



Программа СПА-ДЕТОКС *Очищение организма*

О программе

Принято полагать, что основная цель детокс-программ – это очищение организма и снижение веса. Отчасти это так и есть. Но только отчасти. Детокс-программа должна быть комплексной и учитывать состояние здоровья конкретного человека, иначе очищение принесет вместо пользы вред, а сброшенный вес быстро вернется.

Программа СПА-ДЕТОКС, разработанная и запатентованная ведущими врачами спа-комплекса LUCIANO, ориентирована на сугубо медицинский подход. Главный принцип при этом – «Не навреди», поэтому мы используем только здоровьесберегающие технологии – никакого голодания, никаких изнурительных чисток и излишних для организма нагрузок. Диетическое питание, свежевыжатые фруктовые и овощные соки, продуманный режим дня, процедуры здоровья и красоты, фитнес – этими щадящими методами здесь достигается полное и глубокое оздоровление.

Наше тело изначально настроено на здоровое состояние. Поэтому главная цель программы СПА-ДЕТОКС – открыть человеку самого себя таким, каким он должен быть – красивым, полным сил и энергии, живущим в радости и гармонии с миром. Мы не учим бороться с собой, худея или бросая курить через «не могу». Мы учим любить себя и заботиться о себе, помогая обрести здоровье, душевное и физическое, и ощутить счастье каждого мгновения.

Подготовка к программе

**За неделю до заезда
рекомендовано исключить
из рациона:**

- мясо, мясные изделия, субпродукты, бульоны
- алкоголь, кофе
- соль
- хлебобулочные изделия
- выпечку
- кондитерские изделия

Рекомендуемый объем жидкости: 1,5-2 литра воды в сутки

Основа рациона: каши, овощи, фрукты, растительное масло, зелень, морепродукты, соки, кисломолочные продукты (кефир, йогурт, нежирный творог), мед.

Способ приготовления: минимум термической обработки.

За день до заезда: разгрузочный день на выбор: яблочный сок 1-1,5 литра в течение дня или кефир 1% 1-1,5 литра.

Обязательно иметь при себе:

- Результат УЗИ органов брюшной полости (печень, желчный пузырь, поджелудочная железа) и почек (3 месяца).
- Анализ крови общий (соз, гемоглобин, лейкоциты) (10 дней).
- Анализ крови биохимический (печеночные пробы: АЛТ, АСТ, билирубин; Липидная панель: общий холестерин, ЛПНП, ЛПВП, триглицерин, коэффициент атерогенности; Глюкоза или гликированный гемоглобин) (10 дней).
- Анализ мочи общий (10 дней).
- ЭКГ с описанием (после 40 лет) (1 месяц).
- Результат осмотра гинеколога (заключение об отсутствии противопоказаний к спа-процедурам).

Состав программы:

Программа СПА-ДЕТОКС рассчитана на 1, 3, 7 и 10 дней. Каждый день пребывания на программе включает в себя несколько процедур в день, а именно:

	количество процедур			
	1 день	3 дня	7 дней	10 дней
Консультация врача - выявление показаний и противопоказаний к процедурам, специально подобранные рекомендации.	2	2	2	2
Осмотр врача	1	2	6	9
Биоимпедансметрия дает самую полную и четкую картину состава организма (жировой и мышечной массы), что позволяет врачу разработать план и тактику снижения веса.	2	2	2	2

