

# Лечение и туризм



Region of Crete  
[www.incrediblecrete.gr](http://www.incrediblecrete.gr)



Operational Programme Crete and the Aegean Islands 2007-2013  
Co-financed by Greece and the European Union





Средиземноморский климат, множество современных медицинских учреждений и инновационный сервис создают на острове Крит хорошие условия как для отдыха, так и для лечения. За последние несколько лет медицинский туризм стал здесь перспективным направлением.



У многих современных болезней психологические корни: стресс, напряженный темп жизни, человеческие взаимоотношения, нехватка социальной сплоченности, отсутствие близких друзей, семейных уз и т. д. Хороший климат, природа, море, прогулки, приключения, занятия спортом, разумные ограничения,

знакомство с историческим и культурным наследием, получение новых знаний, оздоровление, отдых на воде, правильное питание, активная жизнь и смена обстановки способствуют улучшению душевного здоровья. Крит — идеальное место, сочетающее в себе все эти факторы.

Кроме того, пациенты, которые из-за необходимости непрерывного лечения раньше не могли посетить другой город или страну, сегодня могут насладиться всеми прелестями отдыха на Крите, пользуясь при этом медицинскими услугами в любой точке острова.

Благодатный солнечный климат острова способствует развитию талассотерапии и спа-центров, которые сегодня считаются одними из лучших в мире. Высококласные спа- и велнес спа-отели делают остров центром лечебного и медицинского туризма.



### **Медицинские учреждения**

Передовые исследовательские и современные медицинские и лечебные центры, расположенные по всему острову, предлагают ежедневное медицинское обслуживание. Их деятельность направлена на профилактику и диагностику заболеваний, а также поддержание здоровья.

Многие госпитали и клиники, расположенные в крупных городах Крита, особенно в Ираклионе, обслуживают пациентов со всего юга Греции. Кроме того, в каждом городке острова найдется медицинский пункт и поликлиника, оказывающие медицинскую помощь. Крит становится всё более популярным у путешественников, которые хотят поправить свое здоровье.

И это неудивительно: здесь есть медицинские учреждения должного уровня и профессиональные кадры в самых разных сферах здравоохранения, пациенты и их семьи могут разместиться в одной из прекрасно обустроенных гостиниц, а цены на медицинское обслуживание намного ниже, чем в других странах.





### **Медицинский туризм**

Современные центры искусственного оплодотворения в Ханье и Ираклионе предлагают свои услуги пациентам со всего мира. По сравнению с другими странами, действующее законодательство Греции предполагает более благоприятные условия вспомогательной репродукции для пар и матерей-одиночек.

Помимо этого, на острове расположены современные центры физической и психологической реабилитации, а также высококласные центры психического здоровья, двери которых открыты для посетителей из самых разных стран.

В крупных городах есть также центры диализа и частные клиники, в которых пациенты, страдающие почечной недостаточностью, могут насладиться отпуском, не волнуясь при этом о своем здоровье.



Клиники с садами, бассейнами и прекрасно оборудованными местами для диализа напоминают шикарные виллы. Здесь созданы все условия для приятного отдыха пациентов.

Кроме того, на Крите значительное развитие получили инвазивные методы коррекции зрения. Сотни людей со всей Греции и других стран Европы приезжают в Ираклион, чтобы избавиться от

миопии, астигматизма, дальнозоркости и многих других заболеваний. Офтальмологические центры Крита, тесно сотрудничающие с университетскими центрами по всей Греции, помогут своим посетителям взглянуть на жизнь по-новому.





### **Стоматологический туризм**

В последнее время все больше гостей Крита совмещают отпуск на курортах острова с прохождением обследования на высшем уровне и лечением.

Дело в том, что стоимость услуг стоматологов в Греции существенно ниже (разница достигает 80 %), чем в частных клиниках Европы, а качество материалов и оборудования ничем не уступает.

