**Состав программы реабилитации после коронавирусной инфекции COVID – 19**

**(курс лечения) \***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование медицинских услуг | Кол-во дней7/10/14/21 | Оказываемый эффект |
| 1. **Осмотр специалистов**
 |
| * Врачебный прием (осмотр специалистами МДРК)
 | 2/2/2/3 | Осмотр, составление плана лечения, контроль эффективности лечения |
| * Первичный осмотр врача- пульмонолога
 | 1/1/1/2 |  |
| * Первичный осмотр врача-физиотерапевта
 | 2/2/2/3 |  |
| * Первичный осмотр врача ЛФК
 | 2/2/2/3 |  |
| * Консультация психолога
 | 2/2/2/3 |  |
| * Консультация кардиолога
 | 1/1/1/2 |  |
| * Консультация невролога
 | 1/1/1/2 |  |
| * Консультация врача-диетолога
 | 1/2/2/3 |  |
| * Осмотр лечащего врача
 | 2/3/3/5 |  |
| 1. **Общеоздоровительные процедуры**
 |
| * Лечебная физкультура в зале

(групповые занятия с дыхательной гимнастикой) | 6/9/10/10 | Повышение работоспособности, улучшение кровообращения, активизация работы внутренних органов. Упражнения дыхательной гимнастики направлены на обогащение организма кислородом, увеличение концентрации углекислоты в тканях, полное раскрытие всех альвеол легочной ткани |
| * Аквааэробика (групповая физкультура в бассейне через день)
 | 6/9/10/10 |
| * Цигун-терапия
 | 3/6/6/10 | Снижение стресса, регулирование эмоций, укрепление дыхательных мышц, уменьшение воспаления и усиление иммунной функции. |
| * Велотренажер/ходьба на беговой дорожке
 | 6/9/10/10 | Способствуют тренировке дыхательной и сердечно-сосудистой систем, увеличению объёма вдыхаемого воздуха, способствуют очищению бронхо-лёгочной системы, положительно влияют на выносливость. |
| * Терренкур (включая скандинавскую ходьбу)
 | 5/8/10/10 | Дозированные физические нагрузки на дыхательную систему, укрепление мышц, связок, увеличение объема движений. |
| 1. **Бальнеотерапия (чередовать)**
 |
| * Хлоридные натриевые иодобромные ванны
 | 5/8/10/10 | Оказывают тонизирующее действие на организм, конечности, уменьшают боль, обладают антиспастическим действием, способствуют коррекции нарушений центральной и вегетативной нервной системы, укрепляют сосудистые стенки |
| * Сухие углекислые ванны
 | 5/8/10/10 | Улучшают функцию внешнего дыхания, повышают бронхиальная проходимость, улучшают вентиляционную функцию, повышают уровень кислорода в крови, улучшает обменные процессы, способствует расширению сосудов, улучшению работы нервной системы, сердца. |
| * Грязелечение на область грудной клетки (мешочки)
 | 5/8/10/10 | Противовоспалительный, иммуномодулирующий, антибактериальный и седативный эффекты, улучшение микроциркуляции, активация процессов регенерации поврежденных тканей, стимуляция трофических процессов |
| 1. **Массаж**
 |
| * Массаж грудной клетки ручной/баночный вакуумный массаж
 | 5/7/10/10 | Восстанавливает функциональные нарушения дыхательной системы, повышает тонус дыхательной мускулатуры, увеличивает экскурсию грудной клетки, способствует восстановлению микро- и макроциркуляции крови. |
| * Хивамат
 | 5/7/10/10 |
| 1. **Аппаратная физиотерапия**
 |
| * Магнитотерапия низкочастотная
 | /8/10/10 | Воздействие на трофику органов путем электромагнитных колебаний низкой частоты, оказывает выраженный противовоспалительный эффект с улучшением показателей внешнего дыхания. |
| * ИК- лазеротерапия, в области середины грудины, зон Кренига, межлопаточной области паравертебрально на уровне ThIV - ThVIII и на зону проекции воспалительного очага, по 1 - 2 мин. на одну зону, 12 - 15 мин
 | 7/8/10/10 | Улучшение микроциркуляции легочной ткани, противовоспалительное действие, уменьшение сосудистой проницаемости, подавление патогенной микрофлоры, восстановление ткани легкого |
| * ИК – лазеротерапия, надвенное облучение крови
 | 7/8/10/10 | Улучшение реологических свойств крови, противовоспалительное действие, уменьшение сосудистой проницаемости |
| * Электрофорез лекарственных средств
 | 6/7/10/10 | Противовоспалительное, обезболивающее, трофостимулирующее, спазмолитическое действия, |
| * СМТ-терапия
 | 7/8/10/10 | С целью спазмолитического действия, уменьшения бронхиальной обструкции, активации дренажной функции, стимуляции кашлевых рецепторов, расположенных в области бифуркации трахеи, поперечнополосатых, гладких и дыхательных мышц, улучшения эвакуации мокроты. |
| * Лимфовижин
 | 7/8/10/10 | Оказывает противовоспалительное действие, восстанавливает бронхиальную проходимость, способствует отхождению мокроты |
| * Интерференцтерапия
 | 7/8/10/10 |  Болеутоляющее, миорелаксирующее свойства, нормализация работы вегетативной нервной системы, устранение отечности приневральной ткани, улучшение периферического кровообращения |
| * Ультразвуковая терапия
 | 7/8/10/10 | Противовоспалительное, десенсибилизирующее, спазмолитическое, дефиброзирующее действия, воздействие на гладкую мускулатуру бронхов, способствующее отхождению мокроты. |
| * ТЭС- терапия
 | 5/8/10/10 | Активация защитных механизмов мозга, облегчение болевых синдромов различного характера, снятие состояния депрессии, стресса, обеспечение дополнительной нормализации сна, аппетита, веса, деятельности мозга и памяти, повышение работоспособности, стимуляция иммунитета  |
| 1. **Климатотерапия**
 |  |  |
| * Спелеотерапия
 | 5/7/10/10 | Активизация иммунной системы, укрепление защитных механизмов, предотвращение развития инфекций, восстановление бронхиальной проводимости, стимулирование деятельности мерцательного эпителия дыхательных путей, оказание противовоспалительного, секретолитического, бронхолитического действия |
| * Ингаляции
 | 6/8/10/10 | Противовоспалительное и антисептическое воздействие, стимулируют отхождение мокроты, оказывают иммуноукрепляющий эффект на дыхательную систему |
| * Кислородный коктейль

