

# «РАДОНОВАЯ САУНА»

## Радоновый пароземанаторий

Радоновый пароземанаторий (или «радоновая сауна») – этот метод применяется для воздействия на организм горячим паром, смешанным с радоном, с помощью аппаратуры, которая регулирует количество и температуру направляемого пара и его дозировки.

Лечебный эффект в радоновом пароземанатории происходит путем вдыхания горячего воздуха, обогащенного радоном. Температура воздуха в кабине повышается в связи с поступлением в нее пара, а чем больше его поступает, тем больше вместе с ним поступает и радона. Таким образом, путем регулирования температуры в кабине пароземанатория можно изменять и концентрацию в ней радона. Вдыхание чистого атмосферного воздуха в пароземанатории не дает тех благоприятных изменений показателей сердечно-сосудистой системы, которые наблюдаются при наличии во вдыхаемом воздухе радона даже в такой, казалось бы, низкой его концентрации. Действие излучений радона и его дочерних продуктов приводит к лучшей переносимости высокой температуры воздуха в кабине, а создаваемая им за 10-минутную процедуру поглощенная доза только внутреннего облучения - эквивалентна таковой, получаемой за такое же время при купании в радоновой воде. Эффективность воздействия радона в пароземанатории за счет вдыхания радона и образования активного налета на коже выше, чем таковая при принятии водных радоновых ванн при сопоставимых концентрациях. Сочетание же действия радона в малой концентрации с высокой температурой и влажностью воздуха обеспечивает эффективность этой уникальной процедуры.

Показания и противопоказания к посещению радонового пароземанатория такие же, как и при применении радоновых ванн.

## Радоновая терапия показана при многих заболеваниях:

- болезни нервной системы (центральной и периферической, функциональные и органические заболевания);
- гинекологические заболевания на фоне нейроэндокринных нарушений (воспалительные и невоспалительные, фибромиомы, эндометриозы, бесплодие, климактерические синдромы и др.);
- заболевания почек, мочевыводящих путей;
- болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ;
- болезни кожи и подкожной клетчатки (хронические экземы, нейродермиты, псориаз, склеродермия и др.);
- болезни системы кровообращения (ИБС, артериальная гипертензия, облитерирующий эндартериит, тромбангиты, тромбофлебиты и др.);
- болезни костно-мышечной системы (остеохондрозы, ревматоидный артрит и др.);
- заболевания органов дыхания: верхних дыхательных путей (ринит, синусит), хроническая обструктивная болезнь легких, воспалительные неспецифические заболевания органов дыхания, аллергические заболевания – бронхиальная астма;

- воспалительные заболевания печени, желчных путей и поджелудочной железы.

## **Общие противопоказания:**

- беременность;
- выраженная лейкопения (ниже  $3,5 \cdot 10^9/\text{л}$ );
- все стадии лучевой болезни;
- гипотиреоз
- острые воспалительные процессы;
- ишемическая болезнь сердца, стенокардия напряжения IV ФК, нестабильная стенокардия, сердечная недостаточность II стадии, нарушения сердечного ритма (мерцательная аритмия, политопная экстрасистолия);
- плохая переносимость радоновой минеральной воды (потливость, одышка, головокружение и проч.);
- злокачественные и доброкачественные опухоли;
- эпилепсия;
- вегетососудистые дисфункции.

## **Сухие углекислые ванны**

Сухие углекислые ванны – это газовые ванны, эффект которых основан на воздействии на человеческий организм углекислого газа. На сегодняшний день широко используются для лечения больных, особенно при проведении интенсивного курса лечения на курортах и в санаториях. Сухие углекислые ванны полезны не только больным, но и здоровым людям для укрепления организма при больших физических и нервных нагрузках, профилактики старения, повышения сопротивляемости. Такие процедуры весьма эффективны, недороги и имеют минимум противопоказаний.

Воздушно - углекислое лечение имеет большую историю. Его использовали в курортной терапии в Германии, Франции, России еще в XVIII – XIX веках. Но и в наши дни эта процедура не утратила своей актуальности. Конечно, с течением времени, процесс принятия сухих углекислых ванн изменился. Три века тому назад для этого применялся газ из природных поствулканических источников, который собирался в специальные помещения. Сейчас «сухое» углекислое лечение выполняется на небольших, герметически закрываемых устройствах или с помощью специальных одноразовых пакетов (мешок из ПВХ), в которые нагнетается углекислый газ. Во время процедуры только голова пациента остается снаружи, тело же помещено в ванну или пакет, куда подается подогретый и увлажненный углекислый газ. Продолжительность процедуры 20 минут. Во время процедуры углекислый газ, только через кожу, проникает в организм, накапливаясь, постепенно оказывая (на протяжении 4 часов), воздействие на сосуды и ткани кожи, одновременно попадая во все среды организма. В результате происходит расширение всех сосудов, последовательное улучшение кровоснабжения всего организма, ускоряется метаболизм, выведение вредных веществ из тела и общее переокисление.

Ванны обладают антисептическим действием, хорошо помогают при послеожоговых состояниях. Благоприятно влияют на центральную нервную систему, снимают депрессию, невротические состояния, усталость, бессонницу. При воздействии на сосуды улучшают эластичность их стенок (особенно капилляров), усиливают венозный и лимфоток, нормализуют артериальное давление, улучшают кровоснабжение всех органов. Влияют на кроветворение – повышают образование эритроцитов, лимфоцитов, что ведет к повышению иммунитета у человека. У пожилых людей улучшается энергетический потенциал, включаются резервные возможности организма. Выявлено положительное влияние на гормональный фон: снимаются климактерические симптомы у женщин, усиливается потенция у мужчин.

Кроме этого, в процессе лечения улучшается функция внешнего дыхания, устраняется явление бронхоспазма, подавляются кашель и одышка. Поэтому такая терапия показана при хроническом бронхите, бронхиальной астме (легкой и средней степени тяжести), хронической пневмонии.

Также углекислые ванны увеличивают скорость кровотока и количество циркулирующей крови в капиллярах. Благодаря этому свойству поддаются лечению такие болезни, как сахарный диабет легкой и средней тяжести, заболевание сосудов конечностей.

Нельзя не отметить и еще одно свойство углекислой процедуры: значительно усиливается процесс жирового обмена. А это значит, что некоторые формы ожирения тоже можно лечить при помощи этой методики.

