



жизни, а также включает в себя и санаторно-курортное лечение. Важнейшим фактором, определяющим эффективность лечения, является соблюдение режима, включающего в себя прием пищи, сон, физическую активность, гигиену, а также выполнение специальных упражнений. Режим должен быть индивидуальным для каждого пациента, учитывая его возраст, пол, состояние здоровья, характер заболевания и т. д. Важно соблюдать правила питания, избегая перегрева организма и избыточного расходования энергии. Сон должен быть достаточным и качественным, чтобы восстановить силы и поддерживать иммунитет. Физическая активность должна быть регулярной и соответствовать возможностям пациента. Гигиена и выполнение специальных упражнений также являются важными элементами терапии.

□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□□□