

Это программа разработана специально для помощи женщинам во время менопаузы. Женщины получают необходимую поддержку, чтобы справиться с изменениями в их теле и жизни.

Программа ставит своей целью свести к минимуму негативные последствия данного этапа жизни, повысить уровень здоровья и самооценки. Это индивидуальная программа, в которой самые передовые западные технологии и разработки сочетаются со специальным комплексным подходом, результаты которого будут видны, как физически, так и эмоционально.

Основными симптомами наступления климакса являются: дисфункции менструального цикла, приливы жара и озноба, чрезмерная потливость, нарушения сна, раздражительность, плаксивость или агрессия, нервозность, мигрень, сильные головные боли, повышенная утомляемость, усталость, ухудшение полового влечения и некоторые другие.

Хотя ничто не может остановить этот естественный процесс женских биологических часов, программа «Здоровая менопауза», разработанная Medworld & Dr.Ozdogan, придаст вам сил справиться с этими изменениями в вашем организме, минимизировать побочные эффекты и помочь войти в новый этап жизни.

Программа «ЗДОРОВАЯ МЕНОПАУЗА» рассчитана **минимально на 10 ночей** и включает в себя:

МЕДИЦИНСКИЕ УСЛУГИ:

- Общий медицинский осмотр
- Лабораторные анализы
- Общая медицинская консультация в начале и в конце программы
- Расширенное гормональное обследование
- Консультация специалиста по антивозрастной и генетической медицине
- Денситометрия костей
- Эхография
- Электрокардиограмма
- Консультация гинеколога (ПАП тест включен)
- Дермоэстетическая консультация
- Оценка здоровья капилляров
- 5 сеансов озонотерапии
- Консультация кардиолога
- 1 сеанс психотерапии
- Консультирование в области сексуального здоровья

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ:

- Консультация эксперта в области питания и натуральной терапии
- Индивидуально подобранная гипоаллергенная, модифицированная средиземноморская диета
- Курирование процесса питания
- Индивидуально подобранные терапевтическое питание и напитки
- Индивидуальный план оздоровления

НЕТРАДИЦИОННАЯ МЕДИЦИНА:

- 5 сеансов традиционной китайской медицины, индивидуально: иглоукалывание, лазерное иглоукалывание или моксibuстион
- 4 сеанса индивидуальной программы «Body & mind»: йога, медитация, пилатес, арт-терапия, цигун или пранаяма
- 1 сеанс гидротерапии толстой кишки

- 5 сеансов кислородотерапии

ВЕЛНЕС:

- Сауна, паровая комната, турецкая баня, фитнес, бассейн
- 4 сеанса индивидуальной терапии: глубокий массаж тела, стоунтерапия, расслабляющий массаж, лимфодренажный массаж или шиацу
- 5 сеансов лимфодренажа

ФИТНЕС:

- 3 сеанса «Slim & Fit» или «Detox Retreat»
- Анализ физической кондиции и консультация личного тренера
- 7 сеансов с личным тренером, может включать в себя: электростимуляцию, пилатес, реформер пилатес, упражнения кранч, упражнения «все тело», сжигание жира, bosu forte упражнения, коррекцию веса

Также, в пакеты Medworld включено:

- Размещение в отеле Rixos Downtown Antalya 5* (Standard Room Land View)
- Питание в отеле по системе AI («всё включено») в соответствии с индивидуальными рекомендациями по питанию
- Пользование всей инфраструктурой отеля в соответствии с концепцией
- Услуги медицинского переводчика в Medworld