

## **SANATORIUM DAINAVA**

### **Szczegółowy opis specjalistycznych programów leczniczych**

#### **„Wzmacniaj serce”:**

- masaż głowy, szyi i pleców - 30 min;
- kinezyterapia (ćwiczenia oddechowe, rowery treningowe, ćwiczenia ulepszające układ krwionośny) – 30 min;
- wanna kwasowo węglowa lub perełkowa, lub masaż podwodny;
- fizykoterapia (magnetoterapia VIOFOR-JPS lub magnetoterapia);
- terapia tlenowa.

#### **„Zdrowy kręgosłup”:**

- kinezyterapia (ćwiczenia korygujące kręgosłup, zwalczające ból, zmniejszające napięcie, wzmacniające mięśnie) – 30 min;
- masaż pleców - 30 min;
- wanna "Surućio" lub masaż podwodny, lub aplikacje z naturalną suchą lecznicą borowiną (nie więcej niż 4 worki);
- fizykoterapia (magnetoterapia VIOFOR-JPS lub magneto laserowa terapia, lub impulsowa terapia);
- terapia tlenowa.

#### **„Program antystresowy”:**

- relaksacyjny masaż - 30 min;
- wanna perełkowa w ziołach lub masaż podwodny;
- kompleks „Orzeźwienie”;
- kinezyterapia (zmniejszające napięcie, rozluźniające ćwiczenia) – 30 min;
- fizykoterapia (magnetoterapia VIOFOR-JPS lub detoksykacja organizmu aqua-detox).

#### **„Indywidualny program”:**

- masaż - 30 min;
- wanna ziołowa lub perełkowa, lub „Sūrućio”, lub kwasowo węglowa, lub perełkowa w ziołach, lub masaż podwodny, lub aplikacje z naturalną suchą lecznicą borowiną (nie więcej niż 4 worki), lub kuracja parafinowa (dłoni lub stóp);
- kompleks „Orzeźwienie”;
- kinezyterapia (rekomendowana indywidualnie przez lekarza) – 30 min;
- detoksykacja organizmu aqua-detox lub wibromasaż oczu, lub fizykoterapia (impulsowa terapia, terapia ultradźwiękiem, magnetoterapia, magnetoterapia VIOFOR-JPS, darsonwalizacja, magneto-laserowa terapia)
- tlenoterapia lub inhalacje, lub hydromasaż jamy ustnej.

Dla kuracjuszy korzystających z pakietów leczniczych - siłownia i sala sportowo – wypoczynkowa (m.in. tenis stołowy, gry stołowe) gratis.