Показания к использованию сухих углекислых ванн:

- восстановительный период после длительной гипокинезии;
- хронические неспецифические заболевания, в том числе бронхиальная астма;
- нарушение обмена веществ;
- гипофункции эндокринных желез;
- функциональные заболевания центральной нервной системы;
- болезни опорно-двигательного аппарата (артриты, артрозы, остеохондроз позвоночника и др.);
- заболевания кожи (псориаз, нейродермит, дерматит, экзема и др.);
- варикозное расширение вен;
- нарушение периферического кровообращения;
- лимфатические и венозные отеки;
- климактерический синдром у женщин;
- целлюлит

Противопоказания к использованию сухих углекислых ванн:

- лицам, перенесшим обширный инфаркт миокарда;
- при воспалении кожи, подкожной клетчатки сосудов в месте предполагаемого воздействия;
- при онкологических заболеваниях или любых доброкачественных образованиях.

# Водолечение.Ванны

**Лечение ваннами** – это приятная, успокаивающая процедура, которая отпускается в ООО «Санаторий Кирова» круглогодично. Лечебное воздействие натуральными веществами – предпочтительный метод для многих людей, особенно если они имеют заболевания в хроническом течении.

Существует масса различных видов лечебных ванн, которые различаются по компонентному составу и особенностям воздействия на организм. Прежде чем говорить о том, какие существуют показания к лечебным ваннам, стоит отметить принцип их воздействия на организм. Прежде всего, ванны ценны своим гидродинамическим воздействием, которое заключается в нормализации работы системы кровообращения. Кроме того, гидродинамический эффект ванн способствует повышению функций нервной системы и оказывает самое благоприятное воздействие на состояние кожи. Находясь в лечебной ванне, организм испытывает на себе и сильный химический эффект. Он зависит от того, какой компонент был добавлен в ванну. Через кожу организм может насыщаться ценными минеральными компонентами и химическими соединениями, недостаток которых является причиной многих заболеваний

Показания к применению лечебных ванн могут быть следующие:

- различные заболевания опорно-двигательной системы (в т.ч. артрит и артроз);
- заболевания сосудистой системы;
- некоторые неврологические заболевания;
- дерматологические болезни;
- заболевания иммунной системы;
- гинекологические и урологические заболевания;
- заболевания нервной системы, в том числе неврозы с повышенной возбудимостью;
- нарушение обмена веществ;
- общая усталость и нарушение сна.

Лечебные ванны и их виды настолько разнообразны, что, как лечебный и профилактический метод подходят для оздоровления большого количества заболеваний. Показания к лечебным ваннам определяются видом заболевания и его формой, а сама процедура проводится как самостоятельно, так и в комплексе единого курса оздоровления.

Специфика назначения лечебных ванн состоит в том, что только врач может определить: количество и продолжительность процедуры, какой именно компонент необходимо добавить в ванну - морскую соль, эфирные масла, уникальную рапу или йод или другие наполнители.

Все лечебные ванны в ООО «Санаторий Кирова» имеют свои терапевтические свойства и показания к применению. При болезнях кожи и суставов эффективны сероводородные ванны, а для лечения гинекологических и иммунных заболеваний в нашем санатории применяют радоновые ванны. При воспалительных заболеваниях незаменимы йодо-бромные ванны, а ванны с перозонами и вовсе считаются универсальными.

Принимать лечебные ванны можно людям любого возраста, но перед началом курсового лечения обязательно стоит проконсультироваться с врачом. Несмотря на уникальность и действенность, которыми обладают лечебные ванны, противопоказания к процедуре все же есть. Она не показана

при некоторых мочеполовых заболеваниях, в том числе хронических болезнях почек. Нельзя принимать ванны и при серьезных неврологических заболеваниях (например, эпилепсии). Не показаны некоторые виды ванн при гипертонической болезни, назначать ванны при сосудистых заболеваниях можно только после консультации врача.

## **Важно!**

Лечебные ванны противопоказаны при любых воспалительных заболеваниях в период обострения, онкологии, туберкулезе, тяжелых формах заболеваний сердца, сахарного диабета, грибковых заболеваниях кожи, склонности к кровотечениям.

## ***Хлоридно-натриевые ванны***

Хлоридно-натриевые (или солевые) ванны являются самым распространенным типом лечебных ванн ввиду того, что они легко приготавливаются искусственно. Основными активными компонентами являются ионы хлора и натрия. Сила терапевтического эффекта в данном случае будет зависеть от концентрации в воде солей (различают воды слабой, средней и высокой концентрации).

При принятии хлоридно-натриевой ванны создается некоторая нагрузка на опорно-двигательный аппарат, что, как следствие, заметно повышает подвижность суставов. Также наблюдается повышение температуры тела, которое вызывает расширение сосудов и улучшение кровообращения. Хлоридно-натриевые ванны обладают болеутоляющим и расслабляющим эффектом.

Показания для принятия хлоридно-натриевых ванн:

- заболевания опорно-двигательного аппарата (полиартриты, артриты, травмы мышц и сухожилий, болезнь Бехтерева);
- заболевания сердечно-сосудистой системы (вегето-сосудистая дистония, гипертония 1-2 стадии, ишемическая болезнь сердца, болезнь Рейно, ревматические пороки сердца, миокардиодистрофия);
- кожные заболевания (нейродермиты, псориаз, склеродермия);
- воспалительные заболевания мочеполовой сферы, заболевания центральной и периферической нервной системы, гинекологические заболевания, нарушения обмена веществ.

Противопоказания для принятия хлоридно-натриевых ванн:

- период обострения хронических болезней;
- тяжелые формы сердечно-сосудистых заболеваний;
- грибковые и иные кожные заболевания;
- кровотечения;
- туберкулез;
- аллергия на компоненты ванны.

Другими словами, солевые и любые другие лечебные ванны противопоказаны при любых воспалительных заболеваниях в период обострения, онкологии, туберкулезе, тяжелых формах

заболеваний сердца, сахарного диабета, грибковых заболеваниях кожи, склонности к кровотечениям.

## **Йодобромные ванны**

Йодобромные минеральные ванны представляют собой процедуру наружного бальнеолечения. Два основных элемента: йод и бром, оказывают благотворное влияние на организм человека, погруженного в ванну с минеральной водой.

Йод воздействует непосредственно на процессы микроциркуляции крови в сосудах, липидный обмен, также он влияет на состав и свойства крови. В процессе воздействия этого элемента на организм, активизируется заживление воспалений сосудов, происходит восстановление нарушенного обмена.

Бром воздействует на нервную систему человека, нормализует деятельность мозга, расслабляет, снижает мышечный тонус, успокаивает, выравнивает артериальное давление.

Йодобромные минеральные ванны оказывают самое положительное воздействие на функции нервной, эндокринной системы. Активизируют обмен веществ, а также другие процессы в организме, в том числе, ферментативные. Показана йодобромная ванна и тем, кто пытается побороть избыточный вес, а также хочет провести комплексную очистку организма. Процедуры назначаются лечебными курсами. После прохождения полного курса происходит мягкая функциональная перестройка всего организма, увеличиваются его адаптивные возможности.

