**Медицинские пакеты la pura**

**Здоровье спины***Наш позвоночник выполняет так много задач на протяжении всей жизни. Часто уже в юном возрасте могут проявляться болевые симптомы, и тут важно не допустить их перехода в хроническое состояние. Под руководством проф. Д-ра Рихарда Кревенна в la pura была разработана специальная программа для сохранения здоровья спины, для снятия напряжений, пока они не перешли в хронические заболевания, а также для эффективного облегчения болей.*  **День 1:** Заезд в la pura women’s health resort kamptal, Check-in. **- Первичный прием врача**, включающий осмотр и составление плана дальнейшего лечения. **- «Я и все только для меня» - индивидуальная беседа** с врачом (для знакомства со всеми возможностями курорта) **- Доклад «Здоровье спины»,** разработан проф. Д-ром Рихардом Кревенна

**День 2 – День 5** *(расписание составляется исходя из показаний, по предписаниям врача после первичного осмотра)*  
**- Тренировки**, направленные на мышцы спины в первой и второй половине дня, также групповые тренировки  
**- 10 медицинских тренировок**, по 25 мин. (гимнастика для позвоночника, гимнастика малого таза, медицинская кинезиотерапия и др.)  
**- 10 процедур** по 25 мин. (Электротерапия, тепловые процедуры, акупунктура по китайской традиционной медицине или лазерная, мышечное расслабление по Якобсону, массаж спины и др.)

**День 5:** заключительный прием врача, включающий рекомендации для повседневной жизни.

**от 1540 Евро, 4 ночи**

**Стоимость:**

**«Блестящий взгляд» – блефаропластика**

*Коррекция формы век может носить как эстетический характер, так и иметь медицинские показания. Врач-офтальмолог Андреас Кёльбл обсудит с вами все детали операции и учтет все пожелания. Ваш взгляд приобретет сияние и выразительность.*

**День 1:** Заезд в la pura women’s health resort kamptal und Check-in  
**- Первичный прием врача**, включающий осмотр, обсуждение операции и постоперационного ухода с д-ром Андреасом Кёлблем.  
**- «Я и все только для меня» - индивидуальная беседа** с врачом (для знакомства со всеми возможностями курорта)  
- **Операция**, д-р Андреас Кёлбель

**День 2 – День 5.** Снятие отеков, боли и заживление ран.

- **Ежедневный постоперационный уход**, гомеопатическая терапия по предписаниям д-ра Кёлбеля и врачами и терапевтами la pura.

**12 терапий**, 25 мин. каждая: мануальный лимфодренаж без надавливания, миорефлексотерапия, акупунктура по методу китайской традиционной медицины или лазерная акупунктура.

- **Снятие швов**

- **Заключительный прием,** д-ра Кёлбель

**от 2900 Евро, 5 ночей**

**Стоимость:**

**Check up для женщин***Регулярная диагностика очень важна для здоровья женщины: распознавание заболеваний на ранних стадиях обеспечивает высокие шансы на выздоровление. Для поддержания активной жизни в любом возрасте большое значение имеет диагностика новообразований, нарушений гормонального баланса, предотвращение остеопороза. Все обследования проводит Д-р Габриэле Динхарт-Шнайдер, главный врач la pura, а также ведется сотрудничество с крупнейшими лабораториями региона, что обеспечивает получение результатов на следующий день.*

**День 1:** Заезд в la pura women’s health resort kamptal und Check-in.  
**- Первичный прием врача**, включающий осмотр и составление плана диагностики/  
**- «Я и все только для меня» - индивидуальная беседа** с врачом (для знакомства со всеми возможностями курорта)  
- Доклад «Специальная диагностика для женщин», разработанный др. Габриеэле Динхарт-Шнайдер.

**День 2:** диагностика и забор крови на анализ   
- Анализ крови (общий анализ, азот мочевины (белковый обмен), креатинин, СОЭ, ТТГ,  холестерин, липопротеины, [холестерин-ЛПНП](http://www.multitran.ru/c/m.exe?t=2053282_2_3&s1=LDL), триглецериды, железо, гликогемоглабин, витамин D; при необходимости другие показатели)  
- ЭКГ  
- Стресс-ЭКГ  
- Тест функции легких  
- УЗИ брюшной полости, щитовидной железы и сосудов  
- Измерение скорости кровотока  
- Фотометрическое измерение иммунного статуса  
- Измерение энергетического статуса по методу китайской медицины  
- Измерение процента жира в теле  
- Консультация по питанию и тест на непереносимость продуктов (биорезонансная диагостика)

