

## Ūdens procedūras

Publicēts: 21.09.2020.



Cena

Skatīt maksājumus



Izpildes termiņš darba dienās

-



Saņēmējs

-



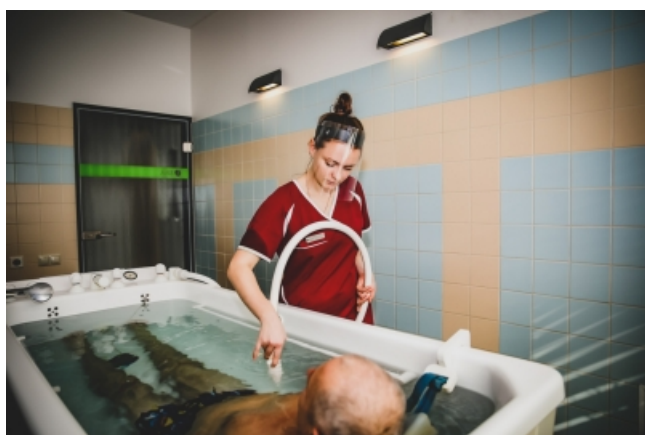
Saņemšanas ierobežojumi

-

Saņemt pakalpojumu

[Uzzināt vairāk](#)

Klātienē



Hidroterapija jeb ūdens dziedniecība ir viena no senākajām ārstniecības metodēm, kas lietota sāpju mazināšanai un slimību ārstēšanai. Hidroterapijas procedūras uzlabo vispārējo veselības stāvokli. Tās izmanto ārstnieciskā un profilaktiskā nolūkā. Ūdens iedarbojas uz cilvēka organismu termiski, mehāniski un ķīmiski, tādēļ ūdens sniedz mums milzum daudz iespēju to izmantot atveseļošanās procesā.

Sociālās integrācijas valsts aģentūrā, lai uzlabotu sniegto pakalpojumu kvalitāti, 2010.gadā veica esošo procedūru telpu renovāciju un aprīkošanu. Tika uzstādītas jaunas medicīniskās ierīces un aprīkojums - zemūdens masāžu vannas, ārstnieciskās vannas (ar skuju - pārļu un sāls ekstraktiem) un ārstnieciskās dušas (cirkulārā, Šarko un ascendējošā).

### Piedāvājam:

#### Ārstnieciskās vannas

Uzlabo vielmaiņas procesus, labvēlīgi iedarbojas uz ādu un muskuļiem, nervu sistēmu. Ūdenim pievienojam skuju ekstraktu, jūras sāli. Piedāvājam arī roku plaukstu un pēdu vannas. Viena procedūra ilgst 10 minūtes.

## Cirkulārā duša

Procedūras laikā spēcīgas ūdens strūkliņas iedarbojas uz cilvēku uz visām ķermeņa pusēm vienlaicīgi. Cirkulārās dušas iedarbība ir vispusēja, tā stimulē centrālo nervu sistēmu, aktivizē organisma aizsargspējas un paātrina atveseļošanās procesus. Tiek līdzsvarota un normalizēta veģetatīvās nervu sistēmas, sirds asinsvadu sistēmas un endokrīnās sistēmas darbība. Cirkulāro dušu izmanto pacientiem ar neirozēm un muskuļu spazmām, kā arī vispārējai veselības uzturēšanai. Viena procedūra ilgst 5 minūtes.

## Šarko duša

Visa ķermeņa masāža ar augsta spiediena ūdensstrūklu, kas tiek virzīta uz ķermeni. Šī procedūra ir ieteicama cilvēkiem ar lieko svaru. Šarko duša izteikti tonizē ādu, zemādas audus un muskuļus, līdz ar to stimulē vielmaiņu un palīdz organismam atbrīvoties no sārņiem. Lai sasniegtu vēlamo efektu, vajadzīgas 10–20 procedūras, līdztekus jāmaina arī kaitīgie paradumi, jāsāk lietot sabalansēts uzturs, jānormalizē dienas režīms un jānodrošina sev pietiekama fiziskā slodze. Viena procedūra ilgst 5 minūtes.

## Ascendējošā (augšupejošā) duša

Procedūrā izmanto augšupvērsta ūdens strūklu. Šo hidroterapijas veidu izmanto iegurnā slimību ārstēšanā. Viena procedūra ilgst 5 minūtes.

## Zemūdens masāža

Procedūras laikā pacients atrodas siltā vannā, kurā viņa ķermenis tiek masēts ar ūdens strūklu. Zemūdens masāžas efektivitāti veido vienlaicīga ūdens un masāžas strūklas iedarbība. Pateicoties masāžas strūklas spiedienam, masāža iedarbojas arī uz dziļāk esošajiem audiem. Procedūra atslābina muskuļus un mazina sāpes. Regulējot ūdens strūklas stiprumu, masāžas ietekme var būt gan relaksējoša, gan tonizējoša. Viena procedūra ilgst 20 minūtes.

## Ārstnieciskais baseins un termoterapija

Peldēšana ir ne tikai ieteicams vispārējās fiziskās aktivitātes veids, bet arī sniedz terapeitisku efektu veselības stāvokļa uzlabošanā pēc atveseļošanās no slimībām vai traumām, atrašanās ūdenī relaksē ķermeni. Ūdens atbalsta ķermeņa svaru un mazina sasprindzinājumu locītavās, līdz ar to iespējams izvingrināt visu ķermeni, nepārslogojot locītavas. Īpaši svarīgi tas ir cilvēkiem, kuri cieš no muguras sāpēm, skeleta – muskuļu – saistaudu sistēmas slimībām.

[Baseina](#) apmeklējumu piedāvājam kombinēt ar [tvaika pirts](#) izmantošanu. Siltuma ietekmē rodas svarīgas pārmaiņas vispārējā asins un limfas sadalē un cirkulācijā, kā arī vielmaiņā. Termoterapija mazina sāpes un spazmas.

Maksājumi

Cita informācija

Cenas

Saņemt pakalpojumu

[Uzzināt vairāk](#)


Klātienē

## Uzziņas par pakalpojumu

### Rehabilitācijas pakalpojumu nodaļa

 +371 28674707

 +371 67771000

 Dubultu prospekts 71, Jūrmala, LV-2015

<https://www.siva.gov.lv/lv/pakalpojumi/udens-proceduras>