



ОГАУЗ «Санаторий «Красиво»

Бронирование путевок: 8-800-5555-393



ПРОГРАММА «ДЕТОКС»

- *Длительность программы: 7 дней*
- *Путевка - по предварительной консультации врача:
Гарькавая Ольга Олеговна, тел.: 8(47246)33-598*
- *Бронирование — до четверга еженедельно*
- *Заселение - каждое воскресенье до 12:00*

Нынешний ритм жизни и сложные условия, становятся причиной стресса и накопления вредных веществ в организме.

Когда ощущение хронической усталости становится вашим постоянным спутником, и вы стремитесь к полной перезагрузке своего тела, санаторий «Красиво» предлагает вам идеальное решение — **программу «Детокс»**, ваш путь к обновлению организма.



Программа „Детокс“ в санатории „Красиво“ — это про бережную поддержку организма. Сбалансированное питание, очищающие процедуры и грамотный режим дня помогают наладить пищеварение, вернуть ощущение лёгкости и энергии. Улучшается ваше самочувствие, нормализуется сон и появляется больше сил. Программа подходит тем, кто хочет мягко перезагрузить организм и начать двигаться к более здоровым привычкам — под контролем специалистов.

Ожидаемые результаты:

- Улучшение пищеварения и работы ЖКТ.**

За счёт сбалансированного рациона, добавления клетчатки, режима приёмов пищи и процедур нормализуется стул, снижается чувство тяжести в желудке.

- Повышение уровня энергии и снижение усталости.**

Это связано с устранением дефицитов витаминов и минералов, нормализацией сна и снижением стресса благодаря режиму и релакс-процедурам.

- Оптимизация обменных процессов.**

Программа включает элементы, направленные на улучшение метаболизма: умеренную физическую активность, питьевой режим, диетические корректировки.

- Поддержка функций печени и почек.**

В рацион добавлены продукты с антиоксидантами, а в программу — процедуры, которые помогают этим органам эффективнее справляться с нагрузкой.

- Улучшение состояния кожи.**

Из-за нормализации пищеварения, питьевого режима и снижения стресса кожа становится более увлажнённой, уменьшается сухость и шелушение.

- Снижение отёчности.**

За счёт контроля соли, достаточного потребления воды и лимфодренажных процедур уменьшаться задержка жидкости.

- Лёгкое снижение веса.**

Это связано с уменьшением калорийности рациона, потерей лишней жидкости и ростом активности.



Состав программы:

№	ПЕРЕЧЕНЬ МЕДИЦИНСКИХ УСЛУГ	ЧИСЛО УСЛУГ
1	Прием врача-физиотерапевта	2
2	Гидроколонтерапия	1
3	Подводный душ массаж	5
4	Ванна имбирь и лимон	5
5	Гипербарическая оксигенация	5
6	Прессотерапия	5
7	Ультразвуковая кавитация (липосакция) ягодич аппаратом JURINE KR (удаление подкожно-жировой клетчатки при помощи ультразвука)	5
8	Ультразвуковая кавитация (липосакция) живота аппаратом JURINE KR (удаление подкожно-жировой клетчатки при помощи ультразвука)	5
9	Кислородный коктейль	5
10	Фитотерапия	Ежедневно, кроме выходных
11	Климатотерапия	Ежедневно
12	Терренкур	Ежедневно
13	Питьевое лечение: употребление минеральной воды «Красиво»	Ежедневно
14	Диетическое питание	Ежедневно

Перечень лечебных процедур назначается лечащим врачом санатория с учетом показаний и противопоказаний к санаторно-курортному лечению в соответствии со стандартами санаторно-курортной помощи, утвержденными Приказами Минздравсоцразвития России, пропорционально сроку пребывания в санатории.

