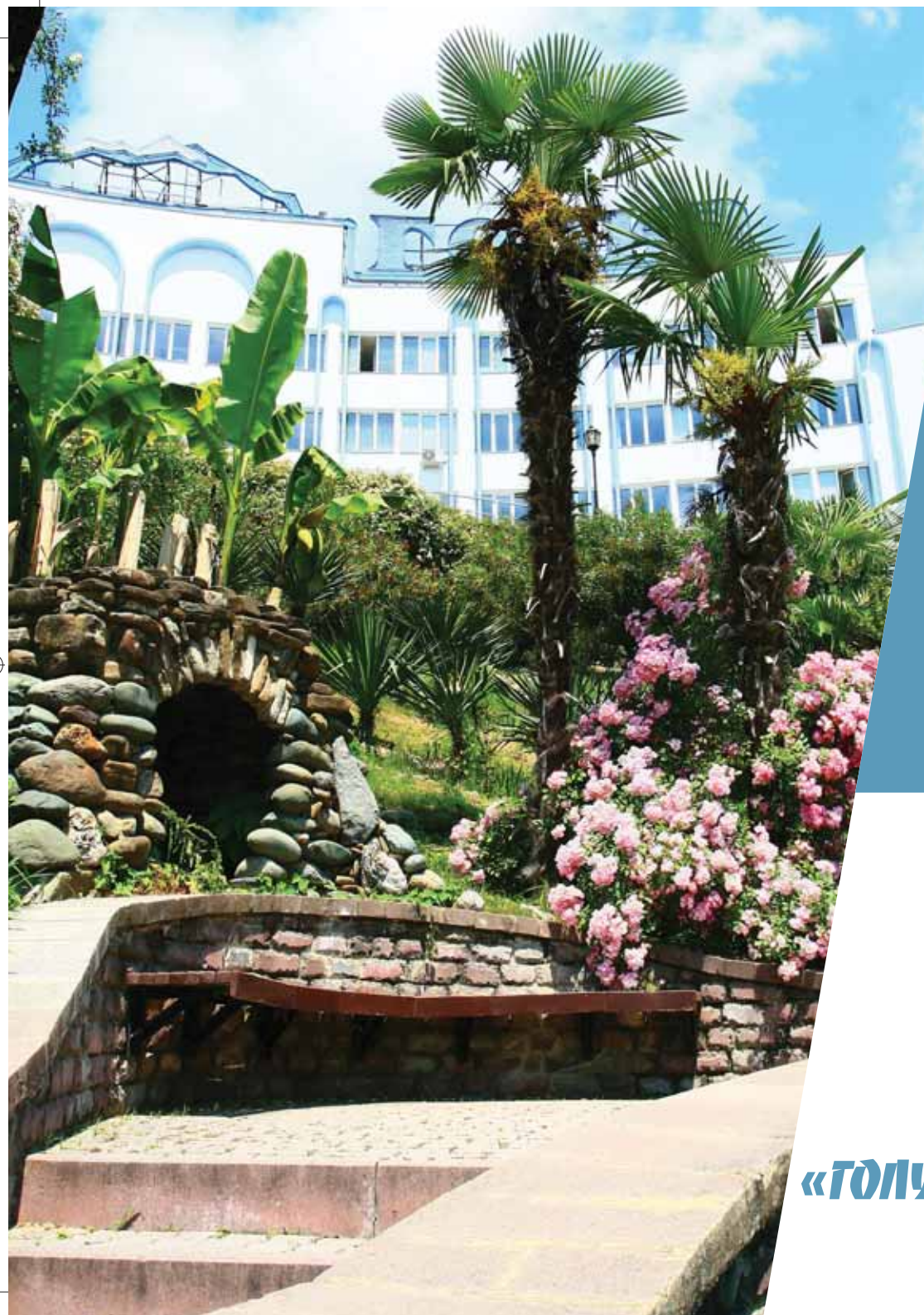


Сочи



САНАТОРИЙ

«ТОЛУБАЯ ТОРКА»



Удачное сочетание природных и лечебных факторов в санатории «Голубая горка» в Сочи

Удачное сочетание природных и лечебных факторов: мягкий субтропический климат, теплое море, целебные источники Мацесты и йодобромная вода – делают Сочи одним из лучших климатических курортов мира. Именно здесь находится санаторий «Голубая горка», который расположен в живописном месте города – в поселке Хоста, у подножия горы Большой Ахун, в лесопарковой зоне в 800 метрах от берега моря, в 20 минутах езды от аэропорта и в 5 минутах езды от ж/д вокзала.

