

## MOBILISATION (إعادة التعبئة والتأهيل للتعافي)

تعزز حزمة تعبئة RAKxa (راكسا) إعادة التأهيل والتعافي وتحسين الأداء. ويعتمد كل برنامج مخصص على أحدث العلوم في التمارين والرياضة معتمداً على العلاج الطبيعي وتقنيات استعادة الأداء وتعزيزه لمساعدتك على تحقيق أهدافك الصحية والبدنية وتخفيف الألم المزمن من متلازمة الكوثر المطول على المكاتب.

هذه الحزمة مفيدة لمن يعانون من مشاكل حركية أو مشاكل في الأوضاع الناتج عن الاستخدام اليومي المتكرر للعضلات أو هشاشة العظام أو الآم المفاصل. كما أنها مناسبة لمن يحتاج إلى إعادة تأهيل بعد الجراحة.

يضع فريق من مستشاري الصحة والعافية برنامجاً مخصصاً يناسبك يساعده في ذلك فريق رياضي طبي للمساعدة على تحديد الأسباب الرئيسية لمشكلات الحركة، وتعيين نظام يستهدف تقوية العضلات والعظام.

يبدأ حياة جديدة من خلال التنقل المعزز بحزمة تعبئة RAKxa (راكسا).

### ويشتمل البرنامج على:

- 1- استشارات صحة وعافية
- 2- إقامة حسب الاختيار
- 3- ليموزين من وإلى المطار
- 4- ثلاث وجبات صحية أو وجبات للتخلص من السموم لشخص واحد في ليلة الإقامة
- 5- مشروبات صحية وشاي أعشاب وفواكه موسمية طازجة في الفيلا مجاناً
- 6- كشف بدني عام مجاناً
- 7- لياقة بدنية وأنشطة ترفيهية يومية مجاناً
- 8- استخدام منطقة المعالجة المائية مجاناً، بما في ذلك حمام سباحة للحيوية وبخار وبخار بالأعشاب وساونا ودش ومغطس بارد
- 9- علاجات محددة كما هو مذكور في البرنامج

### ليلة إضافية تشمل

- 1- إقامة حسب الاختيار
  - 2- ثلاث وجبات صحية أو وجبات للتخلص من السموم لشخص واحد في ليلة الإقامة
  - 3- مشروبات صحية وشاي أعشاب وفواكه موسمية طازجة في الفيلا مجاناً
  - 4- لياقة بدنية وأنشطة ترفيهية يومية مجاناً
  - 5- استخدام منطقة المعالجة المائية مجاناً، بما في ذلك حمام سباحة للحيوية وبخار وبخار بالأعشاب وساونا ودش ومغطس بارد
  - 6- يُطبق رصيد علاج بقيمة ٧٠٠٠ بات تايلاندي صافي للفرد في الليلة لشراء علاجات أثناء الإقامة في RAKxa Jai (راكسا جاي) (العافية الشاملة) وفي RAKxa GAYA (راكسا كايا) (الجيم الطبي).
- لا يمكن استبدال هذه الرصيد نقدًا، ولا تنطبق على شراء المنتجات في RX Store-VitalLife (العافية الصحية).