ОГАУЗ «Санаторий «Красиво» входит в Государственный реестр курортного фонда РФ

При необходимости или желании пациент может получить дополнительные (сверх объемов санаторно-курортной помощи, предоставляемой по путевке) количество процедур согласно действующего прейскуранта при наличии свободных мест



ВКонтакте



Наша официальная страница ВКонтакте



✿ Хотите почувствовать лёгкость и дать организму настоящую перезагрузку?

В нашей детокс-программе есть процедура, которая работает на глубинном уровне — прессотерапия!

Что это такое?

Прессотерапия — это аппаратный лимфодренажный массаж.

На тело надевают специальный костюм или манжеты, а аппарат создаёт волнообразное давление с помощью сжатого воздуха.

Это имитирует мягкие ритмичные сжатия — как очень грамотный дренажный массаж, только по всей зоне сразу.

Зачем прессотерапия в детокс-программе?

- Ускоряет лимфоток. Лимфа — наш «мусоровоз»: она забирает из тканей продукты обмена и токсины. Прессотерапия помогает ей работать быстрее и эффективнее.

- Снимает отёки. Из межклеточного пространства уходит лишняя жидкость — и уже после первого сеанса вы чувствуете, что тело стало легче, а объёмы чуть уменьшились.

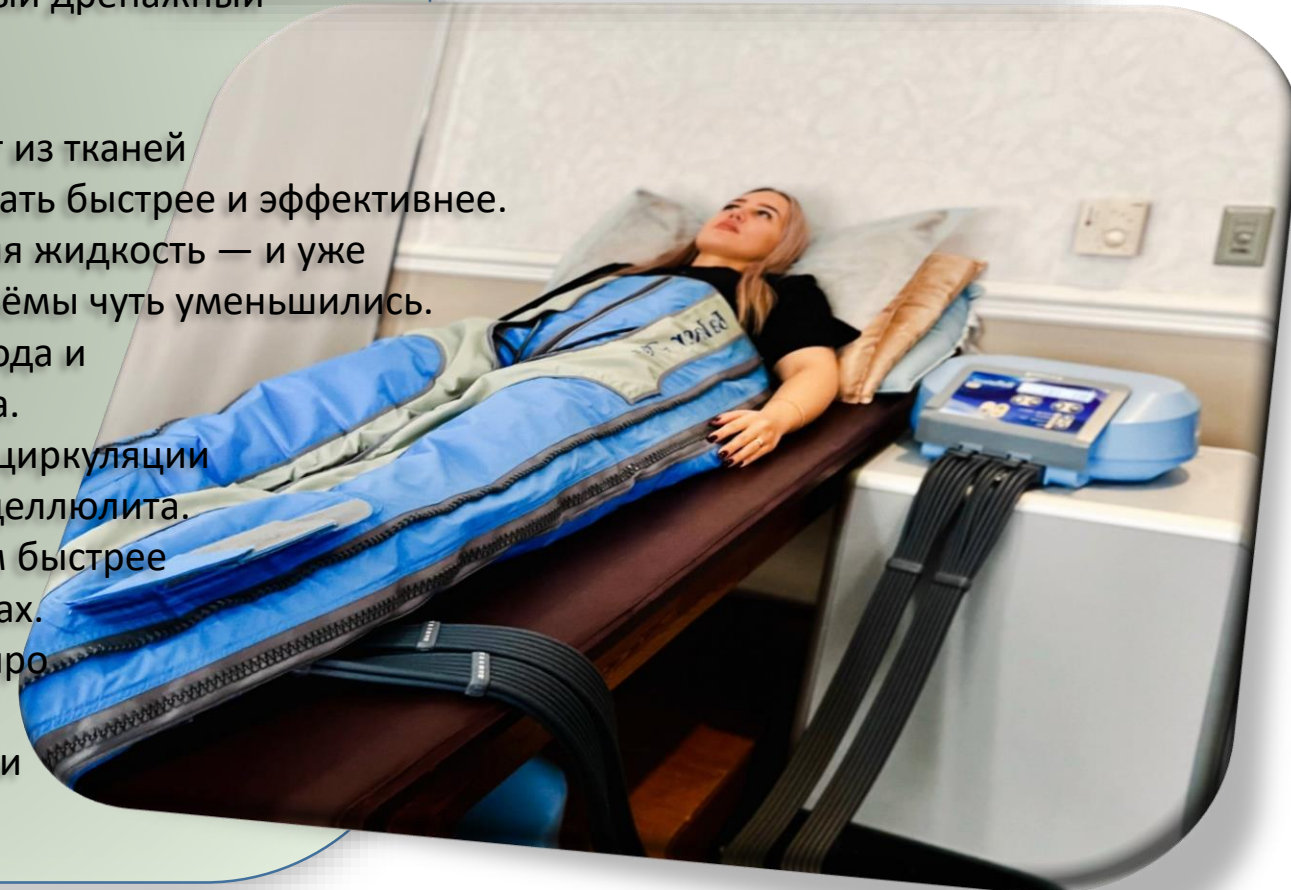
- Улучшает кровообращение. Ткани получают больше кислорода и питательных веществ — это важно для восстановления и тонуса.

