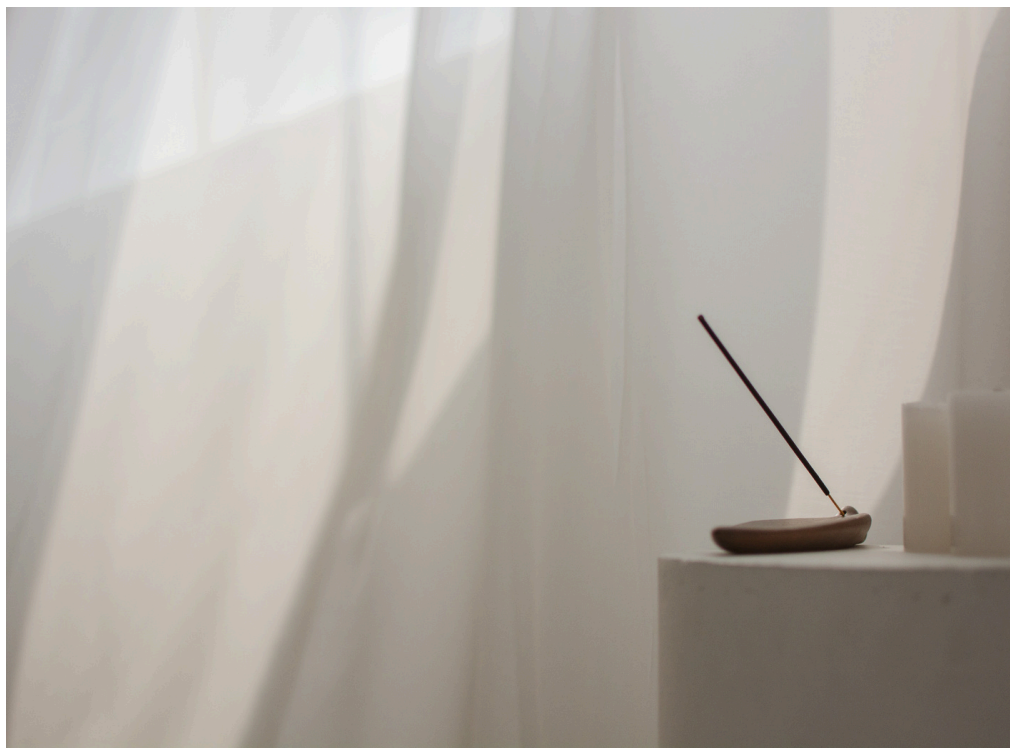


# WELLNESS & SPA CENTRUM

Ponuka procedúr



# ■ Oxygenoterapia

Podstatou oxygenoterapie je rovnomerné zásobovanie organizmu koncentrovaným kyslíkom. Kyslík v medicínskej kvalite inhalujeme prostredníctvom zariadenia, ktoré sa nazýva kyslíkový koncentrátor. Koncentrovaný kyslík zlepšuje energetický potenciál organizmu, zvyšuje psychickú aj fyzickú výkonnosť, urýchľuje regeneráciu síl po prekonaní choroby, priaznivo ovplyvňuje ochorenia centrálnej nervovej sústavy, kardiovaskulárneho systému, ochorení tráviacej sústavy, urologických, gynekologických a onkologických ochorení, ochorení pohybového aparátu.

Pôsobí preventívne proti nádorovým ochoreniam, zmierňuje nežiaduce účinky farmaceutickej liečby, dokáže zvýšiť telesnú kondíciu pred plánovanou operáciou, športovým výkonom alebo psychickým vypätím. Zároveň dokáže spomaliť proces starnutia, zbaviť sa vrások i celulitídy.



## **Aplikácia:**

inhalácia separovaného kyslíku z okolitého vzduchu vo vysokej koncentrácii



## **Dĺžka aplikácie:**

minimálne 30 min.



## **Cena:**

8 € / 30 min. alebo 15 € / 60 min.

