

### Лечебная термальная грязь:

- Лечебная термальная грязь – это смесь термальной воды, природной глины, микроорганизмов и водорослей, богатая органическими и неорганическими элементами. Лечебная термальная грязь с уникальными лечебными свойствами получается в результате так называемого процесса «созревания» грязи. Процесс «созревания» проходит несколько месяцев в специально оборудованных бассейнах-резервуарах, находящихся на территории каждой гостиницы. При контакте с проточной термальной водой, глина обогащается солями, минералами, различными микроорганизмами и органическими компонентами, приобретая высокоэффективный терапевтический эффект, и таким образом превращается в лечебную термальную грязь.
- Именно метаболические продукты этой микрофлоры обогащают лечебную грязь органическими веществами, что является биологическим «созреванием» грязи. Термальные бассейны-резервуары, в которых хранится лечебная грязь, являются специальным местом для создания благоприятной окружающей среды, которая способствует размножению диатомеи и других разных видов водорослей. Именно благодаря продуктам своего метаболизма, диатомовые водоросли изменяют химико-физическую структуру глины, и таким образом образовывается «созревшая» лечебная грязь.
- Вот поэтому лечебная термальная грязь – это поистине уникальный фармакологический продукт, оказывающий на организм человека важное и большое терапевтическое воздействие. Прежде всего, это болеутоляющее и противовоспалительное воздействие, а также дезинтоксикационное, расслабляющее, восстанавливающее минеральный баланс и жизненные силы.
- Глина для лечебной грязи берется из маленьких озёр недалеко от города Аркуа Петрарка. В этой зоне ещё не так давно были болота и термальная вода там естественным образом выходит на поверхность земли, и из-за этого глина уже изначально богата минеральными солями и фосфолипидами.

### Терапевтическое воздействие лечебной грязи:

- **Местные эффекты:** стимуляция метаболических процессов в суставах, положительное воздействие на «реактивность» суставов, уменьшение разрушения костной ткани, улучшение васкуляризации, болеутоляющее действие при поражениях сухожилий и связок.
- **Общие эффекты:** расширение кожных пор, увеличение потоотделения, улучшение подачи кислорода к тканям, воздействие на ферментную активность и их выделение в ферментный круг. Уменьшение уровня в крови креатинина, триглицеридов, кортизона и щелочной фосфатазы.
- При ревматических заболеваниях лечебная грязь оказывает профилактическое и превентивное воздействие, лечит такие патологии как первичные и вторичные артрозы, некоторые воспалительные патологии, но не в острой стадии (спондилиты, тендиниты, синовиты, бурситы, фиброзиты, псориаз), некоторые виды посттравматических заболеваний: гипертрофия и пониженный тонус мышц, неэластичность мышц, остеопорозы и остеоартрозы.

- **Как правило, при наличии определенных заболеваний, процедуру грязелечения рекомендуется делать хотя бы раз в год.**
- **Однако, грязелечение имеет свои противопоказания:** инфекционные заболевания в острой стадии, инфаркт миокарда (не раньше чем через 2 года, при этом нельзя накладывать грязь на позвоночный столб и область сердца), онкологические заболевания (не раньше чем через 7 лет после операции), беременность. Наличие доброкачественной опухоли не является противопоказанием.

### **Процедура грязелечения:**

- Перед процедурой грязелечения необходимо пройти медицинский осмотр в отеле, во время которого врач по термальному лечению, обследует клиента, изучит его жалобы и создаст личную карточку клиента с указанием необходимого количества процедур, и их продолжительностью. Врач в отеле присутствует постоянно, что гарантирует клиентам персональный подход и безопасность. Лечебная грязь наносится на части тела, указанные в личной карточке клиента на 15-20 минут при этом ее температура 38-40° С. Грязь имеет однородный состав, по консистенции представляет собой «крем» и создаёт достаточно приятные ощущения при её наложении на тело. Температура грязи постоянна, а ее «созревание» гарантируется постоянным контролем над процессом.
- После процедуры, приняв душ, клиент принимает термальную ванну с озоном (озон способствует лучшей циркуляции крови) в течение 10 минут при температуре около 37-38°С. После чего рекомендуется 30-60 минутный отдых в своём номере для окончательного завершения процедуры, т.к. после снятия грязевой аппликации через кожу продолжается выведение шлаков и токсинов из организма.
- После каждой процедуры грязелечения необходимо сделать массаж, который может быть ручным или водным. Он даёт глубокий тонизирующий эффект в области кожного покрова и мышц, стимулирует тактильные рецепторы, вызывая изменения тонуса вегетативной нервной системы.
- Во время прохождения лечебного цикла грязелечения рекомендуется обильное питьё воды (не газированной) комнатной температуры и умеренное употребление крепких спиртных напитков.
- Наиболее идеальный грязелечебный цикл должен длиться не менее двух недель и состоять из 10-12 грязевых аппликаций ежедневно, ванны с термальной озонированной водой, последующим терапевтическим массажем и отдыхом.

