

nuhrmedicalcenter.com



Это касается вас.

Передовая медицина
на доступном уровне

Содержание

Обзор

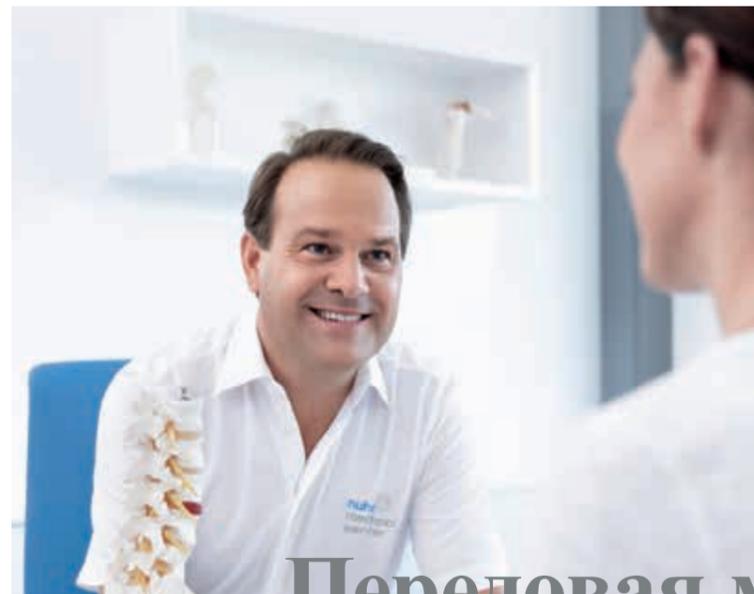
Предисловие редактора	1
Новаторские достижения	2
Знакомство с использованием всех органов чувств	4

Медицинская концепция NUHR

Человек в центре внимания	6
Медицинские направления	8
Процедуры	10
Противоболевая терапия NUHR	12
Физиотерапия NUHR	14
Изменение образа жизни NUHR	16
Эстетическая медицина NUHR	18
Школа ЗОЖ NUHR	20

Медицинский центр Nuhr

Отель NUHR	22
Голодание и очищение организма NUHR	24
Кухня NUHR	26
Природа NUHR	28
Впечатления NUHR	30



Передовая медицина на службе вашего здоровья.

Дорогие гости, уважаемые пациенты,

уже более 60 лет в Зенфтенберге пишется история медицинского успеха. В 1954 году мой дедушка, доктор Отто Нур, вместе со своей женой Роземари основал здесь первый реабилитационный центр в регионе. Он считается первопроходцем в области высокочастотной электротерапии в Австрии. Усовершенствованный им метод физиотерапевтического лечения – дарсонвализация – стал известен далеко за пределами страны. Сегодня эта форма терапии по-прежнему с большим успехом применяется в медицинском центре NUHR.

Открыв новый медицинский центр NUHR, мы сделали новый шаг в будущее. В атмосфере высококлассного отеля мы концентрируемся на самом важном – на вашем здоровье, которое мы рассматриваем как комплексную категорию и ставим во главе угла нашей деятельности. Команда

высококвалифицированных терапевтов и узких специалистов будет сопровождать вас на пути к вашей цели – быть здоровым. Уникальная медицинская концепция NUHR, в основу которой положены такие аспекты, как индивидуальный подход, интенсивность и регулярность лечения, обещает устойчивые результаты лечения.

Особым предметом нашей гордости является семейная атмосфера нашего центра. Положительный фактор, который так же, как и вкусная кухня NUHR, способствует заметному улучшению вашего самочувствия.

С наилучшими пожеланиями, ваш доцент университета, доктор Мартин Нур, магистр наук

Новаторские достижения

Совершенство кроется в деталях.

Уже более 60 лет медицинский центр NUHR является местом позитивных перемен и обретения здоровья. В 1954 году в Зенфтенберге недалеко от Кремса доктор Отто Нур основал первый в регионе оздоровительный центр и добился значительных успехов в лечении методом дарсонвализации.

Сегодня медицинский центр NUHR – это учреждение здравоохранения и реабилитации, которое благодаря индивидуальным концепциям лечения и современной непринужденной атмосфере задает новые стандарты.

Методы лечения и объем процедур подбираются индивидуально в соответствии с потребностям конкретного пациента. Междисциплинарная команда врачей и терапевтов в неизменном составе сопровождает весь курс лечения, а целенаправленное вмешательство позволяет добиться еще больших успехов в лечении и повысить удовлетворенность пациента в целом.

Образование и повышение квалификации

Медицинский центр NUHR является учебным центром для врачей, физиотерапевтов, специалистов медико-технического профиля и массажистов. Под руководством доцента университета доктора Мартина Нура в Институте реабилитационной физиотерапии имени Карла Ландштейнера изучаются будущие концепции лечения. Основное внимание уделяется усовершенствованию методов улучшения самочувствия пациентов. Кроме того, доктор Мартин Нур преподает как доцент университета в частном университете имени Карла Ландштейнера и в Венском медицинском университете.



Доктор Отто Нур – основатель медицинского центра NUHR



Новый медицинский центр NUHR в Зенфтенберге



Знакомство

С использованием всех органов чувств.

Центр, в котором узкие специалисты и терапевты находят время, чтобы сконцентрироваться на самом важном: вашем здоровье.

