

✓ Прежде, чем начать лечебный курс в «соляной комнате», необходимо уточнить показания и противопоказания у своего лечащего врача.

✓ Инвалидам, детям-инвалидам и гражданам пожилого возраста услуга «Профилактика и оздоровление в «соляной комнате» предоставляется на основании медицинской справки об отсутствии противопоказаний к посещению «соляной комнаты».



✓ Услуга доступна всем категориям граждан, в том числе инвалидам – колясочникам.

Существуют противопоказания к посещению солевой пещеры.

- Основными являются:
- ✓ острые формы заболеваний;
 - ✓ инфекции;
 - ✓ тяжелые стадии заболеваний (сахарный диабет, сердечная недостаточность);
 - ✓ серьезные психические отклонения;
 - ✓ онкопатологии (особенно злокачественные);
 - ✓ заболевания кровеносной системы;
 - ✓ метаболические нарушения;
 - ✓ наличие гнойников, кровоточащих ран и язв;
 - ✓ тяжелая зависимость (алкоголизм, наркомания);
 - ✓ непереносимость галоаэрозоля.

Соляная комната уникальная возможность укрепить здоровье Вам и всей Вашей семье.

ЦЕНА ЗА 1 СЕАНС	
для граждан пожилого возраста и инвалидов города	для населения города
Для детей до 16 лет	44 руб. 80 руб.
Для детей старше 16 лет и взрослых	77 руб. 140 руб.
Для детей до 16 лет (за 10 сеансов)	300 руб. 600 руб.
Для взрослых (за 10 сеансов)	600 руб. 1 100 руб.

РЕЖИМ РАБОТЫ:

Понедельник
Вторник
Среда **08.30 – 17.00**
Четверг
Пятница
Суббота – **10.00 – 16.00**
(по предварительной записи)



Государственное бюджетное учреждение
Ямало-Ненецкого автономного округа
«Центр социального обслуживания населения
«Гармония»
в муниципальном образовании город Ноябрьск»

Соляная комната- здоровье в каждом вдохе



Море далеко.....

А МЫ РЯДОМ!

МЫ ЖДЕМ ВАС ПО АДРЕСУ:
г. Ноябрьск, ул. Ленина, д. 7
тел.8 (3496) 33-42-34 (доп. 766)

Соляная комната –

помещение, в котором используется особый микроклимат, максимально приближенный к микроклимату естественных, природных соляных пещер, направленных на профилактику и лечение большого количества заболеваний.

Посещение соляной комнаты

способствует:

- ✓ Эффективному укреплению общего иммунитета организма
- ✓ Оздоровлению, очищению и снятию отеков верхних дыхательных путей
- ✓ Нормализации обменных процессов организма
- ✓ Положительного влияния на сердечно-сосудистую и эндокринную системы
- ✓ Восстановлению организма после медикаментозного лечения
- ✓ Снижению аллергенной чувствительности организма
- ✓ Антидепрессивному и антистрессовому воздействию
- ✓ Очищению и омоложению кожи в косметических целях

Полезно соли распространяется на всех людей, вне зависимости от их возраста.

Соляная комната будет полезна ребенку для укрепления костной системы, она поможет справиться с излишней агрессией, эмоциональной возбудимостью, перепадами настроения. Улучшает ситуацию с сезонным заболеванием, так как является мощной профилактикой ОРВИ.

Пребывание в соляной комнате сравнивают с отдыхом на море



1 сеанс

=

4 дня на морском побережье

Продолжительность 1 сеанса лечения в «соляной комнате» – 30 мин

**10
посещений**

• Профилактика простудных заболеваний

**15
посещений**

• Для повышения иммунитета, при частых простудах, при насморке, при хронической усталости

**15-20
посещений**

• При бронхитах, тонзиллитах, ринитах, синуситах, трахеитах (не в хронической форме)сеансов.

**20-25
посещений**

• При хронической форме тонзиллита, ринита, синусита, трахеита, астме, аллергии, гайморите, аденоидите

Рекомендации к посещению соляной комнаты

- ✓ В соляную комнату нужно входить без верхней одежды, желательно в хлопчатобумажной одежде светлых тонов.
- ✓ Одежда не должна стеснять дыхание, в ней должно быть спокойно и комфортно.
- ✓ Рекомендуются не курить за пол часа до приема соляной комнаты и два часа после.
- ✓ Родители должны следить, чтобы детям не попадали частицы соли в нос и глаза, после сеанса рекомендуется промыть лицо.
- ✓ Женщинам рекомендуется снять весь макияж с лица.
- ✓ Сразу после посещения соляной комнаты не рекомендуется принимать водные процедуры около 2-3 часов, а так же пить воду можно не ранее, чем через 20 минут.
- ✓ Если сеанс направлен на лечение болезней носа и носовых пазух, то дышать рекомендуется носом.
- ✓ Если нужно лечение гортани, трахеи, глотке, бронхам, то желательно делать большой вдох, задерживать дыхание на несколько секунд и затем медленно выдыхать.
- ✓ Если у вас бронхиальная астма или хронический бронхит и после процедур в соляной комнате вам стало хуже, если усилились астматические приступы, кашель и сухие хрипы в легких, снизилась их проходимость, не стоит пугаться, через несколько дней все наступит заметное улучшение состояния.
- ✓ Беременные и люди с хроническими заболеваниями должны посетить соляную комнату только после обязательной консультации лечащего врача.