

# Оазис здоровья в сосновом бору

Народная мудрость гласит: "Нет большей красоты, чем здоровье". К счастью, не только отдохнуть, но и вернуться в себя, молодого, красивого, сильного можно и в Асбесте, отправившись в санаторий-профилакторий "Горный лен". В этом уверен репортер газеты, побывавший на пресс-туре в городской здравнице.

Знакомство с профилакторием произошло с первого вдоха. Приехав в "Горный лен" и открыв дверь автомобиля, поразилась свежестью воздуха вокруг.

- Недаром наше учреждение называют оазисом здоровья, - акцентирует внимание **Андрей БУРОВ, директор санатория-профилактория "Горный лен"**. - Хотя профилакторий и находится в черте города, но его окружает вековой сосновый бор, рядом протекает Рефт. Благодаря своему местоположению уже само пребывание на территории "Горного льна" становится лечебным.

Особая аура царит и в самой здравнице. Ее создают высококвалифицированные специалисты. Они помогают сохранить, восстановить и приумножить здоровье пациентам с заболеваниями органов дыхания, пищеварения, сердечно-сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата.

Для этого у медицинского персонала целый арсенал лечебных аппаратов и методик: ингаляторий, соляная пещера, проводятся процедуры тепло-, электро-, водо- и грязелечения, сухие углекислые ванны, массаж и другое. Новинкой сезона по праву можно назвать процедуру вибротракции - вытяжения позвоночника с возможностью одномоментного вибрационно-теплового воздействия и роликового массажа.

- Происходит разгрузка позвоночника, улучшается кровообращение и трофики всего позвоночного столба, укрепляется мышечный корсет позвоночника, - рассказывает о положительном воздействии процедуры на организм человека **Мария МАЛЬЦЕВА, медицинская сестра кабинета вибротракции**.

Процедура быстро завоевала популярность у пациентов "Горного льна". Ее немаловажный плюс - вибротракцию могут проходить дети с шести лет.

- Весь день провожу на ногах да и спортом занимаюсь. Желание разгрузить позвоночник возникает регулярно, - рассказывает **Андрей КВАСТ, подсобный рабочий фабрики № 6**. - Очень рад, что в "Горном льне" проводят вибротракцию. Она безболезненна, вызывает приятные ощущения, положительный эффект наблюдается после первой процедуры.



**Ольга БЕБЕНИНА:**

"За процедуру гирудотерапии пиявка выпивает от 15 до 20 миллилитров крови и вместе с тем направляет в организм человека порядка ста десяти наименований лекарственных препаратов. Недаром пиявок называют "ползящей аптекой".

**Валерий ЮСТУС, заместитель генерального директора по персоналу и социальному развитию ОАО "Ураласбест".** - Отдых в здравнице для сотрудников комбината доступный. Работник платит лишь десять процентов от стоимости путевки - 2500 рублей. Для членов профсоюза эта стоимость снижается до - 1250 рублей за счет профсоюза комбината "Ураласбест".

Старшее поколение - ветераны войны и труда, труженики тыла, пенсионеры, те, кто долгие годы трудился в системе комбината - также имеет возможность пройти курс восстановительного лечения по бесплатной путевке, предоставленной ОАО "Ураласбест".

Не остается в стороне и подрастающее поколение. В дни школьных каникул в "Горном льне" открываются смены "Мать и дитя". За лето в профилактории оздоровились 378 детей из Асбеста, Екатеринбурга, Нижнего Тагила, Серова, муниципальных округов Малышевского и Рефтинского. Школьники из Серова в осенние каникулы вновь посещают асбестовскую здравницу.

- Лечение в "Горном льне", как и отдельные виды процедур, может пройти любой асбестовец. Радует, что население начинает понимать, что оздоровительный отдых показан не только людям "кому за", а подходит всем возрастам, в том числе детям и молодежи вне зависимости от состояния здоровья, - говорит **Ольга БЕБЕНИНА, главный врач санатория-профилактория "Горный лен"**.

- Ведь еще в древности лекари знали, что лучшее лечение - это профилактика.

К тому же отдых в "Горном льне" нельзя назвать скучным. В профилактории открыты тренажерный зал и зал лечебной физкультуры, библиотека, игровые комнаты и площадка на свежем воздухе для детей, организуются праздники, дискотеки.

- Досуговую программу постоянно расширяем. В летний период с детьми работал аниматор. У них просто не было времени слоняться без дела, - рассказывает **Андрей БУРОВ, директор санатория-профилактория**. - Сейчас организуем для отдыхающих экскурсии в музей комбината и на смотровую площадку карьера. Делаем все, чтобы отдых в "Горном льне" нашим отдыхающим не только запомнился, но и им хотелось вернуться сюда вновь.

**Д. БОРИСОВА. Фото автора.**



**В ингалятории, в котором работает медицинская сестра Ирина ДАНИЛОВА, отбоя от пациентов нет. Сделать ингаляции с травяным сбором, минеральной водой, физраствором желает большинство отдыхающих.**

Большим спросом у отдыхающих также пользуется гирудотерапия. Причем данная процедура уникальна - нигде в городе, кроме "Горного льна", нельзя пройти лечение медицинскими пиявками.

- Эта процедура хороша при гипертонических и ишемических болезнях сердца, при гайморитах, геморроях, венозном расширении вен, любом болевом синдроме, - рассказывает о показаниях к процедуре **врач-гирудотерапевт Галина ПАВЛОВА**. - Лечение пиявками противопоказано лишь при заболеваниях крови и при беременности.

Ежегодно восстановительное лечение в "Горном льне" получают около двух с половиной тысяч человек. Среди них порядка полутора тысяч - работники ОАО "Ураласбест".

- На двадцать процентов снизилось количество больничных листов. Такой показатель стал возможен в том числе благодаря оздоровлению работников и их детей в "Горном льне", - поясняет