

Санаторий «Истра». Подмосковье

Прочитала в вашем журнале про санаторий “Эгле” и решила поделиться своим опытом. У нас в России тоже есть места, о которых хочется рассказать. Прошлым летом я побывала в санаторий «Истра», на берегу реки Малая Истра, всего в 42 км от Москвы, в бывшей дворянской усадьбе Покровское-Рубцово.

Здравница работает круглый год

В зелени окружающего санаторий старинного парка сразу забываются проблемы и уходят на второй план оставленные дела. Чистый воздух, климат средней полосы, богатая растительность — все это благотворно влияет на здоровье.



Профиль санатория “Истра” — сердечно-сосудистая и нервная системы, опорно-двигательный аппарат, органы пищеварения, гинекологические заболевания. Круглый год здравница принимает на отдых и лечение взрослых и детей от 3 лет. Отдыхающие размещаются в двух многоэтажных спальнях корпуса санатория на 400 мест.

В санатории кормят четыре раза в день, при этом есть выбор меню. Предлагаются и четыре диеты: при сахарном диабете, при ожирении, при болезнях органов пищеварения, при сердечно-сосудистых заболеваниях.

Минеральная вода

Прямо на территории санатория “Истра” — бьет со слабоминерализованной сульфатной магниево-кальциевой питьевой минеральной водой. На собственном опыте я убедилась, что эта вода из местного источника по своим свойствам не уступает кавказским минеральным водам и дает положительный эффект при воспалительных процессах слизистой оболочки органов пищеварения, нарушении секреции поджелудочной железы.



Процедуры

Лечение в санатории ведется не только с помощью целительных даров природы. Здесь применяются новейшие научные разработки с использованием аппаратной физиотерапии, бальнеотерапии, магнитотерапии, светолечения, различных видов массажа, озокеритолечения (теплотечения), психотерапии.

В физиотерапевтическом отделении проводятся различные процедуры, такие как электросон, дарсонвализация, индуктотермия, электро- и фонофорез, лазер, сухие углекислые ванны и др. А немецкое оборудование “Лимфавижин” применяется для электростимуляции и очистки лимфатической системы.



Особой популярностью у отдыхающих санатория пользуется водолечебница. Мне, например, понравились разнообразные ванны, их тут множество: морские, йодобромные, скипидарные, хвойные, вихревые, жемчужные. Многих привлекают напор подводного душа-массажа, циркулярный душ и др.



Популярностью пользуется ингаляции с использованием трав, лекарственных веществ, а еще и соляной пещеры (галокамера) для лечения острых и хронических заболеваний органов дыхания, лор-органов, функциональных заболеваний нервной системы. Для снятия стресса, психического напряжения в комплекс лечения включаются аутогенная тренировка, групповая психотерапия и индивидуальные занятия.

Гуляем, играем и отдыхаем

Если вы приехали просто отдохнуть (моя дочка-подросток не собиралась лечиться), к вашим услугам спортивный комплекс с тренажерным залом, плавательный бассейн, финская сауна, SPA-салон. Кроме того, можно напрокат взять мячи, шахматы, зимой — лыжи и санки, и другой спортивный инвентарь. Доставляют удовольствие пешие прогулки: как в самом парке, так и вдоль реки.

Приятно, что руководство санатория позаботилось о досуге. Меня впечатлили литературно-музыкальные номера, концерты, караоке, танцевальные вечера (часто на свежем воздухе), развлекательные программы для детей и взрослых. В сопровождении экскурсовода можно совершить пешую прогулку в имение Покровское-Рубцово, которое принадлежало русскому меценату Савве Морозову. Неизгладимое впечатление произвела на меня поездка в Саввино-Сторожевский монастырь, основанный в 1391 г., а также в Ново-Иерусалимский монастырь.

Антонина Колесникова, провизор, г. Москва

