данные о составе тела пациента. Основан на измерении электрического сопротивления (импеданса) разных частей тела. Метод выявляет резервные возможности организма и риски заболеваний.

# Состав программы



## Индивидуальный лечебный план

### **Диетическая терапия**

Для гостей предусмотрено оздоровительное питание по системе "шведский стол" или согласно выбранной программе питания.

Свежайшие продукты, поставляемые из фермерских хозяйств региона - основа широкого выбора блюд. Меню составлено с учетом рекомендаций диетологов, собственной картотеки блюд по оригинальным рецептам, к услугам гостей индивидуальные консультации диетической медицинской сестры.

Ежедневно подаются сезонные фрукты и овощи, молочные и кисломолочные продукты высокого качества. Изюминкой меню выступают дни национальной кухни: русской, украинской, кавказской и узбекской.

### **Воздействие климатом**

Важнейшим фактором пребывания в санатории являются уникальный климат в Кисловодске, являющимся одним из лучших климатических курортов России. Местный климат благоприятно влияет на организм человека.

Благодаря умеренно разреженному воздуху, комфортной температуре в течение всего года и солнечной погоде, Кисловодск отлично подходит для оздоровления. Пребывание в условиях среднегорья показано при заболеваниях сердечно-сосудистой и эндокринной системы, гипертонии, патологий органов дыхания, аллергиях.

### **Термотерапия, бассейн**

Посещение бассейна помогает справиться со стрессами, улучшает работу мозга и нервной системы. Пребывание в воде снимает усталость, суету, тревоги, исчезает напряжение в мышцах, тело двигается легко. Кроме того, повышается работоспособность, появляется умиротворение, нормализуется сон.

Посещение финской сауны способствует оздоровительным эффектам — повышение тонуса кожи и мышц, улучшение кровообращения и лимфотока, снятие усталости.

Благодаря расслаблению мышечных тканей тело отдыхает, получая заряд бодрости и сил.

### **Лечебная физкультура с инструктором ЛФК**

Занятия лечебной физкультурой на программе проводятся с инструктором, который подбирает для пациента уникальный комплекс упражнений, который позволит добиться максимального эффекта в минимальные сроки. Упражнения всегда подбираются индивидуально, в соответствии с возможностями пациента, особенностями работы внутренних органов.

# Состав программы

## Индивидуальный лечебный план

### **Терренкур (скандинавская ходьба)**

Скандинавская ходьба входит в топ самых безопасных и эффективных видов фитнеса на свежем воздухе. С её помощью можно не только подтянуть тело и прийти в форму, но и укрепить сердечно-сосудистую систему, восстановить здоровье лёгких, улучшить качество сна, поработать над осанкой и успокоить нервную систему и укрепить иммунитет.

### **Лечебные ванны**

Лечебные ванны назначаются с лечебными и профилактическими целями. По медицинским показаниям пациенту назначается 1 вид лечебной ванны: нарзанные, «сухие-углекислые», с бишофитом, с ромашкой, вихревые, хвойно-салициловые, хвойно-жемчужные, 4-х камерные, йодо-бромные, валериановые.

Лечебные ванны применяются при многих заболеваниях: кожных, неврологических, болезнях дыхательной системы, нарушениях обмена веществ и проблемах со стороны желудочно-кишечного тракта, патологиях двигательного аппарата, при женских и мужских заболеваниях и многих других. Основное действие ванн обеспечивается за счет минеральных элементов, солей и газов, которыми насыщена вода.

### **Лечебный душ- циркулярный**

Циркулярный душ – одна из самых распространенных бальнеотерапевтических процедур. Для проведения душа используется система металлических трубок, расположенных по кругу, с большим количеством мелких отверстий. Во время процедуры пациент находится в центре системы. Через трубки под давлением подается вода. Тело пациента орошается мелкими струйками воды, раздражающими и стимулирующими нервные рецепторы, расположенные в коже. Циркулярный душ оказывает легкое массирующее действие, применение прохладной воды закаливает организм.

### **Аппаратная физиотерапия**

Среди всевозможных методов лечения и профилактики заболеваний физиотерапия является одним из самых безопасных и щадящих методов. Физиотерапия – это воздействие на организм с помощью различных физических факторов – как природных, так и искусственно созданных. Это могут быть магнитные поля, токи, ультрафиолетовое излучение, свет, тепло, воздух, ультразвук. Физиотерапевтическое воздействие помогает организму активировать собственные оздоровительные механизмы.

По медицинским показаниям пациенту назначаются 2 вида метода физиотерапевтического воздействия: Ультрофонофорез, Гальванотерапия, электрофорез, ДДТ, СМТ, Дарсонвализация, ДДТ-форез, СМТ-форез, УЗТ,УВЧ,ИКВ,УФО, Магнитотерапия (Полюс, Полимаг, СЕТА-Д), МДМ, Массаж ЭПС., в т.ч Лазеротерапия.