Стоит также отметить, что у греческих врачей превосходное образование, они постоянно повышают свою квалификацию, следят за тенденциями в сфере стоматологии и сами принимают активное участие в ее развитии.



### Парамедицинские услуги

Крит предлагает высококлассные услуги во всех областях парамедицины: мануальная терапия, психотерапия, иглоукалывание, логопедическое лечение и диетология.

Критские центры, работающие в сфере парамедицины, уделяют большое внимание профессиональному развитию своих сотрудников. Они стремятся укрепить свои позиции в локальном сообществе и привлечь посетителей из других районов Греции и всей Европы.







В крупных городах острова опытные и высококвалифицированные логопеды помогают детям со всей страны справиться с речевыми расстройствами. Благодаря инновационным методикам лечения ребята смогут полноценно участвовать в учебном процессе и уверенно чувствовать себя в обществе.

Помимо этого, Крит славится давними традициями психотерапии и иглоукалывания. Опытные мануальные терапевты облегчат реабилитацию больных с двигательными нарушениями, а иглотерапевты, прошедшие специальную подготовку, при помощи современных методов и техник смогут улучшить состояние пациента.





### Восстановление жизненных сил

На острове Крит каждый может насладиться чудодейственной силой освежающих спа-процедур и массажа в специальных зонах релаксации. Расслабление и выведение из организма шлаков, восстановление сил и коррекция фигуры — инновационные методы помогут вам достичь всех поставленных целей.





Многие из этих учреждений были отмечены наградами за высокий уровень предоставляемых услуг. Практически все 5-звездочные отели предлагают спа-процедуры, которые проводят опытные мануальные терапевты с использованием последних разработок в этой сфере. Что бы вы ни выбрали — древние холистические ритуалы или уход за кожей с помощью новейших технологий, — вам гарантирован великолепный отдых тела и души. Широкий спектр методик лечения и техник массажа помогут гостям острова как погрузиться в глубокую релаксацию, так и восстановить жизненные силы.





### **Талассотерапия**

Гиппократ, отец медицины, был первым, кто открыл целебные свойства морской воды, наблюдая за тем, как она залечила раны на руках рыбака. Будучи убежденным в том, что морская вода препятствует заражению, Гиппократ рекомендовал своим пациентам применять ее для облегчения боли. Сегодня талассотерапия — это признанный во всем мире метод лечения, использующий теплую морскую воду для обновления организма.





При самых шикарных отелях Крита открылись центры спа-ухода и талассотерапии — все они прекрасно оснащены, в них работают высококвалифицированные специалисты. В подогреваемых бассейнах с морской водой можно пройти сеанс гидромассажа, попробовать ароматерапию и лечение водорослями. В основе талассотерапии лежит правильное использование полезных компонентов морской воды и водорослей.



Количество центров спа-ухода и талассотерапии растет с каждым днем. Многочисленные спа-отели класса люкс и велнес спа-отели предлагают широкий выбор косметических процедур, возможности для занятий спортом и оздоровления, в том числе талассотерапию.

В большинстве таких оздоровительных программ используется морская вода, водоросли и грязи — все самые полезные элементы моря.





Кроме того, талассотерапия способствует релаксации организма и регуляции стресса, помогает контролировать вес, тонизирует мышцы и улучшает цвет лица. Для достижения наилучшего эффекта талассотерапию необходимо сочетать со здоровым питанием.

Сертифицированный персонал, инновационные методы и современное оборудование создают все условия для релаксации, облегчения мышечной боли, укрепления здоровья тела и поднятия духа.







### Лечение травами

Крит всегда считался настоящим раем из трав. Воздух, солнце и море создают идеальные условия для растений, позволяя им накапливать больше количество эфирных масел.

Травы, многие из которых известны своими целебными свойствами, растут повсюду: в горах, на сельскохозяйственных угодьях и в прибрежных зонах.

