



Фитонциды — образуемые растениями летучие биологически активные вещества, убивающие или подавляющие рост и развитие вирусов, бактерий, микроскопических грибов и простейших.

Для реабилитации больных после перенесённой коронавирусной инфекции

мы разработали специальный маршрут для прогулки. 3-х часовой поход даёт необходимую физическую нагрузку всем группам мышц, насыщает кровь кислородом и улучшает эмоциональный настрой.

Видовой состав деревьев Кудепстинского лесопарка, в который входит более 20 видов хвойных и кипарисовых растений, обеспечивает необходимое количество фитонцидов в воздухе.

Всё это в комплексе оказывает восстанавливающее действие на организм и служит хорошей профилактикой бронхо-лёгочных инфекций.