# Состав программы

## Дополнительные процедуры

### **Грязелечение**

Грязелечение – применяется в составе комплексной терапии, а также в качестве самостоятельного метода лечения и профилактики заболеваний.

Сбалансированный состав грязей, обеспечивает регенерирующее, противовоспалительное, обезболивающее, противомикробное, трофическое, рассасывающее и другие действия.

Эффективность процедуры обусловлена основными факторами лечебных грязей: высокая теплоемкость и пластичность, медленная теплоотдача, содержание полезных микроорганизмов и биологически активных соединений (ферментов, минералов, солей, органических кислот и т.д.).

### **Внутривенное капельное введение озонированного физраствора**

Метод лечения, основанный на действии на организм пациента терапевтических доз озона. Озон способствует повышению иммунитета, общему оздоровлению. Оказывает бактерицидное и противовирусное действие. Повышает содержание кислорода в крови. Усиливает метаболизм.

Имеет противовоспалительный и обезболивающий эффекты, а также способствует снятию таких симптомов как постоянная усталость, быстрая утомляемость.

### **Криотерапия общая**

Воздействие экстремально низкой температуры на организм человека. Мобилизует защитные функции организма. Улучшается периферическое кровообращение, активизируются регуляторные системы и обменные процессы в организме.

### **Массаж медицинский общий**

Общий массаж является эффективным методом укрепления иммунитета, оказывая огромное влияние на лимфатическую систему, которая защищает организм от вирусов и болезнетворных бактерий.

Общий классический массаж тела помогает в лечении и профилактике многих недугов связанных с опорно-двигательной системой, заболеваний, связанных с постоянным нервным напряжением. Такой массаж способствует устранению различных болей и отеков, решает проблему с потерей упругости, гладкости и эластичности кожи, повышает тонус и эластичность мышечных волокон, а также предупреждает мышечную атрофию.

# Состав программы

## SPA программа

### **Пилинг (солевой, фруктовый, кофейный)**

Комплексная СПА процедура основана на совокупном эффекте от кедровой арома-сауны и пилинга тела в сочетании с массажем.

Кедровая арома-сауна представляет собой компактную сауну, основной функцией которой является выведение токсинов и шлаков из организма, снятие напряжения, избавление от последствий стресса, ускорение кровообращения и улучшение общего состояния кожи.

Пилинг устранил слой ороговевших клеток эпидермиса и запустит процесс их регенерации, очистит поры кожи, восстановит её дыхательную функцию, усилит циркуляцию крови и лимфы.

### **Талассо-программа «Водорослевое обертывание»**

Талассо-программа «Водорослевое обертывание», разработана для снятия напряжения и усталости, устранения отеков, сильнейшей детоксикации организма.

Процедура, которая соединила в себе пользу двух самых сильных природных источников – морских водорослей и морской соли.

#### **Процедура проводится в несколько этапов:**

1. Прогрев в кедровой арома-сауне
2. Деликатный пилинг кожи, очищающим ароматическим скрабом с целью глубокого очищения, питания и увлажнения кожи
3. Обертывание с использованием микронизированных водорослей
4. Антицеллюлитный массаж
5. Чайная церемония, позволяющая сосредоточиться на гамме приятных тактильных и эмоциональных впечатлений, полученных во время процедуры

**Результат** - восстановительные процессы всей структуры кожи: повышение эластичности и упругости кожи, уменьшение целлюлита, выведение поверхностных жиров, улучшение контуров фигуры, внешне - здоровый и красивый вид.

# Состав программы

## SPA программа

### **СПА программа «Антистресс»**

Спа-программа, помимо оздоровительного и косметического эффектов оказывает благотворное психологическое действие, снимая напряжение, нейтрализуя стрессы и восстанавливая душевное равновесие.

Для процедуры используется Натуральная Иорданская косметика из солей и минералов мертвого моря C-Products.

### **Процедура проводится в несколько этапов:**

1. Прогрев в кедровой арома-сауне;
2. Деликатный пилинг кожи, очищающим ароматическим скрабом с целью глубокого очищения, питания и увлажнения кожи;
3. Обертывание с использованием лечебно-косметической грязи Мертвого моря с целью релаксации, уменьшения нервного и мышечного напряжения;
4. Массаж релаксирующий;
5. Чайная церемония, позволяющая сосредоточиться на гамме приятных тактильных и эмоциональных впечатлений, полученных во время процедуры.

**Результат** – улучшение общего состояния, настроения, прилив сил и энергии, комплексное восстановление физических и душевных сил.