**День 3:** обсуждение результатов анализов и и рекомендации для повседневной жизни

**Стоимость:**

**от 920 Евро, 2 ночи**

**Идеальный вес***Регулярная физическая активность помогает избежать различных заболеваний и оказывает благоприятное действие на общее состояние здоровья, качество жизни и на энергетику. Посвятите минимум 5 дней только себе – во благо вашей фигуры и отличного самочувствия. Профессор Венского медицинского университета д-р Александра Кауцки-Виллер, ответственная за научную часть в la pura, разрабатывала эту программу, а прием врача и диагностику проводит команда врачей la pura под руководством д-ра Габриэле Динхарт-Шнайдер.*

**День 1:** Заезд в la pura women’s health resort kamptal, Check-in. **- Первичный прием врача**, включающий осмотр и составление плана  **«Я и все только для меня» - индивидуальная беседа** с врачом (для знакомства со всеми возможностями курорта) **-** Научный доклад о питании, разработанный д-ром проф. Александрой Кауцки-Виллер  **День 2:** измерение процента жира в теле, Aircheck (метаболическое нагрузочное тестирование),включая лактат-тест и забор крови на анализ.  **День 3:** обсуждение результатов анализов **День 2 – День 5** *(расписание составляется после приема врача, исходя из показаний, на усмотрение и по предписаниям врача)*14 процедур по 25 мин. (Индивидуальные тренировки**,** детокс-массаж**,** массаж живота**,** компрессы на печень и др.,)   
Индивидуальная консультация по питанию  
Компрессы VINOBLE Silhouette Körperwickel Basis  
Косметические процедуры  
  
**День 5:** заключительный прием врача и осмотр тела, рекомендации для повседневной жизни

**Стоимость:**

**от 2130 Евро, 4 ночи**

**Детокс по Майеру для женщин**f.x.mayr basic

*la pura women’s health resort kamptal является сертифицированным центром международного общества врачей Майера - MayrPrevent®, и программа Детокс проходит под руководством президента общества – д-ра Алекса Витасека.   
Доктор Витасек адаптировал программу специально для la pura, исходя из особенностей женского организма, в частности системы обмена веществ.*

Программа 7 ночей:   
  
Первичный прием врача3 лечебных массажа живота3 процедуры для детокса и отдыха (определяются по рекомендации врача) Заключительный прием врача, включающий рекомендации и массаж живота

**В стоимость также включено:** проживание в номере категории Classic Room, 3 разовое специальное питание по Майеру (завтрак, обед, ужин), пользование la pura spa (бассейн, сауны, комнаты отдыха), тренажерным залом Ladies Fitness и участие в бесплатных групповых тренировках по расписанию.

**Стоимость:**

**от 1522 Евро - 7 ночей; от 2094 Евро – 9 ночей;   
от 2636 Евро – 14 ночей; от 3825 Евро – 21 ночь.**

**Профилактика остеопороза***Остеопороз - хроническое заболевание, которое характеризуется повышенной ломкостью костей. Оно возникает из-за неправильного соотношения между растущей костной тканью и ее сокращением в организме. Многие узнают о своем диагнозе только тогда, когда костное вещество уже очень сильно истощилось (уменьшилось в объеме) и все чаще происходят переломы костей. Сбалансированное питание, раннее выявление присутствующих факторов риска, регулярные программы движений – все это может существенно влиять на оздоровление как мышечной силы, на улучшение обмена веществ в хрящевой и костной ткани, а также минимизировать риск сокращения костной ткани и тем самым снижать количество возможных переломов. Уменьшайте опасность падения различными профилактическими мерами, тренируйте свою мускулатуру и Вы получите огромный стимул для улучшения Вашей координационной способности. Исключительного действия терапия, направленная на расслабление мышц, позитивно скажется на мускулатуре, позвоночнике и всех суставах. Данная программа была разработана совместно и при научной поддержке доцента Медицинского Университета Эстер Джименец – Бодж.*

- первичный прием врача и осмотр, включая измерение мышечной силы ног и тест на координацию движений, составление плана лечения   
- «Я и все только для меня» - индивидуальная беседа с врачом (для знакомства со всеми возможностями курорта)  
- Научный доклад о питании

- 10 процедур для увеличения мышечной силы и на координацию движений (25 мин. каждая)   
- консультация диетолога и составление плана питания на 3 месяца  
- консультация специалиста по физическим наукам и спорту и составление фитнес-плана на 3 месяца  
- воркшоп с диетологом «питание для профилактики остеопороза»  
- заключительный прием врача, рекомендации

