RAKXa

INTEGRATIVE WELLNESS



保护，
守护，
呵护和疗愈

“RAKxa”源自泰语词根（RAHK-sah，รักษ），意思是保护、守护、呵护和疗愈，这是我们所持理念的真实写照：预防疾病，保持健康，促进痊愈。



RAKxa 可以做什么?

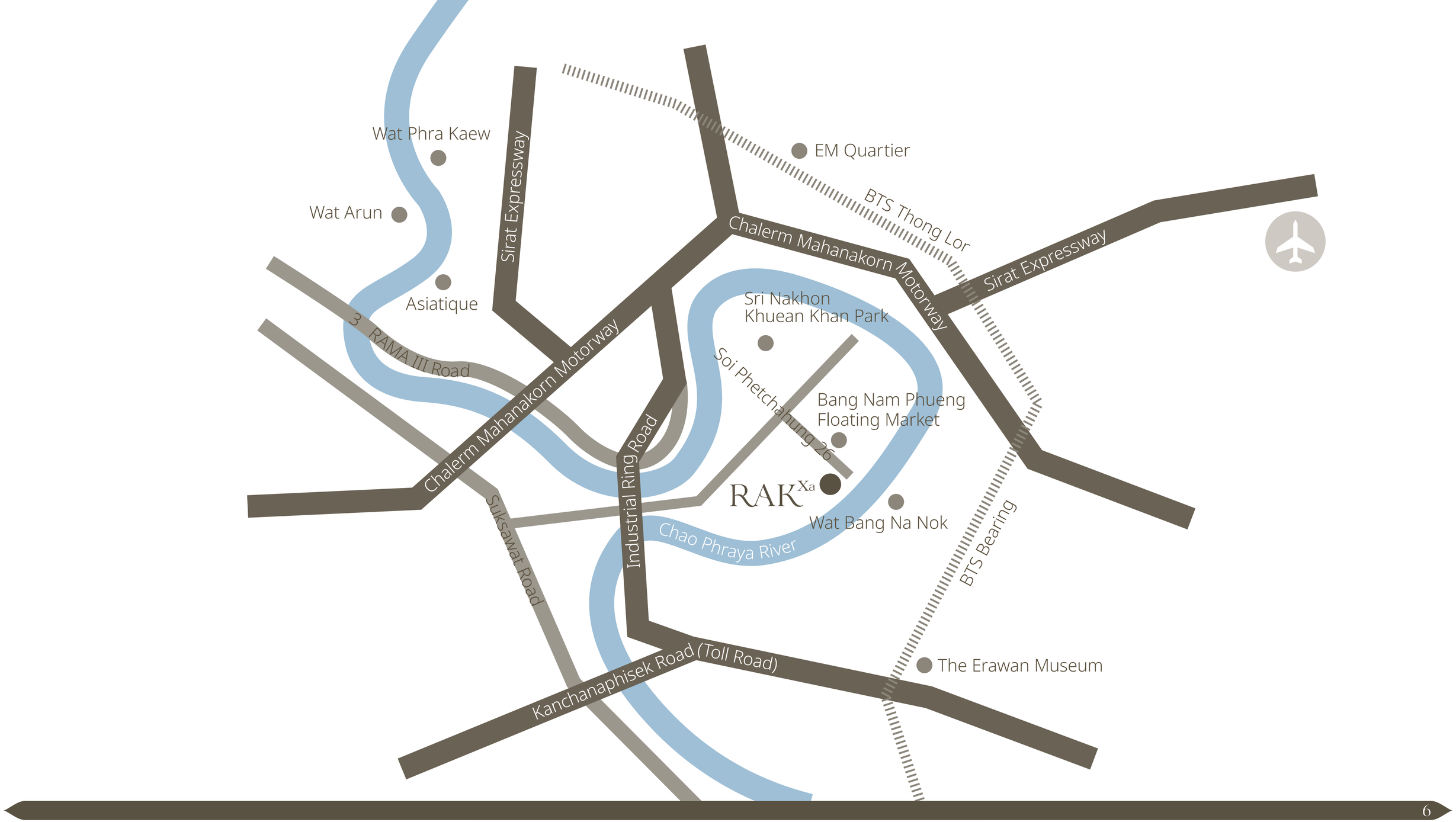
- RAKxa 关注您的**全面健康**
- 规划您自己的**健康目标**&设计您**个人的健康之旅**
- **RAKxa的综合诊断**和**RAKxa的综合方案**是健康之源。

