

## Реабилитация после перенесенной Covid-инфекции в ФГБУ «Санаторий «Нижняя Ореанда»

*Вы перенесли Covid-инфекцию, и у вас может наблюдаться различная постковидная симптоматика: быстрая утомляемость и слабость, одышка после небольшой физической нагрузки, головные боли и боли в мышцах, сложности с концентрацией внимания, нарушения сна и многие другие последствия?*

**Лучшим вариантом восстановления здоровья может быть - реабилитация с использованием, как природных, так преформированных (искусственных) физических факторов, которую, в полной мере, вы можете пройти в нашем санатории!**

Санаторий «Нижняя Ореанда» находится на Южном берегу Крыма, всего в 12 км от г. Ялта, вблизи всемирно известного Ливадийского дворца. Территория санатория - это уникальный парк, площадью 44 га, который является памятником садово-паркового искусства XIX века, где произрастает много ценных и редких видов деревьев таких как самый крупный и один из самых старейших платанов на Южном берегу Крыма, кедры гималайские, ливанские, атласские и многие другие. Нижняя Ореанда окружена амфитеатром скал, покрытых можжевельновыми деревьями, реликтами ледникового периода, которые не имеют себе равных среди растений по выделению фитонцидов, способных подавлять рост бактерий и вирусов.

В зависимости от состояния здоровья: диагноза, физических возможностей организма и симптоматики, мы вам предложим следующие процедуры:

- **Прием врача – пульмонолога**, занимающегося изучением, диагностикой и лечением заболеваний лёгких и дыхательных путей
- **Прием врача-физиотерапевта**, занимающегося реабилитацией, профилактикой и лечением
- **Прием врача ЛФК**, занимающегося лечением и предотвращением заболеваний с помощью физкультуры
- **Электрокардиограмма** - исследования и регистрации электрической деятельности сердца.
- **Исследование неспровоцированных дыхательных объемов и потоков ФВД** - комплекс исследований, определяющих вентиляционную способность легких
- **Анализ крови:** общий, исследование уровня С-реактивного белка в сыворотке крови, тромбоциты, свертываемость крови, основные показатели для постковидного периода.
- **Анализ мочи**
- **Ванна жемчужная** морская с добавлением спирулины, что в комплексе улучшает обменные процессы в организме, питает ее витаминами и биологически активными веществами, благотворно влияет на кожу и слизистые оболочки, а также ощутимо помогает при различных кожных заболеваниях, улучшается кровообращение и регенерация клеток, токсины выводятся из организма, стабилизирует работу нервной системы, защищает от депрессии, бессонницы, снижает напряжение мышц, избавляет от боли в суставах.

- **Подводный гидроаэромассаж**, ускоряющий кровоток, обменные процессы в организме, снимающий спазмы и боли, усталость, перенапряжение мышц.
- **Сухие углекислые ванны**, благотворно влияющие на состояние организма, позволяющие избавиться от многих заболеваний. Проникая через кожные покровы, углекислый газ способствует расширению сосудов, улучшению работы нервной системы, сердца. Кожа, мышцы, головной мозг снабжаются кислородом в усиленном режиме, более активно функционирует и лимфатическая система, очищающая организм от зашлакованности.
- **Местные 2-4х- камерные ванны** усиливают крововообращение и лимфообращение, стимулируют обменно-трофические процессы, проявляют болеутоляющие эффекты, стимулируют процессы регенерации в периферической и центральной нервной системе.
- **Души лечебные:**
  - **шарко**, оказывающий стимулирующее действие на сердечно-сосудистую и нервную систему, улучшающий метаболизм, способствующий выведению шлаков и токсинов;
  - **веерный**, для повышения тонуса мускулатуры и уменьшения толщины подкожно-жирового слоя; остеохондроз позвоночника и первичные остеоартрозы (особенно крупных суставов); в комплексной терапии неврозов, нероциркуляторной дистонии, гипертонической болезни 1-2 ст., при климактерическом синдроме, нейрогенных формах импотенции, бессоннице, запорах, а также как метод физиопрофилактики.;
  - **циркулярный**, для лечения целлюлита, снижения массы тела, он стимулирует работу нервной и сердечно-сосудистой системы, закаливает организм, повышает общий тонус;
  - **восходящий**, укрепляет мышцы промежности, улучшает кровообращение в области промежности и малого таза, усиливает перистальтику кишечника.
- **Ингаляторное введение лекарственных средств и кислорода** для оказания местного лечебного воздействия на дыхательные пути при их заболеваниях.
- **Аппаратная физиотерапия на грудную клетку:** магнитотерапия, для восстановления и укрепления сил, активации иммунитета, снятия болевых ощущений, улучшения психоэмоционального состояния, стабилизации кровообращения; СМТ-терапия (воздействие синусоидальными модулированными токами), лечебное действие которой заключается в обезболивающем, миорелаксирующем, спазмолитическом и стимулирующем эффекте.
- **Электрофорез лекарственных средств** при патологии легких (включая уникальный препарат, изготовленный из лечебной грязи Сакского озера). Трудно найти заболевание, при котором не мог бы быть назначен лекарственный электрофорез. Наиболее целесообразно лекарственный электрофорез применять при тех заболеваниях, при которых показаны как лекарственные вещества, так и используемый при этом электрический ток
- **Инстилляции** - капельное введение растворов лекарственных препаратов
- **Массаж** при хронических неспецифических заболеваниях легких, при котором устраняется спазм дыхательной мускулатуры, восстанавливается подвижность грудной

клетки и диафрагмы, повышается эластичность легочной ткани, активируется крово- и лимфоток, ускоряется рассасывание инфильтратов и экссудатов.