1 МЕДИЦИНСКАЯ КОНЦЕПЦИЯ NUHR

Используя инновационные методы диагностики и терапевтические мероприятия, мы рассматриваем ваше здоровье как комплексную категорию и работаем в соответствии с медицинской концепцией NUHR, которая ставит во главе угла нашей деятельности ваше здоровье.

2 ОТЕЛЬ NUHR

Передовая медицина в комфортной атмосфере: недавно построенный отель соответствует стандартам качества NUHR во всех деталях. Современная уютная семейная гостиница, где вы находитесь в центре внимания.

3 СПА-ЦЕНТР NUHR

В зоне активного отдыха и релакса в нашем центре есть две сауны, комната отдыха, разнообразные возможности для занятия

спортом и обширный комплекс процедур. Разомнитесь в бассейне, потренируйте свою выносливость на занятиях по аквааэробике или в кабинете тренировочной терапии и расслабьтесь в стильной зоне отдыха.

4 ЭСТЕТИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА NUHR

Наши предложения в области косметологии, эстетической медицины и эстетических процедур так же индивидуальны, как и потребности самого большого органа вашего организма — кожи. Процедуры для лица и тела и массажи заботятся о сохранении красоты, которая напрямую зависит от состояния здоровья.

5 КУХНЯ NUHR

Движение, отдых и сбалансированное питание являются важнейшими составляющими для сохранения крепкого

здоровья и хорошего самочувствия вплоть до глубокой старости. По этой причине в медицинском центре NUHR большое значение придается здоровому удовольствию.

6 ПРИРОДА NUHR

Живя в гармонии с природой, мы обретаем покой внутри себя. По этой причине мы со всей тщательностью и любовью к деталям ухаживаем за обширной территорией нашего центра и нашим терапевтическим садом. Чтобы наши гости могли восполнить свои силы и восстановиться, ведь именно за этим они приходят в медицинский центр NUHR.

7 ВПЕЧАТЛЕНИЯ NUHR

Так же привлекательны, как и со вкусом обустроенный отель, его окрестности, где можно найти прямой путь к обретению внутреннего равновесия и чувства удовлетворенности.

Человек в центре внимания.

Медицинская концепция NUHR

Ваше здоровье уникально, как и ваш план лечения. Используя инновационные методы диагностики и терапевтические мероприятия, мы рассматриваем ваше здоровье как комплексную категорию и работаем в соответствии с медицинской концепцией NUHR, которая ставит во главе угла нашей деятельности ваше здоровье.

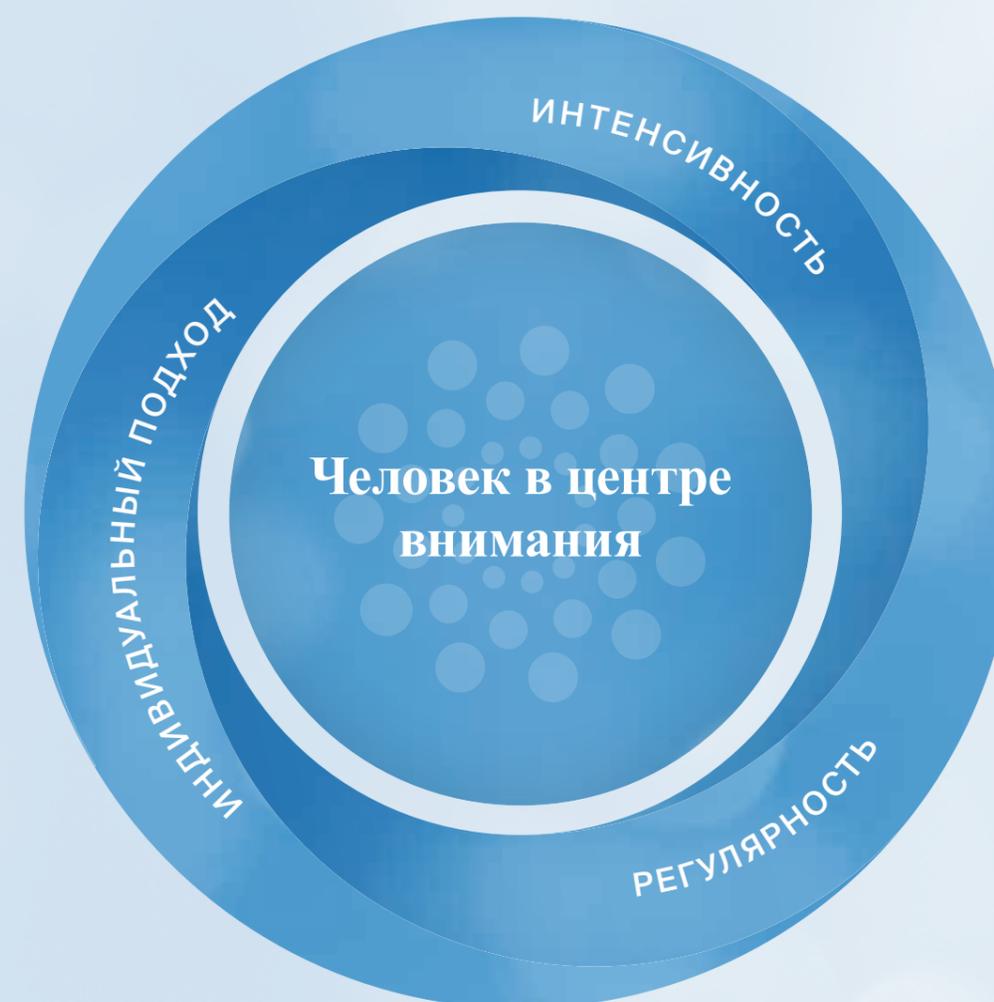
В начале вашего пребывания проводится подробное обследование. Мы подробно изучаем вашу историю болезни. На базе данной информации мы составляем индивидуальный план лечения.