RAKxa
泰国BANG KRACHAO



Bang Krachao岛郁郁葱葱，宁静怡人，称为曼谷绿肺，我们的康养中心就座落于此。热带丛林的清新空气和湄南河的凉爽微风，特别有利于客人恢复健康、放松身心。

我们与素万那普国际机场和廊曼国际机场相距仅45分钟，地理位置优越，交通便利。


Wat Phra Kaew
Wat Arun
Asiatique
Sirat Expressway
EM Quartier
BTS Thong Lor
Chalerm Mahanakorn Motorway
Sirat Expressway
Sri Nakhon
Khuean Khan Park
3 RAMA III Road
Chalerm Mahanakorn Motorway
Soi Phetchahung 26
Bang Nam Phueng
Floating Market
Industrial Ring Road
RAK Xa
Wat Bang Na Nok
Suksawat Road
Chao Phraya River
BTS Bearing
Kanchanaphisek Road (Toll Road)
The Erawan Museum

通向和谐健康的旅程



RAKxa 全面健康

帮助您规划自己的健康目标，设计自己的健康之旅



综合诊断开始测试吧



综合诊断

在我们制定任何疗愈方案之前，您和我们都需要了解失衡/不适的根本原因，全方位审视身体、情感、创伤、生活方式，这是**了解自己**的起点。

当您第一次来到RAKxa，我们为您准备了**综合诊断过程。我们的理念是将客人的健康作为整体**来考量，因此，**我们需要为您进行整体诊断**。这包括您的**身体、精神和生活方式**等方方面面。在综合诊断过程中，您的健康顾问、**医生**和**来自各个疗愈领域的专家团队**会对您当前的健康状态进行深入测试和评估。**对您的全面了解**有助于确定失衡/不适的根源。

我们的全面诊断范围包括肌肉、骨骼、荷尔蒙组合、炎症、身体成分、血液、大便、DNA、头发、眼睛、指甲和活力（气）。

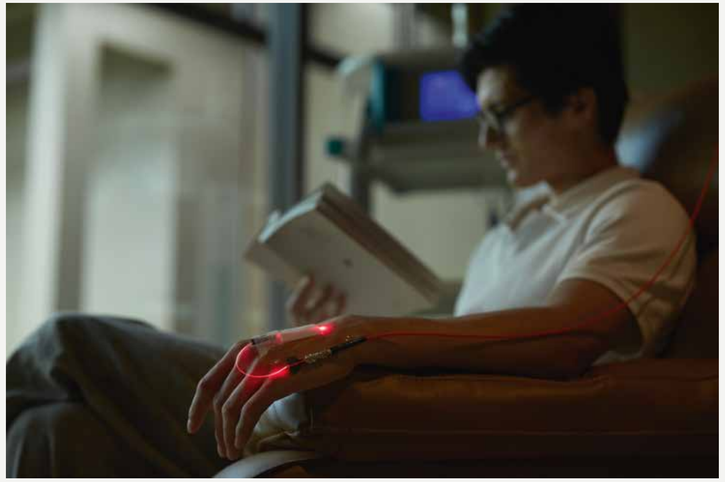
然后，再根据您的健康状况的分析结果，**确定您的个人健康目标，并**设计疗愈系统方案，通过我们的**综合方案**恢复、重新平衡和优化您的健康，帮助您的身心达到和谐健康的境界。