- **Нормобарическая баротерапия (барокамера)** - насыщения тканей организма кислородом, что позволяет эффективно бороться с проявлениями гипоксии (недостатка кислорода), оказывает комплексный лечебный эффект при многих патологических состояниях и хронических болезнях.

- **Внутривенная озонотерапия** (внутривенно введение физиологического раствора с озоном), это инновационная оздоровительная методика, лежащая на стыке косметологии и медицины. Озон является эффективным средством, которое обладает мощным противовирусным и антисептическим действием. Озонотерапия прекрасно справляется с уничтожением широкого спектра грибков, бактерий и вирусов, не поддающихся лечению лекарственными препаратами.

- **Лечебная физкультура** при заболеваниях бронхолегочной системы, имеющая принципы всестороннего воздействия, прикладности и оздоровительной направленности.

- **Климатолечение** – воздействие на организм комплексом климатопогодных раздражителей естественной зоны лечебно-оздоровительной местности (гелиотерапия, талассотерапия, дендротерапия, аэротерапия), которые способствуют восстановлению биологической связи организма с внешней средой.

- **Пешеходные прогулки по живописному терренкуру** - «Тропа здоровья», по которой совершала свои прогулки царская семья и их многочисленная свита, многие руководители партий и правительства Советского союза, высокопоставленные лица постсоветского пространства, учёные, выдающиеся деятели культуры и искусства

- **Пешие прогулки по Царской (Солнечной) Тропе** - где царская семья Романовых любила совершать по ней «6 верст 143 сажени пути здоровья» пешком или верхом - это лучший терренкур, протяжённостью 6,7 км, проходит от Ливадийского дворца до имения Льва Толстова через санаторий Нижняя Ореанда

- **Плавание в крытом бассейне**, длиной 15м и максимальной глубиной 3м, **с очищенной подогреваемой морской водой** (+28°C) с гидроустановками подводного массажа, встречного течения, донными гейзерами и водопадом

- **Назначения диетической терапии** при заболеваниях нижних дыхательных путей и легочной ткани

Виды и количество медицинских услуг и лечебных процедур в каждом конкретном случае определяются лечащим врачом здравницы с учетом состояния здоровья отдыхающего, имеющихся медицинских показаний и противопоказаний.

*И мы уверены, что, посетив наш санаторий, получив лечебные процедуры, нагулявшись по парку и окрестным лесам, вдоволь надышавшись фитонцидами хвойных лесов, вы оздоровитесь и непременно захотите вернуться сюда вновь и вновь!*

С количеством процедур в зависимости от количества дней нахождения на реабилитации вы можете ознакомиться в таблице ниже:

<i>Наименование*</i>	<i>Количество дней*</i>		
	<i>7</i>	<i>14</i>	<i>21</i>
Сбор анамнеза и жалоб общетерапевтический	2	3	4
Визуальный осмотр общетерапевтический	2	3	4
Пальпация общетерапевтическая	2	3	4
Аускультация общетерапевтическая	2	3	4
Перкуссия общетерапевтическая	2	3	4
Термометрия общая	7	14	21
Измерение роста	1	1	1
Измерение массы тела	1	2	2
Измерения частоты дыхания	2	3	4
Измерение частоты сердцебиения	2	3	4
Исследование пульса	2	3	4
Измерение артериального давления на периферических артериях	2	3	4
Прием (осмотр, консультация) врача – пульмонолога первичный	1	1	1
Прием (осмотр, консультация) врача – пульмонолога повторный		1	1
Прием (осмотр, консультация) врача-физиотерапевта первичный	1	1	1
Прием (осмотр, консультация) врача ЛФК первичный	1	1	1
Регистрация электрокардиограммы	1	1	2
Расшифровка, описание и интерпретация электрокардиографических данных	1	1	2
Исследование неспровоцированных дыхательных объемов и потоков	1	1	2
Общий (клинический) анализ крови	1	1	2
Исследование уровня С-реактивного белка в сыворотке крови	1	1	2
Анализ мочи общий	1	1	2
Ванны жемчужные морские с добавлением спирулины	5	10	12
Ванны подводного гидроаэромассажа	5	10	12
Душ лечебный (Шарко, веерный, циркулярный, восходящий)	5	10	12
Сухие углекислые ванны	5	10	12
Ванны местные (2-4- камерные)	5	10	12
Воздействие синусоидальными модулированными токами (СМТ)	5	10	12
Электрофорез лекарственных средств при патологии легких (включая уникальный препарат, изготовленный из лечебной грязи Сакского озера)	5	10	12
Воздействие или переменным магнитным полем	5	10	12
Ингаляторное введение лекарственных средств и кислорода	5	10	10
Инстилляции	5	10	10
Массаж при хронических неспецифических заболеваниях легких	5	10	12
Нормобарическая оксигенация	5	10	10 по 60 мин
Внутривенная озонотерапия	5	7	10
Лечебная физкультура при заболеваниях бронхолегочной системы	5	8	12
Воздействие климатом	7	14	20
Терренкур	6	12	18
Плавание в бассейне с морской водой	7	12	18
Назначения диетической терапии при заболеваниях нижних дыхательных путей и легочной ткани	1	1	1

\*Виды и количество медицинских услуг и лечебных процедур в каждом конкретном случае определяются лечащим врачом здравницы с учетом состояния здоровья отдыхающего, имеющихся медицинских показаний и противопоказаний.