

## «Диабет - 2»

(программа подготовлена для больных сах. диабетом 2-го типа, имеющих избыточный вес)

### Диагностика:

1. Анализ крови : -клинический -биохимический -анализ мочи	Кабинет 104	9.00
2. ЭКГ	Кабинет 211	с 10.00
3. Денситометрия	Кабинет 208	Предварительная запись
4. УЗИ (почки, органы брюшной полости и малого таза, щитовидная железа)	Кабинет 210	Предварительная запись
5. ОФП, измерение состава тела. Контроль через неделю	Кабинет 100	Предварительная запись
6. Консультация психотерапевта	Кабинет 215	Предварительная запись
7. Консультация врача ЛФК	Кабинет 6	с 11.00 до 13.00

### Лечение:

диетотерапия – индивидуальный подбор питания:

физические нагрузки:

1. ЛФК	Кабинет 6	
2. аквааэробика	Бассейн	11.30
3. Скандинавская ходьба / прогулки	Беседа с инструктором в игровом зале ФОКа ежедневно в 15.30(пон.-пятн.)	8.00 – 8.50 21.00-21.50
4. Силовые тренировки	Тренажерный зал	16.30 -17.30 (через день)
5. Плавание	Бассейн	17.30 -18.30 (ежедневно)
6. Обучение танцам	Кабинет 6	19.20 – 20.00

### физиопроцедуры:

1. Ручной массаж / подводный	7 процедур	Кабинет	
2. Реабокс	7 процедур	Кабинет 201	
3. Камерные ванны	7 процедур	Кабинет 41/1	
4. Ванны с минеральной водой(ч-з день)	5 процедур	Кабинет 4	
5. Фиточай	10 процедур	Кабинет 42	