

Тариф « Моё здоровье»**Расчёт количества услуг и процедур по дням проживания**

Название процедуры/дни проживания	4 дня	5 дней	6 дней	7 дней	8 дней	9 дней	10 дней	11 дней	12 дней	13 дней	14 дней
Диагностический блок											
Прием врача-физиотерапевта (20 мин)	1	1	1	2	2	2	2	2	3	3	3
Биоимпедансметрия (15 мин)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Лечебный блок											
Ванны гидромассажные (30 мин)	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7
Массаж оздоровительный (15 мин)	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7
Светолечение 1 вид (15 мин)	3	3	4	5	5	6	7	7	8	8	8
Аппаратная физиотерапия 1 вид по показаниям (электротерапия, магнитотерапия, ультразвук) (20 мин)	3	3	4	5	5	6	7	7	8	8	8
Оздоровление											
Фиточай (ежедневно)	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Кислородный коктейль (ежедневно)	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

Краткое описание процедур тарифа «Моё здоровье»

Диагностический блок

- **Приём врача-физиотерапевта (20 мин)** — первичная и динамическая консультация специалиста, который оценит ваше состояние, определит показания и составит индивидуальный план восстановительных процедур.
- **Биоимпедансметрия (15 мин)** — быстрый и безопасный анализ состава тела: измеряет соотношение воды, жировой и мышечной ткани. Помогает дать точные данные для персональных рекомендаций.

Лечебный блок

- **Ванны гидромассажные (30 мин)** — водная терапия с мягким массажным эффектом. Улучшает кровообращение, снимает мышечное напряжение, способствует расслаблению и общему тону организма.
- **Массаж оздоровительный (15 мин)** — ручное воздействие на мышцы и ткани. Снимает зажимы, улучшает лимфоток, способствует снятию стресса и восстановлению после нагрузок.
- **Светолечение 1 вид (15 мин)** — воздействие световыми волнами (с помощью прибора «Биоптрон»). Стимулирует клеточное обновление, улучшает микроциркуляцию, способствует заживлению и снятию воспалений.
- **Аппаратная физиотерапия 1 вид по показаниям (электротерапия, магнитотерапия, ультразвук) (20 мин)** — точечное воздействие физическими факторами. Снимает боль, улучшает метаболизм в тканях, ускоряет восстановление суставов и мышц в зависимости от назначения врача.

Оздоровление

- **Фиточай (ежедневно)** — травяной напиток, подобранный для общего укрепления организма, мягкого очищения и поддержки иммунитета. Тёплое завершение дня или начало утра.
- **Кислородный коктейль (ежедневно)** — насыщенный кислородом напиток на основе натурального сока. Улучшает снабжение тканей кислородом, повышает энергию и способствует адаптации организма к оздоровительным процедурам.