

## ПРОГРАММЫ СПЕЦИАЛЬНЫЕ

Уникальная оздоровительная и лечебная технология, отличающаяся комплексным и последовательным воздействием на организм с полным циклом его детоксикации. Новейшая лечебно-реабилитационная технология клеточного очищения с правильным питанием, последними anti-age инновациями в духе превентивной 5-П медицины, позволяющая получить гораздо более стойкий положительный эффект.

### 1 ПРОГРАММА «ЭКСПРЕСС-ДЕТОКС» (express-detox)

Данная программа может быть интересна тем, кто ограничен во времени или хочет ознакомиться с программой, начать перезагрузку и за короткий период ощутить на себе эффект от индивидуального подхода к оздоровлению, который будет нарастать и по окончании программы при соблюдении рекомендаций по изменению образа жизни.

№	Наименование услуг	Количество дней	
		3	5
<b>ПЕРСОНАЛИЗИРОВАННОЕ ВРАЧЕБНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ</b>			
1	Первичная консультация врача-куратора	1	1
2	Динамическое наблюдение врача-куратора	1	3
3	Заключительная консультация врача-куратора	1	1
<b>ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК</b>			
4	Биоимпедансометрия	1	1
<b>ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ БЛОК</b>			
5	Бассейн – свободное плавание 1 час	ежедневно	
6	Дыхательная гимнастика по Стрельниковой	ежедневно	
7	Скандинавская ходьба с инструктором	2	4
8	Сауна, Хаммам, Лакониум	2	4
9	Физические активности по расписанию термального комплекса	ежедневно	
<b>ЛЕЧЕБНЫЙ БЛОК - ВОССТАНОВЛЕНИЕ ДЕТОКСИКАЦИОННЫХ ФУНКЦИЙ ОРГАНИЗМА</b>			
<i>Детоксикация кишечника</i>			
10	Биологически-активная вода (минеральная, детокс-вода) 4 бут/день	курс	курс
11	Лаваж кишечника (эзиклен 1 упаковка)	1	1
12	Энтеросорбенты (энтеросгель 1 туба на курс)	курс	курс
<i>Детоксикация печени</i>			
13	Гепатопротекторы, желчегонные (овесол усил формула 1 уп/курс)	курс	курс
14	Инфузионная детоксикационная терапия (реамберин 200 мл/день)	2	4
<i>Детоксикация кожи и межклеточного пространства</i>			
15	Бальнеотерапия (ПДМ, душ Шарко, Циркулярный душ)	2	4
16	Кедровая бочка + пилинг тела (иорданская соль/квасцовый камень)	1	1
17	Инфракрасная сауна/кедровая бочка	-	1
18	Обёртывания (бандажные)	1	2
19	Лимфодренажный массаж (моделирующий) / Isoope дренаж и уменьшение объёма	2	4
<b>РАЗГРУЗОЧНО-ДИЕТИЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ</b>			
20	Медицинская элиминационная диета	курс	курс
21	Детокс напитки (вода яблоко-корица, лимон-имбирь и пр. собственного приготовления)	курс	курс

**Открытые уроки «Школы Здоровья RS»:** на темы здорового образа жизни, здорового сна, здорового пищеварения и т.д.

**Для прохождения программы при себе необходимо иметь следующие обследования:**

- УЗИ брюшной полости и почек (действительно в течение 3-х месяцев)
- Анализ крови клинический, включая тромбоциты и свертываемость крови (10 дней), биохимический анализ крови (АЛТ, АСТ, общий билирубин, прямой билирубин, непрямой билирубин, холестерин, ЛПНП, ЛПВП, триглицерид, глюкоза, креатинин, мочевины)
- Анализ мочи общий (10 дней)
- Флюорограмма органов грудной клетки (2 года)
- ЭКГ (1 мес.)
- Консультация терапевта или лечащего врача на предмет наличия тяжёлой сопутствующей патологии и отсутствия противопоказаний к программе Детокс
- Консультация гинеколога (для женщин)

## 2 ПРОГРАММА «АБСОЛЮТНЫЙ ДЕТОКС НА ВЫСОТЕ» (детокс 7-10 дней)

Комплексное очищение организма для вашей полной «перезагрузки» и перехода на новый уровень здоровья без хронической усталости и лишнего веса

