



IDA-TALLINNA KESKHAIGLA

AS Ida-Tallinna Keskhaigla  
Ravi 18, 10138 Tallinn  
Rg-kood 10822068  
Tel 666 1900  
E-post info@itk.ee  
www.itk.ee

## Массаж

**Массаж помогает улучшить кровообращение в тканях и способствует обмену веществ.**

С помощью массажа также нормализуется функция нервной системы и мышц, что, в свою очередь, помогает снять мышечное напряжение. Массаж применяют для снятия стресса и повышения работоспособности, а также для более длительного ее сохранения. Массаж (лечение руками) – это древний способ лечения родом из Индии.

Предлагаем различные виды лечебного массажа.

- Классический медицинский лечебный массаж, когда концентрируются на одной проблемной области. Опытный специалист проводит массаж по желанию пациента или согласно направлению врача. Массаж проводится на разные области тела: плечевой пояс, спину, ноги или руки. Процедура длится 15 или 30 минут, и после массажа можно несколько минут спокойно полежать в кабинете, чтобы закрепить полученный от массажа эффект. При наличии проблем со здоровьем, прежде чем обратиться на массаж, рекомендуем проконсультироваться со своим семейным врачом или с врачом-реабилитологом. Услуга платная. При наличии медицинских показаний услугу оплачивает Касса Здоровья Эстонии.
- Точечный массаж – имеющий пяти тысячелетнюю историю восточный метод массажа, при котором массажист с помощью пальцев надавливает на биологически активные точки на стопе пациента. С точки зрения рефлексотерапии стопа считается особенно важной областью, поскольку на стопе расположены рефлекторные зоны всех органов и систем. Массаж стопы основан на знаниях классической медицины, анатомии, физиологии и патологии. Продолжительность: 40 минут.

Массажные услуги платные.

**Записаться на прием можно:**

- по телефону [666 1900](tel:6661900) ПН-ПТ 7:15-18:00
- на стойке регистрации