Санаторий «Голубая горка» сертифицирован по «Системе классификации гостиниц и других средств размещения» на «Три звезды», имеет лицензию на 44 вида медицинской деятельности. Он находится в городе Сочи, который является курортом федерального значения. За 80 лет работы в санатории накоплен огромный опыт санаторно-курортной и культурно-массовой работы. С 1996 года он стал ведомственной здравницей ООО «Газпром трансгаз Москва», и тысячи работников газовой отрасли смогли поправить свое здоровье и пройти реабилитационно-восстановительное лечение в санатории «Голубая горка».

354037 г. Сочи,
ул. Шоссейная, 15

- Приемное отделение (862) 226-10-17
- Менеджер по размещению (862) 226-10-15
- Секретарь директора (862) 226-10-16
- Коммутатор (862) 265-10-18
226-10-19
(862) 226-10-10

golubgor@sochi.mtg.gazprom.ru
www.golubgor.ru

Сочи

САНАТОРИЙ «ГОЛУБАЯ ГОРКА»



Широкое применение естественных природных факторов в лечении отдыхающих

В здравнице широко применяются природные лечебные факторы:

- талассотерапия
- бальнеотерапия, включая уникальные *мацестинские ванны*
- грязелечение известными многим *тамбуканскими гязями*

Развитая сфера сервисных услуг, отличная база для курса лечения и оздоровления, живительный климат делают пребывание в санатории незабываемым.

Показания к направлению в санаторий:

- Заболевания сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца, стенокардия, постинфарктный кардиосклероз давностью более одного года, артериальная гипертония 2-й стадии). Данной группе больных рекомендуется один из видов ванн, физиотерапия, ручной массаж, лечебная физкультура, диетическое питание, терренкур.

- Заболевания периферических сосудов (облитерирующий эндартерит, атеросклероз, синдром Рейно). Больным с данной патологией, как правило, назначаются ванны, апплипульсотерапия, грязи в количестве 8–10 процедур на курс, медикаментозное лечение по показаниям.

- Заболевания опорно-двигательного аппарата (остеохондроз, артрозы, полиартриты). Больным этой группы целесообразно принимать ванны, один из видов массажа, грязи, аппаратную физиотерапию и ЛФК.

- Заболевания периферической нервной системы. Рекомендуются ванны (йодобромные, жемчужные), грязевые аппликации, один из видов физиотерапии массаж 8–10 процедур на курс, лечебная гимнастика, климатолечение.

- При воспалительных заболеваниях в гинекологии больным назначают ЛФК, один из видов ванн, гинекологический массаж, лазеротерапию или другие физиопроцедуры 8–10 процедур на курс.

© «Газпром», Москва 2014



Размещение

Санаторий «Голубая горка» имеет три корпуса и рассчитан на 370 мест.



Спальный корпус № 3

Корпус рассчитан на 184 места. Представлен однокомнатными одно- и двухместными номерами со всеми удобствами и двухкомнатными номерами повышенной комфортности. Во всех номерах имеются: балконы, холодильники, телевизоры, телефоны, кондиционеры, фены, чайники. Из окон всех номеров открывается красивый вид на море и окружающие горы. Имеются номера для людей с ограниченными возможностями здоровья.

Спальный корпус № 1

Корпус (1965 г.) расположен в парковой зоне, рассчитан на 121 место. Представлен одно-, двух-, и трехкомнатными номерами. В номерах есть телевизор, холодильник, телефон, фен, чайник, кондиционер, балкон. В этом же корпусе расположены киноконцертный зал, пищеблок, детская комната, столы для настольного тенниса.

Спальный корпус № 2

Корпус (2001 г.), рассчитан на 65 мест. Представлен одно- и двухкомнатными номерами улучшенной планировки со всеми удобствами (в 2-местных номерах – ванна), большим балконом, кондиционером, холодильником, телевизором, телефоном, феном, чайником. На первом этаже расположены детская комната и столы для настольного тенниса.

