

## **П о с е щ е н и е г а л о к а м е р ы .**

### **П о к а з а н и я**

- заболевания верхних дыхательных путей, грипп, ОРВИ, ОРЗ;
- бронхиальная астма легкой и средней степени тяжести;
- острый бронхит с затяжным течением;
- рецидивирующий бронхит;
- хронический необструктивный бронхит;
- хронический астматический бронхит.
- хронический или подострый синусит (гайморит, фронтит);
- хронический или подострый тонзиллит;
- аллергическая риносинусопатия, поллинозы.
- атопический дерматоз, диффузная и экссудативная форма в стадии стабилизации;
- псориаз в стадии стабилизации; экзема;
- гиперсекреция сальных желез (жирный тип кожи);
- гнойничковые поражения кожи, угревая сыпь;
- круговидное облысение.
- сниженный иммунитет и, как следствие, частые и длительные по продолжительности заболевания ОРЗ, ОРВИ;
- облегчение отказа от курения;
- очищение от последствий курения.
- нейродилекторная дистония (гипотонический, гипертонический тип).

### **Противопоказания**

- туберкулез в активной стадии;
- новообразования злокачественного типа;
- инфекционные заболевания до окончания срока изоляции;
- острогнойные осложнения заболеваний;
- острые болезни крови (и в стадии обострения);
- осложнения в виде кровотечений любой природы;
- беременность на всех сроках;
- венерические болезни в острой форме;
- хронический алкоголизм, наркомания и психические заболевания.

## **П о с е щ е н и е б а с с е й н а .**

### **П о к а з а н и я**

- Плавание в бассейне гармонично развивает все группы мышц, укрепляет суставы и помогает поддерживать тело в тонусе. Особенно рекомендован бассейн людям с сидячей работой и с небольшими

искривлениями позвоночника (сколиозом). Плавание способствует формированию правильной и красивой осанки.

- Плавание относится к аэробному виду тренировки и поэтому является эффективным способом избавления от лишних калорий.
- 3 Плавание в бассейне — один из самых простых способов закаливания организма. Оно укрепляет иммунитет, положительно воздействует на дыхательную и сердечно-сосудистую систему, повышает устойчивость организма к простудным и другим заболеваниям.
- 4. Посещение бассейна замечательно воздействует на нервную систему: снимает стресс, заряжает позитивной энергией, повышает работоспособность, способствует хорошему сну

### **Противопоказания:**

- Какое-либо заболевание находится в стадии обострения;
- Тяжелые пороки сердца, стенокардия;
- Неврологические патологии с судорожным синдромом;
- Туберкулез;
- Кожные инфекции; Мокнувший диатез; Открытые раны;
- Заболевания глаз, например, кератит, блефарит, конъюнктивит;
- Нарушения опорно-двигательного аппарата с необходимостью фиксации конечностей;
- Злокачественные новообразования;
- Паралич; Эпилепсия; Менструация.

## **П о с е щ е н и е м а г н и т о т е р а п и и**

### **Магнитотурботрон показан при:**

- Нарушениях работоспособности опорно-двигательной системы, при артериитах, переломах, ушибах, остеохондрозах.
- Психомоторных нарушениях.
- Болезнях на фоне нервной системы и последствий после травм.
- При артериальной гипертрофии патологий системы кровообращения.
- Заболеваниях ЖКТ.
- Болезни органов дыхания.
- При диабете, простатите, миомах и иных нарушениях функций и работоспособности мочеполовой системы.
- При системных заболеваниях соединительных тканей.
- При алкоголизме, наркомании и иных зависимостях.
- Иммунодефицитных состояниях у пациентов.

### **Магнитотурботрон не рекомендуется при:**

- Недостаточности кровообращения на IIБ стадии или на III
- Системных болезнях крови
- Беременности
- При наличии в организме кардиостимуляторов или иных инородных тел
- ОРЗ
- Геморрое в острой стадии или других патологий, связанных с кровоточивостью.

## **П о с е щ е н и е п р о ц е д у р ы «А к в а р е л а к с»**

### **Лечебные эффекты «Акварелакс»:**

- снятие болевых синдромов;
- стимулирование подкожного кровообращения;
- восстановление венозного и лимфатического оттока, благодаря чему выводятся шлаки и токсины из организма;
- насыщение тканей кислородом;
- лечение заболеваний опорно-двигательного аппарата;
- нормализация работы внутренних органов, благодаря чему происходит лечение сердечно-сосудистых, кардиологических, желудочно-кишечных и других заболеваний в комплексной терапии;
- лечение бессонницы, климактерических неврозов, депрессий;
- активизация обменных процессов, повышение расхода калорий, что способствует похудению;
- антицеллюлитный эффект.
- релаксация, снятие мышечных спазмов, напряжений;
- снятие состояния "перетренированности" у спортсменов;
- улучшение настроения;
- повышение общего тонуса организма.

### **Противопоказания**

- Недостаточности кровообращения на IIБ стадии или на III
- Системных болезнях крови
- Беременности
- ОРЗ