Благодаря индивидуальному подходу,

интенсивности и регулярности процедур можно добиться устойчивого результата. Междисциплинарная команда врачей и терапевтов в неизменном составе сопровождает вас на каждом этапе курса лечения. Целенаправленное вмешательство позволяет добиться еще больших успехов в вашем лечении.

Три элемента для сохранения здоровья на долгие годы

Основным ориентиром для нас являются ваши потребности. Мы начинаем работать с вами с того уровня, на котором вы находитесь. Команда одних и тех же специалистов будет сопровождать вас на пути к вашей цели — быть здоровым. Ваш врач — это ваш консультант по всем вопросам, связанным со здоровьем. Во время пребывания в нашем центре и после него.



Берем курс на здоровый образ жизни.

Наша философия проста и четко определена: после тщательного обследования мы определяем конкретную цель лечения. На основании постоянного расширяемого и совершенствуемого обширного спектра услуг мы составляем для вас индивидуальный план лечения, который может реализовываться как в стационаре, так и амбулаторно. После этого дело за вами. Ведь успешность лечения зависит от его интенсивности и регулярности. Естественно, вы не должны преодолевать путь к успеху в одиночку. На протяжении всего пребывания вас будет сопровождать личная команда терапевтов и узких специалистов. Таким образом, на индивидуальных приемах

ваш терапевт сможет в любое время оценить эффективность лечения и при необходимости скорректировать план мероприятий.

В ходе индивидуальных консультаций по вопросам здоровья с регулярными медосмотрами в нашем центре, мы документируем ваши успехи на протяжении длительного времени и всегда своевременно планируем следующие шаги, которые впоследствии вы можете запросто делать самостоятельно на пути к цели — в том числе и в повседневной жизни. Наша уникальная программа «Школа ЗОЖ NUHR» является основой для успешного формирования устойчивого образа жизни.



Процедуры

«Кирпичики»

для вашего здоровья.



Дарсонвализация



Кинезитерапия – лечебный скалодром



Гидротерапия – тракция шейного отдела

Дарсонвализация по методу доктора Отто Нура

В медицинском центре NUHR мы предлагаем эксклюзивную методику дарсонвализации, усовершенствованную доктором Отто Нуром. Высокочастотная электротерапия благотворно влияет на вышестоящие механизмы контроля в организме и позволяет надолго снять болевые ощущения.

Лечебная физкультура

Лечебная физкультура является основной формой терапии, которая применяется с целью реабилитации и профилактики заболеваний. Будучи важным элементом физической медицины, физические упражнения, выполняемые под руководством опытного инструктора, значительно улучшают самочувствие человека.

Электротерапия

Постоянный или переменный ток способствует циркуляции крови, стимулирует ослабленные мышцы и снимает боль. При этом важно выбрать подходящий метод и частоту. В медицинском центре NUHR мы предлагаем разные формы низкочастотных процедур, а также гидроэлектрические (гальванические) ванны.

Гидротерапия

Гидротерапия – это универсальный способ лечения, который играет важную роль прежде всего при реабилитации, поскольку в условиях мнимой невесомости происходит бережное укрепление организма. Ходьба и упражнения на равновесие, выполняемые в воде в щадящем режиме, также обеспечивают надежный результат. Тракция шейного отдела – это вытяжение шейного отдела позвоночника в бассейне с теплой водой. С помощью этого метода достигаются наилучшие результаты при максимальном расслаблении мышц.

Механотерапия

Лечебный массаж считается одним из древнейших методов лечения. Его

целительные свойства проявляются при правильной дозировке и непрерывном, деликатном воздействии массажиста на ткани и органы с учетом индивидуальных особенностей пациента. В медицинском центре NUHR также проводится тракционная терапия для освобождения сдавленных нервных корешков и уменьшения болей.

Индивидуальные психологические консультации

Находясь в нашем центре, воспользуйтесь возможностью обсудить личные проблемы в непринужденной обстановке в атмосфере безопасности и конфиденциальности. Освободитесь от всего, что обременяет вашу душу, и испытайте эмоциональное и физическое облегчение.

Низкоинтенсивная лазерная терапия

Низкоинтенсивная лазерная терапия – это разновидность регуляторной терапии, положительно влияющей на метаболизм клеток организма в результате воздействия излучения. Запускаются биохимические процессы, которые повышают иммунитет и улучшают заживление.

Медицинская тренировочная терапия (МТТ) и система TRX

МТТ – это целенаправленная физическая тренировка с использованием специальных устройств с компьютерным управлением для улучшения мышечной силы под наблюдением терапевта. МТТ подходит для всех пациентов с дефицитом мышечной силы, выносливости и подвижности. Система TRX – это упражнения для всего тела с использованием системы эластичных петель.

