

• Памятка отдыхающим о документах, необходимых при заезде в санаторий «Нукутская Мацеста»:

1. ПАСПОРТ;
2. САНАТОРНО - КУРОРТНАЯ КАРТА (установленного образца - форма №072/у, сроком давности не более 2 месяцев);
3. ДОВЕРЕННОСТЬ НА ПОЛУЧЕНИЕ ПУТЕВКИ (если путевка приобретена через предприятие или туристическую фирму);
4. СТРАХОВОЙ ПОЛИС ОБЯЗАТЕЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО СТРАХОВАНИЯ;
5. СТРАХОВОЕ СВИДЕТЕЛЬСТВО ОБЯЗАТЕЛЬНОГО ПЕНСИОННОГО СТРАХОВАНИЯ (СНИЛС);

Для детей:

6. СВИДЕТЕЛЬСТВО О РОЖДЕНИИ (детям до 14 лет);
7. ПАСПОРТ (детям старше 14 лет);
8. САНАТОРНО - КУРОРТНАЯ КАРТА (установленного образца - форма №076/у, сроком давности не более 2 месяцев);
9. СПРАВКА ОБ ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОМ ОКРУЖЕНИИ ОТ ВРАЧА - ПЕДИАТРА ИЛИ ВРАЧА - ИНФЕКЦИОНИСТА;
10. СПРАВКА ОТ ВРАЧА - ДЕРМАТОВЕНЕРОЛОГА;
11. АНАЛИЗ КАЛА НА ЭНТЕРОБИОЗ;
12. КОПИЯ СЕРТИФИКАТА ПРИВИВОК;
13. СТРАХОВОЙ ПОЛИС ОБЯЗАТЕЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО СТРАХОВАНИЯ;
14. СТРАХОВОЕ СВИДЕТЕЛЬСТВО ОБЯЗАТЕЛЬНОГО ПЕНСИОННОГО СТРАХОВАНИЯ (СНИЛС);

ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ И ОГРАНИЧЕНИЯ ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫЕ К ОТДЫХАЮЩИМ

- По одной путевке принимается только один человек, деление стоимости лечения не допускается;
- Запрещается передавать свои путевки, доверенности другим лицам;
- Досрочное заселение в номер и продление проживания после окончания срока путевки оплачивается согласно прейскуранта цен в кассе ОГБУЗ «Нукутская РБ»;
- По детской путевке принимаются дети от 3 до 17 лет (включительно);
- Размещение с домашними животными запрещено;
- Неиспользованные в связи с досрочным отъездом без уважительной причины дни не переносятся из одной путевки на другую, стоимость неиспользованных дней не

возвращается, не переносится на другую путевку и не компенсируется платным лечением, сухими пайками или какими - либо другими услугами;

- Дополнительные услуги, не входящие в стоимость путевки, оплачиваются отдыхающими самостоятельно согласно прейскуранта цен в кассе ОГБУЗ «Нукутская РБ»;
- В случае пожара, возникшего вследствие неосторожного использования электронагревательными приборами, а также в случае поломки или утери имущества всю ответственность за причиненный ущерб отдыхающий несет самостоятельно;
- Отдыхающий несет ответственность за сохранность своих вещей, денег, за соблюдение правил собственной безопасности;
- Соблюдение тишины в корпусе и на территории отделения после 23:00 ОБЯЗАТЕЛЬНО!
- При выезде из отделения необходимо освободить комнаты в соответствии с расчетным часом, установленным в отделении - санатория;
- Вопросы по размещению и питанию решаются заведующим отделения совместно со старшей медицинской сестрой отделения;
- Все спорные вопросы и претензии, возникшие во время пребывания в отделении решаются на месте. В случае их неудовлетворения вопрос решается на уровне главного врача и ВК;

ОБЩИЕ ПРАВИЛА И РЕКОМЕНДАЦИИ САНАТОРНО - КУРОРТНОГО ЛЕЧЕНИЯ:

- Для получения положительных результатов лечения в санатории отдыхающий должен точно выполнять назначения лечащего врача, строго придерживаться рекомендованного режима;
- Отдыхающий посещает лечащего врача в указанные им сроки;
- Процедуры необходимо принимать столько, сколько назначил врач и именно в назначенное время;
- Питаться надо регулярно, всегда в одни и те же часы. Соблюдайте умеренность в еде и приеме жидкости. Придерживайтесь назначенной врачом диеты;
- Старайтесь ложиться спать и просыпаться в одно и то же время. Соблюдайте режим дня, установленные в санатории;
- Употребление алкоголя и курение несовместимы с лечением и отдыхом в санатории;
- Соблюдение правильного режима и после санаторно - курортного лечения, в домашних условиях, помогает сохранить здоровье.

РАСЧЕТНЫЙ ЧАС в санатории - 12:00. Заселение производится независимо от расчетного часа - круглосуточно.

ПО ПРИБЫТИИ В САНАТОРИЙ: Вам необходимо обратиться в заведующему отделением и предъявить все необходимые документы.

