

БИОХАКИНГ

Мастерство управления
своим здоровьем

●●● **Мощность программы** • 10 дней • От 18 лет • Не требует санаторно-курортной карты

ДЛЯ КОГО ПРОГРАММА?

Программа подойдёт тем, кто задумывается о будущем и заинтересован в предотвращении болезней, а не лечении их последствий, а также в продлении активной и здоровой жизни. Биохакинг — направление современной превентивной медицины, цель которой — перезагрузить организм с помощью питания, тренировок, приема витаминов и нормализации сна. Это индивидуальная система контроля здоровья и корректировки образа жизни.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА

За 10–14 дней до начала программы необходимо пройти онлайн-консультацию с персональным врачом-куратором. Специалист назначит план предварительной диагностики и комплекса анализов, домашнего рациона и приема препаратов. Эта подготовка необходима для повышения эффективности санаторной программы.

СОСТАВ ПРОГРАММЫ

	10 дн.
Приемы и консультации:	
• Онлайн-консультация до заезда	1
• Онлайн-консультация после выезда	2
• Прием врача-куратора	4
• Консультация психотерапевта	1
• Консультация гинеколог/уролог	1
Диагностика:	
• Узи брюшной полости **или** УЗИ малого таза	1
• Комплексная диагностика БИОРС	2
Лечебные процедуры:	
• Диагностическое зондирование	1
• Лечебное зондирование **или** Тюбаж	3
• IV-терапия **или** Озонотерапия*	3
В программу IV-терапии входят капельницы:	
- Детокс;	
- Здоровая печень.	
Назначаются по показаниям:	
• Кишечные орошения	3
• Психотерапия	2
• Массаж 30 минут **или** гидромассаж*	5
• Фитопаросауна (фитобочка)	5
• Гипокситерапия	5
• Безлимитное посещение СПА-центра при наличии мест	ежд.
Дополнительные процедуры:	
• Фитнес, терренкур	по назнач.
• Минеральная вода	ежд.
• Фитотерапия	по назнач.

ОСНОВНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРОГРАММЫ



Индивидуальный подход и сопровождение

На протяжении всего пребывания в здравнице вас будет сопровождать врач-куратор, помимо этого предусмотрены консультации узкопрофильных специалистов. При совместной работе врачей для вас будет составлена лечебно-оздоровительная программа. Она формируется с учетом необходимых оздоровительных процедур и простых физических нагрузок в сочетании с комплексным отдыхом.



Диагностические исследования

По результатам предварительной диагностики, проведенной вами до заезда, врач при необходимости назначает углубленные обследования. Их можно пройти в стенах санатория и сразу получить заключение узкопрофильных специалистов, а также развернутые рекомендации по лечению.



Лечебные процедуры

Все процедуры программы «Биохакинг» направлены на очищение организма, перезагрузку нервной системы и восстановление ресурсного потенциала. Среди них есть IV-терапия, гастроэнтерологические процедуры, психотерапия, гипокситерапия, массаж и другие методы по назначению врача.

ЧТО ВХОДИТ В ПУТЕВКУ?

01 Проживание в комфортных номерах
02 Трехразовое питание
03 Живописные прогулки по Белокурихе
04 Развлекательные мероприятия

КУРАТОР ПРОГРАММЫ

ГОДЗЕЛИХ ЕЛЕНА ВАЛЕРЬЕВНА

ВРАЧ ПРЕВЕНТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ,
ВРАЧ-ГАСТРОЭНТЕРОЛОГ,
IV-ТЕРАПЕВТ

Высшая квалификационная категория по специальности «Терапия».

Стаж: 24 года



*Процедуры назначаются исходя из рекомендаций врача-куратора

Актуально на: 28.05.2026