Показания для принятия йодо-бромных ванн:

- неврастения с повышенной возбудимостью, бессонница;
- вегето-сосудистая дистония;
- гипертоническая болезнь;
- церебральный атеросклероз;
- последствия травм и заболевания центральной и периферической нервной системы;
- заболевания опорно-двигательного аппарата;
- гинекологические заболевания воспалительные и невоспалительные (аденомиоз, эндометриоз, миома матки), климактерический синдром;
- заболевания молочной железы (диффузная кистозная мастопатия);
- аллергические заболевания (дерматозы, экзема, нейродермит, чешуйчатый лишай);
- заболевания щитовидной железы (гипофункция щитовидной железы);
- заболевания органов дыхания (хроническая обструктивная болезнь легких);
- заболевания органов пищеварения;
- заболевания почек и мочевыводящих путей.

Противопоказания для принятия йодо-бромных ванн:

- выраженная лейкопения (ниже  $3,5 \cdot 10^9/\text{л}$ ), все стадии лучевой болезни;
- непереносимость йода;
- крапивница, гемморагический дерматит;
- беременность;
- тяжелые формы сахарного диабета и тиреотоксикоза, гипопитарная форма ожирения.

## **Сероводородные ванны**

Сероводородные ванны – одна из разновидностей бальнеолечения, то есть метод терапевтического воздействия на пациентов, который подразумевает погружение человека в минеральную воду с особым составом. Во время такой процедуры на тело воздействует свободный сероводород, концентрация которого определяет кислотно-щелочной баланс создаваемой среды и интенсивность оказываемого воздействия – так ванны бывают слабыми, средними и крепкими. Они применяются для лечения нервной, опорно-двигательной и сердечно-сосудистой систем, а также ряда гинекологических, урологических и кожных заболеваний.

Сероводородные ванны оказывают следующее влияние на организм:

- стабилизируют кровообращение, способствуют снижению артериального давления;
- активизируют защитные силы, тонизируют и укрепляют иммунитет;
- стимулируют регенерацию кожи, способствуют заживлению кожных повреждений;
- снимают воспалительные процессы;
- улучшают углеводный обмен, уменьшают содержание холестерина в крови;
- нормализуют функции вегетативной и центральной нервной систем, повышают нервно-трофические функции костной системы, ускоряют обменно-окислительные процессы.

Применять сероводородные ванны можно только после полного тщательного обследования организма и по рекомендации квалифицированного врача. Не рекомендуется принимать сероводородные ванны сразу после еды или на голодный желудок. Также не стоит отправляться на процедуру после занятий лечебной физкультурой. В течение пяти часов до приема ванны необходимо воздержаться от курения, приема алкоголя и физического перенапряжения.

Показания для принятия сероводородных ванн:

- болезни сердца и сосудов – энтертериит (облитерирующий), гипертоническая болезнь 1 и 2 стадии, склеротические изменения в сердечной мышце, легкий атеросклероз сосудов мозга, сердца и периферических сосудов конечностей, пороки сердца, миокардиодистрофии и др.;
- заболевания суставов и костно-мышечной системы – хронические спондилоартриты, полиартриты различной этиологии с подострым или хроническим течением, остеохондроз, болезнь Бехтерева, посттравматические артриты, ревматоидный артрит, не поразивший внутренние органы;
- неврологические заболевания (не обостренная форма) – энцефалопатии после интоксикации организма, менингоэнцефалиты, невралгии, невриты, полирадикулиты, инфекционные и травматические плекситы, последствия травм спинного мозга и мозговых оболочек;
- дерматологические заболевания – хроническая, себорейная и профессиональная экзема, нейродермит, псориаз, хроническая крапивница, дерматит, склеродермия и врожденные дерматозы;
- гинекологические заболевания – бесплодие трубного генеза, хронические неспецифические патологии в ремиссии, нарушения менструальной функции;
- эндокринные болезни – сбои в работе щитовидной железы, а также легкая форма сахарного диабета.

Противопоказания для принятия сероводородных ванн:

- стенокардия;
- бронхиальная астма;
- недостаточность кровообращения;
- инфаркт миокарда (особенно повторный);
- хронические болезни желчных путей, печени, а также нефриты и нефрозы;
- онкозаболевания;
- туберкулез.

## **Скипидарные ванны**

Формально скипидарные ванны тоже относятся к водолечебным процедурам, но у них особый статус. При обычном водолечении главное то, что человек контактирует с водой, а при приеме скипидарных ванн — то, что в этой воде растворен скипидар. Ванны Залманова на основе скипидара в настоящий момент набирают все большую популярность. Это особый вид капилляротерапии, дающий потрясающий результат. Скипидарные ванны полностью натуральны. А их действие обусловлено живичным скипидаром, добытым из смолы хвойной древесины. Скипидарные ванны по Залманову эффективны и действенны:

- помогают избавиться от множества болезней и целлюлита;
- способствуют обретению стройности;
- эффективны во время простуды;
- заряжают организм силой и энергией;
- преображают состояние кожи, делая её более гладкой, красивой и упругой.

Показания для принятия скипидарных ванн:

- заболевания сердечно-сосудистой системы (гипертония, стенокардия, тромбофлебиты, облитерирующий эндартериит, атеросклероз сосудов нижних конечностей, болезнь Рейно, вегето-сосудистая дистония, гипотония);
- заболевания костно-суставной системы (артриты, артрозы, остеохондроз, ревматизм);
- заболевания мочевой системы (гломерулонефрит, пиелонефрит, цистит, уретрит);
- заболевания печени и желчного пузыря (гепатит, цирроз, холецистит);
- заболевания органов дыхания (бронхит, бронхиальная астма, фарингит, гайморит);
- болезни половой системы (аднексит, простатит);
- неврология (полинейропатии, невриты, ишиас, люмбалгия);
- сахарный диабет, ожирение;
- профилактическое средство при простуде.

Противопоказания для принятия скипидарных ванн:

- открытая форма туберкулеза;
- злокачественные новообразования;
- аритмия, сердечная недостаточность 2-3 ст.;
- гипертоническая болезнь 2-3 стадии;
- чесотка, кожные заболевания в период обострения;
- острый воспалительный процесс или обострение хронических заболеваний;



- беременность;
- индивидуальная непереносимость скипидарных ванн.

Скипидарные ванны бывают трех видов: белые, желтые и смешанные.

#### Белые ванны

Этот тип ванны предназначен для людей с пониженным или нормальным артериальным давлением. Данная процедура не сопровождается увеличением температуры и сильным потоотделением. Рецептура белых ванн оказывает раздражающее действие (что отражается в покалывании или жжении кожи). Применение белой эмульсии способствует улучшению питания тканей, развитию коллатерального кровообращения и стабилизации артериального давления. Температура ванны - 37-39 градусов. Продолжительность процедуры 5-20 минут.

