

CLINIC



К нам едут за результатом!



АНТИСТРЕСС

УЛУЧШЕНИЕ ПАМЯТИ И РАБОТЫ МОЗГА

7 дней



БАЗА



ПРЕМИУМ

Сбалансированный набор натуротерапевтических и медикаментозных процедур, направленных на снятие стресса и восстановление сил, и базисное диагностическое обследование.

Глубокая диагностика процессов, влияющих на состояние нервной системы, по результатам которой консилиум врачей вырабатывает единую стратегию лечения и контроля здоровья гостя, а также составляют индивидуальные рекомендации.

Программа Антистресс - 7 дней	база	премиум
Консультации и осмотр специалистов		
Осмотр врача	5	5
Консультация врача-невролога	1	1
Консультация врача-оториноларинголога	—	1
Диагностика		
Лабораторные исследования: клинический и биохимический анализ крови (6 показателей), электролиты (3 показателя), анализ крови на ВИЧ, сифилис, гепатит В и С, общий анализ мочи	1	1
Инструментальные исследования: УЗИ брюшной полости и почек, ЭКГ, рентгенограмма органов грудной клетки	1	1
Генетический ДНК-тест	—	1
Нейро check-up	—	1
Спектральная фототерапия (СФТ) диагностика	—	1
Водолечение		
Финская сауна	1	1
Пилинг тела с цеолитами	1	1
Хаммам (уходовая программа)	—	1
Водная процедура	6	6
Методы физической релаксации		
Лечебная физкультура (групповое занятие)	6	6
Массаж общий	6	6
Сеанс остеопата	1	1
Методы психологической релаксации		
Консультация психолога	2	2
Медитация (групповое занятие)	1	1

Кинезиотренинг	—	1
Reset (антистрессовая кинезиопрактика)	1	1
Арт-терапевтические практики	2	2
Ксенонотерапия	1	1
Спектральная фототерапия (СФТ) Меридиан	—	1
Методы для улучшения работы мозга		
Транскраниальная магнитная стимуляция (ТМС)	5	5
Аудиовизуальная стимуляция	3	3
Медикаментозная нейропротекция	—	5
Прием биоактивного комплекса витаминов, улучшающего функции нервной системы	курс	курс
Методы для улучшения кровообращения		
Талассотерапия	—	3
Минеральное дренаж-обертывание на основе морских водорослей	1	—
Солевое обертывание с магнием	2	—
Питание		
Заказное меню	курс	курс
Курс лекций «Жизнь без стресса: здоровье нервной системы – основа активного долголетия», в рамках которого врачи-неврологи проводят образовательные беседы, рассказывая о работе нервной системы, о причинах появления неврологических заболеваний, о гигиене сна и многом другом.		

Почему стресс убивает?!

Информационный стресс. Кортизол – главный антигерой нашей программы. Болезнь Альцгеймера и старение мозга. Почему стресс опасен. Почему стареет мозг. Почему мы часто болеем.

Правильное питание для мозга

Взаимодействие кишечника и мозга. Как незддоровый кишечник вызывает депрессию и тревогу. Роль микрофлоры для нервной системы.

Диета для мозга.

Как спать и высыпаться

Сон: нормальная длительность и гигиена сна. Совы и жаворонки. Синдром апноэ. Бессонница и тревога. Мелатонин.

Химия мозга и эмоции

Почему я грущу? Как отличить плохое настроение от депрессии. Что делать с грустью и печалью. Основные нейромедиаторы. Плюсы и минусы антидепрессантов.

Досуг

Мастер-класс по приготовлению блюд здорового питания, знакомство с карельской кухней

2

2

Мастер-класс по изготовлению карельского сувенира

1

1

Бильярдный зал

В нашем зале можно в полной мере насладиться игрой в русский бильярд.

Настольные игры

Шахматы; шашки; русское лото; домино; нарды.

Активный отдых

Велосипед; самокат; бадминтон; палки для терренкура; инвентарь для игры в футбол, волейбол и баскетбол: лыжи; санки.

