**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 скелетной  мускулатуры, улучшение кровообращения, активизация работы  внутренних органов. Упражнения дыхательной гимнастики  направлены на обогащение организма кислородом, увеличение  концентрации углекислоты в тканях, полное раскрытие всех  альвеол 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, макро  и 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 в  альвеолах. |
| 6 | **Бальнеотерапия (чередование процедур)**  **Хвойные ванны**  **Кислородные ванны** | 6  6 | Оказывают тонизирующее действие на организм, конечности,  уменьшают боль, обладают антиспастическим действием,  способствуют коррекции нарушений центральной и  вегетативной нервной системы, укрепляют сосудистые стенки  Улучшают функцию внешнего дыхания, повышают  бронхиальная проходимость, улучшают вентиляционную  функцию, повышают уровень кислорода в крови, улучшает  обменные процессы, способствует расширению сосудов,  улучшению работы нервной системы, сердца. |
| 7 | **Массаж грудной клетки или массажная кровать,** | 6 | Восстанавливает функциональные нарушения дыхательной  системы, повышает тонус дыхательной мускулатуры,  увеличивает экскурсию грудной клетки, способствует  восстановлению 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 электромагнитных  колебаний низкой частоты, оказывает выраженный  противовоспалительный эффект с улучшением показателей  внешнего дыхания. |
| 10 | **Спелеотерапия (соляная комната )** | 6 | Активизация иммунной системы, укрепление защитных  механизмов, предотвращение развития инфекций,восстановление бронхиальной проводимости, стимулированиедеятельности мерцательного эпителия дыхательных путей,оказание противовоспалительного, секретолитического,бронхолитического действия |
| 11 | **Ингаляции** | 10 | Оказывают противовоспалительное и антисептическое  воздействие, стимулируют отхождение мокроты, оказывают  иммуноукрепляющий эффект на дыхательную систему |
| 12 | **Кислородный коктейль (1 раз в день)** | Ежедневно | Кислород, содержащийся в пузырьках коктейля, всасывается из  желудка в кровь в 10 раз быстрее, чем при дыхании.  Кислород растворяется в крови и быстро поступает в ткани  организма, где блокирует процессы перекисного окисления  липидов, что благоприятно сказывается на метаболизме клеток,  и этим самым улучшает обмен веществ, активирует  моторную, ферментативную и секретную функцию ЖКТ,  стабилизирует деятельность нервной системы |