



ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Санаторий SPA-отель «Ингала»	2
2. Оздоровительный центр «Красная гвоздика»	4
3. Санаторий «Ласточка»	5
4. Санаторий «Светлый»	11
5. Санаторий «Сибирь»	12

1. САНАТОРИЙ SPA-ОТЕЛЬ «ИНГАЛА»

Адрес: Тюменская область, г. Заводоуковск, территория профилактория «Нива».

Как добраться:

- ИЗ ТЮМЕНИ:

– На автобусе: от автовокзала г. Тюмени - рейсовым автобусом до г. Заводоуковска (расписание уточнять в справочной автовокзала), далее на такси до санатория.

– На автомобиле: 100-ый км по трассе Тюмень-Омск, затем поворот направо.

В стоимость включено: проживание в номере выбранной категории (по санаторно-курортной программе от 7 суток); 3-разовое питание «Шведский стол»; санаторно-курортное лечение; посещение бассейна с термальной водой (с понедельника по пятницу, через день). **Лечение детей с 3-х лет.**

Расчетный час: заезд с 12:00/ выезд до 10:00.

Лечебный профиль: гинекологические заболевания; заболевания желудочно-кишечного тракта; заболевания кожи; заболевания мочеполовой системы; заболевания нервной системы; заболевания опорно-двигательного аппарата, болезни костно-мышечной системы; заболевания органов дыхания и ЛОР-органов; заболевания сердечно-сосудистой системы и системы кровообращения; заболевания эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ.

Для заезда необходимы следующие документы:

- **взрослым:** паспорт, ваучер, санаторно-курортная книжка (не более 2 месяцев от даты получения), пенсионное удостоверение, страховой медицинский полис;
- **детям:** свидетельство о рождении/ паспорт, страховой медицинский полис, справка об эпид благополучии; анализ на энтеробиоз; заключение врача-дерматолога об отсутствии кожных заболеваний; справка о прививках; справка врача-педиатра (или эпидемиолога) об отсутствии контактов с инфицированными больными по месту жительства, в детском саду или школе.

Важно!

- Одна из лучших здравниц Сибири!;
- Санатория «Ингала» имеется свой источник минеральной воды - термальной высокоминерализованной борной бромной йодной хлоридной натриевой со слабокислой реакцией водной среды, с высокой степенью минерализации 18,7%;
- Уникальное месторасположение санатория вблизи реликтового соснового бора и оснащенность современным оборудованием также делает возможным активное лечение пациентов с заболеваниями лор-органов и верхних дыхательных путей;
- На территории санатория созданы все условия для приятного отдыха: бассейн с гидромассажем и акваэражерами, финская сауна и комната отдыха;
- Есть всё необходимое для семейного отдыха. Если Вы планируете отдых с ребенком – профессиональные сотрудники санатория позаботятся, чтобы семейный отдых прошел счастливо, весело, с максимальной пользой для детей. Есть детская комната. Регулярно организуются мастер-классы, катание на лошадях;
- У гостей санатория-SPA-отель «Ингала» есть уникальная возможность почувствовать себя настоящим эскимосом и провести свой отдых в чуме.

САНАТОРНО-КУРОРТНАЯ ПУТЕВКА	от 7 суток
Лечебные процедуры назначаются строго индивидуально лечащим врачом (от 30 до 35 процедур в рабочую неделю), учитывая состояние пациента, возраст, показания и противопоказания.	
Осмотр врача-терапевта (первичный, повторный, заключительный)	
Осмотр врача-физиотерапевта	
Консультация узких специалистов на выбор: врач-невролог, врач-травматолог-ортопед, оториноларинголог, акушер-гинеколог, уролог, кардиолог, диетолог, врач-озонотерапевт, врач ИРТ, врач мануальной терапии, ревматолог, врач ЛФК по путевке от 10 суток	
ЭКГ	
Минеральные ванны	
Жемчужные ванны	
Бассейн с минеральной водой	
Ручной массаж	
Механомассаж	
Лечебные души на выбор (Шарко, восходящий, циркулярный)	
Грязевые аппликации по зонам (суставы, позвоночный столб, проекции внутренних органов)	
Парафино-озокеритные аппликации	
Аппаратная физиотерапия на выбор: – Гальвановоздействие – Лекарственный электрофорез – Импульсная терапия – Дарсонвализация – Индуктотермия – Магнитотерапия – УФО – Лазеротерапия – Ультразвуковая терапия	
Сухие углекислые ванны	
Лечебная физкультура	
Климатотерапия	
Терренкур	
Фитотерапия	
Ингаляции с минеральной водой детям, взрослым по показаниям	
Соляная пещера	
Аэрофитотерапия	
ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПУТЕВКА	от 1 суток
Первичный прием врача терапевта	
Первичный осмотр врача-педиатра	
Посещение термального бассейна (через день)	
Климатотерапия	
Терренкур	
Занятия скандинавской ходьбой	
Занятия в тренажерном зале и на свежем воздухе	
Назначение диетической терапии при заболевании по показаниям	

2. ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР «КРАСНАЯ ГВОЗДИКА»

Адрес: Тюменская область, Тюменский район, 35 км автодороги Тюмень – Криводанова.

Как добраться:

• ИЗ ТЮМЕНИ:

– На автобусе: на маршрутные автобусы № 105 и № 205. Маршруты стартуют с Тюменского автовокзала и следуют по сосновому бору до самой остановки «Санаторий «Красная гвоздика». Рейсы из города в санаторий: 05:00, 5:35, 14:00, 16:00, 19:20. Рейсы из санатория в город: 06:10, 06:45, 15:35, 17:20, 20:40.