疗法永恒智慧，无限治疗。



抗衰老药物

医疗养生医生咨询
DNA科学养生
荷尔蒙组合
食物不耐受检测
微量元素
有毒金属状况分析（尿液）
静脉疗法
全身光疗
红外线桑拿疗法
高压氧舱
结肠水疗
美容护理



静脉疗法



医疗养生医生咨询



全身光疗



高压氧舱疗法

理疗
及
运动疗法

功能性健康评估
生物力学分析
体能再生运动
基础代谢率评估
活跃大脑协调运动
个性化矫正练习
私人水上运动课程
一对一普拉提课程
私人悬吊课程
健身教练指导泰拳练习
全身拉伸
深层组织按摩


生物力学分析


私人水上运动


私人悬吊课程


功能性健康评估

阿育吠陀疗法

滴油
瑜伽排毒
MARMA疗愈
调息法疗程
UDVARTHANAM排毒护理
ABHYANGA精油按摩
KATI VASTHI
ELAKIZHI


滴油


KATI VASTHI


ELAKIZHI


瑜伽排毒

传统中药

针灸及艾灸
拔罐
推拿穴位按摩
面部刮痧
针灸


针灸及艾灸


拔罐


面部刮痧


针灸

传统泰药

COURT TYPE泰式治疗按摩
传统泰式足底按摩
传统泰式雅宝排毒疗法
传统泰式盐陶罐深层按摩
传统泰式女性护理按摩
泰式纯营养发丝和头皮护理


传统泰式雅宝排毒疗法


泰式纯营养发丝和头皮护理


Court Type泰式治疗按摩

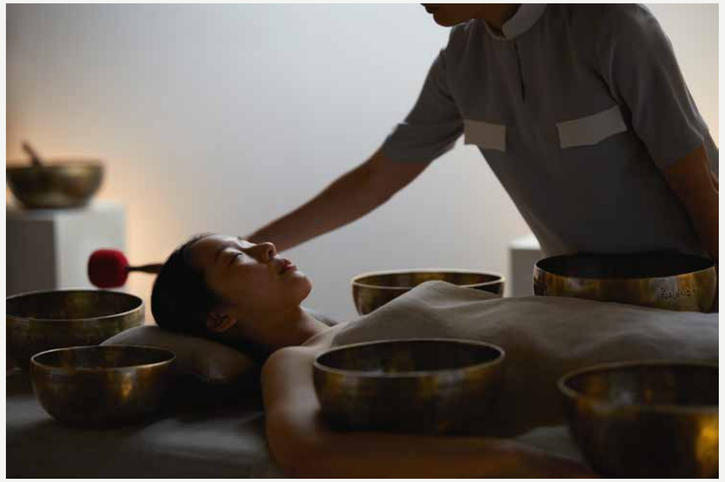

传统泰式盐陶罐深层按摩

活力
医学疗护项目

音钵疗愈
灵气疗法
脉轮平衡
天使石疗愈
气内脏疗法


水晶疗愈


天使石疗愈


音钵疗愈


气内脏疗法

水疗

草本蒸汽浴
体验式淋浴
活力池
冷水浴池
远红外线桑拿
漂浮疗法


水疗


草本蒸汽浴


体验式淋浴


漂浮疗法

水疗 SPA

热石按摩

手动淋巴排毒按摩

RAKxa 放松按摩

香薰按摩

知名护肤品牌面部护理

四手身体紧致按摩



手动淋巴排毒按摩



营养疗法让美食成为良药

抗炎
有机 + 应季
合生素
可持续

营养

食物作为药物的概念已经存在了几个世纪。尤其对于亚洲美食而言，大多数食材都具有不同的**疗愈特性**，所以可以用来制作治疗或预防疾病的菜肴。

在RAKxa，我们由厨师、营养师、医生和传统医学专家组成的餐饮团队根据您的饮食实验室测试结果，共同制定个性化菜单。这将有助于改善您的肠道健康，消除有害毒素、炎症、过敏，恢复平衡，并为您目前的治疗计划提供辅助。