Корпоративный туризм (наличие конференц зала, разработка индивидуальных туров, организация на территории выставок, симпозиумов, семинаров)
Спортивный туризм (наличие спортивных площадок и профессионального футбольное поля в 5 минутах ходьбы)



Питание

Питание в санатории «Голубая горка» осуществляется в обеденных залах, находящихся в зданиях спального корпуса №1 и административного корпуса. В современных уютных залах столовых расположены как четырехместные, так и шестиместные столы. Это создает удобства в размещении отдыхающих. Трехразовое питание осуществляется в одну смену по системе «Шведский стол». У входа в столовую гостей радушно встречает квалифицированная диетсестра. Учитывая наличие диет, возрастные особенности и другие факторы, она рассаживает людей с наибольшим для них комфортом.

Меню разрабатывается диетсестрой и шеф-поваром согласно принципам рационального питания, то есть с учетом разнообразия блюд, их калорийности и охвата всех необходимых диет в соответствии с рекомендациями Института питания. Также при каждом приеме пищи учтено наличие выбора мясного, рыбного, овощного, творожного блюд, блюд из субпродуктов и др. Включены в рацион питания соки, йогурты, выпечка и другие сладости. На длительные экскурсии выдаются сухие пайки.

Отдых

Санаторий «Голубая горка»

расположен в уникальном живописном месте Черноморского побережья (Сочи, Хоста). Здесь морская бриз и аромат расположенной неподалеку реликтовой тисо-самшитовой рощи смешиваются и превращают воздух в живительный коктейль. Прекрасный вид на море и горы,

открывающийся из любого уголка санатория, делает пребывание здесь незабываемым. Белоснежные корпуса, ухоженный тенистый парк, оборудованные детские и танцевальные площадки, красивые беседки и переплетающиеся дорожки терренкура, смотровые площадки – все это вносит неоценимый вклад в оздоровление гостей санатория.





Пляж санатория «Голубая горка»

был признан одним из лучших на побережье Большого Сочи. На отлично оборудованной территории с удобными лежаками и зонтиками, дорожками к морю и взрослые, и дети чувствуют себя необыкновенно комфортно. На пляже есть спортивные площадки, детский уголок. Летом проводится множество праздников, конкурсов и увеселительных мероприятий. Здесь можно взять напрокат гидроциклы, ласты, маски и ногое другое. Кафе-бар предлагает большой выбор напитков и блюд как местной, так и европейской кухни, мороженое, десерты. Дорога от санатория к пляжу пешком занимает не более 10 минут, но отдыхающие могут также воспользоваться автобусом, который курсирует от санатория к морю и обратно по графику.

В вечернее время в примыкающем к 3-му корпусу блоке общественных помещений работает диско-бар, где можно послушать хорошую музыку, спеть «КАРАОКЕ», потанцевать, принять участие в различных развлекательных программах, отведать фирменные блюда и просто выпить чашечку ароматного кофе. Здесь регулярно выступают приглашенные танцевальные и музыкальные коллективы.

Во 2-ом спальном корпусе работает оборудованная детская комната, где родители могут оставить своего ребенка под присмотром профессионального воспитателя. Малыши здесь рисуют, поют, танцуют, собирают конструкторы, дети постарше играют в настольные и компьютерные игры, участвуют в конкурсах и спортивных соревнованиях. В летнее время детская площадка функционирует и на пляже санатория.

В санатории имеется уникальный SPA-центр. В нем отдыхающим предлагается посетить финскую сауну, турецкую и русскую бани, контрастные ванны с гидромассажем, шотландский душ, фитобар, процедуры лечебного массажа, в летнее время – открытый бассейн. Посещение SPA-центра – это великолепная возможность приятно провести время, отдохнуть и расслабиться. Большой популярностью среди отдыхающих пользуются волейбольные, баскетбольные площадки, теннисные корты. Здесь почти каждый день разворачиваются спортивные баталии. В санатории имеется прекрасно оборудованный спортивный и тренажерный залы.

Лечение

В апреле 2008 года введен в эксплуатацию новый лечебный корпус, оборудованный по последнему слову курортной терапии и техники, и по оснащенности и возможностям является одним из лучших в городе. Здесь созданы все условия для плодотворного лечения. Санаторий имеет три отделения: терапевтическое, консультативно-диагностическое и отделение восстановительного лечения, оснащенные современным лечебно-диагностическим оборудованием ведущих отечественных и зарубежных компаний (Schiller, Olympus, Unbescheiden и др.). В штате медицинской службы 12 врачей и 31 медицинская сестра.