В стоимость включено: проживание в номере выбранной категории, 4-хразовое питание в столовой, санаторно-курортное лечение. **Лечение детям назначается с 3 лет.**

Расчетный час: 12:00.

Лечебный профиль: заболевания опорно-двигательного аппарата и костно-мышечной системы; сердечно-сосудистой системы; нервной системы; органов дыхания нетуберкулезной этиологии; эндокринной системы; желудочно-кишечного тракта; общетерапевтические и педиатрические заболевания.

Для заезда необходимы следующие документы:

- **взрослым:** паспорт, санаторно-курортная карта по форме №072/у (не менее чем за 2 месяца до начала действия путевки), медицинский страховой полис;
- **детям:** свидетельство о рождении, санаторно-курортная карта по форме №076/у (не менее чем за 2 месяца до начала действия путевки), справка СЭС об эпидемической обстановке в районе, сертификат о прививках, справка на энтеробиоз. Если ребенок заезжает в Центр без родителей (с бабушкой или другими родственниками), необходимо иметь нотариально заверенное согласие от родителей.

Важно!

- Оздоровительный центр находится в 35 км от г. Тюмени, в экологически чистом месте – в живописном сосновом бору на берегу озера Матюшино;
- Основной природный лечебный фактор Центра – целебная минеральная вода, которая поступает из скважины глубиной 1270 м – среднетермальная (35–40 °С на изливе) хлоридно-натриевая, йодобромная, борная высокой минерализации для наружного применения в виде ванн, в бассейнах;
- Есть открытый термальный бассейн, вместимостью тридцать человек, температура воды 35°С.

САНАТОРНО-КУРОРТНАЯ ПУТЕВКА	7-21 день
Санаторно-курортная путевка сроком от 7 до 21 дня включает в себя полный реабилитационный комплекс лечебных процедур, которые индивидуально назначает врач на первичном приеме с учетом имеющихся заболеваний, медицинских показаний и противопоказаний.	
Социально-педагогические услуги	
Прием врача	
Бальнеотерапия	
Ручной массаж	
Теплолечение	
Аппаратная физиотерапия	
Лечебная физкультура	
ПУТЕВКА ВЫХОДНОГО ДНЯ	от 2 суток
Хотите восстановить организм после рабочей недели, психоэмоциональных нагрузок, заняться активным отдыхом, но у Вас нет времени на курс лечения? Путевку выходного дня:	
Проживание в номерах категории «Стандарт» (1-, 2-местное размещение), «Комфорт» (2-, 3-, 4-местное размещение), «Комфорт +» (1-, 2-, 3-местное размещение), «Люкс»	
4-х разовое питание	
Купание в открытом бассейне (1 час)	
Тренажерный зал	
Культурно-досуговые мероприятия, бильярд и настольный теннис	

3. САНАТОРИЙ «ЛАСТОЧКА»

Адрес: Тюменская область, Тюменский район, г. Тюмень, 28 км Ялуторовского тракта.

Как добраться:

- ИЗ ТЮМЕНИ:

– Автобусом: на рейсовом автобусе №102 «Тюмень – Винзили» с автовокзала Тюмени до остановки «Больница Винзили», далее до перекрестка и прямо до санатория (около 1,5 км).

В стоимость включено: проживание в номере выбранной категории от 7 суток; 3-разовое питание «Заказное меню»; санаторно-курортное лечение; посещение бассейна 1 час ежедневно с 08:00-22:00 ч.
Лечение детям назначается с 3-х лет.

Расчетный час: Заезд в 08:00/ выезд 07:00.

Лечебный профиль: заболевания сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, желудочно-кишечного тракта, костно-мышечной системы, эндокринной системы, расстройство нервной системы, онкологический профиль, профессиональные заболевания, акушерско-гинекологический и урологический профиль.

Для заезда необходимы следующие документы:

- **взрослым:** ваучер, паспорт, санаторно-курортная карта, медицинский полис;
- **детям:** св-во о рождении, справка из СЭС о сан-эпид. окружении, прививочный паспорт.

Важно!

- 18 Гектаров экологически чистой территории всего в 20 км от Тюмени. Большая озелененная территория, близость реки и удаленность от шумного города позволяют наслаждаться уединением и спокойствием, способствуя процессу оздоровления;
- **Опыт и новые тенденции.** Санаторию почти 40 лет, он хранит лучшие традиции санаторного лечения в реабилитации здоровья, но проводим процедуры на современном оборудовании;
- В 4 км от санатория находится термальный источник «Сосновый бор» и зоопарк, боулинг в спортивном комплексе «Хвойный»;
- Санаторный комплекс состоит из двух корпусов – 3-этажного корпуса №1 и 2-этажного корпуса №2, между которыми нет перехода. В первом корпусе размещены лечебное отделение и столовая, а во втором – бассейн;
- Для детей есть: игровая комната с воспитателем, предусмотрено детское меню;
- В «Ласточке» проводятся развлекательные программы для взрослых и игровые программы для детей. Устраиваются концерты художественной самодеятельности отдыхающих и танцевальные вечера. Организуются показы фильмов, тематические встречи и вечера отдыха, караоке-вечеринки, дискотеки, презентационные показы продукции косметологических, фармацевтических и других компаний, поездки в город в театр, цирк, на экскурсии по городу и окрестностям.