- Помогает коже стать более упругой. За счёт улучшения микроциркуляции и дренажа кожа разглаживается, уменьшается выраженность целлюлита.

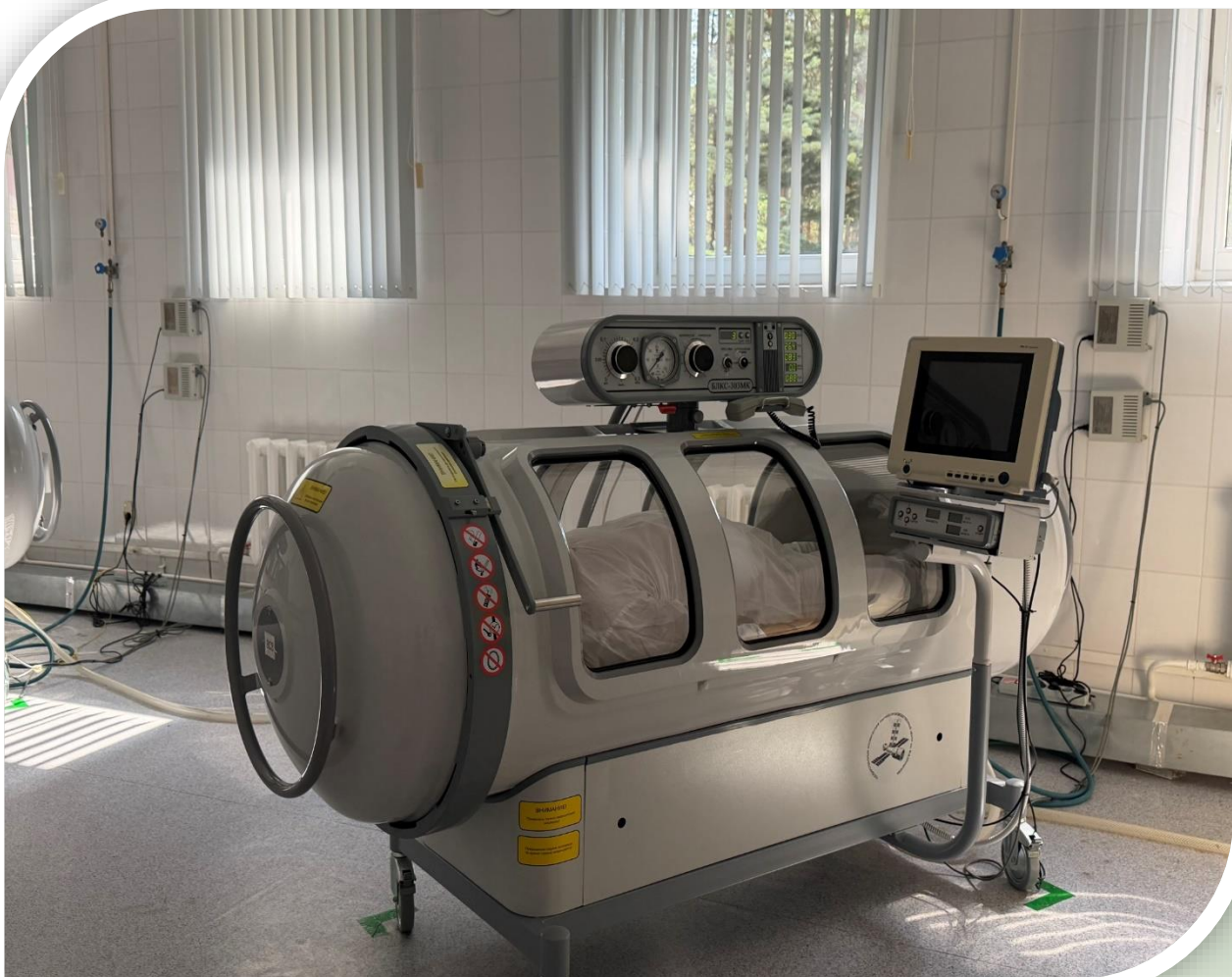
- Поддерживает восстановление. Процедура помогает мышцам быстрее «остывать» после нагрузок и снимает ощущение тяжести в ногах.

