సంరక్షణ ప్యాకేజీలు

డిటాక్స్, 10 రోజులు

పది క్లినిక్ రోజుల్లో సౌనా లేదా స్టీమ్‌తో మసాజ్, ఓజోన్ థెరపీలు, రెండు ఎనిమాలు, కోలన్ హైడ్రోథెరపీ. ఏ థెరపీ మొదలయ్యే ముందైనా 1వ రోజు వైద్యులు మిమ్మల్ని తనిఖీ చేస్తారు.

సౌనా లేదా స్టీమ్: ఇన్‌ఫ్రారెడ్ సౌనాతో · స్టీమ్‌తో

రోజువారీగా

మీరు మొదలుపెట్టే రోజే 1వ రోజు. సెషన్లు సోమవారం నుంచి శనివారం వరకు జరుగుతాయి, ఆదివారం ఉండదు. కింది ప్లాన్ సోమవారం మొదలుపెడితే ఎలా ఉంటుందో చూపిస్తుంది.

1

1వ రోజు

వైద్యుల తనిఖీ
మసాజ్ (అభ్యంగం) + ఇన్‌ఫ్రారెడ్ సౌనా లేదా స్టీమ్‌తో మసాజ్

2

2వ రోజు

రెక్టల్ ఇన్‌సఫ్లేషన్ లేదా ఓజోన్ బాడీ సూట్

3 **3వ రోజు**
మసాజ్ (అభ్యంగం) + ఇన్‌ఫ్రారెడ్ సౌనా లేదా స్టీమ్‌తో మసాజ్

4 **4వ రోజు**
రెక్టల్ ఇన్‌సఫ్లేషన్ లేదా ఓజోన్ బాడీ సూట్
ఓజోనైజ్డ్ నీటి ఎనిమా
చల్లని ప్యాక్

5 **5వ రోజు**
మసాజ్ (అభ్యంగం) + ఇన్‌ఫ్రారెడ్ సౌనా లేదా స్టీమ్‌తో మసాజ్

6 **6వ రోజు**
రెక్టల్ ఇన్‌సఫ్లేషన్ లేదా ఓజోన్ బాడీ సూట్

- ఆదివారం, సెషన్లు లేవు

7 **7వ రోజు**
మసాజ్ (అభ్యంగం) + ఇన్‌ఫ్రారెడ్ సౌనా లేదా స్టీమ్‌తో మసాజ్

8 **8వ రోజు**
రెక్టల్ ఇన్‌సఫ్లేషన్ లేదా ఓజోన్ బాడీ సూట్

9 **9వ రోజు**
ఓజోనైజ్డ్ నీటి ఎనిమా
చల్లని ప్యాక్

10 **10వ రోజు**
కోలన్ హైడ్రోథెరపీ

సులభమైన మాటల్లో థెరపీలు

- **వైద్యుల తనిఖీ** 1వ రోజు వైద్యులు చేసే చిన్న తనిఖీ. వైద్యులు మీ ఆరోగ్యం, మందుల గురించి అడుగుతారు; ఏ థెరపీ మొదలయ్యే ముందైనా ప్రతి థెరపీ మీకు సరిపోతుందో లేదో నిర్ణయిస్తారు.
- **మసాజ్ (అభ్యంగం)** గోరువెచ్చని నూనెతో శరీరమంతా మసాజ్.
- **ఇన్‌ఫ్రారెడ్ సౌనా** మసాజ్ తర్వాత ఇన్‌ఫ్రారెడ్ క్యాబిన్‌లో పొడి వేడి. మీరు కావాలనుకున్నప్పుడు సెషన్ ఆపవచ్చు.
- **స్టీమ్‌తో మసాజ్** అదే నూనె మసాజ్, తర్వాత స్టీమ్ బాత్‌లో తేమతో కూడిన వేడి.
- **రెక్టల్ ఇన్‌సఫ్లేషన్** సన్నని గొట్టం ద్వారా మలాశయంలోకి కొద్దిగా ఓజోన్ వాయువు ఇస్తారు.
- **ఓజోన్ బాడీ సూట్** మెడ కింది శరీరం మూసి ఉన్న సూట్ లోపల ఉంటుంది, చర్మం చుట్టూ ఓజోన్ వాయువు ప్రవహిస్తుంది.
- **ఓజోనైజ్డ్ నీటి ఎనిమా** ఓజోన్ కలిపిన నీటితో ఎనిమా ఇస్తారు; ఇది కింది పేగును కడుగుతుంది.
- **చల్లని ప్యాక్** శరీరంలో ఒక భాగంపై, ఉదాహరణకు పొట్టపై, ఉంచే చల్లని తడి గుడ్డ ప్యాక్.
- **కోలన్ హైడ్రోథెరపీ** నీటిని నెమ్మదిగా పెద్ద పేగులోకి పంపి మళ్లీ బయటకు వదులుతారు; ఒక సెషన్‌లో చాలాసార్లు.

