

# ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ «СОЛЯНОЙ КОМНАТЫ» ГАЛОТЕРАПИЯ

## РЕКОМЕНДАЦИИ:

- Рекомендуется посетить 10-30 сеансов, ежедневно или через день. Повторные курсы рекомендуется проводить через 3-4 месяца. Между курсами можно посещать Соляную комнату 1-2 раза в неделю, либо 1-2 раза в месяц (галогигиена).
- Перед посещением Соляной комнаты лучше снять все украшения и удалить макияж (при наличии кожных заболеваний это условие обязательно к выполнению).
- Сеансы следует проводить не ранее, чем через 1 час после еды или физической нагрузки. После сеанса рекомендовано пол часа не есть, не пить, и не выходить с теплого помещения на улицу, если прохладно.
- Рекомендуется не курить за 1 час до сеанса и 2 часа после его проведения.
- Если галотерапия направлена на борьбу с ЛОР-заболеваниями, то дышать в Соляной комнате нужно носом, если с заболеванием органов дыхания, то нужно делать медленный глубокий вдох, затем задерживать дыхание на несколько секунд, после чего должен следовать такой же медленный выдох.
- Ожидаемый оздоровительный эффект наступает в случае, если сеансы проводятся регулярно, перерыв возможен не более, чем на 1-2 дня.
- Следует понимать, что при действии первых процедур у больных бронхиальной астмой или хроническим бронхитом, могут участиться астматические приступы, усилиться кашель, увеличиться количество сухих хрипов в легких, снизиться проходимость легких. Однако, как правило, через несколько дней эти явления исчезнут, и наступит заметное улучшение.

## ЧТО НЕОБХОДИМО ВЗЯТЬ С СОБОЙ:

- Обязательно сменная обувь и одежда для детей!
- В связи с ежедневной уборкой соляного покрытия на полу медицинская сестра выдает одноразовые накидки и одноразовые бахилы на курс посещений.
- Не забудьте взять с собой носовой платок! В случае если у Вас его не оказалось, в Соляной комнате есть одноразовые платочки.

## ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ:

- В Соляную комнату можно проходить только в сопровождении медицинского работника.
- Не допускаются на сеанс люди с выраженным запахом пота, парфюма, сигарет и т.п.
- Пациентам с проблемой потоотделения настоятельно просим брать с собой сменную одежду.
- В Соляную комнату не допускаются пациенты, которые грубят администратору или другим посетителям, также, по мнению персонала, которые находятся в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения и посетителей с остаточными явлениями такого опьянения.
- К процедуре не допускаются лица с явными признаками инфекционной болезни, повышенной температурой и заболеваниями в острой стадии.
- Сеансы групповые. количество мест 6, сидячих 6. **Детям до 7 лет сидячее место предусмотрено только при наличии свободного.**
- В Соляную комнату не разрешается проносить посторонние предметы, сумки, книги, вязание, еду, воду, игрушки и т.д.
- Опаздывать нельзя! Если Вы все же не сможете прийти на сеанс, то обязательно предупредите об этом администратора.
- Вход в Соляную комнату возможен только без верхней одежды (куртка, пальто, болоньевые штаны и т.п.) и только в чистой, предпочтительно хлопчатобумажной одежде.

- В связи с ежедневной уборкой соляного покрытия на полу запрещено проходить в одежде, на которой присутствуют стразы, пайетки, бусинки т.д.
- Убедительная просьба, перед началом сеанса, вынуть и убрать все мелкие предметы с карманов и снять бижутерию! Все, что Вы случайно потеряете, смогут найти маленькие дети.
- Дети, не достигшие 7 лет, посещают Соляную Комнату только в сопровождении взрослого.
- В Соляной Комнате разрешается пользоваться электронными приборами только в бесшумном режиме и только с разрешения медицинского работника!
- Маленькие детки должны находиться в памперсе, деткам постарше необходимо посетить туалет до начала сеанса.

## **ПОВЕДЕНИЕ РЕБЕНКА ВО ВРЕМЯ СЕАНСА!**

- Просьба следить за своими детками! Запрещено вести активные и шумные игры. Если дети шумят, капризничают и плачут, то просим родителей чем - ни будь отвлечь ребенка, либо вывести его из комнаты и успокоить, чтобы не мешать другим клиентам. Для спокойного проведения процедуры для маленьких клиентов создан специальный игровой уголок с игрушками.
- Желательно, чтобы ребенок не спал на процедуре. Во время сна дыхание человека становится более поверхностным и ионы не способны проникать в организм в достаточном количестве, поэтому желаемого оздоровительного эффекта можно не достичь.
- Взрослые должны внимательно смотреть за своими детками и не разрешать им кидаться солью, тереть глазки руками, чтобы соль не попала в глаза! При попадании - обязательно промыть глазки!
- Большая просьба, не разрешать детям лежать на соли, делать «ангелочков», закапывать себя, сгребать всю соль в одну большую кучу, а также бегать по комнате. Концентрация соли из-за активных игр увеличивается, а также соль может попасть в глаза, как Вашему ребенку, так и другим посетителям.
- Нельзя вставать на кресло ногами, передвигать кресло без разрешения медицинского работника, рисовать на мебели и стенах!

### **ЗАПРЕЩЕНО:**

- Во время сеанса снимать накидку и бахилы!
- Громко разговаривать в присутствии других людей! Вы можете помешать остальным отдыхающим.
- Категорически запрещено брать с собой еду, жевательную резинку.
- Пачкать сиденья, кидаться солью портить декоративное покрытие на стенах.
- Разговаривать по мобильному телефону, а также выходить, чтобы поговорить по телефону.
- Брать с собой в Соляную комнату телефон.
- Открывать двери без острой необходимости. Во время сеанса открывание дверей ведет к уменьшению концентрации соляного аэрозоля.