Лечебная база представлена:

- бальнеотерапией – натуральные сероводородные ванны (мацестинские)
- гидротерапией – ванны пресные жемчужные, ароматические, лекарственные, контрастные, газовые (углекислые), минеральные (йодобромные), радоновые, души лечебные (Шарко, дождевой, восходящий, циркулярный), подводный душ-массаж; влажные укутывания; подводное вертикальное вытяжение позвоночника
- пелоидотерапией – грязевые аппликации, внутриполостное грязелечение (тамбуканская сульфидная грязь)
- термотерапией – аппликации озокерита, парафина, нафталанна)
- аппаратной физиотерапией – гальванизация, лекарственный электрофорез, ДДТ, диадинамофорез, СМТ, электромиостимуляция; дарсонвализация, ультратонтерапия, высокочастотная магнитотерапия, УВЧ-терапия, индуктотермия; низкочастотная магнитотерапия; ультразвук, фонофорез; УФ-облучение, фототерапия (видимый спектр, поляризованный свет), лазеротерапия; информационно-волновая терапия), криотерапия, прессотерапия

- аэрозольтерапией – (лекарственными ингаляциями)
- ЛФК
- механотерапией
- пешеходными маршрутами (терренкурами)
- рефлексотерапией
- релаксационными программами
- детензортерапией
- фитотерапией
- медикаментозной терапией (по показаниям) и др.

В санатории применяются:

- методы лабораторной диагностики: биохимические, общеклинические
- методы функциональной диагностики: исследование дыхательной системы (спирометрия, пикфлоуметрия), сердечно-сосудистой системы (электрокардиография, электрокардиография с проведением нагрузочных проб (ВЭМ, медикаментозные), суточным мониторингом ЭКГ и АД, доплерография), исследование центральной нервной системы (энцефалография, реоэнцефалография), лучевые методы исследования (ультразвуковая диагностика), кольпоскопия, экспресс-диагностика «Истоки здоровья»

В санатории работает группа высококвалифицированных врачей: терапевты, физиотерапевт, гинеколог, педиатр, отоларинголог, стоматолог, кардиолог, врач восстановительной медицины, врач-лаборант, врачи функциональной и ультразвуковой диагностики.

Показания к направлению в санаторий:

- заболевания сердечно-сосудистой системы, заболевания периферических сосудов;
- заболевания опорно-двигательного аппарата, гинекологические болезни, болезни нервной системы и др.



12

Программы рассчитаны на 7, 14 и 21 день пребывания в санатории. Лечение пациентов, прибывших на реабилитационно-восстановительное и санаторно-курортное лечение, проводится согласно утвержденным Стандартам и Программам.

Здравница уже более 10 лет занимается проблемами немедикаментозной терапии женщин в климактерическом периоде. Для этих женщин разработаны специальные методики, основанные на бальнео- и физиотерапевтическом воздействии на организм.

Более 10 лет санаторий применяет программу многофакторной профилактики сердечно-сосудистых заболеваний.

В филиалах ООО «Газпром трансгаз Москва» есть рабочие и служащие, работающие в условиях профвредностей. В связи с этим санаторий «Голубая горка» предлагает реабилитационно-восстановительное лечение работников, чья деятельность связана со следующими вредными производственными факторами и опасными веществами: химические соединения и элементы (фтор, марганец, мышьяк, ртуть, свинец, сероуглерод), спирты и углеводы алифатические, органические соединения фосфора и сложные эфиры, полиэтилен, нефть, бензин, мазут, дизельное топливо; работы, связанные с электрическими и магнитными полями, сниженной температурой воздуха, физическими нагрузками.

В лечении данных категорий работников предлагаются помимо классических методов лечения Программы эндоэкологической реабилитации.



13

Сочи...

В нашей стране нет более знаменитого курорта. Удачное сочетание природных лечебных факторов – мягкий субтропический климат, теплое море, целебные источники: Мацеста и йодобромная вода – ставят Сочи в число лучших бальнеоклиматических курортов мира. На территории Сочи и находится санаторий «Голубая горка». Он расположен в живописном месте города в поселке Хоста, у подножия горы Большой Ахун, в лесопарковой зоне, в 800 метрах от берега моря, в 20 минутах езды от аэропорта и в 5 минутах езды от ж.д. вокзала Хоста. Территория санатория составляет 9 га. Учитывая среднюю температуру зимой + 6 и летом +24, различают прохладный и теплый

периоды года. Теплый период года характеризуется устойчивой ясной погодой со значительным числом влажно-жарких дней (время с мая по октябрь). Прохладный период года (с ноября по апрель) характеризуется облачной погодой с периодическими дождями. Благоприятно действуют на организм обогащенный озоном воздух, дозированные солнечные ванны и морские купания в летнее время.