#### Желтые ванны

Этот вид ванн рекомендуется для людей с повышенным артериальным давлением (выше 140/90 мм рт. ст.). Желтые ванны расширяют капилляры, способствуя снижению артериального давления. Они вызывают общее повышение температуры тела, стимулируют потоотделение и удаление через кожные покровы продуктов обмена веществ.

#### Смешанные ванны

При проведении лечения смешанными ваннами используют комбинации белой эмульсии и желтого раствора в одной ванне или курсовое чередование белых и желтых ванн.

## ***Ванны с перозонами***

За тысячелетнюю историю лечебных ванн сама процедура не изменилась, но количество веществ, что используется в бальнеологии в качестве наполнителя – значительно увеличилось. Сегодня все большую популярность приобретает применение ванн с ароматерапевтическими добавками.

Например, ванны с перозонами. Эти наполнители – результат труда ученых на стыке двух наук - ароматерапии и бальнеологии. Это комплексная физиотерапевтическая методика, включающая в себя благоприятное действие лечебных ванн, а также ароматерапевтическое воздействие.

Натуральные эфирные масла, что входят в состав перозонов, проникают в организм через кожу, подобно солям и газам в минеральной воде, оказывая терапевтический эффект. Биологически активные вещества, входящие в их состав, оказывают местно-раздражающее действие, вызывают гиперемии тканей, улучшают периферическое кровообращение и местную микроциркуляцию. В процессе приема перозон-бальнеоароматерапевтической процедуры эфирные масла попадают в организм пациента не только через кожу, но и ингаляционным путем. При этом они saniруют носоглотку, действуют как антисептические, бронхолитические и отхаркивающие средства.

Масла раздражают обонятельный анализатор, что способствует проявлению положительного психотерапевтического эффекта процедуры. Бальнеоароматерапия необходима, а иногда даже практически незаменима при проведении поддерживающей терапии как острых, так и хронических заболеваний. Своевременное, правильное и систематическое применение бальнеоароматерапии в санаторно-курортных условиях позволяет значительно продлить период клинической ремиссии при многих хронических заболеваниях.

В ООО «Санаторий Кирова» успешно применяются для профилактики и лечения многих заболеваний ванны с перозонами:

- Ванна с перозоном «Тонус мышц и суставов». Входящее в состав концентрата высококачественное эфирное масло сосны и метилсалицилат стимулируют обменные процессы в мышцах и суставах, способствуют расслаблению мышц при мышечном напряжении, а также уменьшают жалобы ревматического характера. Ванна оказывает благоприятное влияние при заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Применяется в качестве поддерживающей терапии ревматических заболеваний, ишиаса, люмбаго, миалгий, а также тупых травм опорно-двигательного аппарата (не в острой стадии).
- Ванна с перозоном «Дерматологическая». Благодаря высокому содержанию высококачественного масла бобов сои, показана для поддерживающей терапии при псориазе, ихтиозе, зуде пожилого возраста, экземе, дерматитах, в том числе и «пелёночном». Наличие самого большого количества токоферолов в соевом масле по сравнению с другими растительными маслами обеспечивает его уникальность и универсальность. Соевое масло мягко очищает и увлажняет сухую кожу, образует защитную плёнку, предотвращающую потерю влаги, замедляя процесс старения кожи.
- Ванна с перозоном «Розмарин». Входящие в состав концентрата высококачественные компоненты - экстракт и эфирное масло розмарина - повышают тонус центральной нервной системы, улучшают память. Благоприятно влияют при хронической усталости, помогают быстро восстановить силы. Также они способствуют улучшению периферического кровообращения. Ванна с розмарином оказывает стимулирующее и тонизирующее действие на организм. Стимулирует кровообращение, повышает тонус ЦНС, снимает усталость, придает силы и бодрость, улучшает память, повышает умственную и физическую работоспособность, способствует повышению сексуальной активности. Эффективна при нервном истощении, упадке сил, усталости, нарушениях кожного и венозного кровообращения, гипотонии.
- Ванна с перозоном «Каштан». Входящий в состав концентрата экстракт каштана конского содержит флавоноиды, дубильные вещества и сапонины, способствует укреплению стенок сосудов и капилляров, стимулирует улучшение микроциркуляции крови, и, как следствие, предотвращает возможное развитие варикозного расширения вен. Экстракт конского каштана уменьшает проницаемость капилляров, повышает тонус венозных сосудов, способствует ликвидации воспалительного процесса, укрепляет стенки капилляров и вен, предупреждает образование и способствует рассасыванию тромба в кровеносных сосудах, нормализует обмен веществ в околососудистых тканях и улучшает лимфоотток, в результате чего уменьшаются отеки, исчезает чувство тяжести в ногах.
- Ванна с перозоном «Мелисса». Входящее в состав концентрата высококачественное эфирное масло мелиссы содержит монотерпены, фенилпропаноиды и благотворно влияет на организм: расслабляет мышечную и нервную систему, снимает спазм, обеспечивает легкий седативный эффект. Мелисса обладает антиспазматическим, укрепляющим сердечную мышцу, ранозаживляющим, стимулирующим центральную нервную систему свойствами. Кроме того, мелисса оказывает благоприятное влияние на головной мозг, особенно, при нервных спазмах, головокружении и шуме в ушах. Ванна с мелиссой

оказывает седативное, расслабляющее и успокаивающее действие на организм, облегчает засыпание и улучшает сон.

- Ванна с перозоном «Можжевельник». Ванны с можжевельником эффективны в комплексной терапии при заболеваниях опорно-двигательной системы. Способствуют расщеплению молочной кислоты. Применяются при артритах, ревматизме, подагре. Ванны с можжевельником назначают при бессоннице, депрессии, психо-эмоциональном напряжении. Данная процедура обладает выраженным косметическим эффектом: восстанавливается упругость кожи, устраняется отечность, утомленный вид. Можжевельниковые ванны эффективны для жирной кожи: «стягивают поры», очищают и избавляют от угревой сыпи. Также повышают циркуляцию крови, способствуют заживлению кожных покровов.

Общие противопоказания к проведению перозон-бальнеоароматерапевтических процедур не отличаются от общих противопоказаний к принятию ванн и ароматерапевтических процедур.

## **Хвойная ванна**

Хвойные ванны – незаменимое средство для людей, страдающих от болезней сердечно-сосудистой системы, дыхательной и нервной системы. Кроме механического и температурного воздействия, хвойный экстракт также оказывает и химическое воздействие на организм, так как в его состав входит множество микроэлементов, витамин В, эфирные масла, дубильные вещества, антоциановые вещества и алкалоиды.