**Стоимость:**

**от 2250 Евро, 6 ночей**

**Свободное дыхание**

*Регион Вальдфиртель со своими теплыми днями и холодными ночами – один из самых благоприятных регионов Австрии. Город Гарс ам Камп официально признан климатическим курортом. Воздух мегаполиса и другие факторы окружающей среды зачастую сильно влияют на функциональные расстройства и вегетативную симптоматику (включая или нет сопутствующие заболевания, начиная от высокого давления, от легкой до средней степени тяжести заболевания сердца, легких, а также включая продолжительные заболевания бронхов, сопровождающиеся нарушением дыхания и одышкой). Простые, быстро запоминающиеся дыхательные упражнения, регулярная физическая активность и сопутствующие мероприятия, например, такие как целенаправленная техника расслабления или правильно подобранные специальные процедуры - постоянно работают на улучшение физического состояния Вашего тела и дыхания. Вы просто будете удивлены, насколько быстро Вы вернете себе ощутимо-хорошее самочувствие и увеличите Вашу работоспособность.   
Программа была разработана профессором д-ром Вольфгангом Поппом, ведущим врачом в области заболеваний легких.*

- первичный прием врача и осмотр, составление плана лечения   
- «Я и все только для меня» - индивидуальная беседа с врачом (для знакомства со всеми возможностями курорта)

- 2 доклада  
- 14 процедур по 25 минут каждая  
- ежедневные ингаляции на приборе Saltpipe® (ваш персональный ингалятор с кристаллами соли вы сможете забрать домой)  
- консультация специалиста по физическим наукам и спорту и составление фитнес-плана на 3 месяца  
- индивидуальная тренировка на дыхательном тренажере POWERbreathe®

- заключительный прием врача, рекомендации

**Стоимость:**

**от 2250 Евро, 6 ночей**

**Активно через климакс**

*Недомогания и жалобы в период менопаузы встречаются почти у 60% женщин и все они различной степени интенсивности и настолько же индивидуальны, как и сами женщины. Именно поэтому нельзя дать однозначного совета для устранения имеющихся жалоб: это необъяснимая прибавка в весе, это меняющийся внешний вид кожи или меняющийся рост волос, ощущение песка в глазах, сухие слизистые оболочки, неизвестные причины нарушения сна, колебания настроения или ранее неизвестные приступы страха, которые Вы замечаете и которые доставляют Вам проблемы.*

*la pura women’s health resort kamptal, под руководством Доктора медицинского Университета Габриеллы Динхарт – Шнайдер и при участии Доктора медицинских наук Ренаты Гаденштэдтер, ведущего врача в области гинекологии и акушерства, предлагает индивидуальную программу по уменьшению жалоб и недомоганий в период менопаузы. Основная концепция гендерной медицины и знания гендерных специфических требований к диагнозу и терапии – это самые важные элементы при применении данной программы.*

- Первичный прием врача, обследование .включающее забор крови на анализ, ЭКГ и УЗИ, индивидуальная консультация на тему профилактики рака- «Я и все только для меня» - индивидуальная беседа с врачом (для знакомства со всеми возможностями курорта)

- 1 доклад  
- 14 процедур 25 мин. каждая (преимущественно направлены на расслабление)   
- консультация диетолога и составление плана питания на 3 месяца  
- консультация специалиста по физическим наукам и спорту и составление фитнес-плана на 3 месяца  
- воркшоп с диетологом  
- заключительный прием врача

**Стоимость:**

**от 2590 Евро, 7 ночей**

**Стоимость указана на человека при проживании в номере Classic.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Доплата за другие категории номеров, на чел./сутки** | | **Кол-во человек в номере** | | |
| **Мин.** | **Станд.** | **Макс.** |
| **Superior** | € 10,00 | 1 | 1 | 2 |
| **Junior Suite** | € 30,00 | 1 | 1 | 2 |
| **Suite «Богатство идей» (Gedankenreich) & «Богатство мыслей» (Sinnreich)** | € 60,00 | 1 | 2 | 3 |
| **Suite «Отличное самочувствие» (Wohlfühlreich) & «Роскошная мечта» (Traumreich)** | € 82,00 | 1 | 2 | 3 |

**В стоимость включено:** пакет процедур, проживание в номере категории Classic Room, la pura gourMed полный пансион (завтрак шведский стол, легкий обед, ужин по меню из 5 блюд); приглашение на аперитив в день заезда; пользование la pura spa (бассейн, сауны, комнаты отдыха), тренажерным залом Ladies Fitness и участие в групповых тренировках по расписанию; полдник в la pura spa (домашний пирог и чай/кофе с 14.00 до 17.00), spa-cумка, халат и тапочки на время нахождения в отеле; бесплатный WI-FI на территории всего отеля, бесплатный минибар (безалкогольные напитки).