В свободное от лечения время предлагается экскурсионная программа по достопримечательным местам Сочи в сопровождении опытных экскурсоводов.

Это такие экскурсии, как «Воронцовские пещеры», «Парк «Дендрарий», «Красная Поляна», «Врата в иные миры», «33 водопада», «Новоафонские пещеры», рафтинг, «Агурские водопады», «Террариум», «В гостях у пасечника» и многие другие.

Воронцовские пещеры представляют собой один их крупнейших в мире подземных лабиринтов длиной 11,7 км. Эти пещеры расположены в пределах Воронцовского горного массива, в верховьях реки Кудепсты. Пещеры – это особый мир, не имеющий аналогов на поверхности. Они имеют свой микроклимат с постоянной температурой зимой и летом + 9–11 градусов. Воздух стерильно чист. Вместе с подземными водами в пещеры проникают радиоактивные изотопы углерода, которые вызывают свечение сталактитов, ионизируют воздух, убивают микробы.

Парк «Дендрарий» – один из самых знаменитых в стране. Это своеобразный музей, в котором собраны представители флоры не только Кавказа, но и стран мира. В парке насчитывается более 2500 уникальных субтропических растений. В «Дендрарии» заложена аллея Дружественных городов. Здесь собрано более 20 видов пальм. Наиболее красивые из них – Юбея гилийская со стволом более 0,5 м в диаметре, Вашингтонии высотой

более 20 м. Здесь же растут Финик Канарский, Европейская веерная пальма, трахикарпус Мартиуса и другие экзотические растения. Уникальным сооружением парка является морской аквариум объемом в 150 кубических метров. Здесь обитают до 27 видов рыб Черного моря.

Красная Поляна – замечательное место, находящееся у основания Главного Кавказского хребта. От Адлера до Красной Поляны – около 60 км. Голубая горка находится в шаговой доступности от всех объектов Олимпиады. По дороге можно остановиться в самых живописных местах: на смотровых площадках, у водопада «Девичьи слезы», увидеть обрывы, скалы, ущелья, гроты, каньоны, побывать на озере, в гостях у пасечника, посетить музей природы. Особый интерес представляет нарзанный источник. Уникальность его в том, что нарзан содержит в больших дозах мышьяк, обладающий высокой биологической активностью. Канатно-кресельная дорога поднимает всех желающих на гору Аибга, на высоту более 2210 м, к снежным вершинам, где можно увидеть лето и зиму одновременно.



Коммерческие медицинские программы

Срок пребывания – от 3 до 28 дней

«Антистресс» – программа коррекции вегетативного дисбаланса и психофизиологической дезадаптации;

«Иммунитет» – программа коррекции неспецифических донозологических нарушений организма;

«Стройность» – программа комплексной коррекции массы тела;

«Экология внутри нас» – программа детоксикации организма на клеточном уровне;

«Здоровое сердце и сосуды» – программа первичной и вторичной профилактики, реабилитации и лечения лиц с болезнями сердечно-сосудистой системы;

«Свободное дыхание» – программа первичной и вторичной профилактики, реабилитации и лечения лиц с болезнями органов дыхания;

«Легкая походка» – программа первичной и вторичной профилактики, реабилитации и лечения лиц с заболеваниями опорно-двигательного аппарата;

«Здоровье женщины» – программа первичной и вторичной профилактики, реабилитации и лечения женщин с заболеваниями мочеполовой системы;

«Здоровье мужчины» – программа первичной и вторичной профилактики, реабилитации и лечения мужчин с заболеваниями мочеполовой системы;

«Антикурение» – программа профилактики злоупотребления курением;

«Антиалкоголь» – программа профилактики злоупотребления алкоголем.



