

Термовоздействие: сухая сауна, контрастный бассейн и кедровые бочки

К услугам отдыхающих отличная SPA-зона санатория.

Здесь вы найдете финскую баню, где воздух нагревается до 100 С и более. В ней сразу может разместиться небольшая семья. Из сауны есть выход к контрастному бассейну, заполненному горячей и холодной водой.

Рядом с финской баней есть помещение с кедровыми бочками. В них создается равномерный, этапный прогрев всего тела. Голова же находится вне зоны температурного воздействия, поэтому отдыхающие переносят процедуру гораздо легче, чем сауну.

SPA-зона расположена в лечебном корпусе блока «А» на третьем этаже.

Тренажерный зал

Занятия в тренажерном зале проводятся как под руководством опытного инструктора, так и самостоятельно.

Особая гордость санатория – профессиональное оборудование фирмы Techno Gym. Оно характеризуется высокой степенью комфорта и безопасностью при выполнении упражнений, отличной биомеханикой, наличием удобных пользовательских регулировок, современным стилем и дизайном.

Силовые тренажеры включают в себя блочные тренажеры, тренажеры, нагружаемые дисками. Свободные веса представлены широким гантельным рядом и скамьями.



Кардиозона укомплектована беговыми дорожками, степперами, эллиптическим и велотренажерами. Имеется возможность занятия на комплексе «Kinesis».

Помещения расположены на первом этаже лечебного корпуса в блоке «Д».

Спортивный досуг

В санатории «Голубая горка» вы можете участвовать в соревнованиях по волейболу, баскетболу, минифутболу, настольному и большому теннису, поиграть в бильярд, а также взять в аренду спортивный инвентарь.

Для активного досуга созданы все условия на закрытых и открытых площадках.

Вы всегда можете получить самую актуальную информацию у администраторов, медицинского регистратора, инструкторов-методистов во время занятий по лечебной физкультуре и на сайте санатория.

Информация об актуальных ценах есть в прейскуранте, размещенном в папке гостя, на нашем сайте по адресу: <https://moskva-tr.gazprom.ru/sanatorij-golubaya-gorka/>, на стойках размещения, в медицинском корпусе филиала или у медицинского регистратора.

Не является публичной офертой.

Предназначена для внутреннего пользования в филиале ООО «Газпром трансгаз Москва» «Санаторий «Голубая горка».

Подписывайтесь на канал филиала, чтобы быть в курсе последних событий и мероприятий, проходящих в филиале, в Telegram-канале <https://t.me/golubayagorka> и в VK-приложении.



Санаторий «ГОЛУБАЯ ГОРКА»



САНАТОРИЙ «ГОЛУБАЯ ГОРКА» – учреждение санаторно-курортного типа, которое применяет Единую программу реабилитационно-восстановительного лечения работников ПАО «Газпром».

Специалисты филиала лечат заболевания:

- органов кровообращения;
- органов дыхания;
- нервной системы;
- органов пищеварения;
- костно-мышечной системы;
- мочеполовой системы;
- пациентов, перенесших COVID-19.

Программы лечения рассчитаны на 14- либо 21-дневное пребывание и включают сбалансированный набор разнообразных процедур:

- аппаратные виды физиотерапии;
- пелоидотерапия;
- лечебные ванны и души;
- ручной и аппаратный массаж;
- ЛФК;
- плавание в бассейне и др.

ПЛАТНЫЕ МЕДИЦИНСКИЕ УСЛУГИ

Механо-вакуумная терапия (LPG-массаж)

Санаторий «Голубая горка» предлагает своим пациентам аппаратный LPG-массаж. Современная и эффективная методика подходит как мужчинам, так и женщинам – для их красоты и здоровья.

LPG-массаж – специфическая механическая стимуляция мягких тканей. Ее обеспечивает запатентованная конструкция аппарата «Cellu M6 Integral» французской компании LPG Systems. Уникальность технологии в сочетании вакуум-терапии и механической стимуляции тканей.

Уже после первых процедур пациенты замечают снижение тонуса различных групп мышц и улучшение координации движений. Максимальный эффект возможен после 10-15 процедур: снижение массы и объема тела, повышение эластичности кожи и ее тонуса. LPG-массаж запускает процесс сжигания жира, восстанавливает структуру тканей при целлюлите и моделирует контур тела. Аппаратная коррекция фигуры позволяет достаточно быстро и в комфортных условиях добиться поразительных результатов.

LPG-терапия помогает при отеках, разрыве связок, растяжениях, повреждении мышечной ткани, болях в суставах, контрактурах, заболеваниях опорно-двигательного аппарата и пр. Используют аппарат и в спортивной медицине.

Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста.

Кабинет механо-вакуумной терапии (LPG-массажа) располагается в медицинском корпусе блока «Г».

Вертикальное подводное вытяжение

Современная медицинская технология используется для лечения позвоночника.

Подводное вертикальное вытяжение позвоночника проводится дозированно на автоматизированной установке в специальном бассейне по методике, утвержденной Минздравом России. С пациентами работают квалифицированные специалисты, имеющие большой опыт и хорошие отдаленные результаты.



Терапия показана при заболеваниях позвоночника, в том числе болевом, нейродистрофическом и мышечно-тоническом синдроме, сколиозе 1-2 степеней и т.д.

