

# ЗДОРОВЫЕ СТОПЫ – ОПОРА ЗДОРОВЬЯ - ЛЮКС

Данная программа подразумевает изготовление индивидуальной стельки, так как стелька через стопу способна влиять на мышцы всего тела, улучшая равновесие и контроль движений.

## Ожидаемый эффект

Исчезают участки чрезмерного давления на стопу, активируются подошвенные рецепторы тем самым включая мышцы, которые не выполняли свою функцию



# Что входит в программу?

Наименование лечебно-диагностического мероприятия	Количество процедур
	14 дней
<b>Диагностический блок (входит в стоимость путевки)</b>	
<b>Прием (осмотр, консультация) лечащего врача первичный</b> <small>На приеме врач собирает анамнез (записывает данные о состоянии, жалобах и имеющихся симптомах) и проводит осмотр.</small>	1
<b>Прием (осмотр, консультация) лечащего врача повторный при необходимости</b>	1
<b>Прием (осмотр, консультация) кинезиолога с изготовлением индивидуальных ортезов стоп</b> <small>Диагностика проводится с применением мануально мышечного тестирования, а также используя технологию лазерного сканирования стопы на диагностическом приборе – подоскоп с подбором и изготовлением стелек учитывающий индивидуальную особенность каждой стопы.</small>	1
<b>Прием (осмотр, консультация) кинезитерапевта первичный</b> <small>Диагностику проводит врач-кинезитерапевт. Он же собирает первичный анамнез, чтобы понять двигательные и силовые возможности пациента, определить болевые и проблемные зоны, выявить сопутствующие заболевания. Все это позволяет проводить лечение максимально эффективно.</small>	1
<b>Лечебный блок</b>	
<b>Криотерапия</b> <small>Уникальная физиотерапевтическая методика влияния на организм человека с помощью сверхнизких температур (с использованием жидкого азота) в специально созданных условиях — в криосауне. Холод низких температур (от -180 до -196 0С) положительно сказывается на работе иммунной, эндокринной и кровеносной систем.</small>	12
<b>Фонофорез с гидрокортизоном</b> <small>Это метод воздействия на проблемную зону, которое осуществляется при помощи ультразвука и медикаментозных препаратов одновременно. Для того, чтобы усилить терапевтический эффект, фонофорез проводят с применением гидрокортизона — препаратом глюкокортикостероидной группы гормонов, который обладает противовоспалительным, обезболивающим, антигистаминным действием.</small>	12
<b>Ручной массаж</b> <small>Одна из мануальных техник, совокупность приёмов механического и рефлекторного воздействия на ткани и органы в виде растирания, давления, вибрации, проводимых непосредственно на поверхности тела человека как руками так и вспомогательными аппаратами с целью достижения лечебного эффекта.</small>	7
<b>Электрофорез</b> <small>Физиотерапевтическая методика, благодаря которой можно достигнуть высоких профилактических и терапевтических результатов: улучшение иммунитета, нормализация работы эндокринной системы, ускорение обмена веществ и метаболизма, уменьшение воспалительных процессов.</small>	12
<b>Гимнастика</b> <small><b>Дыхательная</b> – по м. Стрельниковой. Комплекс упражнений направленный на обогащение крови кислородом, укрепление и тренировки дыхательной мускулатуры, улучшение работы всех центров в коре головного мозга, улучшение обоняния. <b>Нейрогимнастика</b> (пальчиковая) - упражнения выполняются на пальцах рук и ног. Это дополнительный метод лечения и профилактики атеросклероза, артроза, артрита, демиели. Гимнастика улучшает память, укрепляет мышцы, снимает усталость.</small>	10
<b>Занятие в тренажерном зале с инструктором по методике Бубновского</b> <small>Комплекс безопасных лечебных упражнений, исключающих осевую нагрузку на позвоночник и суставы, под врачебным и методическим контролем на специализированных тренажерах МТБ</small>	13
<b>Термотерапия</b> <small>Контрастное температурное воздействие (горячего воздуха сауны и обливания холодной водой).</small>	13
<b>Ванна лечебная</b> <small>Ванны с добавлением натуральных компонентов – морской соли и лекарственных трав, или других природных компонентов, положительно влияют на процесс кровообращения, мышечное расслабление, выступая нейтрализатором нервных перенапряжений или суставных и мышечных болей</small>	7
<b>Гидромассаж АКВА-РЕЛАКС</b> <small>Бесконтактный водный массаж, проводится в легкой одежде и способствует глубокому расслаблению тела, избавляет от повседневного стресса, снимает мышечные спазмы, боли, уменьшает избыточный вес.</small>	6
<b>Флоат – камера</b> <small>Комплексное воздействие на организм – способствует релаксации, оздоровлению и восстановлению</small>	5

## Показания к лечению:

✦ Плоскостопие

✦ Разная длина ног

✦ Ревматоидная стопа

✦ Заболевание позвоночника

✦ Пяточная шпора

✦ Косолапость



Просканируйте QR – код, чтобы ознакомиться с процедурой более подробно или записаться онлайн



САНАТОРИЙ  
**ЛЕНИНОГОРСКИЙ**

tatneft

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Мы заботимся о здоровье наших гостей!

Теперь сдать анализы и получить результаты еще проще! Санаторий "Лениногорский" реализовал лабораторные исследования на базе медицинской компании ИНВИТРО

**INVITRO**