✿ В рамках программы «Детокс» прессотерапия — не просто про красоту, а про функциональное оздоровление: она помогает организму быстрее избавляться от накопившихся метаболитов и чувствовать себя бодрее.

ПРЕССОТЕРАПИЯ



Гипербарическая оксигенация



✿ Хотите не просто «почистить» организм, а реально поддержать его ресурсы?

В нашей программе «Детокс» мы используем научно обоснованные методы — в том числе гипербарическую оксигенацию (ГБО).

Это процедура в барокамере, где организм насыщается кислородом под слегка повышенным давлением. В таких условиях кислород

растворяется в плазме крови и доставляется даже в те ткани, где кровоток ослаблен. Это не «волшебство», а физиология: так усиливается естественная работа систем восстановления.

✿ Как ГБО работает в рамках детокс-программы:

Улучшает микроциркуляцию и доставку кислорода.

Ткани получают больше ресурсов для обновления, а обменные процессы идут эффективнее.

Поддерживает работу органов детоксикации.

Печень и почки лучше справляются с выведением продуктов метаболизма, когда клетки обеспечены кислородом.

Снижает последствия оксидативного стресса.

Современный ритм жизни, экология и нагрузки увеличивают количество свободных радикалов — ГБО помогает сбалансировать этот процесс.

Ускоряет восстановление.

После интенсивных нагрузок или периодов стресса организму нужно быстрее «собраться» — ГБО поддерживает этот процесс.

Повышает общий тонус.

После курса сеансов появляется ощущение лёгкости и энергии, улучшается сон и концентрация.

Вы замечали, как после тяжёлой еды становится тяжело не только в животе, но и в голове? Тяжесть, сонливость, ощущение, что организм «забит».

«Детокс» помогает вернуть лёгкость — через правильное, сбалансированное питание.

Мы не убираем из рациона всё подряд. Мы собираем его заново:

- ✦ больше свежих, сезонных продуктов;
- ✦ меньше лишнего сахара, соли и переработанных ингредиентов;
- ✦ правильные сочетания, которые работают на ваше самочувствие.

Завтрак, который заряжает. Обед, после которого хочется двигаться. Ужин, который не мешает спать. Это и есть детокс: не стресс для тела, а забота о нём.



Диетическое питание

Кислородный коктейль

✦ Кислородный коктейль в программе «Детокс»: не просто тренд, а осознанная поддержка организма.