(1 раз в день) | 6/8/10/10 | Улучшение метаболизма клеток, обмена веществ, активация моторной, ферментативной и секретной функцию ЖКТ, стабилизация деятельности нервной системы |
| * Прием фиточая (по показаниям)
 | 6/8/10/10 | Иммунокоррекция/противовоспалительный. |
| * Прием минеральной воды

(3 раза в день за 30 мин до еды по 200 мл) | 7/10/14/21 | Восполнение в организме дефицита жизненно важных микроэлементов, благоприятное воздействие на обменные процессы, снятие воспалений в почках, мочевыводящих путях, желудочно- кишечного тракта |
| 1. **Иглорефлексотерапия**
 |
| * Иглорефлексотерапия
 | 5/8/10/10 | Улучшает кровообращение и нормализует обмен веществ, улучшает психическое состояние, повышает иммунитет, оказывает противовоспалительное действие. |
| 1. **Озонотерапия**
 |
| * в\в капельно
 |  5/5/7/10 | Обогащение организма кислородом, восстановление равновесия иммунной и гормональной системы, повышение защитных сил, детоксикация организма, стимуляция обмена веществ и иммунитета |
| * Питье озонированного физиологического раствора дистиллированной воды
 | 7/10/14/21 |
| * Ингаляция озонированной дистиллированной водой
 | 5/5/5/5 |
| 1. **Карбокситерапия**
 |
| * Карбокситерапия
 | 5/5/7/0 | Улучшение лёгочной вентиляции и газообмена, болеутоляющий, спазмолитический, противовоспалительный эффекты, снижение артериального давления, вязкости крови, снижение тонуса капилляров, устранение отёков, улучшение питания тканей, ускорение обменных процессов, нормализация синтеза гормонов |
| 1. **Психотерапия**
 |  |  |
| * Психотерапия
 | по показаниям | Регулирование эмоций, активация защитных механизмов мозга, облегчение болевых синдромов различного характера, снятие состояния депрессии, стресса, обеспечение дополнительной нормализации сна, деятельности мозга и памяти, повышение работоспособности, стимуляция иммунитета |
| 1. **Диетотерапия**
 |  |  |
| * Оценка пищевого статуса; назначение основного стандартного варианта диеты лечебного питания с учетом основной патологии и наличия имеющейся сопутствующей хронической патологии; включение в рационы стандартных диет Сухой белковой композитной смеси; обязательное проведение «С», «Д» - витаминизации блюд. Коррекция дисбиоза кишечника, вызванного применением антибиотиков
 |

* Состав и количество процедур могут отличаться. Полный перечень процедур устанавливается индивидуально лечащим врачом в зависимости от тяжести перенесенного заболевания и характера осложнений (поражение легких/пневмония; кардиопатия, скованность и уменьшение подвижности суставов; нарушение психоэмоционального состояния и т.д.) Процедуры и их количество могут быть заменены лечащим врачом на основании индивидуальных противопоказаний