В программу лечения включено:

Общие противопоказания для восстановительных онко-программ:

1. Недостаточность кровообращения 2А стадии и выше
2. Дыхательная недостаточность 2ст. и выше
3. Артериальная гипертоническая болезнь 3ст.
4. Сахарный диабет (субкомпенсация, декомпенсация, тяжелое течение)
5. ИБС, стенокардия 4 ФК
6. Нарушение мозгового кровообращения в острый и подострый периоды
7. Острые инфекционные заболевания
8. Психические заболевания
9. Почечная и печеночная недостаточность
10. Сопутствующие заболевания в стадии обострения
11. Грибковые поражения гладкой кожи, ногтей и волосистой части головы, гнойничковые заболевания кожи
12. Булимия, анорексия

ПРОГРАММА САНАТОРНО-КУРОРТНОГО ВОССТАНОВЛЕНИЯ БОЛЬНЫХ РАКОМ МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Задача программы: Общеукрепляющее лечение, лечение сопутствующих заболеваний у онкологических больных, социальная адаптация.

Ожидаемый эффект: улучшение самочувствия, уменьшение выраженности клинических проявлений болезни.

Показания: Восстановительному лечению в условиях санатория подлежат пациенты с **сопутствующими заболеваниями всеми формами и локализациями злокачественных опухолей и инвалиды** после радикально проведенного этапа противоопухолевого лечения по поводу онкологических заболеваний, отсутствия рецидивов и метастазов, после снятия швов, без признаков воспаления послеоперационного шва, при удовлетворительном общем состоянии, способные к самостоятельному передвижению и обслуживанию.

1. Диетотерапия (ежедневно)

2. Кислородотерапия (10-15 процедур)

3. Фитотерапия (10-15 процедур)

4. Климатотерапия (ежедневно)

5. Психотерапия (7-8 занятий)

6. Ароматерапия (10 процедур)

7. Светотерапия на область послеоперационного шва (5-10 процедур)

8. Терренкур

В послеоперационном периоде для предупреждения контрактуры плечевого сустава, отека верхней конечности на стороне операции:

9. ЛФК с инструктором по индивидуальной программе (10-12 занятий)

10. Лечебная гимнастика (групповые 10-12 занятий)

11. Магнитотерапия (10-12 процедур)

12. Пневматическая компрессия (10-12 процедур)

13. Бальнеотерапия (жемчужные ванны (10 процедур)

14. Гидрокинезиотерапия (10 процедур)

15. Массаж (8-10 процедур)

ПРОГРАММА САНАТОРНО-КУРОРТНОГО ВОССТАНОВЛЕНИЯ ОНКОЛОГИИ ЖЕНСКОЙ ПОЛОВОЙ СФЕРЫ

Задачи программы: Общеукрепляющее лечение, лечение сопутствующих заболеваний у онкологических больных, социальная адаптация.

Ожидаемый эффект: улучшение самочувствия, уменьшение выраженности клинических проявлений болезни.

Показания: Восстановительному лечению в условиях санатория подлежат пациенты с **сопутствующими заболеваниями всеми формами и локализациями злокачественных опухолей и инвалиды** после радикально проведенного этапа противоопухолевого лечения по поводу онкологических заболеваний, отсутствия рецидивов и метастазов, после снятия швов, без признаков воспаления послеоперационного шва, при удовлетворительном общем состоянии, способные к самостоятельному передвижению и обслуживанию.

1. Диетотерапия (ежедневно)

2. Кислородотерапия (10-15 процедур)

3. Фитотерапия (10-15 процедур)

4. Климатотерапия (ежедневно)

5. Психотерапия (7-8 занятий)

6. Ароматерапия (10 процедур)

7. Светотерапия на область послеоперационного шва (5-10 процедур)

8. Терренкур

В послеоперационном периоде для нормализации самостоятельного, мочеиспускания, моторно-эвакуаторной функции кишечника, предупреждения спаечной болезни:

9. Магнитотерапия (10 процедур)

В послеоперационном периоде для лечения посткастрационного синдрома:

10. Транскраниальная электротерапия (10 процедур)

11. Бальнеотерапия (йодобромные, жемчужные ванны (10 процедур)

12. Гидрокинезиотерапия (10 процедур)

В послеоперационном периоде для лечения отека нижних конечностей

13. Пневматическая компрессия – лимфодренажный массаж (10-15 процедур)

14. Массаж (8 – 10 процедур)

15. Занятия в бассейне (10 процедур)

ПРОГРАММА САНАТОРНО-КУРОРТНОГО ВОССТАНОВЛЕНИЯ БОЛЬНЫХ РАКОМ ЛЕГКОГО

Задачи программы: Общеукрепляющее лечение, лечение сопутствующих заболеваний у онкологических больных, социальная адаптация.

Ожидаемый эффект: улучшение самочувствия, уменьшение выраженности клинических проявлений болезни.

Показания: Восстановительному лечению в условиях санатория подлежат пациенты с **сопутствующими заболеваниями всеми формами и локализациями злокачественных опухолей и инвалиды** после радикально проведенного этапа противоопухолевого лечения по поводу онкологических заболеваний, отсутствия рецидивов и метастазов, после снятия швов, без признаков воспаления послеоперационного шва, при удовлетворительном общем состоянии, способные к самостоятельному передвижению и обслуживанию.

1. Диетотерапия (ежедневно)
2. Кислородотерапия (10-15 процедур)
3. Фитотерапия (10-15 процедур)
4. Климатотерапия (ежедневно)
5. Психотерапия (7-8 занятий)
6. Ароматерапия (10 процедур)
7. Светотерапия на область послеоперационного шва (5-10 процедур)
8. Терренкур

В послеоперационном периоде для восстановления дыхательных объемов, улучшения функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы:

9. Аэрозольтерапия (8-10 процедур)
10. Массаж (8 – 10 процедур)
11. ЛФК (с инструктором по индивидуальной программе (12 процедур)

ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА «ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ»	18 дней	14 дней	12 дней	10 дней
--	----------------	----------------	----------------	----------------

Показания: гастриты, гастродуодениты, язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки, панкреатит, заболевания желчевыводящих путей, хронический гепатит, хронический колит.

