

### кислород - эликсир жизни, чтобы было больше энергии

Медицинские исследования показали, что с возрастом, но также и при стрессовой нагрузке, постоянно снижается кислородное снабжение.

Эликсир жизни - кислород - организм не может спрятать впрок - он непрерывно принимается с дыханием. В легких элемент быстро попадает в кровь, принимается организмом и передается в мозг, органы и ткани для различных процессов метаболизма.

Кислород играет очень важную роль во всех процессах метаболизма и только в случае его достаточного наличия в организме может надежно функционировать процесс переработки и получения энергии из питательных веществ. Поскольку тело постоянно нуждается в кислороде, чтобы оставаться здоровым и производительным, его недостаток может привести к тяжелым расстройствам многих органов:

Экстремально тонко разветвленная система капилляров обеспечивает распределение кислорода - тонкие легочные артерии реагируют отеком на недостаток кислорода, а отек в свою очередь значительно снижает снабжение органов кислородом.

К наиболее четким признакам недостатка кислорода относятся такие симптомы, как усталость, вялость и большие проблемы с концентрацией. Пострадавшие жалуются на ощущение бессилия и расстройство сна. На развитой стадии могут появляться и опасные расстройства кровоснабжения сердца - грудная жаба. С помощью кислородных ингаляций в рамках многоступенчатой кислородной терапии можно предотвратить нежелательные последствия кислородной недостаточности.

### это и есть ваш курс многоступенчатой кислородной терапии.

Многоступенчатая кислородная терапия исходит из исследований профессора Манфреда фон Арденне: немецкий физик доказал, что регулярные кислородные ингаляции в течение определенного времени приводят к улучшению кислородного снабжения тканей.

#### Терапия разделена на три следующих этапа:

1. Организм готов принимать кислород и улучшить снабжение с помощью приема витаминов, минеральных веществ и рассеянных элементов. Эти важные вещества улучшают усвоение кислорода в клетках.
2. Воздушная смесь, насыщенная кислородом, вдыхается посредством гигиенических одноразовых масок. Кроме того, доля кислорода активизируется с помощью ионизатора.
3. Целенаправленными упражнениями, например езда на велосипеде, улучшается кровоснабжение тела, что улучшает в свою очередь усвоение кислорода в тканях и органах. И духовные импульсы (например, чтение, решение кроссвордов) приводят к активизации тела. Назначение многоступенчатой терапии - повышение содержания кислорода в крови до уровня почти юношеского. Такой эффект действительно получается после достаточно длительного приема.

- В начале курса курортного лечения Вы пройдете обследование у врача - курортолога. На основании электрокардиограммы врач проверит состояние Вашего сердца, лабораторные анализы проконтролируют уровень холестерина в крови. Врач - курортолог поставит диагноз и назначит оптимальную форму терапии.
- Кислородная терапия и прием витаминов проводятся ежедневно.
- Массаж классический, подводный и рефлексный поддерживают кровоснабжение тканей и улучшают метаболизм (обмен веществ)
- Гидротерапия, углекислые и жемчужные ванны вызывают приятное расширение сосудов.
- Благодаря занятиям в фитнес центре и дополнительным занятиям плаванием улучшается усвоение кислорода.

Точное количество и виды процедур назначает врач - курортолог в зависимости от общего состояния здоровья пациента.

a statement of  
quality and  
service





### Как Вы сами можете поддержать эффект терапии?

Избегайте стрессов: компенсируйте ежедневную повышенную стрессовую нагрузку. Регулярно ходите на прогулки, пешие экскурсии, будьте активны, занимайтесь например плаванием, которое поддерживает усвоение кислорода в легких, тканях и органах. Тренируйте свой мозг. Если клетки головного мозга постоянно активны, то и кислородный обмен мозга не останавливается. Старайтесь много читать, решайте кроссворды, учите на память стихи и старайтесь запомнить как можно больше телефонных номеров. Питайтесь разнообразно: Если Вы в достаточной степени обеспечены всеми необходимыми витаминами и минералами, то оптимально функционирует и усвоение кислорода в организме. Не курите: Табак ограничивает оптимальный прием кислорода в организме.

#### Кислородная терапия

#### Медицинские показания

Исследования показали, что многоступенчатая кислородная терапия особенно рекомендуется при следующих состояниях:

- Грудная жаба
- Атеросклероз
- Заболевания коронарных сосудов
- Состояния после инфаркта миокарда
- Улучшение снабжения кислородом при заболеваниях легких и бронхов
- Усталость
- Высокое давление
- Расстройства кровообращения
- Расстройства кровоснабжения
- Признаки старения
- Ухудшение памяти
- Расстройства зрения в связи с ослаблением иммунитета организма
- Состояния вялости, бессилия
- Болевые синдромы опорно-двигательного аппарата