Варианты программ:

- **3-5 – дневная диагностическая** – дает возможность пациенту за короткий срок пройти профессиональное медицинское обследование и получить медицинские рекомендации по здоровому образу жизни, рациональному питанию и, при необходимости, дальнейшей тактике наблюдения, дообследования и лечения по возникшей проблеме со здоровьем; Программа включает пребывание в санатории (полный пансион или полупансион), осмотр врача-терапевта, узких специалистов по профилю проблемы, необходимый объем лабораторных тестов и инструментальных исследований с выдачей на руки пациенту подробного медицинского заключения.
- **3-7 – дневная профилактическая** – дает возможность пациенту за короткий срок пройти профессиональное медицинское

обследование, профилактический курс медицинской реабилитации и получить профессиональные медицинские рекомендации по здоровому образу жизни, рациональному питанию и, при необходимости, дальнейшей тактике наблюдения, дообследования и лечения по возникшей проблеме со здоровьем; Программа включает пребывание в санатории (полный пансион), осмотр врача-терапевта, узких специалистов по профилю проблемы, необходимый объем лабораторных тестов и инструментальных исследований с выдачей на руки пациенту подробного медицинского заключения с рекомендациями, профилактический курс медицинской реабилитации по проблеме, включающий лечебные процедуры санатория*, индивидуально подобранные программы питания и физических нагрузок (терренкур, тренажеры, ЛФК и т.п.).

• **14-28 – дневная программа восстановительного лечения** – дает возможность пациенту пройти профессиональное медицинское обследование, полноценный курс восстановительного лечения в условиях санатория по возникшей проблеме со здоровьем;

Программа включает пребывание в санатории (полный пансион), осмотр и динамическое наблюдение врача-терапевта на протяжении всего курса лечения, консультации узких специалистов по профилю проблемы, необходимый объем лабораторных тестов и инструментальных исследований в динамике, полноценный курс восстановительного лечения, включающий лечебные процедуры санатория*, индивидуально подобранные программу питания и программу физических нагрузок (терренкур, тренажеры, ЛФК и т.п.).

* Медицинские услуги оказываются в соответствии с медицинскими показаниями по лечению заболеваний (программы). В один день назначается не более одной процедуры общего воздействия (или две, если одна из них ЛФК) и две процедуры местного воздействия (допускается три, если одна из них прием питьевых минеральных вод или фиточая):



Процедуры общего воздействия	Процедуры местного воздействия
Ванны	Лечебные души
Подводный душ-массаж (ручной, автоматический)	Массаж на тепловибрационной кушетке
Подводное вертикальное вытяжение позвоночника	Электро-, светолечение
ЛФК (в зале, бассейне)	Лазеротерапия
Грязелечение и теплолечение (более 1/3 поверхности тела)	Грязелечение и теплолечение (менее 1/3 поверхности тела)
Общая магнитотерапия	Криотерапия
Общий массаж	Массаж (кроме общего)
Гидротермотерапия	Вибромассаж
Термотерапия	Детензортерапия
Купание в море в летний период	Ингаляционное воздействие (аэрозольтерапия)
Механотерапия	Фитотерапия, прием питьевых минеральных вод
Общие обертывания (укутывания)	

Медикаментозное лечение назначается в следующих случаях:

1. Оказание неотложной медицинской помощи при состояниях, угрожающих жизни больного;
2. Неотложная стоматологическая помощь;
3. Медикаментозное лечение по показаниям.

Как нас найти

Добраться до санатория очень просто

Санаторий удобно расположен в курортном поселке Хоста, между центром Сочи и Адлером, где находится аэропорт.



Проезд поездом до железнодорожной станции Хоста или самолетом в аэропорт Адлер. Далее маршрутным такси или автобусом до остановки «Санаторий «Голубая горка».

Приемное отделение работает круглосуточно, расчет с 12:00 часов дня путевки до 24:00 часов последнего дня путевки.

Трансфер и такси можно забронировать у администратора на ресепшене.

Стоимость проезда в такси от аэропорта Адлер до санатория 300–350 рублей (не более 20 минут), от вокзала Хоста – 100–120 рублей (5 минут).

354037 г. Сочи,
ул. Шоссейная, 15

Приемное отделение (862) 226-10-17
 Менеджер по размещению (862) 226-10-15
 Секретарь директора (862) 226-10-16
 Коммутатор (862) 265-10-18
 226-10-19
 (862) 226-10-10

golubgor@sochi.mtg.gazprom.ru
www.golubgor.ru

Документы, регламентирующие медицинскую деятельность





Сочи

САНАТОРИЙ «ГОЛУБАЯ ГОРКА»

354037 г. Сочи,
ул. Шоссейная, 15

Приемное отделение (862) 226-10-17
Менеджер по размещению (862) 226-10-15
Секретарь директора (862) 226-10-16
Коммутатор (862) 265-10-18
226-10-19
(862) 226-10-10

golubgor@sochi.mtg.gazprom.ru

© «Газпром», Москва, 2014