Экосистема острова по праву считается одной из самых богатых и интересных в Европе, а предмет особой гордости составляют местные ароматические растения. Самые известные из них — железница и душица критская, которые издревле ценились за свои антисептические свойства.

На острове находится множество магазинчиков, специализирующихся на торговле травами, в которых посетитель может выбрать то, что лучше всего подходит для лечения его заболевания, укрепления сил и поднятия настроения.





В горах Крита проходят разнообразные туры и семинары, посвященные травам. Кроме того, недавно на острове началось возделывание алоэ вера — растения, которые многие компании используют при производстве косметики и лекарственных средств.

### **Ароматерапия**

Многие травы, растущие на Крите, применяются в ароматерапии: их эфирные масла помогают избавиться от болезни или облегчить ее проявления. Смесь эфирных масел и других полезных веществ втирают в кожу, вдыхают или распыляют в воздухе.





Ароматерапия помогает людям расслабиться и избавиться от стресса. Ее также используют против ожогов, инфекций, депрессии, бессонницы и для понижения кровяного давления.

Гости острова могут принять участие в многочисленных образовательных семинарах и отдохнуть в одном из центров ароматерапии.









### **Критская диета**

Результаты исследований местного питания приятно удивили ученых: оказалось, что у жителей Крита отменное здоровье, а уровень заболеваемости здесь куда ниже, чем в других регионах.

Уникальное биологическое разнообразие и особенный климат делают Крит благодатным местом для роста трав и диких растений. Кроме того, широкое распространение на острове получило животноводство, и его продукты уже многие столетия занимают почетное место на столах критян. Благодаря этим факторам критская диета является самой здоровой во всем Средиземноморье.

Именно она легла в основу «средиземноморского питания», для которого характерно большое количество овощей, использование оливкового масла и ограниченное потребление мяса.

Посетители острова могут принять участие в мероприятиях, посвященных критской гастрономии, и узнать об основных правилах сбалансированной диеты, которые улучшат здоровье и продлят жизнь.







### **Медитация**

Медитация — неподвластная времени духовная практика, метод духовной концентрации, которая достигается путем глубокой релаксации и блокирования всех мыслей и внешних раздражителей.

В процессе медитации человек получает знания или опыт, не используя при этом органы чувств или любой другой источник информации об окружающем мире.

Отдых на Крите — превосходный способ ощутить релаксацию и оздоровление, предлагаемые медитацией. Для этого можно посетить известные во всем мире центры медитации, расположенные в наиболее атмосферных и мистических местах острова, например Палиохора и песчаные холмы Агиос-Павлос в Ретимно.



### Йога

Йога — древняя методика физических упражнений и работы над душевным балансом, которая прекрасно сочетается с чистотой и гармоничностью критского ландшафта. Многие знаменитые йоги покинули крупные города, чтобы посвятить себя своему любимому делу на Крите.

Существует множество видов йоги: хатха-йога, Айенгар-йога, Аштанга-виньяса-йога, карма йога. Практику можно также совместить с современным танцем или, например, капзёррой.

Гости острова могут принять участие в многочисленных семинарах по йоге, которые проходят в Сфакии, Палиохоре возле Ханьи, Агиос Павлос в Ретимно, Ситии, Агиосе Николаосе и Ираклионе.





### Рейки

Рейки — древняя духовная целительная практика, зародившаяся в Японии. Она положительно воздействует на здоровье и физическое самочувствие, помогает снять напряжение и улучшает состояние духа.

Ее суть заключается в передаче энергии Вселенной (т. е. рейки) через касание ладонями. Считается, что таким образом человек может излечиться, облегчить боль, избавиться от стресса и достичь душевного равновесия.

В последние годы это течение стало популярным на Крите. Если вы хотите испытать на себе целительную силу рейки или научиться ею пользоваться, во многих местах на острове вы сможете найти мастера, который станет вашим проводником в мир этого учения.