**В основе курса** — уникальная методика неспецифической детоксикации, которая перезапускает систему вывода токсинов и обновляет организм. Очищение на клеточном уровне и процедуры для внешнего преображения (пилинг, детокс-питание, СПА) оказывают комплексное воздействие и запускают механизмы саморегуляции и регенерации. Программа может быть дополнена глубинной диагностикой с исследованием гормонального статуса

**Результат программы** — повышение жизненного тонуса, снижение уровня стресса и усталости и улучшение внешнего вида, состояния кожи, разработка стратегии здорового образа жизни

Программа разработана для жителей мегаполисов, позволяет за короткий срок ощутить мощный прилив сил после ежедневных массажей, приятной физической нагрузки, бальнеологических и спа-процедур, а авторское диетическое питание станет прекрасным стартом для модификации образа жизни в стремлении к здоровью.

№	Наименование услуг	Количество дней	
		7	10
<b>Персонализированное врачебное сопровождение</b>			
1	Первичная консультация врача-куратора	1	1
2	Динамическое наблюдение врача-куратора	5	8
3	Заключительная консультация врача-куратора	1	1
<b>Диагностический блок</b>			
4	Биоимпедансометрия	2	2
<b>Оздоровительный блок</b>			
5	Бассейн – свободное плавание 1 час	ежедневно	
6	Дыхательная гимнастика по Стрельниковой	ежедневно	
7	Скандинавская ходьба с инструктором	6	9
8	Сауна, Хамам, Лакониум	5	6
9	Физические активности по расписанию термального комплекса	ежедневно	
<b>Лечебный блок - Восстановление детоксикационных функций организма</b>			
<i>Детоксикация кишечника</i>			
10	Биологически-активная вода (минеральная, детокс-вода) 4 бут/день	курс	курс
11	Лаваж кишечника (эзиклен 1 упаковка)	1	1
12	Энтеросорбенты (энтеросгель 1 туба на курс)	курс	курс
13	Препараты для нормализации микрофлоры кишечника (хилак-форте 1 уп/курс)	курс	курс
<i>Детоксикация печени</i>			
14	Гепатопротекторы, желчегонные (овесол усилен формула 1 уп/курс)	курс	курс
15	Инфузионная детоксикационная терапия (реамберин 200 мл/день)	5	7
16	Грязевые аппликации на область печени для активации защитных функций	6	9
17	Физиолечение - магнитотерапия на область печени	6	9
<i>Детоксикация кожи и межклеточного пространства</i>			
18	Бальнеотерапия (ПДМ, душ Шарко, Циркулярный душ)	6	9
19	Кедровая бочка + пилинг тела (иорданская соль/квасцовый камень)	2	2
20	Инфракрасная сауна/кедровая бочка	1	2
21	Обёртывания (бандажные/моделирующие)	3	4
22	Лимфодренажный массаж (моделирующий) / Isoope дренаж и уменьшение объёма	6	9
<b>Разгрузочно-диетическая терапия</b>			
23	Медицинская элиминационная диета	курс	курс
24	Детокс напитки (вода яблоко-корица, лимон-имбирь и пр. собственного приготовления)	курс	курс

**Открытые уроки «Школы Здоровья RS»:** на темы здорового образа жизни, здорового сна, здорового пищеварения и т.д.

**Для прохождения программы при себе необходимо иметь предварительные обследования:**

- УЗИ брюшной полости и почек (действительно в течение 3-х месяцев)
- Анализ крови клинический, включая тромбоциты и свёртываемость крови (10 дней), биохимический анализ крови (АЛТ, АСТ, общий билирубин, прямой билирубин, непрямой билирубин, холестерин, ЛПНП, ЛПВП, триглицерид, глюкоза, креатинин, мочевины)
- Анализ мочи общий (10 дней)
- Флюорограмма органов грудной клетки (2 года)
- ЭКГ (1 мес.)
- Консультация терапевта или лечащего врача на предмет наличия тяжёлой сопутствующей патологии и отсутствия противопоказаний к программе Детокс
- Консультация гинеколога (для женщин)

**Или обследование можно пройти в центре здоровья за дополнительную оплату до начала программы**

### 3 ПРОГРАММА «ДЕТОКС С БИОХАКИНГОМ»

Результат программы — вы узнаете секреты своего организма и свои индивидуальные настройки для программирования стратегии anti-age и качественного улучшения внешности и самочувствия.

