

ЗНАМЕНИТЫЙ ЖУРНАЛ О ЗНАМЕНИТЫХ ЛЮДЯХ

# HELLO

№ 9 (807), ОКТЯБРЬ 2023

**ТАКЖЕ  
В НОМЕРЕ:**

**АНГЕЛИНА  
СТРЕЧИНА  
И ИЛЬЯ МАЛАКОВ  
РАДА РУССКИХ  
И АЛЕНА  
ВОДОНАЕВА  
ЗАРА**

## **ЭПОХА БУЗОВОЙ**

**ЗА ЧТО ПЛАТИТ И О ЧЕМ  
ПЛАЧЕТ САМАЯ ПОПУЛЯРНАЯ  
ДЕВУШКА СТРАНЫ**





# Привычка КЛУЧШЕМУ



*Уже 15 лет SHA Wellness Clinic успешно помогает людям корректировать образ жизни. О том, каковы основные этапы на пути к оздоровлению, рассказывает генеральный директор и совладелец клиники Альфредо Батальер*

## **Что отличает SHA от других медицинских учреждений?**

Будучи признанным мировым лидером и новатором в области медицинского wellbeing, мы следуем уникальному интегративному Методу SHA, гармонично сочетающему последние достижения научной медицины, проверенные временем методы натуропатии и здоровое сбалансированное питание. В нашем новом диагностическом центре мы используем технологию будущего, которая позволяет получить чрезвычайно детальную информацию о состоянии здоровья человека всего за полчаса.

**Сколько пациентов побывало в клинике за 15 лет?**

Мы приняли более 65 тысяч гостей. Все эти люди доверили нам свое здоро-

вье и благополучие — и это то, к чему мы относимся очень серьезно. Среди них множество имен самого высокого уровня, включая глав государств и членов королевских семей, высокопоставленных руководителей и VIP-персон. В SHA мы предпочитаем обращаться к ним как к гостям, а не как к пациентам, потому что стремимся создать атмосферу, выходящую за рамки традиционного медицинского учреждения.

**Можете ли вы назвать имена каких-нибудь известных личностей, пользующихся услугами SHA Wellness Clinic?**

Мы с большим уважением относимся к частной жизни, но некоторые имена назвать можем: Барбра Стрейзанд, Донна Каран, Наоми Кэмпбелл, Кайли Миноуг, Моника Беллуччи,

Петра Немцова; из совсем недавних — Мариса Томей, Поппи Делевинь, Лили Джеймс и Наталья Водянова.

**Будет ли расширяться география SHA?**

Международная экспансия в разгаре, и у нас есть стратегическая цель установить присутствие на каждом континенте, чтобы гарантировать доступ к уникальному Методу SHA в разных точках планеты. Сейчас на подходе два открытия: SHA Mexico и SHA Emirates. Дальнейшие планы пока не разглашаем.

**Какие новшества предлагает клиника?**

ВОЗ определяет здоровье как состояние психического, физического, эмоционального, социального и духовного благополучия во всех сферах



*«Индустрия  
велнес-медицины  
развивается быстро  
и жестко, но мы  
стремимся всегда  
оставаться  
на высоте»*



Врачи используют суперсовременные методы диагностики и терапии в сочетании с проверенными временем натуропатическими методиками. Особое значение имеют питание и движение



человеческой деятельности; мы же хотим добавить к этому списку здоровье сексуальное. Мы открыли отделение сексуального здоровья, цель которого — обсуждать и разрешать проблемы мужчин и женщин: озабоченности, трудности, сомнения или потребности — причем все это персонифицировано и имеет позитивную направленность. Гинекология, урология, сексология, физиотерапия, укрепление тазового дна, заместительная гормональная терапия — сферы, в которых может быть оказана помощь.

Что касается инноваций, мы постоянно ищем и внедряем новейшие концепции, техники и ультрасовременные материалы. Например, мы можем



повысить когнитивные способности человека с помощью транскраниальной электростимуляции мозга. Можем помочь достичь завидной физической формы посредством неинвазивной технологии, которая одновременно использует радиочастоту и HIFEM+ (сфокусированную электромагнитную энергию высокой интенсивности). Можем повысить порог устойчивости и адаптивные силы организма с помощью особого дыхания в ледяной ванне...

**Клиника уделяет большое внимание здоровому и сбалансированному питанию. Насколько возможно следовать этим правилам самостоятельно?**

Наша нутрициологическая система строится на сочетании сбалансированности и питательности. Для хорошего усвоения полезных веществ, поддержания необходимого уровня энергии, предотвращения болезней и удовлетворения потребностей организма необходимы локальные органические продукты. Такой подход веками использовался многими мировыми культу-

рами. В SHA на первой консультации с диетологом всесторонне оцениваются образ жизни и пищевые привычки, гости получают индивидуальный план питания, а перед отъездом им дают схему поддержания здорового образа жизни с конкретными рекомендациями для дома. Это помогает закрепить настройки, полученные в SHA.

**Некоторые ученые считают, что потенциал человеческой жизни — примерно 120 лет. Согласитесь ли вы с этим утверждением?**

Аналогично принципам «голубых зон» в SHA мы уделяем внимание устоям, способствующим качественному долголетию, и убеждены, что оставаться здоровым — это усилие. В целом же люди стремятся не только к здоровью, но и к отношениям, к тому, чтобы у жизни был смысл. Если ты здоров и ощущаешь себя ценным, 120 лет будут восприниматься как 80. Кто не хотел бы этого? ■

ТЕКСТ: ТАТЬЯНА БАЙДАКОВА