الاستشارات	الاستشارات	الاستشارات
١ استشارة صحة وعافية	١ استشارة صحة وعافية	١ استشارة صحة وعافية
٢ استشارة من الأطباء	٢ استشارة من الأطباء	٢ استشارة من الأطباء
١ استشارة تغذية وحمية	١ استشارة تغذية وحمية	١ استشارة تغذية وحمية
١ استشارة طب بدئي	١ استشارة طب بدئي	١ استشارة طب بدئي
٢ استشارة متابعة	١ استشارة متابعة	١ استشارة متابعة
التقييمات	التقييمات	التقييمات
١ تحليل عافية علمي للحمض النووي	١ تحليل عافية علمي للحمض النووي	١ تحليل عافية علمي للحمض النووي
١ تحليل دم كامل + تحليل بول + تحليل براز	١ تحليل دم كامل + تحليل بول + تحليل براز	١ تحليل دم كامل + تحليل بول + تحليل براز
١ تقييم علاج طبيعي	١ تقييم علاج طبيعي	١ تقييم علاج طبيعي
١ تقييم حركة بدنية	١ تقييم حركة بدنية	١ تقييم حركة بدنية
١ اختبار وظائف معرفية	١ اختبار وظائف معرفية	١ اختبار التوازن وردود الفعل
١ اختبار وظائف رئة	١ اختبار وظائف رئة	١ رسم قلب
١ اختبار توازن وردود الفعل	١ اختبار توازن وردود الفعل	١ تضاؤل الحيوية المبكر
١ رسم قلب	١ رسم قلب	١ جلسة تحليل مكونات الجسم
١ تضاؤل الحيوية المبكر	١ تضاؤل الحيوية المبكر	١ تحليل ميكانيكا حيوية
٢ جلسة تحليل مكونات الجسم	١ جلسة تحليل مكونات الجسم	
١ تحليل ميكانيكا حيوية	١ تحليل ميكانيكا حيوية	
العلاجات	العلاجات	العلاجات
٦ جلسات علاج طبيعي	٤ جلسات علاج طبيعي	٣ جلسات علاج طبيعي
٣ جلسة ساونا باردة	٢ جلسة ساونا باردة	٢ جلسة ساونا باردة
٢ جلسة علاج بالضوء للجسم كله	١ جلسة علاج بالضوء للجسم كله	١ جلسة علاج بالضوء للجسم كله
٢ جلسة ساونا بالأشعة تحت الحمراء	١ جلسة ساونا بالأشعة تحت الحمراء	١ جلسة ساونا بالأشعة تحت الحمراء
٣ جلسات غرفة الضغط العالي	١ جلسة واحدة في غرفة الضغط العالي	١ جلسة واحدة في غرفة الضغط العالي
١ علاج حقن أوربدي مع العلاج وبيز بالليزر	١ علاج حقن أوربدي مع العلاج وبيز بالليزر	١ علاج حقن أوربدي مع العلاج وبيز بالليزر
١ مكمل غذائي للتعبة لشهر واحد	١ مكمل غذائي للتعبة لشهر واحد	١ مكمل غذائي للتعبة لشهر واحد
١ مساج استرخاء RAKxa (راكسا)	١ مساج استرخاء RAKxa (راكسا)	١ مساج استرخاء RAKxa (راكسا)
٣ جلسات تمارين تصحيحية شخصية	٢ جلسة تمارين تصحيحية شخصية	١ جلسة تمارين تصحيحية شخصية
١ جلسة مساج توك سين علاجي	١ جلسة مساج علاجي تايواني من النوع المضماري	١ جلسة مساج توك سين علاجي
٢ جلسة لتمديد الرأس حتى أخمص القدمين	١ جلسة لتمديد الرأس حتى أخمص القدمين	١ جلسة لتمديد الرأس حتى أخمص القدمين
٢ مساج للأنسجة العميقة	٢ مساج للأنسجة العميقة	١ مساج للأنسجة العميقة
١ جلسة ساندني سدي	١ جلسة ساندني سدي	١ مساج مارما للاستشفاء
١ مساج مارما للاستشفاء	١ مساج مارما للاستشفاء	١ وخز بالإبر والكي مع استشارة أولية
٢ جلسة إبر صينية وكي	١ جلسة وخز بالإبر الصينية وكي أولى	١ تمرين تجديد الأداء
١ تمرين تجديد الأداء	١ تمرين تجديد الأداء	١ جلسة بيلاتيس فردية
١ حمامة	١ جلسة بيلاتيس فردية	
١ جلسة بيلاتيس فردية	١ جلسة تمرين مائي نشط خاص	
١ جلسة تمرين تعليق خاص		
١ جلسة تمرين مائي نشط خاص		
١ جلسة مساج بالينيز		
١ جلسة مساج للوجه		
١ يوجا خاصة		