

Программа разработана согласно временным методическим рекомендациям «Медицинская реабилитация при новой коронавирусной инфекции (COVID-19) «Министерства здравоохранения Российской Федерации» версия 2 (31.07.2020г.)

Реабилитация показана:

– после перенесенной инфекции COVID-19;

– при наличии медицинских показаний и отсутствии противопоказаний после стабилизации клинических, лабораторных, рентгенологических показателей, отсутствии необходимости в респираторной поддержке.

НАПОЛНЕНИЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОГРАММЫ В СОВОКУПНОСТИ С ОСНОВНЫМИ ЛЕЧЕБНЫМИ РЕСУРСАМИ КРЫМА, ТАКИМИ КАК: КЛИМАТОТЕРАПИЯ, МОРСКИЕ ВАННЫ, ГЕЛИОТЕРАПИЯ, АЭРОИОНОТЕРАПИЯ, ДАЕТ МАКСИМАЛЬНЫЙ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ ЭФФЕКТ.

Методы лечения:

- Индивидуальные занятия лечебной физкультурой
- Дыхательная гимнастика у моря
- Аппаратная физиотерапия
- Диетотерапия / консультация диетолога
- Психологическая помощь
- Бальнеотерапия
- Массаж
- Спелеотерапия
- Хайкинг по горным тропам Крыма
- Ароматерапия

Общие принципы нахождения на курорте и медицинские рекомендации восстановления организма после перенесенной болезни дыхательной функции, позволяют выполнять:

- **Охранительный режим** – необходимо избегать любых необоснованных физических нагрузок на организм.
- **Полноценное питание** – рацион должен быть сбалансированным, рациональным, полноценным по основным питательным веществам, включать животный белок, растительные жиры, полиненасыщенные жирные кислоты, свежие фрукты и овощи, достаточное количество жидкости.
- **Достаточное нахождение на свежем воздухе.** При температуре воздуха на улице до минус 10°C, в отсутствие сильного ветра и дождя прогулки обязательны. Умеренная по интенсивности ходьба окажет хороший стимулирующий эффект, поможет восстановиться сердцу и сосудам.
- **Здоровый и полноценный сон** – играет большую роль в восстановлении организма, так как нормализует и восстанавливает все нарушения, способствует активации процессов репарации.
- **Физиотерапия и дыхательная гимнастика** – с целью восстановления вентиляции легких, улучшения дренажной функции, коррекции обструкции.

Наполнение ПРОГРАММЫ «ВОССТАНОВЛЕНИЕ»

Стоимость прохождения программы – 3 500 рублей в сутки.

№	Наименование услуги	Продолжит. мин.	Количество ночей		
			7	14	21
Диагностический блок					
1	Прием (осмотр, консультация) лечащего врача первичный	30	1	1	1
2	Прием (осмотр, консультация) лечащего врача повторный	30	1	2	3
3	Первичная онлайн консультация диетолога в пакете	30	1	1	1
4	Повторная онлайн консультация диетолога в пакете	30	1	1	2
5	Прием (тестирование, консультация) медицинского психолога первичный	45	1	1	1
6	Прием (тестирование, консультация) медицинского психолога повторный	60	1	2	3
7	Регистрация электрокардиограммы	15	1	1	2
8	Врачебный контроль	30	на протяжении всего периода пребывания		
Оздоровительный блок					
1	Посещение центра банных культур с 4-мя видами бань (русской, хаммам, инфракрасной, японских контрастных купелей)		ежедневно		
2	Оздоровительное плавание в бассейне с морской водой		ежедневно		
3	Занятия в тренажерном зале		ежедневно		
4	Лечебная дозированная ходьба по территории отеля		ежедневно		
5	Климатотерапия		ежедневно		
6	Хайкинг по горным тропам Крыма (Солнечная тропа), групповой маршрут	120	два раза в неделю		
7	Рефлексотерапия (босохождение по тропе здоровья)		ежедневно		
Лечебный блок					
1	Спелеотерапия	30	3	6	10
2	Фитотерапия (ароматерапия)	30	2	6	10
3	Массаж медицинский грудной клетки	30	3	7	10
4	Индивидуальное занятие лечебной физкультурой 30 мин.	30	2	4	6
5	Ванна минеральная лечебная (с натуральными эфирными маслами), пинементол	30	0	6	10
6	Ванна воздушно-пузырьковая (жемчужная) с натуральными эфирными маслами, пинементол	30	2	0	0
7	Ингаляции (боржоми)	30	5	5	10
8	Лазеротерапия (НЛОК)	10	5	10	16
9	Кислородный коктейль	10	5	10	15
10	Хайкинг по горным тропам Крыма (Курчатовская тропа), групповой маршрут	150	0	1	1

ДОКУМЕНТЫ И РЕЗУЛЬТАТЫ ЛАБОРАТОРНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ЭФФЕКТИВНОГО ПРОХОЖДЕНИЯ ПРОГРАММЫ «ВОССТАНОВЛЕНИЕ»:

- Справка об эпидокружении
- Выписка из стационара или Амбулаторной карты
- Следующие результаты лабораторных исследований возможно получить в отеле за дополнительную плату (в случае невозможности их получения до приезда в отель):
 - Заключение компьютерной томографии легких
 - Осмотр гинеколога (в течение 6 месяцев) для женщин
 - Общий анализ крови (CBC/Diff - 5 фракций лейкоцитов)
 - Общий анализ мочи
 - АЛТ (аланинаминотрансфераза)
 - АСТ (аспартатаминотрансфераза)
 - ГГТ (гамма-глутамилтранспептидаза)
 - Щелочная фосфатаза
 - Креатинин
 - Мочевина
 - Мочевая кислота
 - Билирубин общий
 - Билирубин прямой (конъюгированный)
 - Общий белок
 - Глюкоза
 - Холестерин общий
 - Триглицериды
 - Липопротеины высокой плотности (ЛПВП, HDL)
 - Липопротеины низкой плотности (ЛПНП, LDL) - прямое определение