

На недельку, до второго...

Куда поехать пермякам, чтобы совместить отдых, лечение и оздоровление?

• в здоровом теле

Современный темп жизни, постоянные стрессы, неблагоприятная экология и неправильное питание часто провоцируют появление различных заболеваний. Вот почему необходимо время на отдых, который позволит не только «отключиться» от повседневных забот, но и поправить здоровье. Подойдёт поездка в санаторий. Но как из огромного количества вариантов выбрать тот, который больше всего подходит по цене, по медицинскому профилю и расположению?



Хороший санаторий — отдых для души и тела

Первое, что стоит сделать, — посоветоваться со своим лечащим врачом. Например, людям, страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями, не стоит менять климатическую зону, а значит, и отдых следует организовать «поближе к дому». Для лечения нервной системы лучше всего подойдут места, где есть леса и красивые ландшафты. Аллергикам и астматикам рекомендуются санатории, расположенные в средней полосе, а также в горах. А для людей, страдающих заболеваниями опорно-двигательного аппарата, идеально подойдут курорты, где предлагают лечебные грязи.

Виктор Печёрский, главный врач ООО «Клинический санаторий-профилакторий «Родник»:

— Сегодня услуги санаториев отличаются наличием высокотехнологичных способов лечения, которые позволяют сделать отдых максимально полезным и эффективным: широко используются физиотерапевтические и кинезитерапевтические методики, методы лечебной физкультуры и массажа. При этом пребывание клиентов в стенах санатория кардинально отличается от пребывания в стационарном лечебном учреждении: уютная атмосфера, интересный досуг и развлекательная программа позволяют проводить лечение в непринуждённой обстановке.

Помимо узкоспециализированных санаториев есть и многопрофильные лечебно-оздоровительные комплексы. Благодаря широкому спектру услуг, который предлагают современные здравницы, мнение о том, что санатории — это вариант для пенсионеров, уже давно не актуально. Хорошая лечебная база, наличие различных спа-процедур, а в некоторых санаториях ещё и авторских методик оздоровления, делают такой отдых весьма популярным среди самых разных категорий отдыхающих.

«Остановить свой выбор стоит на тех санаториях, которые имеют собственную лечебную базу и квалифицированный медицинский персонал. Кроме того, важен индивидуальный подход к каждому отдыхающему. В частности, лечение должно подбираться с учётом стадии, на которой находится болезнь, общего состояния организма пациента, а также поставленных целей», — рассказал Валерий Набатчиков, генеральный директор санатория высшей категории «Лесная Новь».

Кроме того, с выбором места отдыха может помочь информация в интернете, отзывы друзей и знакомых, также не стоит забывать об услугах турфирм, которые должны предоставить полную информацию не только о самой здравнице, но и о территории, где она расположена, о местных достопримечательностях, экскурсиях и развлекательных мероприятиях.

При выборе санатория стоит обратить внимание и на такие нюансы, как распорядок дня, наличие на территории санатория интернета, доступность сотовой связи, чтобы незначительная, казалось бы, мелочь не испортила отдых.

Дарья Мазеина

Бассейн с минеральной водой

ЛЕСНАЯ НОВЬ
санаторий высшей категории

Предлагает отдых с пользой для Вашего здоровья!
Помощь при заболеваниях:

- опорно-двигательного аппарата,
- нервной системы,
- органов пищеварения,
- ЛОР-органов и органов дыхания,
- эндокринной системы,
- гинекологических и урологических,
- профилактика сердечно-сосудистой системы.

ВНИМАНИЕ! НЕ ПРОПУСТИТЕ ВЕСЕННИЕ СУПЕРЦЕНЫ!
С 12 января по 9 марта 2015 г. цены на санаторные путевки **СНИЖЕНЫ!**

Яркое событие осени! Мы рады видеть Вас в абсолютно новом спа-кабинете, где есть несколько инновационных методов для создания фигуры вашей мечты!

Санаторий «Лесная Новь» ждёт Вас!
Получить более подробную информацию и заказать путевки вы можете по телефонам: 8-800-100-99-12 (бесплатный номер), 8 (8332) 44-78-16, 708-144, 8 (83343) 2-33-12, 2-36-60, 2-36-59

Представительство в г. Перми: 8 (342) 243-30-49 (с 8.00 до 17.00, сб., вс. — выходной).
e-mail: orpln@mail.ru, http://lesnov.info/

Предъявителю купона в период с 10.03.15 по 31.05.15 скидка 5%!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Забытый метод оздоровления



«Испокон веков наши бабушки-знахарки «правили» пуп, ставили людей на ноги, — рассказывает целительница Тамара Андреевна Барбашина. — Пупок по праву называют

«пульсом жизни». В здоровом организме — ровный, хорошо ощутимый пульс в зоне пупка. Если же пульс не прослушивается, это «сигнал» о наличии проблемы. Если вы сорвали пуп, то есть надсадились, нарушается работа внутренних органов, ухудшается общее состояние, появляются боли в поджелудочной железе, печени, желудке. Многие не обращают на это внимания, а напрасно. Нередко такое случается и у детей».