Задачи программы: Организация рационального режима и лечебного питания, предоставление лечебно-диагностического комплекса, основанного на государственных стандартах помощи больным с заболеваниями органов пищеварения.

Ожидаемый эффект:

- Уменьшение выраженности клинических проявлений болезни;
- Снижение объема медикаментозной терапии;
- Улучшение секреторной функции органов пищеварения;
- Снижение частоты обострений.

Первичный прием врача - терапевта				
Диетическая терапия (диета 1, 1а, 1б, 5)	18	14	12	10
Медицинские услуги в том числе:				
Прием врача – терапевта	3	2	2	2
Питьевое лечение минеральной водой	3x18	3x14	3x12	3x10
Функциональная диагностика в том числе:				
ЭКГ	2	1	1	1
Измерение АД	Ежедн.	Ежедн.	Ежедн.	Ежедн.
Лабораторная диагностика:				
Кровь – общий анализ, сахар, биохимический анализ. Общий анализ мочи	1	1	1	1
Бальнеотерапия (ванны хвойные, жемчужные, йодо-бромные), душ циркулярный	10	10	10	9
ВЛОК (внутривенное лазерное очищение крови) или озонотерапия	10	10	10	9
Аппаратная физиотерапия (электрофорез с лекарственными препаратами), магнитотерапия, СМТ, ДМВ, электросон, Дарсонваль волосистой части головы и воротниковой зоны	9	7	6	5
Кислородный коктейль	10	10	10	10
СУВ (сухая углекислая ванна) РЕБОКС	8	7	6	5
Консультация специалистов (по показаниям)				

ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА «ДИАБЕТ НЕ ПРИГОВОР»	18 дней	14 дней	12 дней	10 дней
Показания: Сахарный диабет I типа; Сахарный диабет II типа в стадии компенсации и субкомпенсации без осложнений и с осложнениями. Программа — эффективная профилактика осложнений сахарного диабета. Она позволит предотвратить инвалидность, сохранить активность и работоспособность, улучшить качество жизни.				
Общий эффект от программы:				
– снижается гипергликемия;				
– улучшается общее самочувствие;				
– уходят клинические проявления болезни;				
– восстанавливается кровообращение;				
– масса тела при 2 типе заболевания снижается;				
– проявления ангио- и нейропатий уменьшаются или исчезают.				
Противопоказания:				
– Тяжелая ретинопатия с потерей зрения более 70%;				
– Обострения хронических заболеваний;				
– Ишемическая болезнь в острой форме;				
– Диабетическая стопа с язвами или признаками инфицирования;				
– Инфекционные заболевания;				
– Нарушения памяти и необходимость в постороннем уходе у пожилых людей.				
Первичный прием врача-терапевта				
Диетическая терапия (стол № 9)				
Прием врача терапевта	1	1	1	1
Прием врача эндокринолога	4	3	2	2
Лабораторная диагностика – сахар крови, уровень холестерина	1	1	1	1
Бальнеотерапия (гидрованны с лекарственными травами, циркулярный душ)	8	10	10	8
Ванны вихревыеножные	8	8	6	5
ЛФК (тренажерный зал)	16	12	10	8
Аппаратная физиотерапия	8	7	6	5
Воздействие минеральными водами при заболеваниях желез внутренней секреции	18х3 (подбор воды инд.)	14х3 (подбор воды инд.)	12х3 (подбор воды инд.)	10х3 (подбор воды инд.)
Сухие углекислые ванны	8	10	8	8
Пневмолимфомассаж нижних конечностей	8	10	8	8
Механомассаж стоп	8	7	6	5
Выполнение инъекций п/к, в/м, в/в, в/в капельно				
Школа «Сахарного диабета»	8	5	5	5
Классический массаж (1 зона)	8	7	6	5
ЛЕЧЕНИЕ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	18 дней	14 дней	12 дней	10 дней
Показания: Болезни костно-мышечной и соединительной ткани.				
Первичный прием врача-терапевта				
Диетическая терапия				
Повторный прием врача – терапевта	3	3	1	1
Прием врача – невролога	1	1	1	1
ЭКГ	2	1	1	1
Измерение АД				
Бальнеотерапия лечебные (ванны с лекарственными травами, бишифитом, циркулярный душ, душ Шарко)	8	7	6	5
Грязелечение при болезнях костно-мышечной и соединительной ткани	8	7	6	5
Воздействие парафином или озокеритом при болезнях костно-мышечной и соединительной ткани	8	7	6	5
ЛФК (тренажерный зал)	16	7	6	5
Аппаратная физиотерапия	8	7	6	5
Массаж ручной (1 зона)	10	10	8	8
Выполнение инъекций п/к, в/м, в/в, в/в капельно				
Сухая тракция позвоночника на аппарате Ормед-профессионал или Кинезотерапия – лечение движением	10	10	10	9

ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА «ЛЕГКОЕ ДЫХАНИЕ»	18 дней	14 дней	12 дней	10 дней
Показания: Заболевания бронхо-легочной системы, бронхиальная астма, хронический бронхит, частые пневмонии, хронический фарингит, ларингит, гайморит, тонзилит.				
Первичный прием врача-терапевта				
Диетическая терапия				
Повторный прием врача – терапевта	3	3	2	2
ЭКГ	2	1	1	1
Бальнеотерапия (ванны с лекарственными травами, циркулярный душ)	7	7	6	5
Воздействие лечебной грязью или озокеритом	8	7	6	5
ЛФК (тренажерный зал)	16	7	6	5
Аппаратная физиотерапия	10	10	10	9
Галотерапия	10	10	10	10
Ингаляторное введение лекарственных средств	16	12	10	9
Массаж при хронических неспецифических заболеваниях легких 1 зона – грудная клетка	10	10	10	9
Инфракрасная сауна	3	2	1	1
Выполнение инъекций п/к, в/м, в/в, в/в капельно				
Фитоводораслевые обертывания или кедровая бочка с лекарственными травами	8	7	6	5
ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА «СЕРДЦЕ БЕЗ БОЛИ «СТАБИЛЬНОЕ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ»	18 дней	14 дней	12 дней	10 дней
Показания: – Артериальная гипертония II стадии; – Ревматизм (неактивная фаза); – Реабилитация после инсульта; – Хроническая венозная недостаточность; – Атеросклероз, эндартерит; – Стенокардия напряжения I-II ф.кл.; – Постинфарктный кардиосклероз (давностью не ранее 1 года) без прогностически неблагоприятных нарушений ритма и проводимости, при недостаточности кровообращения не выше II а стадии, (III Ф.К. NYHA).				
Цель программы: Улучшение коронарного кровотока через адаптационные системы, повышение переносимости физических нагрузок через тренирующие факторы.				
Ожидаемый эффект: стабилизация артериального давления; урежение приступов стенокардии; уменьшение функционального класса стенокардии и степени сердечной недостаточности; повышение переносимости физических нагрузок.				
Первичный осмотр врача-терапевта				
Диетическая терапия (богатая содержанием кальция и магния)	18	14	12	10
Прием врача кардиолога	3	2	2	2
Прием врача терапевта	2	1	1	1
ЭКГ	2	1	1	1
Измерение артериального давления	2 р/ день	2 р/ день	2 р/ день	2 р/ день
Лабораторная диагностика- кровь на сахар, холестерин, К, Са, Mg, триглицериды	1	1	1	1
Галотерапия	8	7	6	5
Бальнеотерапия (ванны с лекарственными травами, циркулярный душ, вихревые ванны ног)	7	7	6	5
ЛФК (тренажерный зал)	до 10	7	6	5
Аппаратная физиотерапия (лазеро-магнитотерапия)	8	7	6	5
Сухие углекислые ванны	7	7	5	5
Бассейн	5	3	2	2
Кислородные коктейли, фиточаи (с кардиотропными и седативными травами с успокаивающим эффектом)	10	7	6	5
Выполнение инъекций п/к, в/м, в/в, в/в капельно				
Бесконтактный гидромассаж «АКВАРЕЛИАКС»	8	7	6	5

ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ АНТИСТРЕССОВАЯ ПРОГРАММА «РЕЛАКС»		18 дней	14 дней
<p>Показания: раздражительность, нарушение сна, синдром «хронической усталости», невозможность самостоятельного выхода из критических стрессовых ситуаций (потеря близкого человека, конфликтные ситуации в семье и на работе).</p> <p>Цель программы: повысить стрессоустойчивость.</p> <p>Ожидаемый результат: в результате проведенного курса уменьшается или исчезает тревожность, раздражительность, налаживается сон, повышается жизненный тонус, нормализуется общее самочувствие.</p> <p>Продолжительность: 14-18 дней.</p>			
Первичный прием врача-терапевта			
Климатотерапия			
Диетическая терапия			
Осмотр и наблюдение врача – невролога	3	3	
ЭКГ	1	1	
Бальнеотерапия лечебными ваннами (жемчужные, йодо-бромные, с лавандой)	8	7	
Подводный душ массаж или циркулярный душ или душ Шарко через день	8	5	
Классический массаж (1 зона через день)	8	8	
Ингаляции с седативными лекарственными травами	8	7	
ЛФК (тренажерный зал)	10	10	
Аппаратная физиотерапия - ДАрсонваль, электросон -Трансаир)	8	7	
Галотерапия	10	10	
Бесконтактный гидромассаж «АКВАРЕЛАКС»	6	5	
Фитоводорослевые обертывания или кедровая бочка – седативный сбор лекарственных трав	8	7	
ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА «ЛЕЧЕНИЕ ОЖИРЕНИЯ. КОРРЕКЦИЯ ВЕСА» (18 дней)	Кол-во процедур на курс	График проведения процедур	
<p>Показания: алиментарное ожирение и избыточная масса тела с ИМТ более 28.</p> <p>Задачи программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – обеспечить постепенно и комфортное снижение веса, лечение заболеваний, сопутствующих лишнему весу; – коррекция изменений в период снижения веса; – устранение отеков, улучшение лимфооттока; – формирование хорошей фигуры, что сделает вас моложе и привлекательнее (бальнеолечение); – эстетическое совершенствование в период активного похудения. <p>Ожидаемый эффект: улучшение самочувствия, коррекция массы тела, обучение здоровому образу жизни.</p>			
Первичный прием врача-терапевта		Первый день	
Диетическая терапия (богатая содержанием кальция и магния), прием минеральной воды	Инд. подбор диеты	Ежедневно	
Лабораторная диагностика – уровень холестерина и сахара			
Прием врача – эндокринолога	3		
Прием врача – терапевта	2		
ЭКГ	2		
Бальнеотерапия (ванны, с Биолонг-3, бишифитом, скипидаром, лекарственными травами)	6	По назначению врача	
ПДМ или Душ Шарко	5	По назначению врача	
Влажные обертывания с фитоводорослями	5	По назначению врача	
ЛФК (тренажерный зал)	до 10 занятий	По назначению врача	
Инфракрасная сауна	5	По назначению врача	
Мониторное очищение кишечника	3	По назначению врача	
Пневмолимфомассаж живота и в/н конечностей	8	По назначению врача	
Массаж антицеллюлитный или лазеровакуумный	8	По назначению врача	
Кинезотерапия на аппарате Ормед	10		
Бассейн с элементами аквакинезотерапии	10		

4. САНАТОРИЙ «СВЕТЛЫЙ»

Адрес: Тюменская область, г. Ялуторовск, ул. Революции, 130.