# ■ Oxygenoterapia

## **Indikácie:**

bolesti hlavy, zvýšená únava, poruchy spánku, ochorenia pľúc a priedušiek, funkčné dýchacie problémy, alergie a astma, chronická obštrukčná choroba pľúc, regenerácia po ochorení COVID-19, ochorenia srdca a obehového systému, chronické srdečné insuficiencie, ochorenia pohybového aparátu, chronické akné a iné problémy s pokožkou, psoriáza a iné kožné ochorenia, prevencia pred koronárnymi mozgovými príhodami, syndróm chronickej únavy, príznaky únavy za volantom, psychické problémy a depresie, psychosomatické ochorenia, alkoholizmus a závislosti od tabaku a iných narkotík (detoxikácia organizmu), ochorenia centrálnej nervovej sústavy, ochorenia centrálnej nervovej sústavy, ochorenia tráviacej sústavy, nechutenstvo a bulímia, diabetické komplikácie, urologické ochorenia, gynekologické ochorenia, problémy v klimaktériu, onkologické ochorenia, rekonvalescencia po chemoterapii, dôsledky chronickej hypoxie organizmu, chronické alveolitídy, granulomatózy, mukoviscidózy, angína pectoris, pooperačné stavy, celkové regeneračné kúry, nadváha, obezita a iné poruchy látkovej výmeny

## **Kontraindikácie:**

epilepsia, pokročilá ateroskleróza, odlúpnutie sietnice a zelený zákal (glaukóma), vredová choroba žalúdka, hnisavý zápal prínosových dutín (sinusitída), akútna chronická obličková nedostatočnosť, transplantácia orgánov





# ■ Lavaterm

**Aplikácia:** tepelný zábal

**Dĺžka aplikácie:** 15- 20 min.

**Cena:** 8 € / 15 min.

## **Cieľ aplikácie:**

uvolnenie svalstva, prekrvenie tkanív, vstrebávanie výronov

## **Účinok:**

myorelaxačný, hyperemizačný, analgetický

## **Indikácie:**

liečba porúch pohybového systému, neuralgie, centrálna a periférna paréza, reumatické ochorenia, artróza, svalové kontraktúry, príprava na pohybovú terapiu

## **Kontraindikácie:**

srdcová nedostatočnosť, akútne zápaly v malej panve, vredy žalúdka a duodena, tehotenstvo, TBC, malígne nádory, mozgové príhody, precitlivosť na teplo, otvorené rany

# ■ Solux

**Aplikácia:** infračervené svetlo

■

**Dĺžka aplikácie:** podľa plochy a potreby max. 12 min.

■

**Cena:** 6 € / 10 min.

**Cieľ aplikácie:**

prekrvenie, zmiernenie bolesti

**Účinnok:**

hyperemizačný, detoxikačný

**Indikácie:**

ORL ochorenia, bolesti svalov, reumatizmus, neuralgie, ischias, DNA, chrípka, kožné ochorenia, akné, príprava k liečbe pohybom

**Kontraindikácie:**

poškodenie krvného obehu (ateroskleróza, trombóza, žilová insuficiencia, varixy), akútne bakteriálne zápaly kože, TBC, tehotenstvo, čerstvý úraz (do 48 hod.)



# ■ Bioptron

**Aplikácia:** polarizované, nízkoenergetické a inkoherentné svetlo

■

**Dĺžka aplikácie:** 4 - 10 min.

■

**Cena:** 7 €

**Účinek:** biostimulačný, regeneračný

**Indikácia:**

artritída, poškodenie mäkkých tkanív (škrabance, čerstvé jazvy), zníženie imunity, akné, atopické ekzémy, alopecia, sinusitída, infekcie HCD, psoriáza

**Kontraindikácia:**

relatívna, epilepsia, fotosenzitivita, horúčkovité stavy, tehotenstvo





# ■ Rašelina

**Aplikácia:** rašelinový obklad



**Dĺžka aplikácie:** 25 min.



**Cena:** 15 €

**Účinek:**

prekrvenie tkanív, uvoľnenie svalstva,  
aplikácia minerálnych látok do podkožia

**Indikácia:**

bolesti svalov , artróza, reumatizmus

**Kontraindikácia:**

menštruácia, tehotenstvo, akútne zápaly,  
poškodenie kože v mieste podávania





# ■ Anticelulitídna masáž

**Aplikácia:**

zoštíhľujúca masáž problémových oblastí tela s využitím prvkov dynamického bankovania a maderoterapie

**Dĺžka aplikácie:** 45 min.

**Cena:** 45 € / 45 min.

**Účinok:**

prekrvenie, prehriatie podkožných štruktúr, úprava trofiky svalov, aktivácia lymfatického systému

**Indikácie:**

celulitída, ochabnuté svaly a väzivo, regenerácia

**Kontraindikácie:**

horúčkovité stavy, menštruácia, kŕčové žily, porucha zrážanlivosti krvi, kožné ochorenia, hypertenzia, tehotenstvo



