



ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПОЛИКЛИНИКА №3
Управление делами Президента
Российской Федерации

Центр реабилитации



Горный Воздух в Мегполисе

Предлагаем Вам уникальную услугу

Гипокситерапия

Общеизвестно, что горный климат чрезвычайно полезен для здоровья. Именно в горах люди живут дольше и гораздо меньше болеют.

Термин «**ГИПОКСИЯ**» в переводе с греческого означает «**кислородная недостаточность**». Поэтому гипокситерапия буквально трактуется как **лечение через кислородное голодание**. Гипокситерапию еще называют система «**Горный воздух**». При этом нужно подразумевать не лишение человека кислорода, а, напротив, **совершенствование механизмов его захвата, транспорта и утилизации**.

Нормобарическая гипокситерапия - это дыхание воздухом с уменьшенным содержанием кислорода, но при обычном атмосферном давлении. Метод позволяет получать те же результаты, что и при лечении в горных условиях, но на равнине, в обычной поликлинике, санатории, в домашних условиях.

Система «Горный Воздух»

Эта оздоравливающая организм технология, которая позволяет моделировать на равнине недостаток кислорода, образующийся в горах с повышением высоты, что оказывает положительное воздействие на организм. Причем оздоравливающий и стимулирующий эффекты горного воздуха реализуются без снижения атмосферного давления.



Под воздействием «горного воздуха» повышается способность организма насыщать клетки кислородом, облегчается процесс его захвата, транспортировки и усвоения, что является основой для повышения выносливости, работоспособности и улучшения здоровья.

По специально разработанной технологии из обычного воздуха по отдельности сортируются находящиеся в нём молекулы кислорода и азота. Затем воздух подаётся в составе, соответствует пониженному парциальному давлению кислорода в природных горных условиях.

Натуральные методы профилактики и лечения

Фундаментальные исследования показывают, что человек наделен резервами в виде особых форм метаболизма, глубинного обмена веществ, которые хранятся в генетической памяти организма и обладают способностью сохранять здоровье, а подчас и жизнь в неблагоприятных или экстремальных обстоятельствах. Речь идет о повышении энергообеспечения организма за счет не востребованных до поры до времени, резервных биохимических реакций и соответствующих им структурных преобразований.

Не случайно, в последние годы мы являемся свидетелями повышения интереса к натуральным методам профилактики и лечения. К ним можно отнести аэрофитотерапию/ароматерапию, фитотерапия, лечение в галокамерах/соляных пещерах. В этот круг естественно вписывается и **нормобарическая гипокситерапия**, как природный стимул неспецифической резистентности организма человека.



Гипокситерапия - немедикаментозная методика лечения посредством реанимирования внутренних возможностей человеческого организма при воссоздании условий нехватки кислорода.

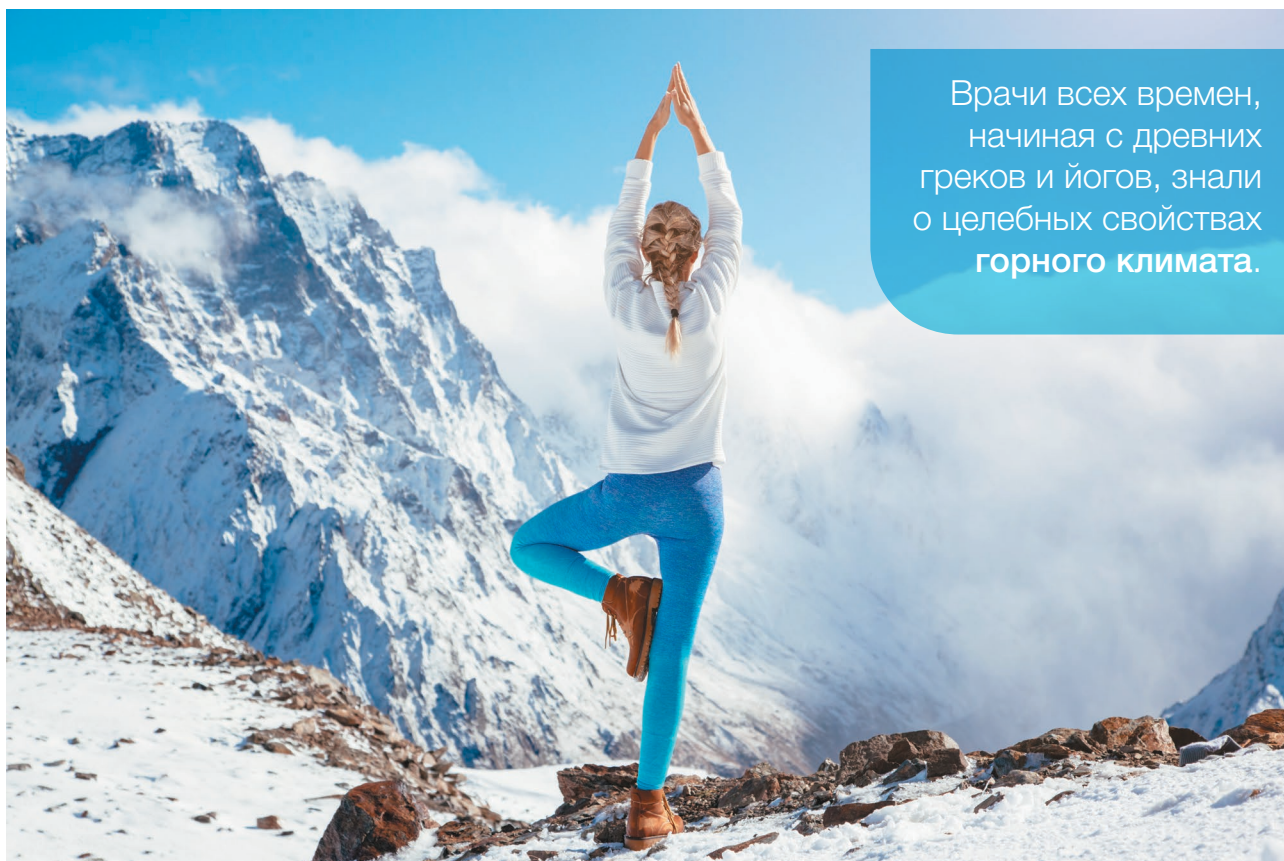
Разница между гипобарической гипоксией и нормобарической гипоксией