Желаем Вам крепкого здоровья, приятного и полезного отдыха и отличного настроения!

ПРАВИЛА ВНУТРЕННЕГО РАСПОРЯДКА ДНЯ В САНАТОРИИ:

- ПОДЪЕМ, УТРЕННИЕ ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ - 7:00 - 8:00;
- ЗАВТРАК - 8:00 - 8:30;
- ПРИЕМ ЛЕЧЕБНЫХ ПРОЦЕДУР - 9:00 - 16:00;
- ОБЕД - 13:00 - 14:00;
- ПОЛДНИК - 16:00 - 16:30;
- ОТДЫХ - 16:30 - 19:00;
- УЖИН - 19:00 - 19:30;
- ОТДЫХ - 19:30 - 23:00;
- НОЧНОЙ СОН - 23:00 - 7:00.

ОБЩИЕ ПРАВИЛА И РЕКОМЕНДАЦИИ САНАТОРНО-КУРОРТНОГО ЛЕЧЕНИЯ

44. Показания для лечения: заболевания опорно-двигательного аппарата, кожи, нервной системы, сердечно-сосудистые заболевания, урологические, гинекологические, аллергические, нарушение обмена веществ у детей и взрослых.
45. Для получения положительных результатов лечения в санатории отдыхающий должен точно выполнять назначения лечащего врача, строго придерживаться рекомендованного режима.
46. Отдыхающий посещает лечащего врача в указанные им сроки.
47. Процедуры надо принимать столько, сколько назначил их врач и именно на назначенное время.
48. Питаться надо регулярно, всегда в одни и те же часы. Соблюдайте умеренность в еде и приеме жидкости. Придерживайтесь назначенной врачом диеты.
49. Ложитесь спать и вставать в часы, установленные правилами внутреннего распорядка.
50. Употребление алкоголя и курение несовместимы с лечением и отдыхом в санатории.
51. Соблюдение правильного режима и после санаторно-курортного лечения, в домашних условиях, помогает сохранить здоровье.

РАСЧЕТНЫЙ ЧАС в санатории — 8.00. Заселение производится независимо от расчетного часа, круглосуточно.

ПО ПРИБЫТИИ В САНАТОРИЙ: Вам необходимо обратиться к Администратору санатория и предъявить все необходимые документы.

Желаем Вам крепкого здоровья, приятного отдыха и отличного настроения!

Чудо-вода рядом

С позиции взаимодействия организма человека с внешней средой минеральные воды — это естественные раздражители со сложной физико-химической структурой. И, конечно, по своему составу минеральные воды многосложнее наиболее распространенных фармакологических препаратов. Минеральные воды широко распространены в толще земной коры и по своим бальнеологическим характеристикам разбиты на 9 основных групп. Это сероводородные (сульфидные) воды, углекислые, железистые, кремнистые, мышьякосодеждающие, радоновые, борсодержащие, бромные, йодобромные и йодные.

В нашем районе разработано и освоено в 1967 году уникальное от Урала до Дальнего Востока месторождение сероводородных вод. В настоящее время все большее значение и популярность приобретает «Нукутская Мацеста». Воды Нукутского месторождения относятся к крепким сульфатным рассолам. Действие сероводорода на организм человека многогранно. Механизмы его действия на человека разнообразны. Главный — это повышение энергетического потенциала клетки. В основе: это сложное и взаимосвязанное влияние на организм температурного, химического, механического факторов. Наиболее ценным является химический фактор действия сероводородной воды. Сероводород и сульфидные ионы поступают в организм через кожу до 90%, и через легкие 10%. Циркулируя в крови эти компоненты оказывают рефлекторно-резорбтивное действие, особенно на нервные структуры и печень, т. е. сероводород вступает в тиоловый обмен организма с соединениями, которые содержат серу и действует на центральную и вегетативную нервную систему, уровень гормонов, иммунитет, микроциркуляцию. При этом значительно стимулируется энергетический обмен через ферменты цикла Кребса. Сероводород, сульфгидрильные группы ускоряют окислительно-восстановительные и ферментативные процессы организма, усиливая обмен белков и аминокислот. В крови и коже повышается содержание биологических, вазоактивных веществ. Возрастает число действующих капилляров, сосудов, ускоряются обменные процессы на микроуровнях, что содействует улучшению кровоснабжения органов- сердца, мозга, печени, конечностей. Сероводород также проникает через гематоэнцефалический барьер в тонкие структуры мозга, улучшая регуляцию внутренних органов. Поэтому люди принявшие лечение у нас повторно прибывают к нам, заодно приглашая на лечение родственников и знакомых. Все они становятся нашими добровольными помощниками в продвижении услуг нашего санатория в регионе.