Живая музыка

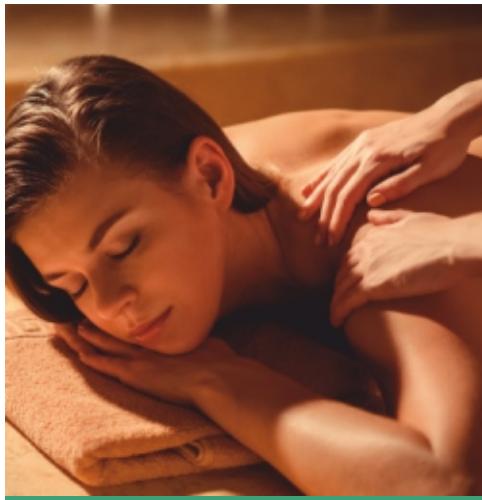
Каждый вечер, во время ужина, в ресторане играет живая музыка.

Экскурсии

Вы можете воспользоваться услугой заказа экскурсии, чтобы иметь возможность познакомиться с историческими и культурными памятниками Карелии.



Нейро check-up позволяет оценить протекание всех основных процессов организма, влияющих на работу нервной системы и скорость повреждения (старения) мозга, подобрать индивидуальное лечение при нарушениях сна, памяти и внимания, депрессивных эпизодах и других расстройствах или составить персональную стратегию профилактики нервных заболеваний.



Спа-уход «Шелковое наслаждение» позволит Вам окунуться в океан блаженства, расслабиться и получить истинное наслаждение от спа-программы с чарующими ароматами La Sultane de Saba. Процедура основывается на традиционном восточном ритуале красоты, призванном подарить мечты о путешествиях, открытии дальних горизонтов, где тело и душа возвращаются к истокам релакса и отдыха.



Ванна с английской солью позволяет насытить организм через кожу большим количеством магния, который устраниет последствия нервного перенапряжения и дарит физическую и эмоциональную легкость. Также благотворно влияет на работу сердечно-сосудистой системы, очищает клетки от токсинов, снимает напряжение в мышцах, способствует лучшему усвоению питательных веществ.



Медитация — это одно из средств глубокой внутренней работы над психикой, дающее мощные эффекты: сознание происходящего «здесь и сейчас» и устранение автоматизма реакций, очищение подсознания и достижение внутренней целостности. Кроме того, медитация способствует общему расслаблению, освобождению от тревожных переживаний, снятию стресса, обретению душевного равновесия и внутренней гармонии.



Арт-терапевтические практики

— это занятия с психологом, в которых используется творчество. Главная цель арт-терапии состоит в гармонизации психического состояния и снятии эмоционального напряжения. Творческая деятельность напрямую воздействует на эмоциональную сферу человека, что дает возможность выражения чувств и эмоций посредством образов и символов.

Ксенонотерапия способствует быстрой нормализации сна, улучшению памяти, повышению внимания, снятию невротического и неврозоподобного состояния, купированию приступов паники и тревоги, повышению работоспособности и жизненного тонуса, устранению синдрома хронической усталости, купированию болевых синдромов, улучшению проницаемости альвеолярно-капиллярной мембранны, функции сердечной мышцы и головного мозга.



Аудиовизуальная стимулация — процедура, используемая для лечения нарушений сна, эмоциональной сферы, улучшения общего состояния организма. Прибор воспроизводит световые и звуковые стимулы на частоте здоровых биоритмов мозга. Это способствует облегчению перехода к состоянию расслабления или сосредоточенности, активизации или засыпания.



Спектральная фототерапия (СФТ) сочетает принципы фототерапии и рефлексотерапии. Лечебный эффект достигается за счет насыщения организма определенными микро- и макроэлементами, которые участвуют во всех обменных процессах, обеспечивая нормальное функционирование организма.



Транскраниальная магнитная стимуляция регулирует функциональное состояние нейронов, что позволяет нормализовать нейромедиаторный баланс и, как следствие, улучшить деятельность центральной нервной системы, устраниить последствия депрессий, нормализовать эмоциональный фон и активизировать двигательные функции мышц.

К нам едут за результатом!



Состав программы может меняться! Актуальную информацию и полный список услуг, предоставляемых в рамках программы, можно уточнить на сайте клиники или по телефону:

8 (800) 100-80-30 | detox@kivach.ru | www.kivach.ru

Клиника «Кивач»

186202, Республика Карелия,
Кондопожский р-н, с. Кончезero



/kivachclinic