

# ПРОГРАММА “ЛЕГКАЯ ПОХОДКА”

Длительность программы: 5-21 дней

Программа направлена на восстановление подвижности при заболеваниях опорно-двигательного аппарата: остеохондрозе, артрозах, артритах, сколиозе, последствиях травм.

В основе программы – применение природных лечебных ресурсов: грязь озера Тамбукан уменьшает воспаление в суставах и позвоночнике, а также обладает обезболивающим эффектом, воздействие минеральных вод способствует улучшению кровоснабжения мышц и связок.

В результате эффективного сочетания природных лечебных факторов и методов современной физиотерапии увеличивается подвижность и улучшается качество жизни.



## ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

1. **Увеличение** объёма движения в суставах;
2. **Укрепление** мышц;
3. **Уменьшение** или снятие болевого синдрома;
4. **Повышение** двигательной активности и улучшение переносимости физических нагрузок;
5. **Улучшение** общего самочувствия

## УНИКАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ:

Санаторий «Россия» находится **в центре Ессентуков, рядом с лечебным парком и питьевой галереей**. В программах применяются минеральные воды бюветов («Ессентуки Новая», №4) и уникальная грязь озера Тамбукан. Гостям проводят процедуры в исторической грязелечебнице и Верхних ваннах императора Николая II, работающих более 110 лет.

Современное оснащение позволяет применять **передовые методики**: криотерапию, ударно-волновую терапию, гипербарическую оксигенацию и другие.

К услугам гостей – крытый бассейн, спортплощадки, киноконцертный зал и благоустроенная территория с зонами отдыха.

Сердце санатория – отреставрированный дореволюционный корпус с витражами и неповторимой атмосферой.

Основой успешной работы санатория является дружный, сплоченный коллектив сотрудников, которых отмечает профессионализм, терпение и тактичность. В санатории трудятся династии специалистов, кандидаты медицинских наук, заслуженные врачи Российской Федерации.

### Состав программы:

Перечень медицинских услуг	Число услуг на 5-7 дней	Число услуг на 8-10 дней	Число услуг на 11-13 дней	Число услуг на 14-16 дней	Число услуг на 17-19 дней	Число услуг на 20-21 дней
<u>Прием (осмотр, консультация) специалистов</u>						
1. Прием (осмотр, консультация) лечащего врача первичный	1	1	1	1	1	1
2. Прием (осмотр, консультация) лечащего врача повторный	1	2	2	2	2	3
3. Прием (осмотр, консультация) врача-травматолога-ортопеда	1	1	2	2	2	2
<u>Лабораторные и инструментальные методы исследования</u>						
1. Общий (клинический) анализ крови	1	1	1	1	1	1
2. Регистрация электрокардиограммы (с расшифровкой)	1	1	1	1	1	1
3. Биохимический анализ крови (исследование уровня общего кальция в крови, ревматоидного фактора (РФ), витамина D)	1	1	1	1	1	1
4. Рентгенография одного сустава	-	1	1	1	1	1
<u>Немедикаментозные методы профилактики и лечения с учетом показаний</u>						
1. Прием минеральной воды Ессентуки Новая, Ессентуки №4 (бювет источника Ессентуки)	ежедневно					
2. Диетотерапия	ежедневно					
3. Групповое занятие лечебной физкультурой	5	8	10	13	16	19
4. Терренкур	ежедневно					

5. Климатотерапия	ежедневно					
6. Лечебная физкультура в бассейне	5	8	10	13	16	19
<b>Лечебный блок</b>						
1. Ванны лечебные минеральные/ванны лекарственные лечебные	4	4	5	6	7	8
2. Грязелечение тамбу-канской грязью 1 зона	-	3	4	6	7	8
3. Воздействие переменным магнитным полем (ПеМП) (аппарат "Полимаг", BTL)	4	4	5	6	7	8
4. Ультрафонофорез лекарственный (без учета стоимости препаратов)	4	5	5	6	8	8
5. Массаж спины медицинский 1,5 ед.*	3	5	6	6	8	8
6. Аэровоздействие (сеанс ароматерапии)	4	5	7	7	8	8
7. Инъекционное введение лекарственных препаратов в очаг поражения кожи (карбокситерапия 1 зона (1 процедура))	3	3	5	5	6	6
8. Душ лечебный (душ Шарко или циркулярный или восходящий) 1 вид	3	4	5	6	7	8

\* - за одну условную массажную единицу принимается процедура, на выполнение которой требуется 10 минут рабочего времени сотрудника.

#### **Дополнительно предоставляются (без доплаты) следующие услуги:**

- Скандинавская ходьба;
- Групповое профилактическое консультирование по коррекции факторов риска развития неинфекционных заболеваний («Школа здоровья»)
- Фитнес и плавание: занятия в бассейне, тренировки на уличных тренажерах и в спортзале для укрепления организма.
- Культурно-развлекательные мероприятия: творческие мастер-классы, концерты, тематические вечера и другие активности для душевного отдыха.

#### **За дополнительную плату по желанию предоставляются следующие услуги (сверх программы с учетом медицинских показаний и противопоказаний):**

- Широкий спектр лабораторной диагностики
- Ультразвуковая диагностика по сопутствующим заболеваниям
- Консультация узких специалистов
- Стоматологические процедуры
- Озонотерапия
- Гипербарическая оксигенотерапия
- Общая магнитотерапия

# Прайс

Категория номеров	Стоимость путевки (руб.) на период	Стоимость путевки (руб.) на период	Стоимость путевки (руб.) на период	Стоимость путевки (руб.) на период
	01.09.2025–18.11.2025	19.11.2025–31.12.2025	01.01.2026–28.03.2026 01.06.2026–24.08.2026 17.11.2026–29.12.2026	29.03.2026–31.05.2026 25.08.2026–16.11.2026 30.12.2026–10.01.2027
	1 к/день	1 к/день	1 к/день	1 к/день
<b>1. Двухместный однокомнатный «Стандарт» 1 категории</b>	6 200	6 000	6 000	6 200
1-местное размещение	9 300	9 000	9 000	9 300
<b>2. Одноместный «Эконом» 1 категории</b>	7 100	6 700	6 700	7 100
<b>3. Одноместный 1 категории</b>	7 800	7 100	7 100	7 800
2-х местное размещение	6 200	6 000	6 000	6 200
<b>4. Двухместный двухкомнатный ( 2К )</b>	6 200	6 000	6 000	6 200
1-местное размещение	9 300	9 000	9 000	9 300
<b>5. Двухместный двухкомнатный ПК (2К)</b>	6 700	6 500	6 500	6 700
1-местное размещение	10 050	9 750	9 750	10 050
<b>6. Люкс Улучшенный</b>	8 600	8 100	8 100	8 600
1-местное размещение	12 900	12 150	12 150	12 900
<b>7. Апартамент</b>	9 600	8 600	8 600	9 600
1-местное размещение	14 400	12 900	12 900	14 400
<b>8. Джуниор сьют одноместный</b>	8 600	8 100	8 100	8 600
2-местное размещение	6 800	6 600	6 600	6 800
<b>9. Дополнительное место в 1-комнатных номерах категории, Двухместном двухкомнатном (2К)</b>	5 700	5 500	5 500	5 700
<b>10. Дополнительное место в номерах категории Апартамент, Двухместный двухкомнатный ПК (2К), Люкс улучшенный, Джуниор сьют</b>	6 300	6 000	6 000	6 300

\*Стоимость указана за 1 человека в сутки.

\*В стоимость входит проживание, 3х разовое питание и программа процедур.