**Приложение № 1**

**Перечень методов диагностики и лечения**

**предполагаемых для формирования лечащим врачом**

**индивидуальной программы реабилитации «ОСТЕО»**

**Показания для программы реабилитации «ОСТЕО»:**

- остеохондроз позвоночника (шейный, грудной и поясничный отделы) вне обострения;

- состояние после оперативного лечения межпозвонковых грыж (через 8 недель после операции при отсутствии осложнений);

- миофасциальный болевой синдром;

- остеопороз (при потере МПК не более 30%).

**Задачи реабилитации:**

- формирование оптимального двигательного стереотипа (обучение «поведению без боли»);

- устранение мышечного дисбаланса и нейротрофического синдрома;

- подбор индивидуального комплекса физических упражнений, индивидуальной программы физических нагрузок.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Программа лечения**  **(итоговый перечень формируется лечащим врачом)** | **Количество процедур** | | | **Примечания** |
| **14**  **дней** | **16 дней** | **18 дней** |
| **Консультации специалистов** | Осмотр лечащего врача | 4 | 4-5 | 5-6 |  |
| Консультация зав. лечебно-реабилитационным отделением, врача по лечебной физкультуре | 2 | 2 | 2 | **При наличии специалистов** |
| Консультация психолога | 1 | 1 | 1 |
| Консультация физиотерапевта | 1 | 1 | 1 |
| **Лабораторная,**  **функциональная**  **диагностика** | Клинический анализ крови с лейкоцитарной формулой и определением тромбоцитов | 1 | 1 | 1 |  |
| Протромбиновый индекс (МНО) | 1 | 1 | 1 |  |
| Глюкоза крови | 1 | 1 | 1 |  |
| Мочевая кислота | 1 | 1 | 1 |  |
| Общий анализ мочи | 1 | 1 | 1 |  |
| Электрокардиография (ЭКГ) | 1 | 1 | 1 |  |
| **ЛФК** | Лечебная дозированная ходьба |  |  |  | **ежедневно** |
| Скандинавская ходьба |  |  |  | **ежедневно** |
| Свободное плавание в бассейне (при наличии разрешения от дерматолога) | 10 | 12 | 14 |  |
| Лечебная гимнастика индивидуальная или малогрупповым методом | 6-8 | 8-9 | 9-10 |  |
| Детензор-терапия | 6-8 | 8-9 | 9-10 |  |
| Классический массаж (2 ед. из расчета через день) | 7 | 8 | 9 |  |
| **Лечебные процедуры** | Подводный душ-массаж через день | 5-6 | 6-7 | 7-8 | **при отсутствии противопоказаний** |
| Аппаратный вакуумный массаж | 7 | 8 | 9 |  |
| Ванны (один вид): |  |  |  |  |
| ванна оздоровительная (бишофит) | 5-6 | 6-7 | 7-8 |  |
| минеральные через день | 5-6 | 6-7 | 7-8 |  |
| йодо-бромные через день | 5-6 | 6-7 | 7-8 |  |
| ароматические через день | 5-6 | 6-7 | 7-8 |  |
| «сухие» углекислые через день | 5-6 | 6-7 | 7-8 |  |
| Души (циркулярный/ веерный/ Шарко) через день | 5-6 | 6-7 | 7-8 |  |
| Вихревые камерные ванны через день | 5-6 | 6-7 | 7-8 |  |
| Контрастные камерные ванны через день | 5-6 | 6-7 | 7-8 |  |
| Аппаратная физиотерапия не более 2 методов |  |  |  |  |
| Общая низкочастотная магнитотерапия «Магнитотурботрон», «Полимаг» | 7-8 | 8-9 | 9-10 |  |
| Местная магнитотерапия переменными низкочастотные и постоянными магнитными полями | 7-8 | 8-9 | 9-10 |  |
| Модулированные синусоидальные токи в том числе СМТ-форез с лекарственными веществами | 8 | 8-9 | 10 |  |
| Электрофорез с лекарственными веществами | 8 | 8-9 | 10 |  |
| Лазеротерапия | 8 | 8-9 | 10 |  |
| Электростатический массаж «Хивамат» | 8 | 8-9 | 10 |  |
| Поляризованный свет «Биоптрон» | 7-8 | 8-9 | 9-10 |  |
|  | Озокеритопарафинолечение или грязелечение через день | 6 | 7 | 8 |  |
| Сухая иммерсионная ванна | 3 | 4 | 5 |  |
| Подводное вертикальное вытяжение позвоночника | 8 | 9 | 10 | **при наличии МРТ, фиксирующего пояса** |
| Вегетативная и психоэмоциональная коррекция и разгрузка «В гармонии с природой» (массаж в кресле при отсутствии противопоказаний) | 5 | 6 | 7 |  |
| **Прочее** | Аутогеннаяя тренировка | 6-7 | 7-8 | 8-9 |  |
| Медикаментозная внутримышечная инъекционная терапия | 10 | 10 | 10 | **препараты пациента** |
| Диетотерапия | 14 | 16 | 18 |  |
| Приём минеральной воды «Загорская-2» | 14 | 16 | 18 | **по показаниям** |
| Терренкур | 14 | 16 | 18 |  |

**ПРИМЕЧАНИЕ:**

Назначение итогового объема диагностических исследований, видов лечения и количества процедур определяется лечащим врачом санатория в индивидуальном порядке с учётом особенностей пациента (отдыхающего) и сочетаемости процедур, исходя из продолжительности путёвки, диагноза, степени тяжести, стадии и фазы заболевания, сопутствующих заболеваний, указанных в санаторно-курортной карте или выявленных при обследовании, а также с учетом возможностей санатория на момент формирования и утверждения индивидуальной программы лечения.

Методы диагностики и лечения (Приложение№1), не вошедшие в индивидуальную программу лечения, не подлежат замене на дополнительные платные услуги (Приложение№2).

Санаторий оставляет за собой право вносить изменения и корректировки в перечень и объём медицинских процедур (план обследования и лечения) на основании имеющихся у пациента (отдыхающего) показаний к лечению и (или) возможностей санатория на момент пребывания пациента (отдыхающего) в санатории.

**ПРОЧИЕ УСЛУГИ:**

* прокат спортинвентаря (в летнее время: велосипеды, ролики, скейтборды, ракетки, мячи, прогулочные лодки, катамараны, шезлонги; в зимнее время: коньки, тюбинги, беговые лыжи и снегоходы);
* культурно-развлекательная программы для детей и взрослых;
* библиотека;
* Wi-Fi в холле 1 этажа основного корпуса.