Йога

В медицинском центре NUHR вы можете насладиться профессиональными занятиями йогой. Помимо зала для йоги свое душевное равновесие можно обрести и на нашем лугу для занятия йогой.

Без боли к улучшению качества жизни.

Противоболевая терапия NUHR



Правильный
пакет для
вас

Боли, вызванные физическими заболеваниями или психологическим дисбалансом, являются тяжелым испытанием для пациента. Поэтому в медицинском центре NUHR мы относимся к вашей боли со всей серьезностью и оказываем чуткую и компетентную поддержку на пути к ее облегчению.

Индивидуальный успех лечения

На основе медицинской концепции NUHR мы разрабатываем индивидуальную схему лечения для каждого пациента. Сюда входят физическая и реабилитационная терапия, комплементарная медицина, кинезитерапия, а также психологический тренинг и укрепление психических сил. Вы можете реализовать свою личную программу оздоровления в соответствии со своими желаниями и возможностями в амбулаторной или стационарной форме.

Показания

Медицинские услуги, предлагаемые в рамках направления «Противоболевая терапия NUHR», рекомендованы при наличии хронических болей любой формы: невралгические боли или боли в пояснице из-за грыжи либо протрузии межпозвоночных дисков, остеопороза, остеохондроза, болезни Шейермана, а также любых клинических проявлений ревматических заболеваний. Пребывание в медицинском центре NUHR принесет вам облегчение боли и позволит испытать целебное чувство постоянной заботы.

ПРОТИВОБОЛЕВАЯ ТЕРАПИЯ В СТАЦИОНАРЕ

Лечение болей в условиях стационара. Избавление от боли навсегда: именно для этого мы предлагаем нашу 14-дневную программу в стационаре медицинского центра NUHR.

ПРОТИВОБОЛЕВАЯ ТЕРАПИЯ АМБУЛАТОРНО

Амбулаторное лечение болей. Даже без пребывания в стационаре у вас есть возможность насладиться тишиной и чувством защищенности в амбулатории нашего высококлассного медицинского центра NUHR и сделать следующий шаг на пути в будущую жизнь без боли.

Восстановление позволяет забыть о последствиях травмы, а ортопедическая реабилитация – вернуть себе самостоятельность.

Физиотерапия NUHR



Подходящий
пакет для
вас

Иногда после операции, несчастного случая или тяжелой болезни человеку тяжело не только выполнять свои профессиональные обязанности и заниматься спортом. Зачастую пострадавшие испытывают ограничения и в повседневной жизни. Но так быть не должно. Тот, кто уделяет необходимое время реабилитации, с уверенностью улучшает физическую форму и максимально возвращает утраченное здоровье. Медицинские услуги, предлагаемые в медицинском центре NUHR в рамках направления «Физиотерапия NUHR», помогут вам в процессе реабилитации.

Индивидуальный подход: ключ к успеху

У каждого человека своя история здоровья. Ее изучению мы уделяем достаточно времени, чтобы разработать индивидуальную концепцию лечения для вас. Наши специалисты по медицине боли и реабилитации, кинезитерапии, физиотерапии и комплементарной медицине сопровождают вас на протяжении всего пребывания в медицинском центре NUHR. Благодаря этому мы всегда обладаем актуальной информацией о ваших текущих успехах, а вы идете к своей цели самым прямым путем.

Показания

Цель реабилитации заключается в быстром восстановлении физической работоспособности после оперативного вмешательства (например, замены сустава на искусственный), а также после несчастных случаев и заболеваний неврологического, терапевтического или гериатрического характера. Вы хотите справляться со своими повседневными делами без ограничений? Тогда уделите внимание своему здоровью прямо сейчас!

КЛАССИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ

Послеоперационная реабилитация в условиях стационара. Во время 14-дневного пребывания в нашем высококласном центре вы сможете насладиться тишиной и чувством защищенности, а также ощутить на себе заботу вашей личной команды специалистов по реабилитации.

АМБУЛАТОРНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ

Послеоперационная реабилитация в условиях амбулатории. Наша программа амбулаторной реабилитации направлена на то, чтобы в течение короткого времени максимально приблизить вас к выздоровлению.

НА СТАРТ

Медицинский осмотр и составление индивидуального плана тренировок. Данный пакет предлагает интенсивную и в то же время очень эффективную спортивную подготовку и предназначен для людей, которым предстоит спортивные испытания или которые хотят начать заниматься новым видом спорта.

Легче предупредить, чем лечить.

Изменение образа жизни NUHR



Требования, которые мы ежедневно предъявляем к своему здоровью в нашем быстро меняющемся мире, очень высоки. Если не уделять себе должного внимания, можно серьезно и надолго заболеть. Здоровый образ жизни – это тот щит, который защищает нас в повседневной жизни и позволяет энергично справляться во всеми приключениями и испытаниями, находясь в хорошей физической форме. Поэтому в дополнение к нашим лечебным программам «NUHR 4 Жизнь» мы предлагаем пакеты профилактических мероприятий с разной направленностью.

