

Памятка отдыхающему

Главным преимуществом отдыха в санатории является санаторно-курортное лечение. Правильная и качественная подготовка – залог успеха терапии. Чем больше информации о состоянии здоровья отдыхающего будет предоставлено лечащему врачу санатория, тем выше будет эффект от лечения.

Обязательный минимум документов (взрослые)

- **санаторно-курортная карта** установленного образца (форма 072/у), срок действия санаторно-курортной карты двенадцать месяцев);
- паспорт или иной документ удостоверяющий личность (удостоверение личности моряка, удостоверение личности военнослужащего, паспорт иностранного гражданина);
- полис обязательного медицинского страхования;
- для беременных обязательно наличие обменной карты.

Обязательный минимум документов (дети*)

* **Дети** в санаторий принимаются с любого возраста, лечение назначается детям от **4-х лет** (санаторий «Жемчужина Зауралья» принимает на лечение детей с 5-ти лет, санаторий «Транссиб» детей на лечение **не принимает**).

- **санаторно-курортная карта** установленной формы (если планируете лечение ребенка) давностью не более двух месяцев (форма 076/у);
- свидетельство о рождении (паспорт для лиц старше 14-ти лет);
- полис обязательного медицинского страхования;
- анализ на энтеробиоз;
- заключение врача-дерматолога об отсутствии заразных заболеваний кожи;
- справка от участкового врача-педиатра или врача-эпидемиолога по месту жительства об отсутствии контакта ребенка с инфекционными больными по месту жительства, в детском саду или школе за последние 21 день (срок действия справки о контактах — 3 дня с момента выдачи).

Детям до 4-х лет санаторно-курортное лечение не проводится, но для проживания вместе с родителями и нахождения на территории санатория необходимы все выше перечисленные документы, за исключением санаторно-курортной карты.

Что нужно знать о пребывании в санатории

- все медицинские процедуры назначаются исключительно лечащим врачом санатория;
- на приём к врачу и на лечебные процедуры необходимо приходиться без опозданий к назначенному времени;
- о наличии любых видов аллергии либо непереносимости лекарственных препаратов, необходимо поставить в известность лечащего врача;
- если Вы регулярно принимаете какие-либо лекарственные средства, не забудьте взять их с собой в достаточном количестве;
- для посещения водных и грязевых процедур необходимо иметь при себе купальные принадлежности, сланцы, шапочку (для бассейна);
- обязательным условием успешного лечения является строгое соблюдение врачебных назначений, в том числе программы лечения, диеты и режима двигательной активности;
- помните, что продолжительность здорового сна должна составлять не менее 8 часов, а отход ко сну должен начинаться не позднее 22:00 часов;
- для достижения наибольшей эффективности лечения рекомендуется отказаться от приема спиртных напитков и курения;



РЖД-ЗДОРОВЬЕ

СЕТЬ САНАТОРИЕВ В РОССИИ

- при ухудшении состояния здоровья или обострения заболевания необходимо обязательно обратиться к лечащему врачу, в вечернее время и выходные дни к дежурному врачу или дежурной медсестре.

ЖЕЛАЕМ ВАМ ПРИЯТНОГО ОТДЫХА И УСПЕШНОГО ЛЕЧЕНИЯ!