

## **Post Covid Bounce Back Programme**

### **Программа восстановления пост-COVID19**

**7 ночей**

Программа разработана многопрофильной командой врачей и терапевтов под руководством Медицинского директора Waldhotel Medical Center Профессора Верены Бринер. Программа предназначена для тех, кто перенес COVID19, другую острую вирусную инфекцию, грипп. В основе программы – комплексное медицинское обследование. Программа призвана снизить последствия перенесенных вирусных инфекций и укрепить иммунную систему, усилив реакцию организма на внешние факторы, которые могут нанести вред здоровью.

#### **Медицинские услуги**

- Консультация с ведущим врачом Waldhotel Medical Center
- Тщательный анализ физического состояния
- Лабораторные анализы крови и урины
- Ультразвуковое обследование брюшной полости
- Функциональная диагностика легких (спирометрия)
- ЭКГ в состоянии покоя и под нагрузкой
- Биометрия – анализ композиции тела, аппаратное обследование для определения долей мышечной, костной и жировой тканей (DEXA)
- Непрямая калориметрия – определение уровня метаболизма (аппаратное обследование)
- Анализ состояния кожи – скрининг проводится врачом-дерматологом
- Мета-анализ вкуса и обоняния (в ходе кулинарного мастер-класса)
- 2 процедуры инфузионной терапии (капельницы) с витаминами и микронутриентами по назначению Доктора

#### **Физическая нагрузка**

- 2 сеанса физиотерапии для легких по 20 минут
- Анализ мобильности, физической стабильности и уровня физподготовки (аппаратное обследование FMS©)
- 2 персональные тренировки по 60 минут
- 3 сеанса йоги по 60 минут



### **Spa & отдых**

- 1 De-Stress массаж 90 минут для снятия мышечных блоков
- 1 Regeneration массаж 50 минут с маслом перечной мяты
- 1 уход за лицом 50 минут с косметикой Swissline
- 1 уход за лицом 45 минут с лечебной косметикой SkinCeutical, действующее вещество Resveratrol

### **Питание**

- 1 мастер-класс в кулинарной лаборатории Cooking Lab со специалистом по сбалансированному питанию для активизации вкусовых и обонятельных ощущений (90 мин)
- Обед из 3 блюд в соответствии с концепцией сбалансированного питания Waldhotel Colour Cuisine
- Коллекция травяных чаев Waldhotel на каждый день

По завершении программы **Post Covid Bounce Back** результаты обсуждаются с Доктором. На заключительной консультации Вы получите на руки Ваше медицинское досье.

Стоимость программы **Post Covid Bounce Back** \*: CHF 5'200.-

\* Питание полупансион

\* Проживание не включено