Остановитесь, чтобы лучше рассмотреть путь

Как говорят, чтобы измениться, надо остановиться. Поэтому в начале вашего курса по изменению образа жизни мы уделяем время тому, чтобы изучить вашу актуальную ситуацию, проанализировать факторы риска и обнаружить вещи, которые «съедают» вашу энергию. Затем на основании данной комплексной информации мы составляем вашу индивидуальную программу отдыха под медицинским наблюдением. Наряду со специальной информацией о здоровом образе жизни вы получите от наших компетентных специалистов свободу действий, чтобы найти свой собственный ритм и обрести равновесие.

Показания

Физическое напряжение на протяжении многих лет из-за неправильной осанки, неактивности или тяжелого физического труда и сильная психологическая нагрузка в результате таких явлений, как эмоциональное выгорание или депрессия: существует множество разных факторов, которые приводят к тому, что мы лишаемся сил и энергии и надолго теряем физическую форму и душевное равновесие. Вы чувствуете себя измотанным и обессиленным? Вам кажется, что ваш внутренний и внешний мир нуждается в тишине и покое? В медицинском центре NUHR вы сможете насладиться благотворным отдыхом в рамках индивидуальной программы оздоровления.

Правильный
пакет для
вас

ОТДЫХ ДЛЯ ТЕЛА

Вы постоянно много работаете, испытываете сильный стресс и у вас мало свободного времени? Тогда сделайте что-нибудь для своего здоровья и закажите этот пакет для профилактики эмоционального выгорания и улучшения вашей физической формы и самочувствия в условиях стационара.

ОТДЫХ ДЛЯ ДУШИ

Если вы находитесь в состоянии постоянного стресса и психического/эмоционального давления, если вы входите в группу риска эмоционального выгорания или вам просто нужен отдых от повседневной суеты, тогда пребывание в медицинском центре NUHR по программе Отдых для души именно то, что вам нужно.

40 ПЛЮС

Доказано, что регулярный отдых в расцвете сил способствует укреплению здоровья и помогает получать удовольствие от жизни. Данная программа восстановления в стационаре медицинского центра NUHR предназначена для людей старше 40 лет. Она позволяет расслабиться и на некоторое время забыть обо всех проблемах, чтобы восстановить свои жизненные силы.

Для красоты, которая напрямую зависит от состояния здоровья.

Эстетическая медицина NUHR



Правильный пакет для вас

ЭСТЕТИКА КЛАССИК

Проведите неделю в медицинском центре NUHR с полным пансионом, чтобы заняться своей внешностью.

ЭСТЕТИКА СОФТ

Этот четырехдневный курс омоложения с полным пансионом позволит насладиться уникальным сервисом нашего центра.

Вы ищете источник вечной молодости, из которого можно постоянно черпать жизненную энергию, чтобы иметь сияющий внешний вид? Он ближе, чем вы думаете: это ваше здоровье. Наши услуги, предлагаемые в рамках направления «Эстетическая медицина NUHR», направлены на то, чтобы в результате изучения и устранения внутренних причин добиться видимых изменений, происходящих на глубинном уровне и имеющих длительный эффект. При этом естественность для нас так же важна, как индивидуальный подход и личное сопровождение на пути к вашему идеалу красоты.

Медицина и косметология

Наши услуги, предлагаемые в рамках направления «Эстетическая медицина NUHR», сочетают в себе разные элементы для комплексной программы красоты. Так, мануальная регулирующая терапия по доктору Нуру помимо всего прочего дополняется медицинскими обследованиями, косметическими процедурами и лечебной гимнастикой. При этом в вашем распоряжении всегда имеется команда опытных экспертов, к которым можно обратиться за индивидуальной консультацией и надежной поддержкой.

Показания

Если у вас наблюдается нарушение гормонального баланса, вы плохо спите или испытываете внутреннее беспокойство, либо другие стресс-факторы оказывают негативное влияние на ваш внешний вид, мы можем предложить вам отдых, в котором вы так нуждаетесь. Кстати, курс омоложения в нашем комфортабельном оздоровительном отеле прекрасно подойдет для отпуска в кругу друзей и подруг.

Индивидуальные консультации по
здоровому образу жизни.

Школа ЗОЖ NUHR



Медицинский осмотр

МЕДИЦИНСКИЙ ОСМОТР

Целевая группа программы «Медицинский осмотр NUHR» — это люди с повышенным уровнем физической и психоэмоциональной нагрузки, а также люди с такими факторами риска, как лишний вес, повышенный уровень липидов в крови, чрезмерное табакокурение и гиподинамия. Вы тоже входите в эту группу и хотите улучшить свой образ жизни? Тогда начните с укрепления здоровья в профилактических целях в медицинском центре NUHR!

Во время 4-дневного курса мы уделяем время тому, чтобы изучить вашу актуальную ситуацию, проанализировать факторы риска и обнаружить вещи, которые «съедают» вашу энергию. В программу входят заключения пяти врачей-специалистов с постановкой диагноза, а также дополнительные экспертизы и лечебные процедуры. Это позволит вам получить цельную картину текущей ситуации и выбрать подходящие меры по укреплению здоровья.

Конечно, вам знакома ситуация, когда, возвращаясь к повседневной жизни в конце лечения, мы даем себе много обещаний. Однако не всем советам общего характера, которые даются при выписке, можно следовать каждый день. Для того чтобы быть и оставаться здоровым, каждому из нас нужно что-то свое. Очень скоро всё возвращается в привычное русло.