Благодаря своему богатому витаминно-минеральному составу хвоя обладает такими свойствами, как:

- укрепление и поддержание общего иммунитета и защитных сил организма;
- активизация регенеративных процессов кожи и слизистых оболочек;
- нормализация работы лёгких и верхних дыхательных путей;
- улучшение функционирования сердечно-сосудистой системы за счёт активизации общего кровотока;
- снижение повышенного артериального давления и улучшение микроциркуляции в сосудах головного мозга;
- очищение крови и всего организма от токсинов и болезнетворных микроорганизмов (при приёме хвойного отвара внутрь);
- нормализация состояния нервной системы и повышение её стрессоустойчивости.

Хвойные ванны оказывают успокаивающее и седативное действие на организм человека. Они укрепляют защитные силы организма, повышают иммунитет, благотворно влияют на состояние кожи и центральную нервную систему.

Показания для принятия хвойной ванны:

- простудные заболевания;
- гипертония 1-й степени;
- нарушение обмена веществ;
- болезни кожи и слизистых;
- бессонница;

- неврастения;
- варикоз;
- тромбофлебит;
- ревматизма;
- воспаления мочевого пузыря;
- неврозы;
- лишний вес.

Противопоказания для принятия хвойной ванны:

- злокачественные и доброкачественные новообразования;
- выраженный атеросклероз.

## ***Шалфейная ванна***

Лечебная ванна с шалфеем — отличное профилактическое средство против повторного возникновения болезней кожи, суставов. Чрезвычайно эффективно принятие подобной ванны : процедура снимает стрессы, активно борется с усталостью, нормализует процесс сна, улучшает настроение. Шалфейные ванны оказывают противовоспалительное, болеутоляющее, трофическое и гипосенсибилизирующее действие; при этом они действуют мягко, не учащая ритма сердечных сокращений и не повышая артериального давления. Эти ванны назначают при заболеваниях и последствиях травматических поражений нервной системы, заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата, женских половых органов и т. д.

Шалфей обладает бактерицидным, антигрибковым, антимикробным и противовоспалительным действием. Ванны с шалфеем способствуют:

- оздоровлению органов дыхания;
- оказывают отхаркивающее действие;
- способствуют регулировке деятельности ЦНС, обменных процессов;
- улучшают иммунный потенциал организма;
- нормализуют работу почек, обладают мочегонным эффектом;
- благоприятствуют улучшению памяти и мыслительной деятельности.

Курс шалфейных ванн составляет от 12 до 20 ванн, в зависимости от индивидуальных показаний пациента. Длительность каждой процедуры постепенно увеличивается с 8 до 15 минут.

Шалфейные ванны очень рекомендуются при лечении функциональных и травматических нарушений центральной и периферической нервной системы, различных заболеваниях опорно-двигательного аппарата, патологий женской половой системы и т.д.

## ***Лавандовая ванна***

Ванны на основе лаванды пользуются большой популярностью среди бальнеотерапевтических процедур благодаря их универсальному позитивному действию на организм человека. Основным свойством этого замечательного растения является способность снимать нервное напряжение, расслаблять уставшее тело, избавлять от головных болей.

Лаванда обладает такими лечебными свойствами:

- бактерицидное;
- седативное;
- мочегонное;
- желчегонное;
- стимулирующее кровообращение;
- успокаивающее;
- спазмолитическое;
- ветрогонное;
- болеутоляющее;
- регенерирующее;
- противоревматическое;
- глистогонное;
- антисептическое.

Ванны на основе лавандового экстракта представляют собой удачное совмещение фито - и ароматерапии, т.к. воздействуют не только химическим путем через кожу, но и с помощью легкого приятного запаха, который очень хорошо снимает напряжение. Лавандовые ванны характеризуются общерасслабляющим эффектом, способствуя установлению психо-эмоционального баланса, что чрезвычайно необходимо в состояниях повышенного возбуждения, частых вспышек гнева, нервозности, депрессии, стресса, неврастении, неконтролируемой раздражительности, климактерическом синдроме.

Биологически активные вещества, входящие в состав лаванды, оказывают раздражающее действие на кожные рецепторы, активизируя мельчайшие нервные окончания и расширяя сосуды. Это вызывает усиление кровотока, снижение артериального давления, ускорение заживления воспалительных процессов, бронхолегочных и простудных заболеваний.

Эфирные масла лаванды обладают прекрасным антисептическим действием, и поэтому такие ванны очень рекомендуются при лечении ожогов, зуда, экземы, сыпи и других кожных заболеваний. Десенситивны свойства лаванды позволяют также использовать эти ванны при хронических головных болях, мышечных спазмах, артрите, подагре, ревматизме, вывихах.

Такие ванны избавят от нарушений в системе кровообращения, избавят от усталости, снимут напряжение в мышцах, боль в пояснице (которая носит мышечный характер).

Показания для принятия лавандовых ванн:

- невротические состояния, в т.ч. с признаками астении;
- неврозы;
- функциональные нарушения центральной нервной системы;
- гипотония, вегето-сосудистая дистония;
- ревматизм;
- подагра;
- частые простудные заболевания;
- бессонница и т.д.

Противопоказания для принятия лавандовых ванн:

- индивидуальная непереносимость лаванды;
- общие противопоказания для бальнеотерапии.

## ***Ванна йодо-бромно-хлоридно-натриевая***

Йодо-бромно-хлоридно-натриевые ванны сочетают в себе лечебный эффект йодо-бромных и хлоридно-натриевых ванн. Йодо-бромные минеральные ванны применяются для лечения заболеваний сердечно-сосудистой и нервной систем, опорно-двигательного аппарата, желудочно-кишечного тракта, гинекологических, кожных эндокринных и других заболеваний, создают благоприятные условия для формирования компенсаторно-приспособительных и восстановительных реакций организма, изменяя течение многих заболеваний, в основе которых лежат нарушения ЦНС, процессов обмена, функции щитовидной железы.

Также прием йодо-бромно-хлоридно-натриевых ванн имеет противовоспалительное действие, болеутоляющее, улучшающее реактивность иммунной и сердечно-сосудистой систем.

Содержание большого количества полезных компонентов в йодо-бромно-хлоридно-натриевых ваннах определяет их преимущества в назначении больным с дистрофическими и воспалительными процессами, полиневритами, функциональной недостаточностью эндокринной желез, при начальных проявлениях облитерирующих заболеваний сосудов конечностей, варикозном расширении вен, гипертонической болезни.

Ванны имеют противовоспалительный и тонизирующий эффект. Улучшают кровообращение, усиливают желчегонные и мочегонные функции, способствуют выведению из организма солей и мелких конкрементов. Почечные и печеночные колики во время лечения проходят значительно легче. Выводятся из организма соли тяжелых металлов, радионуклиды, токсины.