Как добраться:

- ИЗ ТЮМЕНИ:

– Автобусом: рейсовым автобусом до г. Ялуторовска, далее городским автобусом или маршрутным такси № 1А, 8А, 7А до остановки санаторий «Светлый»;

– Поездом или электричкой: до станции Ялуторовск, далее городским автобусом или маршрутным такси № 1А, 8А, 7А до остановки санаторий «Светлый»;

– Личным автомобилем: по трассе Тюмень-Омск до г. Ялуторовска.

В стоимость включено: проживание в номере выбранной категории от 7 суток, питание 4-разовое комплексное, комплексное лечение, пользование бассейном, пользование сауной. **Лечение детям назначается с 3-х лет.**

Расчетный час: Заезд в 08:00/ выезд до 07:30.

Лечебный профиль: профилактика и реабилитация заболеваний сердечно-сосудистой системы; бронхолегочной системы; желудочно-кишечного тракта; эндокринной и нервной систем; мочеполовой системы; опорно-двигательного аппарата; гинекологических, включая вторичное бесплодие.

Для заезда необходимы следующие документы:

- **взрослым:** ваучер, паспорт, медицинский полис, санаторно-курортная карта;
- **детям:** свидетельство о рождении, ваучер, медицинский полис, справка для детей о сан-эпид. окружении.

Важно!

- На берегу озера Бабановское, в экологически чистой зоне;
- В санатории «Светлый» успешно развивается и реализуется новое направление – восстановительная медицина.

САНАТОРНО-КУРОРТНАЯ ПУТЕВКА (процедуры по назначению врача, после осмотра)	От 7 и более дней
Бальнеолечение – ванны минеральные, минерально-жемчужные	
Бишофитовые ванны	
ВЛОК - Внутривенное лазерное облучение крови	
Галокамера	
Гирудотерапия	
Грязелечение	
«Кедровая здравница» - это лечебная профилактическая мини-сауна, которая состоит целиком из древесины настоящего сибирского кедра	
Кинезиотейпирование	
Массаж механический или ручной	
Озонотерапия	
Лечебные душ и ванны	
Подводное вертикальное и горизонтальное вытяжение позвоночника	
Физиолечение	
Лечебно-плавательный бассейн	
ЛФК	

5. САНАТОРИЙ «СИБИРЬ»

Адрес: Тюменская область, Тюменский район, 19 км Червишевского тракта, строение 1.

Как добраться:

- ИЗ ТЮМЕНИ:
 - С ЖД-вокзала: автобусом 1, 3, 25, до остановки «Центральный рынок-2»;
 - Из а/порта «Рошино»: автобусом 10, 141, до остановки «Центральный рынок-2»;
 - Автобусом: с остановки ДК «Строитель» автобусом 13, 14, 17, 25, до остановки «Сквер Немцова»;
 - Автомобилем: по Червишевскому тракту, 19 км (по указателям).

В стоимость включено: проживание в номере выбранной категории; 3-разовое питание «Шведский стол»; лечебная программа; пользование СПА-центром. **Лечение детям назначается с 3-х лет.**

Расчетный час: Заезд после 14:00/ выезд до 10:00.

Лечебный профиль: заболевания опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, эндокринной системы, нервной системы, обмена веществ и кожи, ЛОР-заболевания, гинекологические заболевания, урологические и андрологические заболевания, общетерапевтические и педиатрические заболевания.

Для заезда необходимы следующие документы:

- **взрослым:** ваучер, паспорт, медицинский полис ОМС, санаторно-курортная карта, справка для посещения бассейна для путевок без лечения;
- **детям:** свидетельство о рождении, медицинский полис, выписка о прививках и справка об эпидокружении и отсутствии инфекционных заболеваний (от врача педиатра или эпидемиолога), санаторно-курортная карта.

Важно!

- Санаторий «Сибирь» является одним из лучших санаториев УрФО;
- Это крупнейшая в Западно-Сибирском регионе здравница, обладающая мощной лечебной базой;
- Более 26 лет Центр восстановительной медицины и реабилитации «Сибирь» успешно работает в области диагностики, лечения и профилактики взрослых и детей от 3-х лет на основе целебных сил природы и передовых достижений науки;
- Благодаря новому корпусу со СПА-центром, «Сибирь» стала первым санаторием на восток от Уральских гор, сертифицированным на категорию «4 звезды»;
- На обширной и облагороженной территории санатория (69 га) находятся смешанный лес, озеро и терренкур, протяженность которого составляет 3 км; также имеется парк с прогулочными аллеями, клумбами, живыми изгородями, большим количеством кустарников и цветов;
- В санатории работает современный СПА-центр: три сауны с разными температурами, три крытых бассейна и четвертый в виде термального источника но открытом воздухе. Доступны многочисленные СПА- и косметологические программы и процедуры;
- В санатории «Сибирь» успешно реализуется уникальная программа «Академия здорового образа жизни» (или АЗОЖ), направленная на формирование здоровых привычек и здорового образа жизни. Данная программа не имеет аналогов в регионе. Она отличается индивидуальностью подхода к каждому клиенту, разработана с учетом последних достижений медицины и новейших методик. Программа имеет действенный положительный эффект;
- Wi-Fi бесплатный во всех номерах корпусов № 1 и 2 и местах общего пользования;
- Пляж санатория доступен только для гостей, проживающих в санатории.