Гипобарическая гипоксия может развиваться в организме человека **в естественных условиях** за счет снижения атмосферного давления - при подъеме в горы, в самолете. Поднимаясь в горы, человек в той или иной степени может испытывать одышку, головокружение, общую слабость, сердцебиение, эйфорию. Этот симптомокомплекс, известный как "горная болезнь", бесследно проходит при возвращении на равнину.

Альтернативой гипобарической гипоксии является **гипоксия нормобарическая**. Клиническая практика подтверждает, что нормобарическая гипоксия **переносится легче**, поскольку отсутствует фактор пониженного атмосферного давления. При этом в полной мере сохраняется действие основного начала - дефицита кислорода, существенно влияющего на уровень энергообеспечения организма.

Эффекты гипоксических тренировок

Основной результат гипоксических тренировок - увеличение переносимости физических нагрузок. Метод является безопасным и эффективным даже для пожилых людей. Показано снижение артериального давления и нормализация его профиля. Подтверждены гиполипидемический и гипогликемический эффекты гипоксических тренировок. Продemonстрировано уменьшение числа желудочковых экстрасистол при холтеровском мониторировании ЭКГ после завершения тренировок, а также улучшение сна у пациентов с ИБС.



Врачи всех времен, начиная с древних греков и йогов, знали о целебных свойствах **горного климата**.

Доказана эффективность при:

- 1 **Ишемической болезни сердца** в виде снижения холестерина крови, риска тромбообразования, уменьшения количества приступов стенокардии и числа экстрасистол, улучшения кровоснабжения миокарда.
- 2 Заболеваниях органов дыхания (**хронический бронхит, бронхиальная астма, ХОБЛ**) вследствие улучшения бронхиальной проходимости и вентиляционной функции легких
- 3 **Гипертонической болезни и ВСД** по гипертоническому и кардиальному типу в связи с артериодилатирующим действием
- 4 **Анемии** из-за стимуляции эритропоэза
- 5 **Ожирении и метаболическом синдроме**, так как зарегистрировано снижение уровня гормона лептина, способствующего развитию данных нарушений, а также сахара крови, при одновременном повышении чувствительности соответствующих рецепторов к инсулину
- 6 **Поллинозе, крапивнице**, различных аллергических проявлениях
- 7 **Подготовке к родам беременных** для уменьшения гипоксии плода и повышения жизненных ресурсов пациенток
- 8 **Эпидемиях гриппа и ОРВИ**, когда служит средством профилактики, снижая риск заболевания после проведенного курса в **2-4 раза**
- 9 Болезнях нервно-психической сферы: **депрессиях, астеническом синдроме, неврозах**, поскольку увеличивает выработку серотонина

Гипокситерапия

Позволяет улучшить метаболизм тканей и систем организма, усилить иммунитет, эритропоэз, способствовать достижению ремиссии при обострениях большинства хронических заболеваний.

Стоимость 1 сеанса гипокситерапии – 500 рублей

Длительность 1 сеанса – 1 час

Отпуск процедуры
проводится в **236 каб.**

reabil-center.ru
pudp.ru

Запись на ресепшен отделения
реабилитации или по телефонам:

+7 (495) 680-73-77
+7 (495) 982-10-10