**Программа реабилитации после COVID-19**

**Санаторий «Дубравушка» на 12 дней – 2700 руб. сутки**

**Цель программы:**

Повышение имунитета и восстановление функции органов дыхания и иных систем организма после перенесенной коронавирусной инфекции.

**Показания для лечения:**

* Реконвалесценция после перенесенной пневмонии, в т.ч. вызванной коронавирусной инфекцией
* Хронические заболевания дыхательных путей, включая хроническая обструктивная болезнь легких, бронхиальная астма, дыхательная недостаточность, хронический бронхитю

**Фаза заболеваний:**

* Хроническая, стадия ремиссии, без осложнений.
* Продолжительность программы:
* Программа рассчитана на срок 12 дней, при котором обеспечивается наступление лечебного эффекта

**Лечебный эффект от курсового лечения по программе:**

* Восстановление тканевого дыхания
* Улучшение функции дыхательной системы
* Нормализация циркуляции крови и обмена веществ
* Улучшение общего самочувствия
* Укрепление иммунитета

**Обязательное требование:**

* Наличие санаторно-курортной карты
* Наличие справки об эпидокружении и справки об отсутствии контакта с носителями новой коронавирусной инфекции.

**Примечание:**

* План обследования и лечения составляется индивидуально лечащим врачом, возможны изменения и корректировки с учетом противопоказаний и общим самочувствием пациента.
* Все процедуры отпускаются строго по графику работы лечебного отделения.
* Лечебные процедуры, пропущенные по вине заказчика, восстановлению и перерасчету не подлежат.
* В случае выявления противопоказаний к отдельных процедурам, лечащий врач подберет адекватную замену им из числа других видов и методов лечения, применяемых в санатории

**Состав программы (курс лечения):**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Наименование мед. Услуги** | **Кол-во процедур** | **Назначение процедуры, оказываемый эффект** |
| 1 | **Прием лечащего врача, включая первичный осмотр** | 3 | Осмотр составление плана лечения, контроль эффективности лечения |
| 2 | **ЛФК** | 10 | Повышение работоспособности, расслабление мышц скелетноймускулатуры, улучшение кровообращения, активизация работывнутренних органов. Упражнения дыхательной гимнастикинаправлены на обогащение организма кислородом, увеличениеконцентрации углекислоты в тканях, полное раскрытие всехальвеол легочной ткани |
| 3 | **Фитоароматерапия**  | Ежедневно | Эфирные масла действуют на трех уровнях: молекулярном, нейроэндокринном, психоэмоциональном.Многие эфирные масла являются антибиотиками широкого спектра действия и обладают бактерицидным, антисептическим и противовоспалительным действием. К примеру, эвкалипт, душица, мята активны в отношении антибиотикоустойчивых форм стрептококка, менингококка, кишечной палочки, грибов, а при прямом контакте с вирусом гриппа разрушают его липидную оболочку и инактивируют.Настои трав оказывают антимикробное, фитонцидное, противовоспалительное, действие, содержат флавоноиды, макрои микроэлементы. Отвар целебных трав, содержащих муколитики, разжижают мокроту и способствуют ее выведению |
| 4 | **Терренкур (включая скандинавскую ходьбу** | Ежедневно  | Дозированные физические нагрузки на дыхательную систему,укрепление мышц, связок, увеличение объема движений. |
| 5 | **Лечебная диета №15** | Ежедневно  | Диета, сбалансированная необходимым количеством жиров(полезных) для достаточного образования сурфактанта вальвеолах. |
| 6 | **Бальнеотерапия (чередование процедур)****Хвойные ванны****Кислородные ванны** | 66 | Оказывают тонизирующее действие на организм, конечности,уменьшают боль, обладают антиспастическим действием,способствуют коррекции нарушений центральной ивегетативной нервной системы, укрепляют сосудистые стенкиУлучшают функцию внешнего дыхания, повышаютбронхиальная проходимость, улучшают вентиляционнуюфункцию, повышают уровень кислорода в крови, улучшаетобменные процессы, способствует расширению сосудов,улучшению работы нервной системы, сердца. |
| 7 | **Массаж грудной клетки или массажная кровать,**  | 6 | Восстанавливает функциональные нарушения дыхательнойсистемы, повышает тонус дыхательной мускулатуры,увеличивает экскурсию грудной клетки, способствуетвосстановлению микро- и макроциркуляции крови. |
| 8 | **Парафинозокерит** | Ежедневно | Активизация иммунной системы, укрепление защитных механизмов |
| 9 | **Аппаратная физиотерапия****ДДТ, Луч, Астер, Ранет, Амплипульс** | 10 | Воздействие на трофику органов путем электромагнитныхколебаний низкой частоты, оказывает выраженныйпротивовоспалительный эффект с улучшением показателейвнешнего дыхания. |
| 10 | **Спелеотерапия (соляная комната )** | 6 | Активизация иммунной системы, укрепление защитныхмеханизмов, предотвращение развития инфекций,восстановление бронхиальной проводимости, стимулированиедеятельности мерцательного эпителия дыхательных путей,оказание противовоспалительного, секретолитического,бронхолитического действия |
| 11 | **Ингаляции** | 10 | Оказывают противовоспалительное и антисептическоевоздействие, стимулируют отхождение мокроты, оказываютиммуноукрепляющий эффект на дыхательную систему |
| 12 | **Кислородный коктейль (1 раз в день)** | Ежедневно  | Кислород, содержащийся в пузырьках коктейля, всасывается изжелудка в кровь в 10 раз быстрее, чем при дыхании.Кислород растворяется в крови и быстро поступает в тканиорганизма, где блокирует процессы перекисного окислениялипидов, что благоприятно сказывается на метаболизме клеток,и этим самым улучшает обмен веществ, активируетмоторную, ферментативную и секретную функцию ЖКТ,стабилизирует деятельность нервной системы |