

2. ПРОГРАММЫ РЕАБИЛИТАЦИИ

2.1 ПРОГРАММА «ЛЕЧЕНИЕ «ОФИСНОГО СИНДРОМА»

Программа направлена на устранение постуральных нарушений, возникающих при длительном сидении в кресле, в пределах замкнутого пространства и в условиях перманентного хронического стресса, а также на тренировку координации движений и восстановления опорно-двигательного аппарата на тракционных матах Detensor и тренажёрных систем Posturomed, Torsiomed.

Программа включает: диагностику постуральных нарушений на диагностическом комплексе Posturomed Microswing 6 (координация движений, смещение центра тяжести, мышечный тонус), мышечно-скелетную терапию, тренировку опорно-двигательного аппарата, мышц ротаторов, купирование дислокационного синдрома мышц ротаторов тазового пояса на тренажере Torsiomed, на постуральной платформе POSTUROMED 202, тренировку с проприоцептивным тренажером Propriomed, вытяжение позвоночника и коррекцию нарушений опорно-двигательного аппарата на тракционном терапевтическом мате «Детензор» с силой вытяжения 18% от массы тела пациента, нейро-рефлекторную коррекцию мышечно-скелетной системы с помощью динамического кинезиотейпирования

Длительность: 3 — 14 дней

Ожидаемые эффекты лечения: восстановление функций опорно-двигательного аппарата, устранение (или значительное уменьшение) болевого синдрома, увеличение объема и амплитуды движений, уменьшение воспалительных явлений, значительное улучшение общего самочувствия

№	Перечень процедур	Количество дней				
		3	5	7	10	14
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК						
1.	Первичная консультация врача специалиста и динамическое наблюдение	1	1	2	2	3
2.	Консультация врача невролога (по показаниям)	-	-	1	1	2
3.	Биоимпедансометрия на аппарате «Медасс»	1	1	1	2	2
4.	Диагностика постуральных нарушений на диагностическом комплексе Posturomed Microswing 6 (координация движений, смещение центра тяжести, мышечный тонус)	1	1	2	2	2
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ БЛОК						
5.	Климатолечение	ежедневно				
6.	Естественная гелиотерапия на открытом горном воздухе	ежедневно				
7.	Терренкур — лечебная дозированная ходьба	ежедневно				
8.	Дозированная физическая нагрузка (Скандинавская ходьба, т.п.) — 30 мин.	по расписанию термального комплекса				
9.	Бассейн, свободное плавание— 1 час	ежедневно				
10.	Сауна, хаммам, лаониум – 1 час (при отсутствии противопоказаний)	3	5	5	8	12
11.	Лечебная гимнастика в воде 30 мин.	по расписанию термального комплекса				
12.	Йога – 30 мин					
13.	Занятия в тренажерном зале (механотерапия) – 30 мин	ежедневно				
ЛЕЧЕБНЫЙ БЛОК						
14.	Питьевое лечение минеральной водой по 200 мл 3 раза в день за 30 минут до еды	ежедневно				
15.	Аппаратный термо-массаж на механотерапевтическом комплексе Ceragem (Ю.Корея) 36 минут по программе (на выбор - №4 «Циркуляция», №5 «Оздоровление» или др.) / Подводный душ массаж (на выбор или чередование через день)	2	4	5	8	10
16.	Мышечно-скелетное тестирование	1	1	1	2	2
17.	Мышечно-скелетная терапия (общая)	1	2	3	5	7
18.	Тренировка опорно-двигательного аппарата, мышц ротаторов, купирование дислокационного синдрома мышц ротаторов тазового пояса на тренажере Torsiomed, на постуральной платформе POSTUROMED 202, Тренировка с проприоцептивным тренажером Propriomed	2	4	6	8	10
19.	Вытяжение позвоночника и коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата на тракционном терапевтическом мате «Детензор» с силой вытяжения 18% от массы тела пациента	2	3	5	7	11
20.	Нейро-рефлекторную коррекцию мышечно-скелетной системы с помощью динамического кинезиотейпирования	1	1	1	2	2
21.	Медикаментозное лечение при неотложных состояниях	по неотложным показаниям				