При опущении печени и поджелудочной железы: тошнота, изжога, запор, диарея, гастрит, колит, язва. Происходит загиб, образование камней, холецистит. Нарушаются функции желчного пузыря, желудка, кишечника.

При смещении поджелудочной железы возникают боли вокруг пупка, в подреберье, тошнота, изжога, панкреатит, опущение

желудка, почек, проблемы кишечника, запор, вздутие, геморрой, диарея, грыжа.

Образование воспалительных и спаечных процессов: простатит, аденома, бесплодие, нарушение цикла, воспаление придатков, опущение и загиб матки, миомы.

Нарушения опорно-двигательного аппарата: остеохондроз, сколиоз, грыжа межпозвоночных дисков.

Вот почему так важно вернуть сместившийся орган на место.

«Применение этой методики даёт прекрасные результаты, — говорит Тамара Андреевна. — После проведения курса оздоровления возможно «включение» собственных ресурсов организма, очистка внутренних органов, нормализация обмена веществ, общее оздоровление организма. Весь процесс происходит без таблеток и операций».

Тамара Андреевна Барбашина имеет медицинское образование и вот уже более 25 лет «правит живот» исключительно народными методами и средствами, определяя, где и что болит, по... вашему пупку.



Справки по тел.: (342) 203-61-33,

8-950-174-67-39, 8-922-35-24-324, без выходных.

Сайт: www.nadsada.ru

ИП Барбашина Тамара Андреевна (Свидетельство №002512992 серия 18 от 06.10.2006 г., Сертификат аккредитации специалиста по оздоровлению, серия АО/Б №012 от 20.12.2013 г., выданный РАНМ). Реклама.

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

СДАЙ МУЖСКОЙ ТЕСТ НА УСПЕХ!

Подходя к сорокалетнему рубежу, нередко замечаешь, что хроническими спутниками стали усталость, апатия, ощущение, что ты по всем фронтам не добиваешь баллов, при этом силы и нервы на исходе. Если коротко, это дефицит потенции во всех смыслах — и в постели, и в делах, и вообще в жизни...

На определённом рубеже в мужском организме идет на спад выработка тестостерона — гормона, который в известном смысле делает мужчину Мужчиной. Кто такие альфа-самцы? Кто они — эти лидеры, завоеватели женщин, жизненных благ и статусов? В первую очередь это те, у кого высок уровень тестостерона в крови. Именно он толкает их вперед и помогает достичь полноты жизни — интимной, общественной, политической — любой...

ТЕСТОГЕНОН — комплекс, разработанный для стимуляции выработки тестостерона у мужчин.

ТЕСТОГЕНОН не из тех средств, которые «подкармливают» мужской организм тестостероном, созданным в лабораторных условиях. ТЕСТОГЕНОН помогает наладить выработку собственного тестостерона. Стимулируя его синтез, компоненты ТЕСТОГЕНОНа благотворно влияют на уровень энергии и работу мозга, сексуальные возможности и эмоциональный настрой.

В составе комплекса ТЕСТОГЕНОН только натуральные компоненты. Кора йохимбе живоительно действует как на половой орган, так и на подкормку мозга, помогая преодолеть

неуверенность в себе и достичь новых высот в работе и сексе. Кора пиджеума работает на здоровье простаты. Аминокислота L-аргинин качественно улучшает сперму. Еще ряд ком-

ТЕСТОГЕНОН — КОМПЛЕКС, РАЗРАБОТАННЫЙ ДЛЯ СТИМУЛЯЦИИ ВЫРАБОТКИ ТЕСТОСТЕРОНА У МУЖЧИН

понентов, включая «генератор энергии» женьшень и «молодильные» витамины группы В,

помогают буквально со всех сторон поддерживать мужской организм в тонусе.

ТЕСТОГЕНОН не оставит места для апатии, усталости, подавленности, потому что говорит всем и каждому: «Будь Мужиком!».



Спрашивайте в аптеках!

РЕКЛАМА. БАД. Перед применением проконсультируйтесь со специалистом.

Телефон бесплатной горячей линии: 8-800-333-10-33 (часы работы: пн.-пт. 08.00-20.00; сб., вс. - выходной) | www.riapanda.ru

Дополнительная информация: Планета здоровья 8 (342) 219-84-84; Аптека от склада 8 (342) 214-47-48; Таймер 8 (342) 214-47-48