

Забота о здоровье - важная часть нашей жизни

Сегодня люди стали больше внимания уделять профилактике болезней и поддержанию своего физического состояния. Они все чаще выбирают не пассивный отдых, а оздоровительные программы, способные дать заряд энергии, как минимум, на полгода вперед. Увеличение стрессовых нагрузок и малоподвижный образ жизни создают потребность в восстановительных мероприятиях, таких как массаж, физиотерапия и занятия спортом.

На территории Пугачевского района расположен социально-оздоровительный центр «Пугачевский», который предлагает разнообразные программы реабилитации и оздоровления для взрослых и детей. Это позволяет людям пользоваться доступными услугами санаторно-курортного отдыха. На месте отдыхающий получает гораздо больше, чем тот, кто обращается в медицинский центр. Пациенты социально-оздоровительного центра не только полностью посвящают оздоровлению. Участвуют в консультациях со специалистами, принимают различные процедуры, ходят на прогулки, дышат чистым лесным воздухом.

Важно помнить, что даже здоровым людям полезно периодически отдыхать и восстанавливать силы, особенно после напряженного рабочего периода или перед началом сезона повышенной нагрузки на организм, например, зимой. Ежегодное прохождение санаторно-курортного лечения дает дополнительные 8-15 лет жизни. Отдых в спокойной атмосфере, вдали от повседневной суеты, способствует снижению уровня стресса, нормализации сна и эмоционального равновесия.

Социально-оздоровительный центр «Пугачевский» специализируется на лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата, периферической нервной системы, сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма. Учреждение имеет лицензию на осуществление медицинской деятельности.

Современная медицинская база, новые методики лечения, освоенные высококвалифицированными специалистами, могут заботливо восстановить здоровье и обрести гармонию души и тела.

Здесь каждый сможет подобрать себе тематическую

оздоровительную программу: «Здоровое сердце», «Легкое дыхание», «Санаторная классическая», часто болеющим детям подойдет программа «Здоровый ребенок - крепкий иммунитет». Причем каждая программа - это индивидуальный подобранный курс для восстановления.

В здравнице используют уникальные грязи Ханского озера, которое находится недалеко от Ейска, в станице Ясенской. В ее состав входит сульфат, карбонат и хлорид натрия, а также калий, магний. Она помогает в лечении сердечно-сосудистой и центральной нервной систем, опорно-двигательного аппарата.

Для представительниц прекрасного пола в центре предусмотрены антицеллюлитные программы в комплексе с пресотерапией с использованием современного оборудования. Пресотерапия избавляет от отеков, существенно уменьшает объемы тела, устраняет дряблость кожи, и в организме запускаются процессы, позволяющие сделать ее гладкой и упругой.

Санаторное лечение в социально-оздоровительном центре «Пугачевский» является одним из самых эффективных методов борьбы со стрессом благодаря комплексному подходу, включающему медицинскую помощь, природные факторы и психологическую реабилитацию. В программу «Антистресс» входит: индивидуальные сеансы с психологом, массаж, лечебная физкультура, гидротерапия, ароматерапия, галотерапия, прогулки.

Сотрудники социально-оздоровительного центра «Пугачевский» делают все, чтобы для каждого гостя пребывание в здравнице служило главной цели - укреплению здоровья.

С. СЕННОВСКАЯ,
врач-терапевт

