

<p>1. Психологическая реабилитация Отдел психологической реабилитации предлагает нашим клиентам индивидуально подобранные программы психологической коррекции психоэмоционального состояния, которые включают в себя <u>аппаратные и превентивные</u> методы, используемые специалистами отдела психологической реабилитации МСППН <u>с учетом медицинских противопоказаний</u></p>	<p>1) Аппаратные методы психологической коррекции Включают в себя методики психологической коррекции с помощью реабилитационного оборудования МСППН</p>	<p>1. БОС (Биологическая обратная связь) Аппаратная методика, позволяющая за короткий срок обучения овладеть навыками саморегуляции своего психоэмоционального состояния. Известно, что при дестабилизации психоэмоционального состояния, будь то тревожность, нервозность или раздражительность, в организме происходят физиологические изменения. Например, учащается пульс, учащается сердцебиение и дыхание. <u>Суть метода</u> заключается в том, что клиент получает информацию о своем физиологическом состоянии через музыку в наушниках или картинку на мониторе. К клиенту подключены датчики, измеряющие частоту его сердечных сокращений, пульса, электрического сопротивления кожи и т. д. Если физиологическое состояние клиента находится за пределами нормы, то в наушниках вместо музыки слышны радиопомехи, а картинка на мониторе меняет четкость. Таким образом, клиент самостоятельно настраивает свой организм до физиологической нормы так, чтобы музыка в наушниках играла без радиопомех, а картинка на экране монитора была четкой. <u>Область применения БОС-терапии</u> разнообразна. Данная методика применяется для коррекции тревожности, невротической депрессии, повышенной чувствительности, эмоциональности, сниженной работоспособности и многого другого. <i>Программа, длительность и регулярность процедур подбирается по индивидуальной программе.</i></p> <hr/> <p><u>Портативный прибор</u> имеется во всех отделах МСППН, кроме ТиНАО, «Головинский», «Медведково», «Крюковский», «Нагатино».</p> <p><u>Стационарный прибор</u> имеется только в центре «Текстильщики».</p> <hr/> <p><i>Имеются медицинские противопоказания!</i></p> <p>2. Вибромассажное кресло Снятие мышечного напряжения. Коррекция эмоционального состояния. Гармонизация общего состояния. Улучшение самочувствия.</p> <hr/> <p>Имеются во всех отделах МСППН, кроме УОПП Медведково.</p> <hr/> <p><i>Имеются медицинские противопоказания!</i></p> <p>3. Климатотерапия Коррекция эмоционального состояния, гармонизация общего состояния с помощью подачи прямых потоков кислорода. 10 минут коррекции климатотерапии заменяет 40 минут прогулки по хвойному лесу.</p> <hr/> <p>Кислородное кресло имеется только в центральном отделе «Текстильщики»; Ионизатор имеется в отделах МСППН: ЗелАО, СВАО, Бабушкинская.</p> <hr/> <p><i>Противопоказаний нет!</i></p> <p>4. Антистрессовый комплекс Коррекция комплексной цвето-терапии, свето-терапии, музыкальной терапии, аудио тренинги с использованием комплекса «Антистресс».</p> <hr/> <p>Имеется в наличии только в центре «Текстильщики».</p> <hr/> <p><i>Имеются медицинские противопоказания!</i></p>
---	--	---

		<p>5. Комната релаксации Включает в себя сочетание комплекса приборов для аппаратной психологической коррекции.</p> <p>Имеются во всех отделах МСППН.</p> <p><i>Имеются медицинские противопоказания!</i></p>	<p>1 Массажное кресло без вибрации Снятие мышечного напряжения. Коррекция эмоционального состояния. Гармонизация общего состояния.</p> <p>Имеются во всех отделах МСППН, кроме УОПП Медведково.</p> <p><i>Имеются медицинские противопоказания!</i></p> <p>2 Приборы свето- и цвето-терапии Коррекция эмоционального состояния, гармонизация общего состояния.</p> <p>Имеются во всех отделах МСППН.</p> <p><i>Имеются медицинские противопоказания!</i></p> <p>3 Музыкальная терапия, аудио тренинги Коррекция эмоционального состояния, гармонизация общего состояния.</p> <p>Имеются во всех отделах МСППН.</p> <p><i>Противопоказаний нет!</i></p>
	<p>2) Превентивные методы психологической коррекции Программы психологической коррекции, включающие в себя методики аутотренной тренировки, релаксационных упражнений, телесно-ориентированной и арт-терапии, а так же эмпатического выслушивания клиентов.</p> <p><u>Превентивные методики психологической коррекции используются исключительно в комнате релаксации всех отделов МСППН</u></p>	<p>1. Арт-терапия (От англ. art, искусство). Превентивная творческая методика, оказывающая коррекционное воздействие на психоэмоциональное состояние.</p> <p>Имеется во всех отделах МСППН: центральный отдел «Текстильщики»; ВАО; ЮЗАО; СВАО; Таганский; Крюковский; Медведково; Нагатинский.</p> <p><i>Противопоказаний нет!</i></p>	<p>2. Аутогенная тренировка <u>психотерапевтическая</u> методика самовнушения, направленная на восстановление и сохранение постоянства внутреннего состояния при помощи скоординированных реакций, направленных на поддержание динамического <u>равновесия</u> механизмов человеческого организма, нарушенных в результате <u>стресса</u>.</p> <p>Имеются во всех отделах МСППН.</p> <p><i>Имеются медицинские противопоказания!</i></p>