Не ходите вокруг да около — выберите прямой путь к здоровой и счастливой жизни! Воспользуйтесь преимуществами нашей программы «Школа ЗОЖ NUHR», индивидуальной консультации по вопросам здоровья с регулярными медосмотрами, которая позволит вам вести устойчивый образ жизни — успешно и с удовольствием.

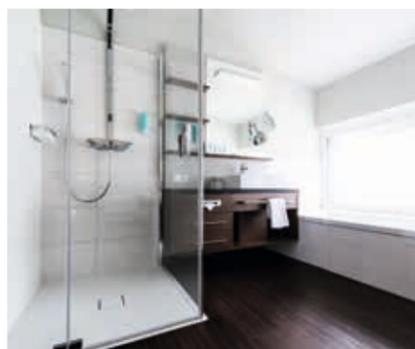
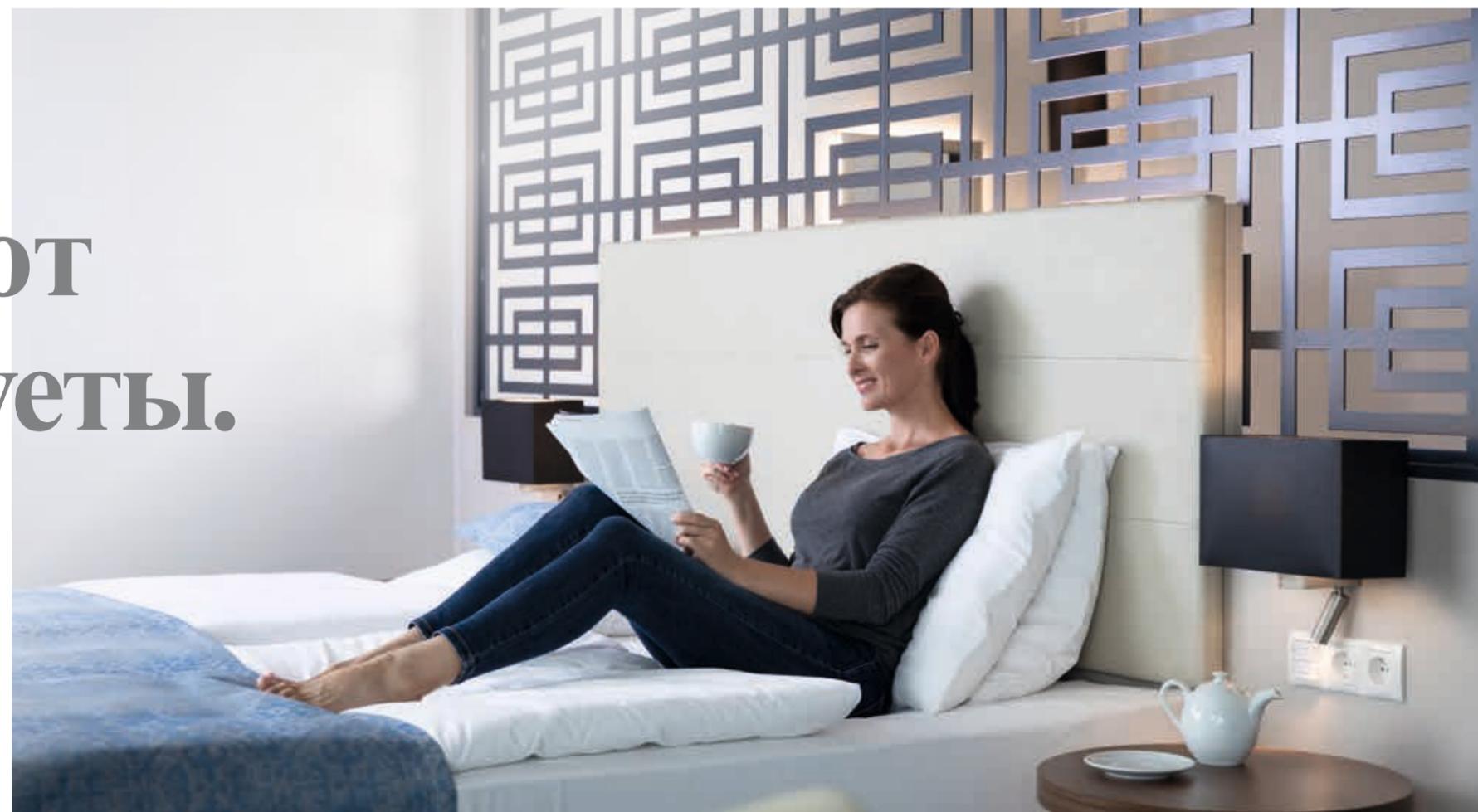
Оставаться здоровым очень просто

На основании результатов тщательного обследования, рекомендаций по лечению, составленных с учетом ваших личных потребностей, и совместно поставленной цели мы разработаем ваш личный рецепт здоровья и хорошего самочувствия. В ходе дальнейших посещений нашего центра мы будем документировать ваши успехи и планировать следующие шаги, которые впоследствии вы можете запросто делать самостоятельно на пути к своей цели. Мы вам желаем: будьте здоровы!

Отель NUHR

Ваше место отдыха вдали от повседневной суеты.

Почувствуйте на себе, насколько полезным бывает замедлить ход вещей, и сконцентрируйтесь во время пребывания в нашем оздоровительном отеле на внутренней удовлетворенности и внешнем благополучии.