ఇవి కూడా ఉన్నాయి

- **ఇయర్ సీడ్స్, 2 సార్లు** చెవి బయటి భాగంలో కొన్ని బిందువులపై అతికించే చిన్న గింజలు. సందర్శనల మధ్య ఇంట్లో వాటిని మెల్లగా నొక్కవచ్చు.
- **ఓజోనైజ్డ్ తాగునీరు, 5 రోజులు** ఓజోన్ కలిపిన నీరు; వైద్యులు చెప్పిన రోజుల్లో ఇంట్లో తాగడానికి.

ఎవరికి సరిపోతుంది

- 7 రోజుల ప్యాకేజీ కంటే ఎక్కువ కాలం, స్థిరమైన ప్రకృతి వైద్య సంరక్షణ కోరుకునే పెద్దలు.
- సుమారు రెండు వారాల్లో, సోమవారం నుంచి శనివారం వరకు, పది క్లినిక్ రోజులు ఆర్ఆర్ నగర్ క్లినిక్‌కు రాగలిగేవారు.
- 1వ రోజు తనిఖీలో వైద్యులు అనుమతించే ఎవరైనా. ఏదైనా థెరపీ మీకు సరిపోకపోతే వైద్యులు దాన్ని మారుస్తారు లేదా తీసేస్తారు.

ఏమి తీసుకురావాలి

- మీరు వాడే మందులు, సప్లిమెంట్ల జాబితా, ఇటీవలి రిపోర్టులు.
- వదులుగా, సౌకర్యంగా ఉండే దుస్తులు, మార్చుకోవడానికి మరో జత.
- వేడి థెరపీల కోసం ఇంకా ఏమి తేవాలో ఫ్రంట్ డెస్క్‌ను అడగండి.

ఎలా మొదలుపెట్టాలి

1. మా వైద్యులను సంప్రదించండి: కన్సల్టేషన్ కోసం అభ్యర్థించండి లేదా WhatsAppలో సందేశం పంపండి.
2. సోమవారం నుంచి శనివారం మధ్య మొదలుపెట్టే రోజును, సౌనా లేదా స్టీమ్‌ను ఎంచుకోండి.
3. వైద్యుల తనిఖీ కోసం 1వ రోజు రండి. ఆ తర్వాత మీ ప్లాన్ మొదలవుతుంది.

మా వైద్యులను సంప్రదించండి

ముందుగా మా వైద్యుల్లో ఒకరితో మాట్లాడండి. వారు మీ ఆరోగ్యం గురించి అడిగి ఏది సరిపోతుందో సూచిస్తారు. ఏదైనా ప్యాకేజీ మీకు సరిపోకపోతే అదీ చెబుతారు.

ఫోన్, WhatsApp
+91 70220 54022

వెబ్‌సైట్
www.snehawellness.com/te/packages/detox-10

నం. 529, 42వ మెయిన్, ఐడియల్ హోమ్స్, శ్రీ రాజరాజేశ్వరి దేవాలయం దగ్గర, రాజరాజేశ్వరి నగర్, బెంగళూరు 560098

సోమవారం నుంచి శనివారం వరకు, ఉదయం 10 నుంచి సాయంత్రం 7 వరకు