САНАТОРНО-КУРОРТНАЯ ПУТЕВКА		От 7 и более дней		Продолжительность процедуры
Первичный прием лечащего врача		1 (во второй день программы)		30 минут
Повторный прием лечащего врача		1 раз в неделю		15 минут
Заключительный прием лечащего врача		1 (в последний день)		15 минут
Консультация узкого специалиста по основному заболеванию		1		20 минут
Питание 3-х разовое		Ежедневно (в день заезда – обед, ужин; в день выезда – завтрак)		
Цикл рефлексий (лекционных занятий)		По графику		45 минут
Наименование медицинской услуги и количество процедур в программе в зависимости от продолжительности	7-10 дней	11-14 дней	15-18 дней	Продолжительность процедуры
Водолечение: СПА центр или Терморелакс	5	9	13	60 минут
Консультация узкого специалиста по одному из сопутствующих заболеваний	Нет	1	1	20 минут
Водолечение: ванны или души (или чередование)	5	7	10	15/5 минут
Термотерапия: грязелечение или озокеритопарафинолечение (или чередование)	Нет	6	8	10 минут
Лечебный массаж (один из видов или чередование): ручной (2 ед.) или механический или подводный душмассаж	4	8	10	17/15/15 минут
Психотерапия групповая	2	5	9	35 минут
Аппаратная физиотерапия по осн. Заболеванию	5	8	10	10 минут
Аппаратная физиотерапия по одному из сопутствующих заболеваний	Нет	5	8	10 минут
Занятие в тренажерном зале без инструктора	5	9	12	60 минут
Дозированная ходьба или Сканд. Ходьба	5	9	12	45 минут
ЛФК по профилю заболевания	Нет	9	12	45 минут
ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПУТЕВКА			От 2 дней	
<p>Оздоровительная путевка – это вариант отдыха в санатории без лечения. Такая путевка подойдет, если:</p> <ul style="list-style-type: none"> – у Вас недостаточно времени на длительный курс лечения, но Вы хотите хорошо отдохнуть и укрепить здоровье; – Вы хотите восстановить организм после больших физических и психологических нагрузок; – Вы хотите заняться активным отдыхом; – Вы хотите отдохнуть в бассейне и/или на пляже летом. 				
Первичный прием лечащего врача		1 (во второй день)		
Плавание в бассейне с минеральной водой		Ежедневно (кроме дня выезда)		
Сауна		Ежедневно (кроме дня выезда)		
Терренкур		Ежедневно		
Тренажерный зал без инструктора		Ежедневно		
Прием лечебной минеральной воды		Ежедневно, по схеме, назначенной врачом		
Цикл рефлексий (лекционных занятий)		По графику		
Питание 3-х разовое		Ежедневно (в день заезда – обед, ужин; в день выезда – завтрак)		

ЛЕЧЕБНАЯ ПРОГРАММА: «АКАДЕМИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (АЗОЖ) – ДЕТОКС»	Кол-во процедур в программе 7-21 день	Время процедуры
<p>Возникновению серьезных заболеваний способствуют яды и токсины, будь то выхлопные газы, духи в аэрозольной упаковке, продукты питания в магазинах или пестициды. Опустошение «резервных фондов» организма приводит к рискам для здоровья. Избавление от них жизненно необходимо.</p> <p>Программа АЗОЖ ДЕТОКС – внутренний свет и внешний блеск, безграничная энергия тела и сознания.</p> <ul style="list-style-type: none"> – БЕЗ применения БАД (биологически активных добавок); – БЕЗ нарушения микрофлоры кишечника (очистительные клизмы); – БЕЗ голодания и жестких диет. – Профессиональная диагностика организма поможет выявить существующие проблемы и достичь максимального результата от программы; – Сеансы ручного, подводного массажа в сочетании с аппаратным на ICOONE LASER устранят отеки, последствия интоксикации организма, помогут избавиться от локальных жировых отложений; – Психотерапия даст ориентир в очищении организма от эмоциональных токсинов; – Индивидуальная диета, составленная после завершения программы, закрепит достигнутый результат; – Курс гидротерапии поможет активировать обмен веществ; – Чистый воздух, природа, скандинавская ходьба внесут в жизнь душевное равновесие и заряд энергии. 		
Разгрузочно-диетическое питание, пятиразовое, в ресторане Здорового питания	Ежедневно (в день заезда – обед и ужин, в день выезда – завтрак)	
Первичный прием лечащего врача	1 (во второй день программы)	30 минут
Повторный прием лечащего врача	1 раз в неделю	15 минут
Заключительный прием лечащего врача	1 (в последний день)	15 минут
Прием врача диетолога-эндокринолога с оценкой состава тела	1 (в конце программы)	30 минут
Консультация косметолога/ Аппаратный дерматоскрининг (Оценка состояния кожи) на аппарате Soft Plus Top (во время консультации косметолога)	1 (в начале программы)	15 минут
Антропометрия	1 (во второй день)	
Общий анализ крови из вены	1 (во второй день)	
Общий анализ мочи	1 (во второй день)	
Электрокардиография (ЭКГ)	1 (во второй день)	
Биохимическое исследование крови (липидограмма, глюкоза, печеночные пробы, мочевиная кислота)	1 (во второй день)	
Биоимпедансметрия (ABC-02 Медасс биоимпедансметр – анализатор оценки баланса водного, белкового и липидного обмена)	1 (во второй день)	
ГРВ-диагностика – газоразрядная визуализация	1 (в начале программы)	30 минут
Бассейн + Сауна (Терморелакс или СПА)	Ежедневно (кроме дней заезда и выезда)	60 минут
Программа «Возрождение» (кедровая бочка / флоатинг кушетка) или Косметологическая процедура – уход по телу (все повторные процедуры - платно)	1	60 минут
Лимфодренажная программа на аппарате ICOON LASER (повторные процедуры - платно)	1	40 минут
Групповой сеанс психотерапии	7-8 дней – 2 9-11 дней – 3 12-14 дней – 5 15-18 дней – 6 19-21 день – 7	30 минут
Занятие в тренажерном зале без инструктора	Ежедневно (со второго дня)	60 минут
Косметологическая процедура – уход по телу (повторные процедуры - платно)	1 (в начале программы)	30 минут
Цикл рефлексий (лекционных занятий)	По графику	45 минут
Арт-терапия - общий доступ	Ежедневно	60 минут
Мастер-класс по приготовлению блюд	1 раз в неделю (по субботам)	60 минут