Современный ритм жизни незаметно истощает ресурсы тела: воздух в мегаполисе беднее кислородом, стресс и нагрузки ускоряют накопление метаболических «отходов», а усталость становится фоновым состоянием. В нашей программе мы не пытаемся «стереть» последствия перегрузок одним махом — мы помогаем телу мягко вернуть баланс. И кислородный коктейль здесь — не случайный штрих, а продуманный элемент.

Что происходит, когда вы съедаете порцию коктейля ложечкой (именно так — не через трубочку, чтобы сохранить структуру пенки и бережнее относиться к слизистой):

Запускается клеточное «дыхание». Кислород из пенки усваивается через ЖКТ и оперативно доставляется к тканям — эффект сравним с длительной прогулкой в хвойном лесу.

Активизируются обменные процессы. Это не про «сжигание» без контроля, а про поддержку естественных механизмов очищения: клетки эффективнее утилизируют продукты метаболизма, снижается ощущение тяжести и «тумана» в голове.

Стабилизируется эмоциональный фон. Насыщение тканей кислородом влияет на работу нервной системы: уходит нервозность, появляется ощущение собранности без стимуляторов.

Поддерживается иммунитет в деликатный период. Во время детоксикации ресурсы организма перераспределяются — коктейль помогает не «просесть» по энергии и устойчивости к внешним нагрузкам.



✿ Ванна с имбирём и лимоном работает как тонкий настройщик:

Имбирь мягко активизирует микроциркуляцию: кровь течёт свободнее, ткани получают больше кислорода, а тело словно «просыпается». Это не резкий стимул, а деликатное пробуждение ресурсов.

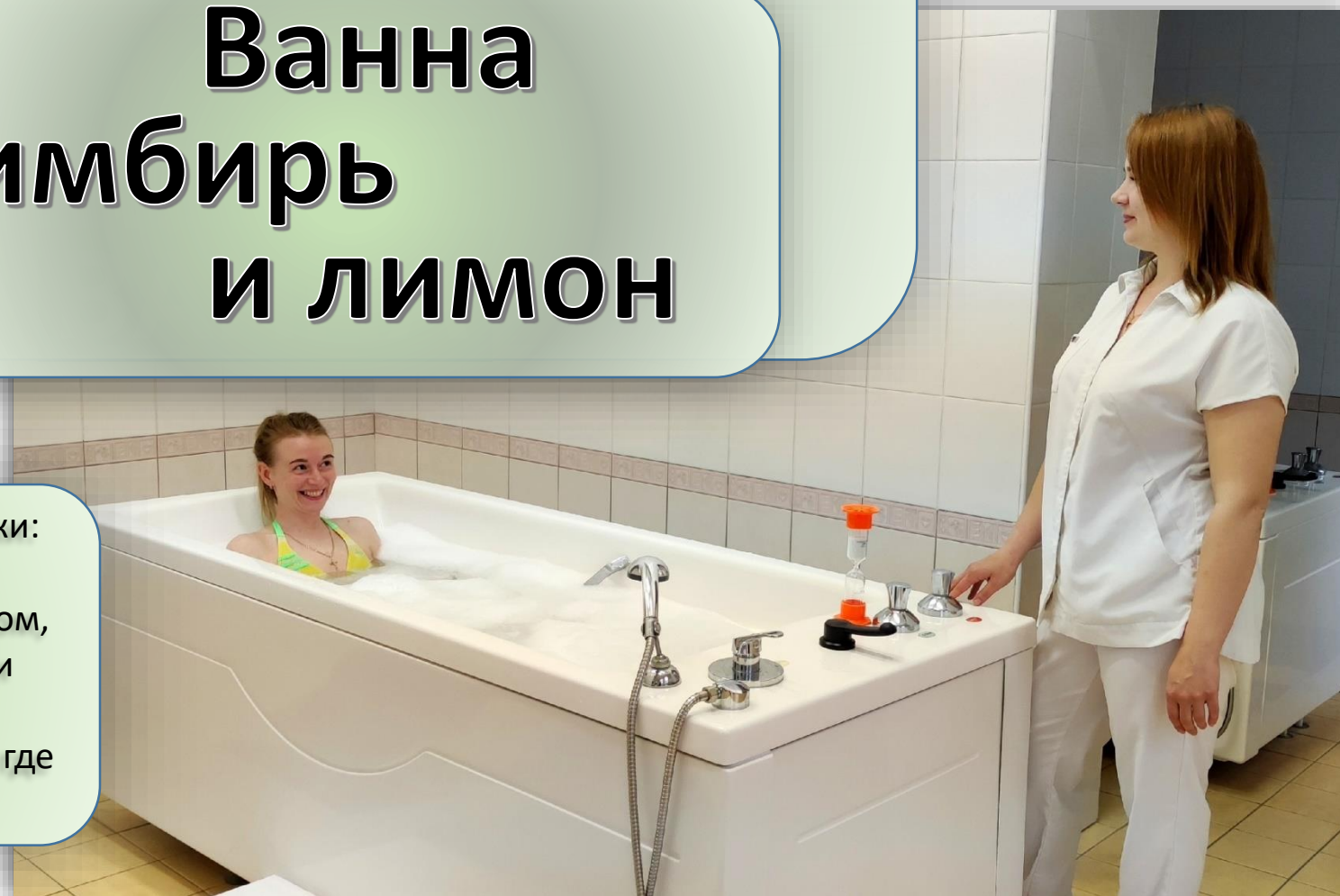
Лимон добавляет лёгкий тонизирующий акцент: эфирные масла цитруса поддерживают ощущение ясности, а природные компоненты помогают коже выглядеть более ровной и сияющей.