Этот вид бальнеотерапии является одним из эффективных средств в достижении стабилизации психического и физического статуса организма.

Показания для принятия йодо-бромно-хлоридно-натриевых ванн:

- сердечно-сосудистые заболевания атеросклеротического и воспалительного характера;
- церебральный атеросклероз, облитерирующий эндартерит и хронический тромбофлебит;
- пороки сердца, гипертоническая и гипотоническая болезнь, сердечно-сосудистые неврозы;
- заболевания центральной и периферической нервной системы;
- заболевания опорно-двигательного аппарата (ревматоидный полиартрит, дегенеративные процессы в суставах и позвоночнике);
- заболевания органов системы пищеварения (хронические холециститы, гастриты);
- заболевания органов женской половой сферы (воспалительные процессы, дисфункции яичников);
- аллергические дерматиты, дерматозы (экземы, нейродермиты).

Противопоказания для принятия йодо-бромно-хлоридно-натриевых ванн :

- индивидуальная непереносимость йода или брома;
- лучевая болезнь;

- беременность;
- сахарный диабет в тяжелых формах;
- геморрагический дерматит;
- подагра;
- онкология;
- туберкулез.

## ***Ванна пузырьковая («жемчужная»)***

- без наполнителя
- с наполнителем

Одной из самых популярных процедур в ООО «Санаторий Кирова» являются жемчужные ванны. Жемчужные ванны - гидромассажная процедура, которая оказывает расслабляющее, лечебное и косметическое воздействие. Их назначают пациентам с различными типами заболеваний, а также тем, кто хочет провести общее оздоровление организма. Непосредственно к жемчугу эта процедура не имеет никакого отношения, а свое название она получила из-за небольших пузырьков воздуха, которые формируются в гидромассажной ванне и очень напоминают сияющий жемчуг.

Жемчужная ванна комбинирует механическое и температурное воздействие водно-воздушной массы на организм. Длится один сеанс 10 - 20 минут при температуре 35–36 градусов Цельсия. Воздух поступает рывками: 30 секунд подаются пузырьки, и 30 - затишье. Благодаря такому воздействию и получается массажный эффект. Контрастность температур воды (35-36 градусов) и нагнетаемого воздуха (18-20 градусов) создает великолепный терапевтический эффект, активизируя мельчайшие рецепторы и нервные окончания на коже и реанимируя жизненно важные биохимические процессы, происходящие в организме. 10 минут этой процедуры по эффективности можно приравнять к часу обычного массажа. Как и любой вид массажа, гидромассаж в жемчужной ванне оказывает комплексный положительный эффект на физическое и психологическое состояние человека. Уже после первого сеанса те, кто опробовал на себе процедуру, замечали улучшение настроения и самочувствия.

Благодаря жемчужной ванне также можно ускорить процесс заживления мелких порезов и ссадин, избавиться от кожных высыпаний, повысить тонус и упругость кожи. Благотворно влияние жемчужной ванны на сердечно-сосудистую и опорно-двигательную системы.

Жемчужные ванны:

- нормализуют артериальное давление;
- укрепляют тонус сосудов;
- улучшают работу сердечно-сосудистой системы и органов дыхания;
- нормализуют обменные процессы в организме;
- восстанавливают нервную систему;
- пассивно разрабатывают мышечную ткань.

Сама по себе жемчужная ванна способна творить настоящие чудеса, но есть более усовершенствованные виды - жемчужные ванны с наполнителями.

## Хвойно-жемчужная

В воду добавляется экстракт хвои, который не только дарит приятный аромат, но и обладает противовоспалительными и антибактериальными свойствами. Благодаря наполнителю к положительным эффектам процедуры добавляется способность излечивать от простуды на ранних стадиях. Кроме того, подобная ванна становится полезна и тем, кто страдает от гастрита, бронхита, аллергии, язвы или пневмонии. Тем, у кого есть возможность посетить процедуру, совет: не торопитесь сразу в душ после ванны, иначе смоете всё те полезные вещества, которые осели на вашей коже, но не успели ещё впитаться.

## Минерально-жемчужная

Отличается от обычной жемчужной ванны тем, что в ней используется не простая вода: в обычную воду добавляют специальные минеральные смеси. И в том, и в другом случае эффект один: вода, обогащённая солями и минералами, благотворно воздействует на кожу, делая её более здоровой и красивой. Кроме того, она помогает в борьбе с лишним весом и целлюлитом.

Показания для принятия жемчужных ванн:

- нарушения работы нервной системы;
- сердечно-сосудистые заболевания вне стадии обострения;
- заболевания опорно-двигательного аппарата (в том числе болезни позвоночника);
- артрит и артроз;
- депрессия;
- нарушение обмена веществ;
- хроническая бессонница;
- гипертония 1,2 степени;
- переутомление;
- посттравматический астенический синдром;
- боли в спине, суставах, шейном отделе;
- артериальная гипертензия;
- профилактика заболеваний женской и мужской половой системы.

Противопоказания для принятия жемчужных ванн:

- кожные воспаления и инфекции;
- острая стадия заболеваний;
- опухоли;
- тромбофлебиты;
- ишемия 2–3 степени;
- грибок;
- туберкулёз;
- гипертония 3 степени.

Доказанная эффективность жемчужных ванн позволяет использовать их и как самостоятельный метод терапии, и как дополнение к общим курсам других лечебных программ.



## **Лечебные ванны с наполнителями**

**Лечебная ванна** представляет собой приятный способ лечения различных недугов. Подобные процедуры начали применяться в медицине с древних времен, и не теряют актуальности на сегодняшний день. Понятие лечебная ванна включает в себя процедуру, которая должна назначаться исключительно врачом. Современные технологии предлагают пациентам разные виды лечебных ванн. Они отличаются друг от друга в первую очередь составом, но существует классификация и по температуре воды, и по области воздействия.

Лечебные ванны, виды которых перечислены ниже, представляют собой процедуры именно медицинского характера. Они направлены на лечение тех или иных заболеваний.

- «Сюита», релаксирующая для мужчин (состав: экстракты лаванды, хмеля, пихты сибирской)
- «Нега», релаксирующая для женщин (состав: экстракты лаванды, пихты сибирской)
- «Стимул», тонизирующая для мужчин (состав: экстракты базилика, шалфея, розы)
- «Магия», тонизирующая для женщин (состав: экстракты кедрa, розы)
- «Эффект», противопростудная (состав: экстракты эвкалипта, пихты сибирской, шалфея)
- «Ласка», очищающая (состав: экстракты пихты сибирской, лавра, каротин)
- «Грация», антицеллюлитная (состав: экстракты розы, пихты, апельсина)
- «Антистресс», антидепрессант (состав: экстракты лаванды, мандарина, ромашки)
- «Таежная симфония», профилактическая (состав: экстракты пихты, чабреца)
- «Север-Юг», общеукрепляющая (состав: экстракты грейпфрута, можжевельника)
- «Афродита», иммуномодулирующая, омолаживающая (бергамот, сосна, иланг- иланг)

Курс лечебных ванн в ряде случаев назначается и при болезнях сердечно-сосудистой и мочеполовой систем, гинекологических заболеваниях. Многие виды ванн способствуют усилению иммунитета, закаливанию организма, восполнению дефицита витаминов.