Генетический паспорт — это молекулярно-генетическое тестирование, в ходе которого определяются «слабые» звенья в состоянии органов, систем и физиологических процессах. На основе полученных данных разрабатывается комплекс предиктивных мероприятий, компонентами которого обязательно являются:

- коррекция образа жизни;
- выбор физических нагрузок и релаксационных мероприятий;
- оптимизация питания;
- программы предикции: онкозаболеваний, неспецифических воспалительных процессов, защиты от токсического воздействия окружающей среды.

По результатам иммунологического тестирования Иммунохелс, мы сможем подобрать оптимальный индивидуальный рацион питания, который поможет снять избыточную нагрузку с иммунной системы, т.о. мы обновим и активируем защитные механизмы вашего организма, нивелируем уровень оксидативного стресса, нормализуем давление и уровень сахара. Вы почувствуете, как тело и мысли приходят в абсолютную гармонию и баланс, а мощный прилив энергии останется с вами и за пределами курорта.

№	Наименование услуг	Количество дней	
		7	10
<b>Персонализированное врачебное сопровождение</b>			
1	Первичная консультация врача-куратора	1	1
2	Динамическое наблюдение врача-куратора	5	8
3	Заключительная консультация врача-куратора	1	1
4	Персональное дистанционное сопровождение врача-куратора по закреплению результатов в течение месяца.	1	1
<b>Диагностический блок</b>			
5	Биоимпедансометрия	2	2
6	Генетическое тестирование (My Genetics Expert)	1	1
7	Иммунологический тест на пищевую непереносимость 111 антигенов	1	1
<b>Оздоровительный блок</b>			
7	Бассейн – свободное плавание 1 час	ежедневно	
8	Дыхательная гимнастика по Стрельниковой	ежедневно	
9	Скандинавская ходьба с инструктором	6	9
10	Сауна, Хамам, Лакониум	5	6
11	Физические активности по расписанию термального комплекса	ежедневно	
<b>Лечебный блок - Восстановление детоксикационных функций организма</b>			
<i>Детоксикация кишечника</i>			
12	Биологически-активная вода (минеральная, детокс-вода) 4 бут/день	курс	курс
13	Лаваж кишечника (эзиклен 1 упаковка)	1	1
14	Энтеросорбенты (энтеросгель 1 туба на курс)	курс	курс

15	Препараты для нормализации микрофлоры кишечника (хилак-форте 1 уп/курс)	курс	курс
<i>Детоксикация печени</i>			
16	Гепатопротекторы, желчегонные (овесол усил формула 1 уп/курс)	курс	курс
17	Инфузионная детоксикационная терапия (реамберин 200 мл/день)	5	7
18	Грязевые аппликации на область печени для активации защитных функций	6	9
19	Физиолечение - магнитотерапия на область печени	6	9
<i>Детоксикация кожи и межклеточного пространства</i>			
20	Бальнеотерапия (ПДМ, душ Шарко, Циркулярный душ)	6	9
21	Кедровая бочка + пилинг тела (иорданская соль/квасцовый камень)	2	2
22	Инфракрасная сауна/кедровая бочка	2	3
23	Обёртывания (бандажные)	4	5
24	Лимфодренажный массаж (моделирующий)/ Isoope дренаж и уменьшение объёма	6	9
<b>Разгрузочно-диетическая терапия</b>			
25	Медицинская элиминационная диета	курс	курс
26	Детокс напитки (вода яблоко-корица, лимон-имбирь и пр. собственного приготовления)	курс	курс

**Открытые уроки «Школы Здоровья RS»:** на темы здорового образа жизни, здорового сна, здорового пищеварения и т.д.

**Для прохождения программы при себе необходимо иметь предварительные обследования:**

- УЗИ брюшной полости и почек (действительно в течение 3-х месяцев)
- Анализ крови клинический, включая тромбоциты и свёртываемость крови (10 дней), биохимический анализ крови (АЛТ, АСТ, общий билирубин, прямой билирубин, непрямой билирубин, холестерин, ЛПНП, ЛПВП, триглицерид, глюкоза, креатинин, мочевины)
- Анализ мочи общий (10 дней)
- Флюорограмма органов грудной клетки (1 год)
- ЭКГ (1 мес.)
- Консультация терапевта или лечащего врача на предмет наличия тяжёлой сопутствующей патологии и отсутствия противопоказаний к программе Детокс
- Консультация гинеколога (для женщин)

**Или обследование можно пройти в «Центре здоровья» за дополнительную оплату.**