

СОСТАВ ПРОГРАММЫ	5 дней	7 дней	10 дней
<b>ПЕРСОНАЛИЗИРОВАННОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ</b>			
Первичный прием врача-ментора	1	1	1
Сопровождение врача-ментора	2	4	5
Заключительный прием врача-ментора	1	1	1
Разработка персональной стратегии здорового образа жизни, формирование «Паспорта здоровья»	1	1	1
Консультация врача-специалиста, 30 мин.	1	1	1
Врачебный консилиум	1	1	1
Встреча с менеджером гостевого сервиса	1	1	1
Заключительная встреча с менеджером гостевого сервиса	1	1	1
Онлайн-консультация, 30 мин.	1	1	1
<b>ИНСТРУМЕНТАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА</b>			
УЗДГ вен нижних конечностей	1	1	1
ЭХОКГ	1	1	1
ЭКГ	1	1	1
<b>ЛАБОРАТОРНАЯ ДИАГНОСТИКА</b>			
Клинический анализ крови с лейкоцитарной формулой	1	1	1
Общий анализ мочи с микроскопией	1	1	1
4 обязательных анализа, экспресс	1	1	1
<b>Биохимические показатели:</b>			
С-реактивный белок	1	1	1
Ферритин	1	1	1
Гамма-глутамилтранспептидаза (ГГТП)	1	1	1
Общий белок	1	1	1
Альбумин	1	1	1
Лактатдегидрогеназа (ЛДГ) общая	1	1	1
Креатинкиназа (креатинфосфокиназа)	1	1	1

Аланинаминотрансфераза (АЛТ)	1	1	1
Аспартатаминотрансфераза (АСТ)	1	1	1
Общий билирубин	1	1	1
Забор крови, забор мочи	1	1	1
<b>ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ЛЕЧЕБНЫЙ ПЛАН</b>			
● Кислородная капсула	5	7	10
● Курс экспрессии генов «Cell balance», 1 сеанс	5	7	10
● Биоакустическая коррекция «Музыка мозга»	2	2	5
● Ингаляция на аппарате BreezeLite гелий-кислородной смесью, 30 мин.	3	3	7
Комплексная лимфодренажная прессотерапия: восстановление после COVID-19	3	4	5
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ПРОЦЕДУР</b>	<b>43</b>	<b>50</b>	<b>62</b>
<b>ЛЕКЦИИ</b>			
Интеллектуальный вечер с врачом на темы: «Превентивная персонализированная медицина», «Системная детоксикация», «Женское здоровье», «Мужское здоровье», «Сомнология»	4	6	6
<b>ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ</b>			
Дыхательная гимнастика по методике Стрельниковой	5	7	10
Нейромедитация	5	7	10
Нейрофитнес	5	7	10
Групповые занятия: гибкость, пилатес, МФР	5	7	10
Тренировки: осанка, мобильность, мягкий фитнес	5	7	10
Скандинавская ходьба	5	7	10
<b>ПИТАНИЕ, ПРОЖИВАНИЕ</b>			
Раздельное питание (завтрак / обед / ужин — тум)	5/5/5	7/7/7	10/10/10
Проживание	5	7	10

Обратите внимание, что состав программы индивидуален и процедуры могут заменяться в зависимости от показаний или противопоказаний

● - Инновационные процедуры  
 ■ - Посещение по выбору гостя