我们非常重视每道菜的来源、**季节性**营养价值和可持续饮食的益处，只从我们自己的**RAKxa有机农场**精选天然的新鲜有机食材。









营养设施



RAKxa CHA LONGEVITEA



抗炎
提高免疫力
肠道健康
恢复平衡
放松
消除疲劳
有机
助消化
皮肤焕新

休息—切交给我们



花园别墅

80平方米

40套



泳池别墅

101平方米

20套



生活方式终生受益。



RAKxa 综合计划



RAKxa初体验
排毒计划
减压
体重管理
免疫力增强
肠道健康
康复调整
个性化

计划	3晚	5晚	7晚	10晚	14晚
RAKxa 初体验					
排毒计划					
减压					
体重管理					
免疫力增强					
肠道健康					
康复调整					
个性化					

计划内容

- 豪华专车机场往返接送（机场 - RAKxa - 机场）
- 健康和养生咨询
- 养生医生咨询
- 免费功能性健康评估
- 根据宾客选择提供住宿
- 每客每日三餐养生膳食或排毒膳食
- 别墅提供免费健康饮品、花草茶和新鲜时令水果
- 免费每日健身及休闲活动
- 免费使用水疗区，其中设有活力池、蒸气房、草药蒸气房、桑拿、体验式淋浴和冷水浴池。
- 计划中列出的具体疗愈内容

医生

我们的医生团队来自享誉世界的Bumrungrad国际医院的抗衰老诊所VitalLife科学健康中心。

我们的医生拥有美国、欧洲和泰国正规医科大学的医学士学位，是抗衰老和再生医学、皮肤病学和康复医学的专业人士。

此外，医生们还获得了美国抗衰老和再生医学委员会以及泰国预防医学委员会的认证。

我们并不局限于治疗身体症状，而是秉承真正综合的整体健康方法。
在每一个个性化治疗方案中，我们都密切关切任何症状的根本原因，并以整体方式开展准确治疗。例如，疾病可能源于身体细胞水平失衡，影响因素包括DNA、荷尔蒙、干细胞、炎症甚至日常生活方式和睡眠质量。我们的医生会帮助客人寻找根本原因，并与RAKxa替代医学的专家合作，打造着眼整体的个性化健康计划。此外，我们努力通过营养、锻炼、充分休息和生活方式调整来提高客人的生活质量。在您的健康之旅中，您可以信赖我们优秀医生的专业知识，他们会引导您获得最佳健康状态和达到整体和谐统一。

理疗师和运动科学家

我们的理疗师拥有理疗学士学位，擅长分析身体结构，精于体态矫正、病理学和康复医学、普拉提及动态神经肌肉稳定。

我们的运动学家拥有泰国顶尖大学的运动训练学位，是国家运动医学院的认证私人教练。他们在肌肉解剖学、运动生理学、生物力学、营养和补充剂方面的知识储备博大精深。

RAKxa的医疗健身房可以为您制定健康锻炼计划，这些计划不仅仅能满足普通的锻炼要求，更会专注提高力量、增强灵活性和提高耐力，以防止任何伤害并促进长期体能。包括理疗师和运动学家在内的医疗健身房人员将分析客人的身体结构和功能、身体运动情况和每位客户的局限性，并考量营养和饮食情况，为客人制定个性化的健康培训计划，以获得理想效果并实现健康目标。