Насладитесь своим личным оазисом покоя и компетентным медицинским обслуживанием. Способствующий отдыху и восстановлению характер окружающей природы нашел воплощение в нашем медицинском центре NUHR — в обилии света, изысканных интерьерах и ухоженных зеленых зонах.

Современный и уютный семейный отель
Современное чувство защищенности можно обрести и в наших 30 со вкусом обустроенных номерах и люксах. Мы дарим вам два величайших предмета роскоши нашего времени: покой и тишину.

Помимо 27 комфортабельных двухместных номеров (стандартных и улучшенных) в вашем распоряжении имеются премиум-люкс и два полулюкса. Разумеется, наши номера являются безбарьерной средой, 4 из них обустроены с учетом потребностей людей с ограниченными возможностями.

Прекрасный терапевтический сад, две сауны, просторная и светлая комната отдыха, собственный бассейн, разнообразные возможности для занятия спортом и обширный комплекс процедур завершают ассортимент услуг, предлагаемых в нашем уютном отеле. Побалуйте себя отдыхом, которого заслуживают ваши душа и тело.

Избавиться от лишнего веса легко.



У вас неудачный опыт в применении диет? Скорее всего, они просто были неправильно подобраны. В медицинском центре NUHR диетологи в сотрудничестве с врачами составляют программы голодания и очищения, ключом к успеху в которых являются ваши индивидуальные потребности. Узнайте больше о наших популярных классических программах.

Премиум-диета для печени от доктора Ворма

Рассчитана на целенаправленное избавление от лишнего жира в печени и других органах. Основная цель заключается в улучшении/нормализации обмена веществ. Одновременное уменьшение веса тела на несколько килограмм является приятным «побочным эффектом» и подходящей отправной точкой для дальнейшего похудения.

Лечебное голодание для очищения организма

Данная программа лечебного голодания направлена на улучшение состояния кишечника, иммунной системы и общего самочувствия. Особенность первых двух дней заключается в употреблении коктейлей

«САНА-ФИТ» и обучении правильному жеванию, начиная с третьего дня, назначаются меню, богатые ощелачивающими продуктами. Заключительная консультация по правильному питанию помогает пациентам придерживаться такой диеты в домашних условиях.

Программа снижения веса «Бодимед»

За основу данной диеты для похудения взята 4-этапная концепция, в которой отдельные приемы пищи заменяются высококачественными белковыми коктейлями в течение ограниченного периода времени. Для диагностики состава тела регулярно проводится биоимпедансометрия. Это позволяет гарантировать стабильное снижение веса без ущерба для здоровья.

Кухня NUHR

Когда здоровье в удовольствии.

Движение, отдых и сбалансированное питание являются важнейшими составляющими для сохранения крепкого здоровья и хорошего самочувствия вплоть до глубокой старости. По этой причине в медицинском центре NUHR большое значение придается здоровому удовольствию.

В нашем ресторане мы предлагаем вам полноценную, современную и вкусную интернациональную кухню. Региональные и сезонные продукты являются таким же естественным явлением, как и всегда свежеприготовленные блюда, а также высококлассное внимательное обслуживание. Получите максимальное удовольствие.

Кулинарными изысками наслаждаются все гости медицинского центра NUHR с полным пансионом. Также мы рады приветствовать в нашем уютном ресторане пациентов дневного стационара. Наряду с питательным, с любовью приготовленным завтраком, который подается на этажерке, в нашем меню вы найдете здоровые сезонные блюда. Наша команда поваров побалует вас обедом и ужином из нескольких блюд. В интересах гостей нашего центра мы

не предлагаем газированные напитки и напитки с высоким содержанием алкоголя. Таким образом мы хотим помочь вам приобрести хорошую форму и всецело посвятить себя своему здоровью во время своего пребывания в нашем центре.

Однако благодаря разнообразию кулинарных удовольствий вы не почувствуете нехватку чего-либо. Кстати, в хорошую погоду вы можете наслаждаться деликатесами от нашего шеф-повара на просторной террасе. Прием пищи в зелени нашего сада доставит двойное удовольствие. По запросу мы можем предложить вам дополнительную консультацию диетолога, которая поможет вам изменить ваши пищевые привычки и внедрить здоровое питание в вашу повседневную жизнь. Наша врач-диетолог с удовольствием проконсультирует вас в частном порядке.



Зеленый - цвет восстановления.



Аптекарский сад



Луг для занятия йогой



Терапевтический сад

Природа с ее энергией созидания, безмятежностью и гармонией: вот что символизирует зеленый цвет. Живя в гармонии с природой, мы обретаем покой внутри себя. По этой причине мы со всей тщательностью и любовью к деталям ухаживаем за обширной территорией нашего центра. Чтобы наши гости могли восполнить свои силы и восстановиться, ведь именно за этим они приходят в медицинский центр NUHR.

Аптекарский сад

Если мы хотим восстановить свое равновесие естественным путем, мы должны научиться снова понимать природу. Для этого у нас есть аптекарский сад, где можно узнать много интересных фактов о разных травах и лекарственных растениях, а также об их полезных свойствах. Кроме того, мы используем наши травы при приготовлении блюд на кухне NUHR.