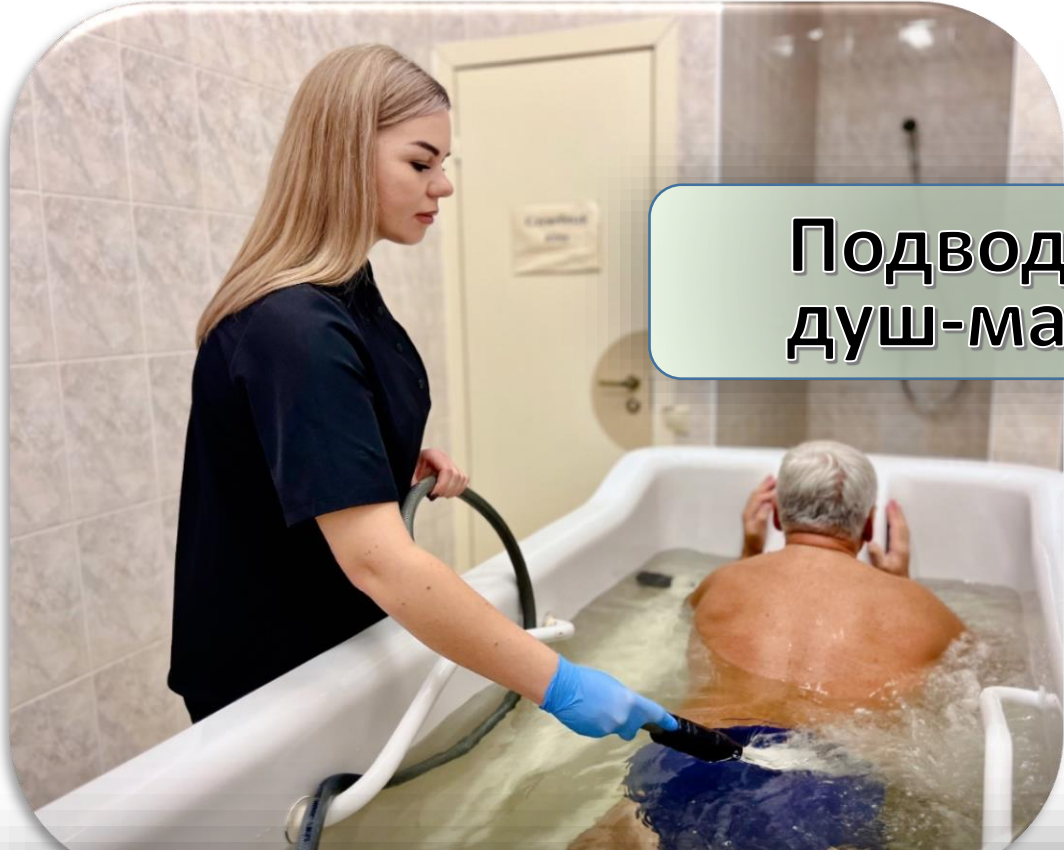
Вместе они создают эффект, похожий на утренний глоток свежего воздуха — без стресса, но с заметным притоком энергии.

