

Санаторий «Амакс Старая Русса»
Лечебно-оздоровительная программа «Худеем без стресса»

Показания: избыточный вес, «сидячий» или малоподвижный образ жизни, синдром хронической усталости, депрессивные состояния, ожирение 1-3 степеней, целлюлит (в том числе послеродовый); локальные отложения жировой ткани, хроническая венозная недостаточность, мышечное перенапряжение.

Продолжительность: 7, 10 дней

Противопоказания: онкологические заболевания, инфаркт, инсульт в анамнезе, гипертоническая болезнь высокой степени риска, беременность.

Ожидаемый эффект: снижение веса, улучшения психоэмоционального состояния, улучшение внешнего вида, формирование активного образа жизни, увеличение толерантности к физическим нагрузкам и повышение работоспособности.

В программу включено: проживание в номере выбранной категории, 3-х разовое питание по системе шведский стол (в том числе питание по диетическому столу в зависимости от показаний), лечебная программа.

Обязательно иметь при себе:

1. Санаторно-курортную карту

Программа обследования и лечения:

| Лечебная программа | Количество процедур на 7 дней | Количество процедур на 10 дней |
|---|-------------------------------|--------------------------------|
| Клинический анализ крови | 1 | 1 |
| Клинический анализ мочи | 1 | 1 |
| Биохимический анализ крови (липидограмма) | 1 | 1 |
| Анализ крови на сахар (натощак) | 1 | 1 |
| ЭКГ-исследование | 1 | 1 |
| Прием врача гастроэнтеролога-диетолога | 2 | 2 |
| Скандинавская ходьба с инструктором | 2 | 2 |
| Бассейн с пресной водой | 3 | 5 |
| Кедровая бочка | 2 | 3 |
| Акваэробика | 2 | 3 |
| Лимфодренаж | 2 | 3 |
| Душ Шарко | 3 | 5 |
| Антицеллюлитное обертывание | 1 | 1 |
| Кишечные орошения | 1 | 2 |
| Групповые тренировки | - | - |
| Питьевое лечение минеральной водой | ежедневно | ежедневно |

- Программа рассчитана для взрослых с 18 лет до 65 лет.
- Процедуры не подлежат замене или возврату в денежном эквиваленте.