Существует большое количество разновидностей лечебных ванн. Для успешного восстановления разрабатывается индивидуальный терапевтический курс. Разобраться в том, какой именно состав подойдет в том или ином случае, под силу только специалисту. Кроме того, любая лечебная ванна имеет свои противопоказания. Их обязательно необходимо выявить перед тем, как назначить курс лечения.

В ряде случаев необходимо постоянное наблюдение врача. Иногда применяется специальная аппаратура. Именно поэтому процедуры приема лечебных ванн, в основном, проводятся в специализированных учреждениях, санаториях, клиниках.

## **Озонотерапия**

О лечении озоном впервые стало известно в начале прошлого столетия. Сегодня его целебные свойства активно внедряются в медицину. Озонотерапия обладает большим лечебным

потенциалом. Возможно, очень скоро она станет достойной заменой многих лекарственных методик.

Озон считается одним из мощнейших антисептиков. Именно это свойство позволяет считать озонотерапию более эффективной, чем, например, антибиотическая терапия. Озон пагубно воздействует не только на все виды бактерий, но и вирусы, грибки и простейшие, устойчивые к антибиотикам и противовирусным препаратам (в том числе вирус герпеса, гепатиты, хламидии).

Для лечения он может вводиться несколькими способами: подкожно, внутривенно, внутримышечно. Аутогемотерапия с озоном подразделяется на малую и большую. При малой аутогемотерапии используется классический метод в совокупности с озонацией: свежую кровь пациента в необходимом объеме смешивают в шприце с озонокислородным веществом и вводят подкожно или же внутримышечно. Большая аутогемотерапия заключается в том, что у пациента с вены осуществляют забор крови в объеме 50-150 мл. После этого ее помещают в особый контейнер с веществами, которые угнетают процессы свертывания крови и смешивают с озонокислородной газовой смесью. По истечении 10 минут, которые предназначены для тщательного перемешивания содержимого контейнера, кровь вводится пациенту внутривенно. Кроме перечисленных выше, есть методики озонотерапии, предполагающие введение газа ректально и интравагинально. Способы местной и общей озонотерапии дают возможность осуществлять лечение и профилактику различных заболеваний, позволяют очистить кожу, весь организм в целом, укрепить защитные функции организма, а также нормализовать обмен веществ.

Озонотерапия оказывает противовоспалительное, обезболивающее, антибактериальное, заживляющее, иммуномодулирующее, дезинтоксикационное действие. Озонотерапия представляет собой внутривенное введение озонированного физраствора. Кроме данного раствора для внутривенного введения могут использовать аутокровь пациента. Благодаря такой терапии, происходит восстановление кислородного транспорта, высвобождение кислорода, нормализуется обмен веществ и гормональный фон. Кроме того, внутривенная озонотерапия обладает свойством расширять сосуды, улучшать микроциркуляцию, снимать интоксикацию, а также укреплять иммунитет. Кроме того, данный вид терапии справляется с синдромом хронической усталости, аллергическими реакциями, последствиями стресса, решает проблемы сексуального характера (повышает сексуальную активность). С помощью методики введения озон кислородной смеси внутривенно, можно восстанавливать также белковый, жировой и углеводный процессы обмена. И, наконец, данный метод лечения благоприятно сказывается на общем самочувствии, настроении и работоспособности. Внутривенная озонотерапия обладает свойством расширять сосуды, улучшать микроциркуляцию, снимать интоксикацию, а также укреплять иммунитет.

Показания к озонотерапии:

- облитерирующие заболевания периферических артерий, варикозное расширение вен с венозной недостаточностью, ишемическая болезнь сердца;
- заболевания, осложнённые воспалительными процессами и сопровождающиеся болями;
- заболевания суставов и позвоночника, наличие грыж и протрузий межпозвоночных дисков;

- язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, хронический гастрит, колит, цирроз печени, хронические гепатиты;
- бронхиальная астма, хронический бронхит, туберкулёз легких;
- острый и хронический панкреатит, острый тромбоз, термические поражения, повреждения костно - суставного и связочного аппарата, остеомиелит, рожистое воспаление;
- острый и хронический вирусный гепатит (А, В, С, D), опоясывающий лишай, урогенитальные инфекции, вирус папиллом, ОРВИ, грибковые инфекции, синдром хронической усталости;
- сальпингоофорит, пельвиоперитонит, эндометрит и эндомиометрит, эрозии шейки матки;
- гипоксия плода, фетоплацентарная недостаточность, ранние и поздние гестозы беременных;
- сахарный диабет, ожирение, целлюлит, липодистрофия;
- экзема, угревая сыпь, демодекоз, фурункулёз, нейродермит, пиодермия, герпес, грибковые поражения, псориаз, алопеция;
- профилактика старения, омоложение лица (коррекция мимических морщин, лифтинг овала лица);
- нарушение мозгового кровообращения, заболевания периферической нервной системы, мигрень, вегето-сосудистая дистония, дисциркуляторная энцефалопатия и др.;
- синуситы, ларингиты, фарингиты, тонзиллиты;
- гингивит, пародонтит, пародонтоз, кариес, язвы, герпес

Противопоказания к применению озонотерапии:

- склонность к судорогам;
- наличие заболеваний крови, в том числе нарушение ее свёртываемости;
- геморрагический инсульт;
- наличие различных кровотечений и ранний период после них;
- тромбоцитопения (пониженный уровень тромбоцитов);
- острая алкогольная интоксикация;
- гипертиреоз (повышение функций щитовидной железы);
- острый инфаркт миокарда;
- аллергия на озон

## Методы лечения

Здоровый образ жизни, регулярное посещение врача для профилактического медосмотра, прохождение санаторно-курортного лечения – это те факторы, которые влияют на продолжительность и качество нашей жизни. Чтобы сохранить и укрепить здоровье, нужно меньше есть, не нервничать и больше двигаться. Жизнь – это движение. Необходимо минимум один час в день уделять двигательной активности: бег, плавание, прогулки на свежем воздухе,

любые подвижные виды спорта. От алкоголя лучше отказаться, или же снизить его потребление до разумных доз. Старайтесь не принимать лекарства при малейшем недомогании и без назначения врача. Рекламная кампания лекарственных препаратов проводится настолько активно и навязчиво, что у людей создаётся иллюзия, что таблетки спасут от всего: диареи, запора, головной боли, восстановят печень, сосуды и глазное дно. Это – опасная иллюзия. В организме существуют свои регуляторы, которые сами, без таблеток способны восстановить пострадавший орган, но только при условии, что мы будем организму помогать, а не мешать. Ведь даже если у печени отнять половину, то она способна через время сама восстановиться, без приема гепатопротекторов.