Минеральные воды Нукутского месторождения относятся к числу наиболее известных в Восточной Сибири. Основным лечебным фактором является минеральная вода с крепкими сульфидными хлоридно-натриевыми рассолами с минерализацией 50–70 г/л, содержанием сероводорода 240–270 мг/л. Рассолы являются аналогом Сочинской «Мацесты», в ее составе присутствуют большое количество разнообразных микроэлементов, сульфатредуцирующих бактерий — что делает ее уникальной. Также имеются питьевые лечебные воды средней и малой минерализации Углинского типа. Сероводородная вода оказывает противовоспалительное, болеутоляющее рассасывающее

действие с противозудным эффектом, улучшает все виды обмена веществ и повышает иммунитет, способствует выведению из организма токсичных веществ, ускоряет лечение ожогов, обморожений, ушибов и переломов.

Воспользуйтесь услугами нашего санатория и поправьте свое здоровье.

СЕРОВОДОРОДНЫЕ ВАННЫ

Сероводород как сильный восстановитель вызывает превращение дисульфидных групп белков и энзимов в сульфгидрильные и выполняет роль природного антиоксиданта. В результате снижается активность пентозного цикла и синтез липопротеидов низкой плотности, обладающих выраженным атерогенным действием. Образующийся сульфид-ион включается в синтез аминокислот метионина и цистеина, индуцирует дифференцировку клеток базального и шиповатого слоев эпидермиса, ускоряет рост волос, активирует секрецию сальных и потовых желез кожи. Включаясь в метаболизм мукополисахаридов, он утилизирует хондриотинсерную кислоту и ускоряет синтез коллагена фиброцитами. Сероводород стимулирует репаративную регенерацию и упорядочивает структуру коллагеновых волокон в рубцах, что приводит к эластичности коллагеновых волокон, кроме того, опосредованно активируя секрецию кортикостероидов оказывает хороший противовоспалительный эффект, но — при минимальной степени активности процесса. Кроме того, сульфидион индуцирует митозы в гепатоцитах и активирует микросомальную фракцию цитохромов P450, что приводит к увеличению синтеза белков плазмы крови и гликопротеидов, а также усиливает инактивацию токсинов в печени. Уменьшая аффинность рецепторов эндотелия к лигандам, сероводород вызывает накопление биологически активных веществ (цитокины, простагландины, брадикинин) и медиаторов (гистамин и ацетилхолин) в поверхностных тканях. В результате происходят двухфазные изменения кровотока кожи — начальный кратковременный спазм сосудов сменяется их продолжительным расширением. Увеличение кровотока в артериолах, капиллярах и венах приводит к гиперемии кожи, которая сохраняется до 20 мин. и после окончания процедуры. Импульсивная активность нервных проводников кожи вначале приема ванны усиливается, а затем существенно снижается, что приводит к уменьшению болевой и тактильной чувствительности кожи. Снижая агрегационную способность тромбоцитов, сероводород улучшает реологические свойства крови. И восстанавливает нормальное соотношение тормозно-возбудительных процессов в коре головного мозга.

Сероводородные ванны улучшают кровообращение и трофические процессы в тканях суставов, способствуют росту и нормализации функций синовиальных ворсинок, вырабатывающих синовиальную жидкость, положительно влияют на состояние мышечной системы.

ЛЕЧЕБНЫЕ ЭФФЕКТЫ: противовоспалительный (репаративно-регенеративный), метаболический (гликолитический и липолитический), эпителизирующий, иммуномодулирующий, дезинтоксикационный, секреторный, седативный.

ПОКАЗАНИЯ: заболевания сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца, стенокардия напряжения 1–2 ФК, миокардиодистрофия, постинфарктный (через 6 мес.), ревматический миокардит минимальной активности, миокардитический и атеросклеротический кардиосклероз, начальные явления атеросклероза), заболевания периферической (невралгии, токсический полиневрит, пояснично-крестцовый радикулит, миелит) и центральной (энцефалит, неврастения, травматическая цереброастения) нервной системы, заболевания опорно-двигательного аппарата (ревматический и инфекционно-аллергический полиартрит, спондилез, остеохондропатия, остеоартроз), неинфекционные болезни кожи, заболевания сосудов (облитерирующий эндартериит, болезнь Рейно, варикозная болезнь), вибрационная болезнь, трубное бесплодие, хронические отравления солями тяжелых металлов (свинца и ртути).

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ: острые и хронические заболевания печени, желчевыводящих путей и почек в стадии обострения, ишемическая болезнь сердца, стенокардия напряжения 3 ФК, сердечная недостаточность 2 стадии, токсико-аллергические реакции на сероводород, вегетососудистые дисфункции, выраженный атеросклероз сосудов головного мозга, желчнокаменная и мочекаменная болезнь.

МЕТОДИКА: после ванны кожа промакивается полотенцем (без растирания).

Кроме местных и общих ванн сероводородную минеральную воду используют для спринцеваний, орошений, ингаляций, душей, промываний, полосканий и микроклизм. Продолжительность проводимых, с перерывом через день или на 3-день, ванн составляет 8–12 мин. На курс лечения назначают 12–15 ванн. Повторные курсы сероводородных ванн проводят через 6 месяцев.