

## МЕДИКЪЛ ПРОГРАМА ДЕТОКС

Натрупването на токсини в тялото може да бъде решаващ фактор при възникването на редица заболявания. Човешкият организъм има естествени механизми за пречистване от тях. Често, заради съвременният начин на живот, свързан с ежедневен стрес, боравене с продукти от битовата химия, неправилно хранене и прием на храни, отглеждани по неекологичен начин, количеството на токсините в организма чувствително се повишава, а компенсаторните му възможности се изчерпват.

Програма ДЕТОКС съчетава в себе си силата на лечебната минерална вода, подходящ хранителен режим и оптимална двигателна активност, за да се постигне максимален ефект за извличане на токсичните вещества по естествен път: чрез стимулиране на обмяната на веществата, увеличаване на диуреза, отделянето на токсини през кожата, зареждане на организма с необходимите му хранителни вещества.

### 1. Програма ДЕТОКС се провежда под ръководството на **ЛЕКАРСКИЯ НИ ЕКИП**:

- **Д-р Татяна Ангелова, д.м.** – специалист по физикална и рехабилитационна медицина, управител на балнеолечебен център в Медикъл СПА Хотел „Стримон Гардън“
- **Д-р Йовка Димитрова** – специалист по вътрешни болести

### 2. ЗА КОГО Е ПРЕДНАЗНАЧЕНА ПРОГРАМАТА?

Програмата е подходяща за хора, които търсят бърза и ефикасна детоксикация и пречистване на тялото в един дълъг уикенд. Тя е насочена към хората, които се ориентират към здравословен начин на живот, за да подобрят общото си физическо състояние, да се справят с хронична умора, липса на сън и трудна концентрация.

### 3. ЦЕЛ НА ПРОГРАМАТА

Изграждане на навици за правилен двигателен и хранителен режим. Регулиране на енергийните запаси и стимулиране на ревитализиращите процеси в организма.

### 4. ЕФЕКТ ОТ ПРОГРАМАТА

Овладяване на вегетативните дисфункции, стабилизиране на артериалното налягане, подобряване на съня и намаляване на умората. Регулиране на мастния и кръвноразнохарен профил. Следствие на създадените навици за здравословно хранене и двигателен режим са постигане на желана фигура и чувство за удовлетвореност.

Ефектът от програмата е в пряка зависимост от продължителността ѝ и/или нейната честота на прилагане.

### 5. ЕЛЕМЕНТИ НА ПРОГРАМАТА

- Консултация с лекар: начална и заключителна

По време на консултацията е препоръчително да представите информация за здравословното Ви състояние, удостоверено от проведени изследвания и консултации;

резултати от направените изследвания на кръв до 10 дни преди започване на програмата, включващи: ПКК, СРП, кръвна захар, мастен профил, пикочна киселина, холестерол, кръвни изследвания и др.

- **Външно балнеолечение** – Римска баня, хидромасажна вана
- **Питейно балнеолечение** с минерална вода от находище «Кюстендил» и бутилирана слабоминерализирана вода
- **Термотерапия:**
  - Финландска сауна и / или инфрачервена сауна и / или СПА Капсула
  - Апликации с морска луга / торф / кал
- **Лимфодренажен масаж**
- **Ултрафонофореза с детоксикиращи гелове**
- **Козметична терапия с детоксикиращи натурални продукти**
- **Движение и спорт**
  - Всекидневни упражнения под наблюдението на опитен кинезитерапевт и / или треньор – Пилатес, фитнес, аква аеробика и др.
  - Пешеходни разходки, велоразходки и др.
- **Здравословно хранене**
  - Основните видове храни са плодове, зеленчуци, зърнени и бобови варива, ядки, чай и други.
  - По време на програмата се пие ниско минерализирана вода в количества определени в зависимост от състоянието на сърдечно-съдовата система и телесното телло.

#### 6. ВРЕМЕТРАЕНЕ НА ПРОГРАМАТА: 3, 5 или 7 дни

#### 7. ПАКЕТНИ ЦЕНИ ЗА СТАЯ:

НАСТАНЯВАНЕ	ПАКЕТ 3 НОЩУВКИ	ПАКЕТ 5 НОЩУВКИ	ПАКЕТ 7 НОЩУВКИ
Единична стая „ДЕЛУКС“	700.00 лв.	1109.00 лв.	1392.00 лв.
Двойна стая „ДЕЛУКС“	1015.00 лв.	1618.00 лв.	2056.00 лв.

#### Посочените цени са за стая и включват:

- Съответния брой нощувки, достъп до открит / закрит минерален басейн, SPA & Wellness Център (Римска баня, парна баня, финландска сауна, инфрачервена сауна, контрастен басейн, топли релакс пейки, релакс зона с топли легла), фитнес зала, паркинг, интернет, туристическа такса, туристическа застраховка, ДДС
- 10% отстъпка от всички допълнително избрани СПА процедури

- **Пакет 3 нощувки:**

Хранене: 5 пъти дневно по специално селектирано диетично меню;

Процедури: 2 дни по 2 процедури дневно по лекарско предписание;

- **Пакет 5 нощувки:**

Хранене: 5 пъти дневно по специално селектирано диетично меню;

Процедури: 4 дни по 2 процедури дневно по лекарско предписание;

- **Пакет 7 нощувки:**

Хранене: 5 пъти дневно по специално селектирано диетично меню;

Процедури: 6 дни по 2 процедури дневно по лекарско предписание;