阿育吠陀医生

我们优秀的阿育吠陀医生来自印度。

拥有印度马哈拉施特拉邦健康科学大学阿育吠陀医学学士和硕士学位

拥有印度提拉克马哈拉施特拉邦大学瑜伽和阿育吠陀高级学位证书

是马哈拉施特拉邦印度医学委员会的注册医生，专业从事阿育吠陀医学、瑜伽、排毒咨询和能量疗愈。

在RAKxa Wellness，我们的阿育吠陀专家深知每位客人都有独特的健康需求，因而努力创造一种整体方法来满足这些需求，通过瑜伽、冥想、呼吸练习、饮食和多种草药来帮助重新平衡身体。阿育吠陀医生为您量身打造阿育吠陀疗法，专注为客人带来独特个性化体验，不仅帮助他们改善健康，还帮助他们培养身体、心灵和灵魂的和谐感。

传统中医

拥有与上海中医药大学合作的正规中医药大学学士学位

抗衰老和再生科学硕士学位。

在传统中医中，我们坚信保持身体、心理和环境整体平衡对实现理想健康状况的重要性。为此，我们的中医师与医疗健身房人员和医生合作，提供一系列综合治疗方案。例如，我们会通过针灸帮助客人放松紧张的肌肉，提高客人的健身水平，增强肌肉，为锻炼做好准备，还可以缓解他们的疼痛综合症。还与医生团队协作，将静脉注射疗法融入针灸治疗。这可以促进血液流动，提高身体提供纯维生素和矿物质的能力，在整个身体系统层面获得理想效果。此外，我们还与营养学家和茶专家密切合作，制定个性化的茶配方，以中草药和花卉为特色，帮助客人促进消化，改善身体免疫功能。

