Здравствуйте!  
  
Разрешите обратиться к вам за помощью в оплате реабилитации!  
  
Меня зовут Легков Александр Николаевич, мне лет 41 год, я живу в хуторе Красный Крым Ростовской области.  
Во время прохождения службы в февраль 2019 года я упал с высоты 4 метра. Перелом позвонка с7 со сдавливанием спинного мозга, ЧМТ.   
В Краснодарской краевой больнице провели операцию. Так как на тот момент я был военным, меня перевели в военный госпиталь в Ростове-на-Дону для продолжения лечения. В 2019 году лечился в НМИЦ хирургии имени А. В. Вишневского в Москве и Красногорске.  
В декабре 2019 года меня вернули в военный госпиталь Ростова-на-Дону, где по решению ВВК уволен. Сказали обращаться в обычную поликлинику как гражданскому. По военным уставам если нет выслуги в 20 лет, то на пенсию я не могу рассчитывать.  
На выплаты, полученные от Мин. Обороны я прошёл реабилитации в РЦ "Три сестры" и РЦ "Нейрофит" г. Краснодар.  
В РЦ «Нейрофит» я был в феврале 2023 года. Результаты от этой реабилитации были очень хорошие. Появился объем движений в ногах, я стал лучше вертикализироваться (ходил в брусьях со страховкой), укрепились мышцы ног, удалось хорошо растянуть мышцы, после профессионального массажа получалось расслабить мышцы, привести их в тонус и дальше на занятиях эффективно работать. Ещё запомнились занятия в бассейне.  
Дома я постоянно, 2-3 раза в день, самостоятельно занимаюсь растяжками и на тренажере – имитаторе ходьбы. Важно, чтобы суставы всё время были в движении. Если неделю не заниматься, то происходит откат.  
В сидячем положении не все мышцы работают, поэтому я стараюсь дать нагрузку на все мышцы.

Занятия дома обязательны, но чтобы двигаться вперед мне очень нужна помощь специалистов!  
В планах у меня встать на ноги, потихоньку начать ходить, укрепить мышцы спины и ног, как можно больше вертикализироваться.  
  
Я живу один в съемном доме. Жить в частном доме намного удобнее в моем случае, чем в квартире. До этого я жил в служебной квартире, там самостоятельно я не мог выехать на улицу. Здесь есть знакомые в 10 мин. езды, иногда они помогают мне с чем-то. Передвигаюсь на активной коляске. Еду готовлю сам, продукты заказываю из магазина, некоторые продукты покупаю у частников нашего поселка с доставкой.  
С женой в разводе. Родителям по 70 лет, они живут в 20 км. от меня.  
  
Прошу вас помочь мне пройти ещё один курс реабилитации РЦ «Нейрофит»!  
  
С уважением,  
Легков Александр  
7 988 892-70-75

legckov@mail.ru