Ванна имбирь и лимон

Такая ванна — часть продуманной цепочки:
её подбирают по показаниям,
сочетают с правильным питьевым режимом,
сбалансированным питанием и другими
процедурами.

Это не разовое «чудо», а звено в системе, где
каждый шаг усиливает следующий.





Подводный душ-массаж

✿ Что происходит во время сеанса: вы погружаетесь в тёплую воду (35–37 °C) — тело сразу сбрасывает лишнее напряжение. Затем специалист мягко прорабатывает зоны направленной струёй: вода под контролируемым давлением словно «пробуждает» ткани, не травмируя их.



✿ Ультразвуковая кавитация работает за счёт низкочастотного ультразвука: он формирует в жировых клетках микропузырьки — те растут, растягивают и разрывают мембрану адипоцита. Содержимое клетки распадается на простые компоненты, попадает в кровеносную и лимфатическую системы, затем перерабатывается в печени в глюкозу. При этом кожа, мышцы и сосуды не повреждаются. Процедура актуальна при локальных жировых отложениях (живот, бока, спина, ягодицы, бёдра), целлюлите, а также при неровностях после липосакции или липолитиков.



Ультразвуковая кавитация

ПРАЙС

№ П/П	КАТЕГОРИЯ НОМЕРОВ	СТОИМОСТЬ ЗА 1 КОЙКО/ДЕНЬ (РУБ.)	СТОИМОСТЬ 7-ДНЕВНОГО КУРСА ПРОГРАММЫ (РУБ.)
1	Джуниор сьют 2 комнатный 1 местный	10 115	70 805
2	Джуниор сьют 2 комнатный 2 местный	8 300	58 100
3	Люкс 2 комнатный 2 местный	8 600	60 200
4	Люкс 3 комнатный 3 местный	8 600	60 200
5	Люкс 3 комнатный 4 местный	8 600	60 200

***допускается одноместное размещение
за дополнительную оплату**



**ОГАУЗ
«Санаторий «Красиво»**

**Бронирование путевок:
8-800-5555-393**

В рамках программы «Детокс» участники могут воспользоваться скидкой — стоимость услуг снижена относительно основного прайса

- Детокс-пилинг для тела «Termoactive»
- Моделирующая маска для тела «Lift Extreme»
- Турецкая баня «Хаммам»
- Медицинский массаж лица, шеи и области декольте ручной
- Маска альгинатная тонизирующая для лица «LEMA»
- Маска альгинатная увлажняющая для лица «LEMA»
- Маска альгинатная питательная для лица «LEMA»
- Посещение гидромассажного бассейна, сауны
- Прокат спортивного инвентаря



**ЗДЕСЬ ВЫ СМОЖЕТЕ НЕ
ТОЛЬКО ОТДОХНУТЬ ОТ
ПОВСЕДНЕВНЫХ ЗАБОТ, НО
И ВОССТАНОВИТЬ СВОЕ
ЗДОРОВЬЕ,
ОСВОБОДИВШИСЬ ОТ
НАКОПИВШЕГОСЯ
СТРЕССА И
ТОКСИНОВ**