# ■ Cvičenie

**Aplikácia:** relaxačné, kondičné, regeneračné cvičenie v skupinách

■

**Dĺžka aplikácie:** min. 30 min.

■

**Cena:** 25 € / individuálne, 10 € / skupinovo

## **Účínok:**

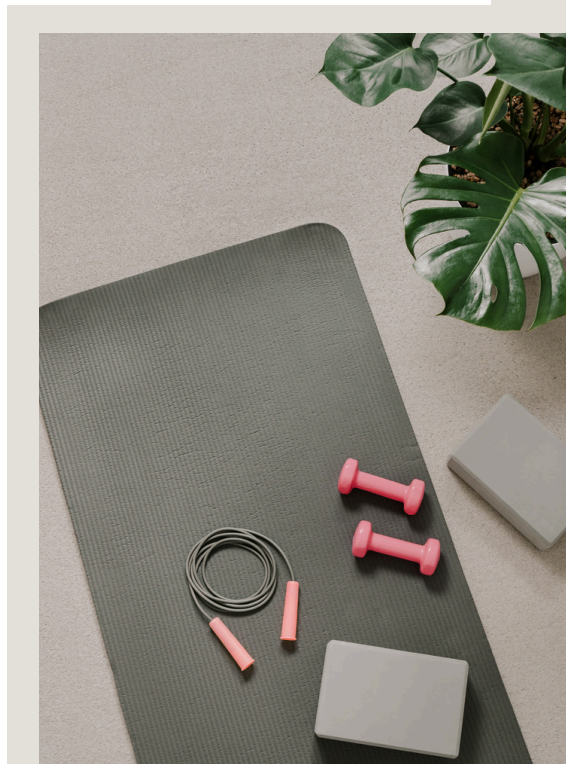
uvolnenie a posilnenie svalstva, relaxácia a psychorelaxácia, strečovanie skrátených svalových skupín, precvičenie problémových partií s návodom na kontinuitu

## **Indikácie:**

oslabené svalstvo, chybné držanie tela, plochonožie, znížená kondícia, obezita, metabolické problémy

## **Kontraindikácie:**

horúčkovité stavy, zápalový proces, závažné ochorenia kardiovaskulárneho systému



# Hygiena dýchacích ciest

**Aplikácia:** preplach nosa, loptičková facilitácia

■

**Dĺžka aplikácie:** 5 - 10 min.

■

**Cena:** 8 €

**Účinok:** fyziologická očista nosa, spriechodnenie horných dýchacích ciest



## **Indikácie:**

nádcha ( sezónna, akútna), polypy nosa, zníženie napätia svalov tváre, zväčšené nosové mandle

## **Kontraindikácie:**

krvácanie z nosa, zvýšená teplota, defekt nosovej prepážky, kožné ochorenia tváre, akútna infekcia s podávaním antibiotík

# ■ Floating

**Aplikácia:** pobyt vo floatingovom vajíčku

■

**Dĺžka aplikácie:** min. 15 min.

■

**Cena:** 7,50 € / 15 min.

## **Účinok:**

Je dokonalou simuláciou Mŕtveho mora, ktorá je založená na princípe bezťažového plávania. Floating tank je uzavretá plastová škrupina v tvare vajíčka s vekom naplnená špeciálnym roztokom s rovnakou hustotou ako je voda v Mŕtvom mori, čo umožňuje plávanie tela na povrchu hladiny.

Floating napomáha pri zmiernení stresov a depresíí, kožných ochoreniach, poúrazových stavoch kĺbov, ľahších formách obrny, reumatologických ochoreniach, vrodených chybách chrbtice, pooperačných a poúrazových stavoch, únavovom syndróme a detoxikácií organizmu.

Na Slovensku sa táto procedúra nachádza len v Bratislave, Banskej Bystrici, v Košiciach a u nás.

Odporúčaná dĺžka pobytu vo floatingovom vajíčku je 45 - 60 minút.

# ■ Informácie

Na procedúru je potrebné sa objednať najneskôr 24 hodín vopred, a to telefonicky alebo priamo na recepcii. Pri rezervácii termínu treba uviesť meno, priezvisko, číslo izby a termín procedúry.

Procedúry sú podávané v liečebnom dome Smrek. Na procedúru je nutné dostaviť sa najneskôr 10 minút pred jej začiatkom. Platba je možná v hotovosti alebo kartou pri osobnej rezervácii termínu alebo na konci pobytu.

**Rezervácie na tel. čísla:** +421 905 111 235 a +421 52 333 73 00

**Procedúry je možné absolvovať v nasledovných časoch:**

Pondelok - Štvrtok: 8.00 - 15.00 hod.

Piatok: 8.00 - 20.30 hod.

Sobota-Nedeľa: 15.00 - 20.30 hod.