		<p align="center">3. Телесно-ориентированная терапия (ТОТ)</p> <p>В практике телесно-ориентированной терапии используются различного рода упражнения. Их особенность заключается в том, что любое из этих упражнений направлено не только на расслабление мышечных зажимов, а в большей степени на осознание тела и эмоциональное отреагирование. Что помогает получить наиболее эффективный результат в процессе психологической коррекции.</p> <p>Имеются в отделах МСППН: центральный отдел «Текстильщики»; ЮЗАО; ЮАО; СВАО; Таганский; Крюковский; Медведково.</p> <p align="center"><i>Имеются медицинские противопоказания!</i></p>	
		<p align="center">4. Эмпатическое выслушивание</p> <p>От англ. empathy (сочувствие, сопереживание). Методика, позволяющая клиенту снять напряжение, выговаривая свои эмоции. Отличается от психологического консультирования, так как специалист, применяющий методику эмпатического выслушивания, не использует советы, интерпретации и аналитические техники.</p> <p align="center">Имеются во всех отделах МСППН.</p> <p align="center"><i>Противопоказаний нет!</i></p>	
		<p align="center">5. Релаксационные упражнения</p> <p>Набор методик, позволяющих снять усталость, эмоциональную нагрузку, а так же восстановить ресурс нервной системы, используя возможности своего собственного организма.</p> <p align="center">Имеются во всех отделах МСППН.</p> <p align="center"><i>Имеются медицинские противопоказания!</i></p>	<p align="center">1 Дыхательная гимнастика</p> <p>обучение навыку дыхательной гимнастики позволяет изменить свое настроение, и эмоциональное состояние.</p> <p align="center">Имеются в отделах МСППН: центральный отдел «Текстильщики»; ЮЗАО; ЮАО; СВАО; Таганский; Крюковский; Медведково.</p> <p align="center"><i>Имеются медицинские противопоказания</i></p>
			<p align="center">2 Мышечная релаксация.</p> <p>обучение навыку мышечной релаксации позволяет снять усталость, тревожное и подавленное состояние, а так же восстановить ресурс нервной системы.</p> <p align="center">Имеются в отделах МСППН: центральный отдел «Текстильщики»; ЮЗАО; ЮАО; СВАО; Таганский; Крюковский; Медведково.</p> <p align="center"><i>Имеются медицинские противопоказания!</i></p>

	<p>3) <u>Медицинские противопоказания</u></p>	<p>Противопоказания ко всей реабилитации: Все виды заболеваний в стадии обострения Прием лекарственных препаратов нейролептиков/антидепрессантов Алкогольное/наркотическое опьянение, абстинентный синдром</p> <p>Противопоказания к вибромассажу:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. позвоночник – грыжи, протрузии (предгрыжевое состояние) 2. переломы и др. травмы позвоночника, тазобедренной области (от 2х лет давности) 3. полостные операции (от 2х лет давности) 4. и остеопароз 5. желчнокаменная болезнь 6. почечнокаменная болезнь, нефроптоз, почечная недостаточность 7. гипертоническая болезнь II – I стадии 8. заболевания щитовидной железы (все виды) 9. заболевания сердечнососудистой системы - блокада сердца, порок, наличие кардиостимулятора; стенокардия, тахикардия – в стадии обострения 6. эндокринные заболевания надпочечников, щитовидной железы, поджелудочной железы, сахарный диабет I типа (II типа – с осторожностью) 7. мастопатия, миомы, кисты, предрасположенность к кровотечениям 8. варикозное расширение вен – 3-4 стадия 9. тромбофлебит 10. Язвенная болезнь не является противопоказанием (если это не злокачественное образование, при наличии документа о проведении гастроскопии). <p>Противопоказания к аудиовизуальной стимуляции:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. эпилепсия; 2. судорожная готовность 3. сотрясения головного мозга, ЧМТ (черепно-мозговые травмы) в анамнезе (возможность проведения при предоставлении справки от врача-невролога) 4. опухоли головного мозга; 5. прием психотропных препаратов 6. острые воспалительные заболевания глаз; 7. острое психотическое состояние 8. глаукома (повышенное внутриглазное давление) 9. индивидуальная непереносимость мерцающего света и звука. 10. тяжелое обострение соматических заболеваний 11. состояние после трансплантации органов и тканей 12. беременность 13. возраст до 18 лет 14. онкологические заболевания
--	--	---