### **Водная терапия (бальнеотерапия и гидромассаж):**

- В каждой гостинице термального курорта Абано Терме есть отделения ингаляционной бальнеотерапии и водной терапии. Бальнеотерапия является очень эффективным средством для лечения заболеваний нижних и верхних дыхательных путей, а также для лечения и профилактики ряда хронических ЛОР-заболеваний.
- Реабилитация в термальной воде (водная терапия) – это физическая активность в термальной воде, которая расслабляет мышцы и снимает чувство усталости с организма. Физическая активность в термальной воде (гидрокинезитерапия) позволяет организму снова почувствовать возможность произвольного сгибания и разгибания суставов, растяжения связок и мышц тела, которые трудно выполнить в другой среде.

- Особое внимание уделяется гидромассажу. Отели работают на хорошем современном оборудовании. Ванны для терапевтического гидромассажа оснащены большим количеством отверстий для выхода воды и воздуха, которые также позволяют по отдельности регулировать мощность выброса воздуха и воды. Это приводит к улучшению микроциркуляции в тканях организма, как-то: хрящевая и мышечная ткани, связочный аппарат.
- Этот вид массажа рекомендуется при артрозах позвоночного столба, люмбагии, ишиалгии, грыжах межпозвоночных дисков, артрозах крупных суставов и хронической венозной недостаточности. Гидромассаж также рекомендуется при переломах, вывихах, атрофии и контрактурах мышц, сколиозах, старческих и постменопаузальных остеопорозах, а также при остеопорозах, вызванных длительной неподвижностью.

### **И ещё раз...о благосостоянии и здоровье**

- Удовольствие от комфортабельного проживания в отелях термального курорта Абано Терме дополняется оздоровительным эффектом от сочетания водных процедур и спорта. Термальные процедуры в комплексе с физическими упражнениями оказывают благотворное воздействие на восстановление функций опорно-двигательного аппарата, способствуют поднятию мышечного тонуса, помогают достичь внутреннего покоя и гармонии.
- Единственные в своем роде отели термального курорта Абано Терме предлагают своим гостям прохождение всего комплекса оздоровительных процедур непосредственно в здании самого отеля. Грязелечебницы, отделения водной терапии, SPA-центры и крытые бассейны, как правило, находятся на первых этажах отелей. Открытые термальные бассейны находятся на территории отелей в парковой зоне. Гости отелей получают махровые халаты, в которых они посещают процедуры. В большинстве отелей разрешается в халате выходить к завтраку.
- Однако, не хотелось бы забывать и о еще не менее главном в жизни любого человека, а особенно женщины – о красоте! Каждый отель Абано Терме предлагает своим гостям SPA-центры с медицинским уклоном, где к услугам милых дам предлагаются процедуры для лица и тела на основе термальной воды и лечебной грязи. Различные маски, кремы, обертывания и другие методы, которые способствуют достижению эластичности, свежести и молодости кожи, придают общий тонус организму и борются с возрастными изменениями лица, зоны декольте и тела. Кроме того, для психофизического равновесия на выбор клиенту предлагается большое количество тонизирующих, расслабляющих и терапевтических массажей, которые способствуют восстановлению «энергетики» и оздоровлению организма.
- В течение многих веков уникальные лечебные свойства термальных вод и грязей SPA-курорта Абано Терме доказывали свою эффективность и по праву заслужили считаться залогом здоровья, долголетия и источником энергии для Вашего тела и души.
- Из Москвы до курорта Абано Терме можно долететь регулярными рейсами а\к Аэрофлот. Аэропорт прилета – Венеция. Из Венеции можно взять такси или воспользоваться услугой трансфера. При проживании минимум 7 ночей, некоторые отели предоставляют бесплатный трансфер. Время трансфера из аэропорта Венеции до Абано Терме занимает менее часа.