	7 дней	8-9 дней	10-11 дней	12-13 дней	14 дней	15-16 дней	17-18 дней	19-20 дней	21 день	Время процедуры
Подводный душмассаж ИЛИ Ручной массаж (ежед. или чередуя, кроме дня заезда, выезда, вс)	3	4	5	6	7	8	9	10	11	15 минут
Скандинавская ходьба - через день (кроме дня заезда, выезда)	2	3	4	5	6	7	8	9	10	60 минут
Скандинавская ходьба в воде – пн, ср, пт, через день (кроме дня заезда, выезда)	2	3	4	5	6	7	8	9	10	60 минут
Бодифлекс (пн-пт, кроме дня заезда, сб и вс)	2	3	4	5	6	7	8	9	10	45 минут
Сифонные орошения кишечника минеральной водой (1 раз в неделю, кроме дня заезда, выезда, субботы, воскресенья)	1	1	1	2	2	2	2	3	3	40 минут
Душ-Шарко - через день (кроме дня заезда, вс)	2	3	4	5	6	7	8	9	10	5 минут

ЛЕЧЕБНАЯ ПРОГРАММА: «АКАДЕМИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (АЗОЖ) – ЛАЙТ»	7 – 21 день	Время процедуры
--	--------------------	----------------------------

Общество находится в постоянном бешеном ритме жизни и стереотипном мышлении. Здоровье и красивая внешность — это благо к которому все и всегда стремятся, чтобы поддерживать свой социальный статус, не быть одиноким и нравиться самому себе. Программа АЗОЖ ЛАЙТ - сохранение привлекательности, восстановление сил и отдых: — БЕЗ применения БАД; — БЕЗ жестких диет; — БЕЗ изнуряющих тренировок.

- Пятиразовое разгрузочно-диетическое питание и фитотерапия укрепят иммунную систему, кости, улучшат качество сна, снизят уровень холестерина и вредных жиров;
- Подводный и ручной массажи повысят кожно-мышечный тонус, активируют кровообращение кожи;
- Умеренная физическая нагрузка в тренажерном зале, на улице и в бассейне окажет лимфодренажное действие с выведение токсинов, нормализует работу ЖКТ, снизит давление и улучшит кровообращение;
- Ежедневные занятия по системе BodyFlex (дыхательная гимнастика) обеспечит ускорение очистительных и пищеварительных процессов, улучшение состояния кожи и общее омоложение организма.

Разгрузочно-диетическое питание, пятиразовое, в ресторане Здорового питания	Ежедневно (в день заезда – обед, полдник и ужин, в день выезда – завтрак)	
Первичный прием лечащего врача	1 (во второй день программы)	30 минут
Повторный прием лечащего врача	1 раз в неделю	15 минут
Заключительный прием лечащего врача	1 (в последний день)	15 минут
Прием врача диетолога-эндокринолога	1 (в конце программы)	30 минут
Консультация косметолога/ Аппаратный дерматоскрининг (Оценка состояния кожи) на аппарате Soft Plus Top (во время консультации)	1 (в начале программы)	15 минут
Антропометрия	1 (во второй день)	
Общий анализ крови из вены	1 (во второй день)	
Общий анализ мочи	1 (во второй день)	
Электрокардиография (ЭКГ)	1 (во второй день)	
Биохимическое исследование крови (липидограмма, глюкоза, печеночные пробы, мочевая кислота)	1 (во второй день)	
Биоимпедансметрия (анализатор оценки баланса водного, белкового и липидного обмена)	1 (во второй день)	
Бассейн + Сауна (Терморелакс или СПА)	Ежедневно (кроме дней заезда и выезда)	60 минут
Групповой сеанс психотерапии	7-8 дней – 2 9-11 дней – 3 12-14 дней – 5 15-18 дней – 6 19-21 день – 7	30 минут
Занятие в тренажерном зале без инструктора	Ежедневно (со второго дня)	60 минут
Цикл рефлексий (лекционных занятий) - общий доступ	Ежедневно (кроме субботы и воскресенья)	45 минут
Мастер-класс по приготовлению блюд	1 раз в неделю (по субботам)	60 минут

	7 дней	8-9 дней	10-11 дней	12-13 дней	14 дней	15-16 дней	17-18 дней	19-20 дней	21 день	Время процедуры
Подводный душмассаж ИЛИ Ручной массаж (ежедневно или чередуя - кроме дня заезда, выезда, воскресенья)	3	4	5	6	7	8	9	10	11	15 минут
Скандинавская ходьба в воде (Nordik Walking) - через день (пн, ср, пт, кроме дня заезда и выезда)	2	3	4	5	6	7	8	9	10	60 минут
Скандинавская ходьба в воде (Aqua Nordik Walking) - через день (кроме дня заезда и выезда, воскресенья)	2	3	4	5	6	7	8	9	10	60 минут
Бодифлекс (пнпт, кроме дня заезда, воскресенье)	2	3	4	5	6	7	8	9	10	45 минут

Внимание! Пропущенные процедуры не компенсируются другими процедурами, замена процедур не производится, возврат денежных средств за пропущенные процедуры не производится.

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), консультации врачей-специалистов, УЗИ-диагностика и другие процедуры.