Механизм биорегуляции крайне сложен и еще до конца не изучен, поэтому помогать организму можно и нужно естественными способами, а не таблетками.

В нашем «**Санатории Кирова в Ялте**» мы постарались наладить такую терапию, которая является эффективной и в профилактике самых различных заболеваний, и в их диагностике, и в лечении, используя именно естественные, природные факторы. Аппаратура подобрана таким образом, что преломляя основные физические, естественные факторы влияет на лечебно - профилактический процесс весьма благотворно и результативно.

Сочетание целебного климата Южнобережья, морских купаний, диетического питания и процедур в «**Санатории Кирова в Ялте**» дает высокую эффективность восстановительной терапии, реабилитации, профилактики, что дает возможность уменьшить количество медикаментозных средств в лечении больных.

«**Санаторий Кирова в Ялте**» специализируется на реабилитации, лечении и профилактике заболеваний органов дыхания, сердечно-сосудистой, нервной систем у взрослых и детей. Кроме привычных методов лечения и оздоровления, применяемых в других здравницах Крыма, санаторий предлагает своим гостям и жителям города новейшие медицинские методики, эффективные программы по восстановлению здоровья, разработанные нашими специалистами. На сегодняшний день в санатории существует 17 лечебно-оздоровительных программ.

Лечебная база нашего санатория состоит из следующих видов медицинских услуг: ингаляций, парафиноозокеритолечения, лекарственного электрофореза, синусомодулярных токов, дарсонвализации, **магнитотерапии, лазеротерапии, инфита**, фонофореза, **КУФ**, ароматерапии, **фитотерапии**, лечебной физкультуры, стоматологической неотложной помощи. Проводятся сеансы психологической разгрузки (индивидуальные и занятия в группе).

В санатории широко используются следующие лечебно-оздоровительные методы, такие, как:

- **Лазеротерапия (внутривенное облучение крови (ВЛОК) и надвенозное облучение крови)**
- **Озонотерапия** (большая и малая аутогемотерапия, внутривенное введение озонированного физраствора, аппликации озонированными мазями и растительными маслами, проточная газация в пластиковой камере, газация полостей и пазух озоном, подкожные инъекции озона (в т.ч. биологически активные точки), паровертребральное внутрикожное введение озона; энтеральный метод применения озono-кислородной смеси при заболеваниях ЖКТ: прием озонированной дистиллированной воды и озонированного масла; кишечные

орошения озонированной водой; ректальные и влагалищные инфузии озон-кислородной смеси)

- **Радонотерапия** (водные радоновые ванны, парорадоновый эманаторий, питье радоновой воды, радоновое орошение волосистой части головы, воздушные радоновые ванны («Реабокс»), гинекологические радоновые орошения, радоновые микроклизмы)
- **Магнитотерапия**
- Кислородная терапия (кислородные коктейли (кислородная пенка), кислородные ванны («жемчужные ванны»))
- Ингаляционная терапия (с применением небулайзеров)
- Электрофорез (с лекарственными препаратами, дарсонвализация, электрофорез (эндонозально) или гальванизация по Щербаку)
- **КУФ** (коротковолновое ультрафиолетовое излучение слизистой оболочки носа)
- **Инфита** (биорезонансное лечение электрическим полем импульсного режима низких частот и малого напряжения)
- **Галотерапия** и спелеотерапия (лечение в соляной пещере)
- Лимфодренаж аппаратный (прессотерапия по программам лимфодренажа)
- **Рефлексотерапия** (иглоукалывание, точечный массаж, вакуумпрессоакупунктура, термopунктура(моксатерапия), фармакоакупунктура(введение лекарственных препаратов))
- Фонофорез
- **Ароматерапия** (ароматические ванны, ингаляции с применением эфирных масел различных составов)
- **Фитотерапия** (фиточаи из сборов лечебных крымских трав, кислородная пенка на основе солодки)
- Питье минеральной воды (минеральная вода Моршинская №6)
- Групповая и индивидуальная психотерапия (гипноз (дифференцировано), аутотренинг, арттерапия (дифференцировано), аюрведа)
- Лечебная гимнастика (занятия в зале ЛФК, скандинавская ходьба)
- Массаж (классический (лечебный): общий массаж; массаж по зонам: массаж пояснично-крестцового отдела, массаж шейно-грудного отдела, массаж позвоночника, массаж воротниковой зоны, массаж грудной клетки)
- **Сухие углекислые ванны**
- **Водолечение. Лечебный SPA-комплекс: ванны** (26 видов: **ванны с лечебными наполнителями, ванны с перозонами, радоновые и сероводородные ванны, гидромассажные: жемчужные ванны, вихревые ванны для ног, пароуглекислые ванны, скипидарные ванны по Залманову, ванны с бишофитом и солями Мертвого моря и мн.др)**
- **Души (циркулярный душ, подводный душ-массаж, душ Шарко, восходящий душ)**
- Парафиноозокеритолечение (тепловая физиотерапевтическая процедура)
- Медикаментозная терапия (внутривенное струйное и капельное введение лекарственных средств, подкожные, внутрикожные и внутримышечные инъекции, индивидуальный подбор медикаментов)
- Врачебные урологические манипуляции
- **Занятия на профилакторе Евминова** (укрепление мышц спины, вытяжение позвоночника)

- **Гирудотерапия** ( лечение пиявками)
- **Аэроионотерапия**
- **Прессотерапия** (компрессионный массаж, пневмомассаж, аппаратный лимфодренажный массаж)

Многие из перечисленных процедур включены в стоимость путевки, а некоторые процедуры предлагаются гостям нашего санатория за дополнительную плату, например: питье минеральной воды «Моршинская-6», индивидуальные занятия на **профилакторе Евминова**, вакуумный лимфодренаж конечностей, **грязелечение сакскими грязями**, кислородная пенка, **сухие углекислые ванны**, **внутривенное** и **надвенное** облучение крови, **галотерапия**, спелеотерапия, бальнеотерапия, **радонотерапия**, **МРТ**, реоэнцефалография, реовазография верхних и нижних конечностей.

Регулярное пользование санаторно-курортным лечением даёт возможность помочь своему здоровью, правильно использовать резервы организма в обеспечении более комфортного существования всех органов и систем человека.