После процедуры специальная платформа с пациентом плавно переводится из вертикального в горизонтальное положение. Пациент не встает на ноги, специалист перемещает его на кушетку максимально комфортно – для дальнейшего отдыха.

Наша уникальная лечебная программа помогает оздоровить позвоночник и двигаться безболезненно.

Порядок процедур – ежедневно или через день. Курс лечения – от 7 до 12 процедур.

Важно! Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста. Для назначения процедуры требуются результаты МРТ проблемной зоны позвоночника.

Помещение располагается в медицинском корпусе блока «А». Проход через холл плавательного бассейна.

Рефлексотерапия

Рефлексотерапия – один из древнейших терапевтических методов. Его используют для лечения болезней внутренних органов, опорно-двигательного аппарата и нервной системы. Считают эффективным при болевых синдромах, функциональных расстройствах органов и систем организма, для профилактики рецидивов хронических болезней и восстановления после травм, хирургических операций и пр.

Воздействие на организм осуществляется через биологически активные точки. Все они условно объединены в меридианы, активность которых объяснялась в древних трактатах циркуляцией Ци в организме. Акупунктурные иглы помогают Ци прийти в гармонию, нормализовать гомеостаз, углеводный обмен, давление, повысить иммунитет и многое другое.

Несмотря на довольно широкую практику, рефлексотерапия не применяется для лечения ряда заболеваний. Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста.

Водолечение: душ Шарко, гидромассаж, подводный душ-массаж

В санатории вы можете получить процедуры, которые неизменно востребованы отдыхающими всех возрастных групп. Это душ Шарко, подводный душ-массаж, термотерапия в капсуле здоровья и долголетия.

В лечебных ваннах применяются инновационные жидкие концентраты отечественного производителя. По составу и лечебному эффекту они аналогичны концентратам компании «Spizner». Линейка препаратов позволяет максимально эффективно подобрать необходимый состав и значительно усилить терапевтический эффект от других процедур.

Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста.

Помещения располагаются в блоке «А» лечебного корпуса на третьем и четвертом этажах.

Услуги клинко-диагностической лаборатории

Оборудование «Sysmex» и «Roshes Cobas» позволяет проводить общеклинические и биохимические исследования крови, мочи, оценить состояние свертывающей системы крови.

Вы всегда можете уточнить у лечащего врача и медицинского регистратора в холле блока «В» медицинского корпуса возможность обследования, требования при подготовке к нему и другую необходимую информацию.

Кабинет забора крови располагается на первом этаже блока «Г» лечебного корпуса.

Услуги врача стоматолога

Кабинет врача стоматолога оснащен оборудованием «Syrona Dental», которое позволяет проводить широкий спектр профилактических, диагностических и лечебных манипуляций.

У пациентов, у которых нет времени для посещения врача-стоматолога по месту жительства, есть великолепная возможность сделать это во время отдыха в санатории в специально подобранное время.



Особой популярностью среди отдыхающих и посетителей пользуется процедура комплексной чистки зубов от налета и отложений при помощи системы «Air Flow». Технология удачно сочетает ультразвуковую чистку поверхности зубов и последующую порошковую обработку мелкодисперсной взвесью, что увеличивает эффективность процедуры до 50 и более процентов.

Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста.

Кабинет расположен на 1 этаже медицинского корпуса в блоке «Г».

Услуги кабинета функциональной диагностики

В санатории можно провести:

- суточный мониторинг сердечной деятельности (Холтеровское мониторирование, СМЭГ) и артериального давления (СМАД);

- резервографию организма.

Для работников «Газпром трансгаз Москва» 2-кратное измерение бесплатное;

- пикфлоуметрию;

- спирографию – для оценки функции дыхательной системы.

Кабинет располагается на третьем этаже лечебного корпуса в блоке «В».

Услуги кабинета врача-гинеколога

Квалифицированный специалист проведет стандартное обследование, а при необходимости и видеоскопию, а также УЗИ с использованием различных датчиков (внутриполостных и абдоминального).

При выявлении проблем могут быть назначены комплексные физиотерапевтические процедуры на аппаратах «Гинетон» и «Андрогин». Все услуги предоставляются в соответствии с действующим стандартом оказания медицинской помощи и клиническими рекомендациями.

Кабинет врача гинеколога располагается в цокольном этаже лечебного корпуса в блоке «Г».

ПРОЧИЕ НЕМЕДИЦИНСКИЕ УСЛУГИ

Плавание в бассейне

Визитная карточка санатория «Голубая горка» – плавательный бассейн. Он доступен для отдыхающих санатория и гостей нашего курорта. Помещение и высокотехнологичное оборудование обеспечивают посетителям комфортный и незабываемый отдых.

Наш санаторий предлагает услуги бассейна в сочетании с высокоэффективными лечебными и оздоровительными процедурами, в том числе: термотерапия, различные виды массажа, подводное вертикальное вытя-



жение позвоночника, различные виды электротерапии, лечебные ванны, души, иглорефлексотерапию, аппаратный LPG-массаж, аппликации Тамбуканской грязью и мн. др. Специалисты санатория помогут правильно подобрать необходимые вам процедуры. Имеются противопоказания, их консультации необходимы.

Сочетания бассейна и лечебных процедур значительно увеличит ваш жизненный тонус, активизирует скрытые возможности организма, а акваотпуск в санатории «Голубая горка», пожалуй, лучшее средство для отдыха!

Располагается бассейн в лечебном корпусе блока «Б».