Активный сад

Наши ноги слишком много времени проводят в носках и обуви. Снимите всё, чтобы снова ощутить природную связь с землей. Лучше всего не спеша прогуляться босиком по нашей сенсорной дорожке. Еще одна изюминка — наша полоса препятствий. Здесь вы можете в игровой форме проверить свою физическую форму и ловкость. Избавьтесь от груза повседневных проблем и верните себе чувство свободы.

Сад для релаксации

Вы когда-нибудь проходили курс водолечения по системе Кнайпа? В саду для релаксации медицинского центра NUHR у вас есть уникальная возможность сделать это. В полной мере почувствовать положительный эффект процедуры можно в прекрасном, заряжающем

энергией павильоне для медитаций. Здесь вы можете успокоиться и ощутить на себе благотворное влияние природы.

Луг для занятия йогой

О йоге говорят на каждом углу. Что неудивительно, ведь данная школа чудесным образом объединяет дыхательные практики, физические упражнения и медитацию. На лугу для занятия йогой в медицинском центре NUHR вы можете насладиться этой практикой сосредоточения и ощутить, как груз повседневных проблем легко и плавно спадает с ваших плеч. Погрузитесь в «здесь и сейчас» и обратитесь к тому, с чего начинается хорошее самочувствие — к самому себе.

Луг для медитаций

Медитация — это не тот способ, который ведет к облегчению по щелчку пальцев. Медитация — это искусство чувствовать то, что есть. Всякий раз, когда во время пребывания в нашем центре у вас возникнет желание уединиться и упорядочить свои мысли, вы можете отправиться на луг для медитаций и сделать это под открытым небом. Просто наблюдайте за своими мыслями, как за облаками, плывущими по небу, и наслаждайтесь расслаблением на высшем уровне.

Впечатления NUHR

Вальдфиртель: восхитительный в своей безмятежности.

Так же привлекательны, как и со вкусом обустроенный отель, его окрестности, где можно найти прямой путь к обретению внутреннего равновесия и чувства удовлетворенности. Будь то прогулка по Кремсу, поездка на рыбалку или охоту, посещение музея или дегустация вина – список предложений по проведению досуга чрезвычайно разнообразен. С учетом стимулирующего действия мы настоятельно рекомендуем вам скандинавскую ходьбу и катание на горных велосипедах. Маршруты прекрасно разработаны, а горный электровелосипед можно взять напрокат в нашем центре.



Искусственное озеро Оттенштайн

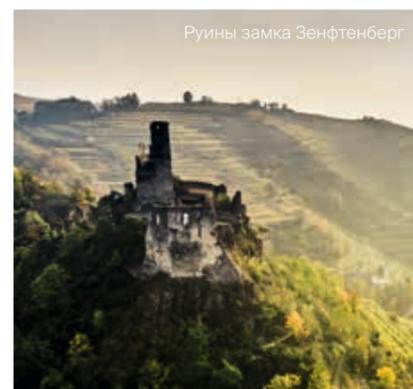
© Reinhard Podolsky



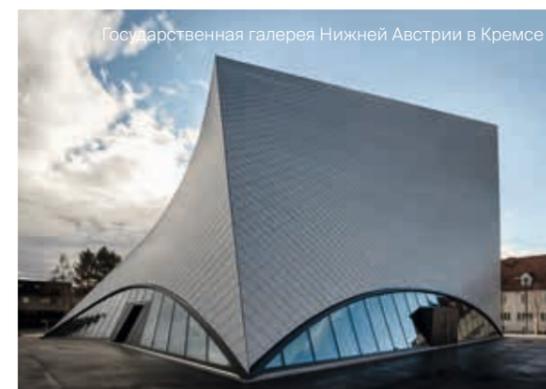
Бenedиктинский монастырь Геттвайг



Музыкальный фестиваль в замке Графенегг



Руины замка Зенфтенберг



Государственная галерея Нижней Австрии в Кремсе



Дюрнштайн, долина Вахау

Выходные данные

Издатель

Nuhr Medical GmbH & Co KG
www.nuhrmedicalcenter.com

Содержание и графика

Fredmansky GmbH
www.fredmansky.at

Авторские права на фото

Nuhr Medical Center, Robert Josipovic Photography,
Getty Images, Reinhard Podolsky (искусственное озеро Оттенштайн),
Frater Andreas Remler, OSB (бенедиктинский монастырь Гёттвайг),
Alexander Haiden (музыкальный фестиваль в замке Графенегг),
Donau Niederösterreich, Robert Herbst (руины замка Зенфтенберг),
Faruk Pinjo (государственная галерея Нижней Австрии в Кремсе),
Donau Niederösterreich, Steve Haider (Дюрнштайн, долина Вахау)

Печать

Wallig Ennstaler Druckerei und Verlag GmbH
www.walligdruck.at

Узкие специалисты и
терапевты медицинского
центра NUHR:



Отсканируйте QR-код, чтобы
получить еще больше
информации о медицинском
центре Nuhr:



Имиджевое видео



Открытие
терапевтического
сада



Nuhr Medical GmbH & Co KG
Dr. Nuhr-Platz 1
3541 Senftenberg
(Зенфтенберг, Австрия)

T: +43 2719 / 22 210
Ф: +43 2719 / 22 21-224

nuhrmedicalcenter.com
info@nuhr.at

