

ПАМЯТКА НОВОМУ ПАЦИЕНТУ

доктора Евдокимова

 **Консультации и лечебные сеансы проводятся только по предварительной записи по телефону или интернет. Консультация длится 20 минут, лечебный сеанс до 60 минут**

 **Для успешной консультации у доктора Евдокимова необходимо взять с собой медицинскую документацию (оригиналы или копии, при наличии): заключения и снимки магнитно-резонансной или компьютерной томографии (МРТ / КТ), рентгеновские снимки, ультразвуковые исследования и их описание справки/выписки о ранее проведенном лечении в других медицинских учреждениях**
Если у пациента нет обследований - доктор Евдокимов, после консультации, даст необходимые направления



ПЕРЕД ПОЕЗДКОЙ НА СЕАНС НЕОБХОДИМО:

- ✓ **принять душ**
- ✓ **посетить туалет**
- ✓ **не есть минимум 1,5 часа**



В КАБИНЕТЕ ДОКТОРА НЕОБХОДИМО:

- ✓ **отключить звук мобильного**
- ✓ **снять украшения с головы и шеи**



ПОСЛЕ СЕАНСА ЛЕЧЕНИЯ НЕОБХОДИМО:

- ✓ **избегать физических нагрузок** (подъема тяжестей более 3 кг, длительной работы в наклонном положении, резких движений), что может привести к разрыву межпозвонкового диска и появлению грыжи или увеличению размеров уже существующей грыжи
- ✓ **избегать перегревания тела** (запрещено посещение бани, принятие горячей ванны применение горячих компрессов и разогревающих мазей на больную зону), т.к. это может привести к усилению венозного и лимфатического застоя, нарастанию воспалительного отека вокруг поврежденного межпозвонкового диска и появлению или усилению боли
- ✓ **избегать переохлаждения тела** (сквозняк, промокание ног, долгое пребывание на холоде), т.к. это может вызвать спазм мышц позвоночника и артерий, кровоснабжающих спинной мозг и нервы, что приводит к ухудшению общего кровоснабжения и усилению боли
- ✓ **избегать эмоциональных стрессов** они также могут вызывать спазм мышц спины и артерий, кровоснабжающих спинной мозг и нервы, усиливать боль
- ✓ **использовать ортопедические устройства**, что назначил доктор Евдокимов (корсет, подушки под голову или поясницу, матрац). Это позволит закрепить полученный лечебный результат и избежать новых обострений в будущем
- ✓ **принимать назначенные лекарства**



ПОСЕЩАЙТЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ И СЕАНСЫ ДОКТОРА ЕВДОКИМОВА НЕ РЕЖЕ ДВУХ РАЗ В ГОД!