这种密切合作的方式是RAKxa独创，在综合医院或中医诊所都很少出现。我们的专家团队有信心利用中医原理和技术为您提供出色护理服务。

传统泰医

泰国应用传统医学学士

获泰国传统医学委员会认证。

自拉玛二世时代开始接受泰国王室传统医学医生的培训。

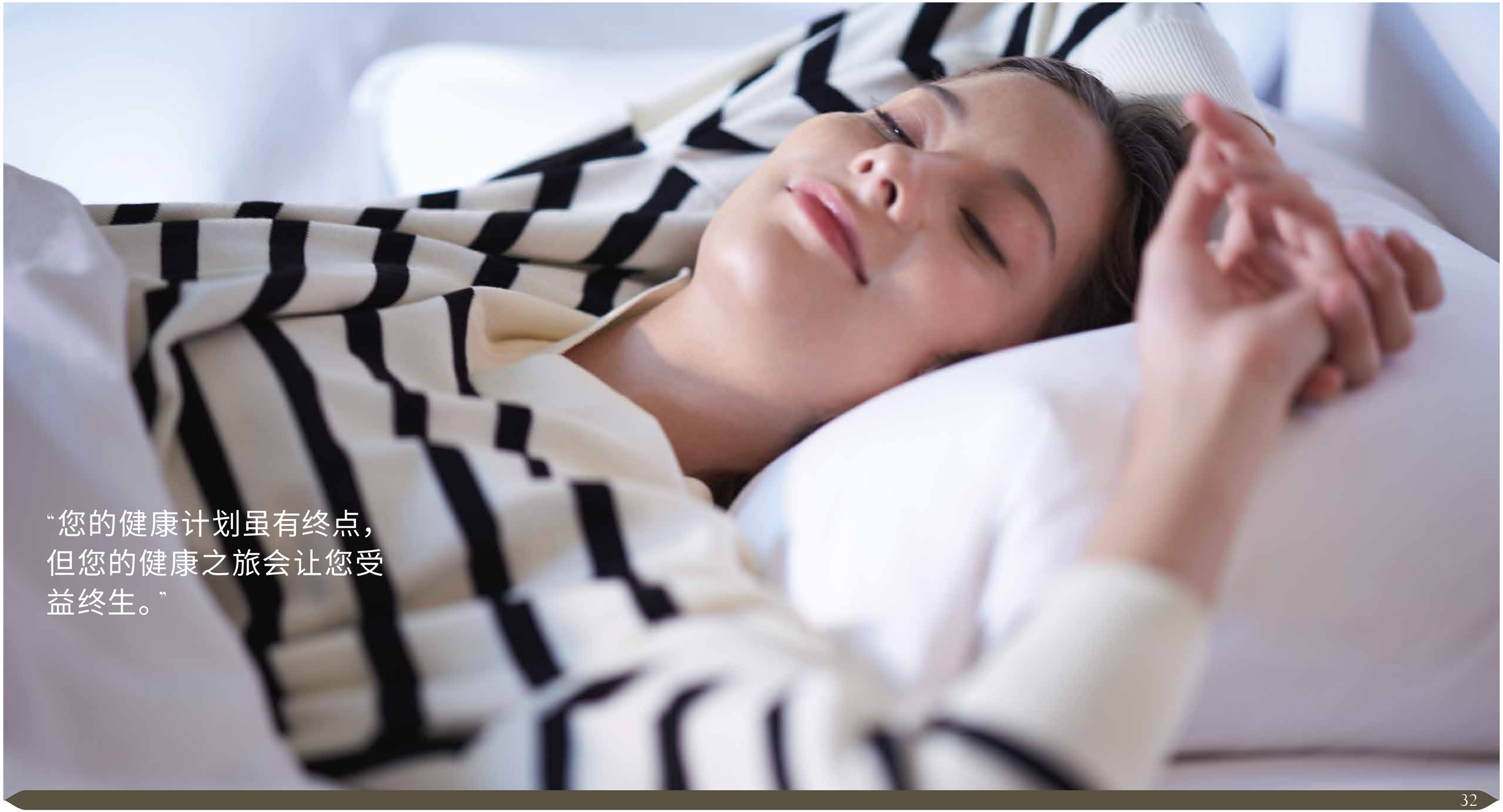
我们的医生拥有多年泰国传统医学实践经验，掌握从基本技术到高级技术各种治疗方法，在草药和治疗流程方面拥有深厚专业知识和熟练技能。根据泰国传统医学的理论，我们的医生对身体元素平衡（土、风，这是泰国传统医学基础）有着深刻理解。他们通过咨询和观察分析每位客人的个体情况，来确定他们的元素平衡情况。以此为基础，我们制定个性化治疗方案来解决任何失衡问题。

健康顾问

健康和健康顾问在医疗保健和护理领域拥有丰富经验

自然疗法医学学位和国际大学抗衰老医学硕士学位。

我们的健康顾问专业从事咨询和认知行为治疗，能够让客人充分反映自己的健康状况，对如何调理进行指导。他们就像客人的一面镜子，帮助客人了解自己体内的情况。在入住RAKxa期间，客人可以根据我们顾问的建议，了解对自己的健康有帮助的各种因素，我们认为这是每个人健康学习的关键。我们的客人来到这里咨询和了解他们的健康状况，在我们的健康顾问的帮助下，实现自己的健康目标，让生活更加圆满。


“您的健康计划虽有终点，
但您的健康之旅会让您受
益终生。”

RAKxa
健康就是财富

佛曾在Pali说 “อโรคยปรม ลาภา” (arokayaporama lapa)，意思就是健康是最终的财富。

RAKxa还认为，健康是个人投资的最有价值的财富资产之一，健康就是财富，这印证了我们的理念：越健康，越富有。



最佳全项康养天堂

Conde Nast Traveller Wellness and Spa Awards 2023



最佳城市康养中心

Destination Deluxe Awards 2021 及 2022

年度医疗Spa康养中心

Destination Deluxe Awards 2023



最佳清幽康养中心

Tatler Spa Guide 2023



泰国最佳酒店Spa

Travel+Leisure Luxury Awards Asia Pacific 2023



泰国最佳健康养生中心大奖得主

World Spa Awards 2023



最佳全项康养中心

Spa and Wellness Awards 2023

感谢您的关注
期待在 RAKxa 与您相见