	1 день	3 дня	7 дней	10 дней
Лаваж кишечника - очищение желудочно-кишечного тракта с помощью солевого энтерального раствора. Раствор содержит витамины, микроэлементы, питательные вещества, сорбенты, что позволяет не только эффективно очищать кишечник, но и насыщать организм полезными нутриентами.	1	1	1	1
Тюбаж печени (по назначению врача). Процедура способствует оттоку и обновлению желчи, восстановлению функций печени и профилактике образования камней, что подарит организму колоссальную легкость и свежесть.	1	2	4	5
Общий массаж. Массаж помогает снять эмоциональную и физическую усталость, погружая тело в состояние безграничной гармонии. Кровообращение усиливается, протоки лимфы прочищаются, а обменные процессы в тканях активизируются и Вы обретаете новые жизненные силы.	1	2	4	7
Висцеральный массаж - массаж внутренних органов. Сочетая в себе традиции древности и современной медицины, он дарит возможность полного восстановления функций внутренних органов. Кроме того, нормализуются обменные процессы, выводятся шлаки и токсины.	1	3	5	6
Система тренировок под руководством профессиональных тренеров.	-	2	6	8
ВІСОМ-терапия. ВІСОМ-ортіма - новый аппарат, позволяющий считывать малейшие нарушения магнитно-колебательных волн организма и сообщать информацию о дисбалансе. Аппарат выявляет «поломки» в органах на самой ранней стадии, «видя» проблемы раньше, чем это покажет биохимический анализ крови или МРТ.	1	1	2	2
ДЕТОКС-обертывание (талассотерапия) - обертывание морскими водорослями и таламарином дает непревзойденный результат, активизируя работу клеток организма и наполняя их минеральными веществами и витаминами. Оказывает общеукрепляющее действие на весь организм, а главное – великолепно моделирует фигуру благодаря использованию высококачественных натуральных материалов.	-	1	1	1
Body-detox - электролитическая ванночка, которая прекрасно выводит шлаки и токсины через поры с поверхности стоп при помощи электрического тока. Помимо детоксикации и улучшения кровоснабжения, Вы получите невероятное расслабление и полноценный отдых.	1	1	4	5
Гидротерапия. Душ Шарко или подводный ручной душ-массаж (по показаниям врача).	1	2	4	6
Обертывание «Скульптор тела» - глобальный уход, насыщенный минералами и микроэлементами, способствует выведению лишней жидкости и токсинов. Уникальный концентрат Талассо Активатор с высоким содержанием ламинарии значительно усиливает утончающие свойства обертывания. Уход активизирует липолиз и метаболизм, великолепно моделирует фигуру.	-	-	-	1
Обертывание «Морское первичное» - основной уход для восстановления минерального обмена организма. Оказывает успокаивающее и расслабляющее влияние на нервную систему (за счет высокой концентрации Магния в Талассо Олиго Геле) и выводит из организма застойную жидкость и токсины. Тело насыщается натуральными микроэлементами, возвращаются жизненные силы, стимулируются процессы регенерации. Приходит ощущение гармонии и глубокого расслабления. Уход восстанавливает циркуляцию, способствует насыщению тканей кислородом и липолизу, уменьшает отечность.	-	-	1	1
Миостимуляция - широко известна как «пассивный фитнес», основана на применении импульсов электрического тока. С помощью накожных электродов на нервные окончания подается импульс, и мышцы начинают активно сокращаться. В итоге, улучшается кровообращение и лимфоотток, активизируется обмен веществ: совокупность этих факторов способствует уменьшению объема жировых клеток. Миостимуляция позволяет добраться до мышц, которые расположены очень глубоко и которые в обычных условиях нагрузить сложно: например, мышцы внутренней поверхности бедра.	-	1	2	3
Магнитотерапия - немедикаментозное лечение электромагнитным полем, которое оказывает активное влияние на мышечную, нервную, костную ткань, внутренние органы, улучшая микроциркуляцию, стимулируя обменные процессы и регенерацию. Локальное воздействие электромагнитным полем благоприятно влияет на функции вегетативной нервной системы, улучшает нервную регуляцию функций различных органов и систем организма, благотворно влияет на сон и эмоциональное состояние.	-	1	2	3
Консультация эндокринолога	-	1	1	1
Кулинарный мастер-класс	-	-	1	1
Дыхательная гимнастика	-	2	6	9
Общее количество процедур	12	26	54	73
Посещение аква-зоны и термальной спа-зоны			неограничено	
Посещение многофункционального зала			неограничено	
Фитонапитки			неограничено	
Диетическое меню				по назначению врача