

клиника



Наран

работает
с 1989 года

Вестник тибетской медицины

Учредитель издания – клиника «Наран». Выходит два раза в месяц с июня 2005 года. www.naran.ru



Светлана
ЧОЙЖИНИМАЕВА,
основатель и главный
врач клиники «Наран»

« 2011-й – год 22-летия
единственной
в России официальной
клиники тибетской меди-
цины «Наран». Принцип
работы наших врачей –
продолжение традиций
в комплексном лечении
хронических заболеваний
без таблеток, гормонов
и операций».

Фото Романа Кузнецова

Любовь Лысова,
пациентка клиники «Наран» на «Смоленской»:

Они всегда помнят о клятве Гиппократа



с 1 по 15 апреля



Скидка распространяется на пациентов, обратившихся впервые, только при предъявлении купона

Весенняя
акция
с 1 по 15 апреля



Скидка распространяется на пациентов, обратившихся впервые, только при предъявлении купона

Стр. 2
МЫ И НАШИ
ПАЦИЕНТЫ:
ВЕСТИ С РЕГИОНОВ

Стр. 4
ЛУЧШЕЕ
ЛЕЧЕНИЕ
ГАЙМОРИТА

Стр. 5
КАК
РАЗВИВАЕТСЯ
КОКСАРТРОЗ?

Стр. 7
ВЕЛИКАЯ
ДРАГОЦЕННОСТЬ
ТИБЕТА

НОВОСТИ
«НАРАНА»

«Наран» в росс

Методики лечения врачей «Нарана», апробированные в течение 22 лет в России, приобрели популярность и за рубежом. Европейцы высоко оценили возможности традиционной тибетской медицины, и сравнительно недавно открывшиеся филиалы в Праге и Берлине сегодня задействованы в полную силу. По-прежнему слаженно и дружно работают семь московских филиалов на станциях метро «Войковская», «Таганская», «Проспект Вернадского», «Рижская», «Смоленская», «Крылатское», «Отрадное». Сюда пациенты приезжают со всех уголков страны и мира по рекомендациям друзей и близких, приводят членов семей. Опыт московских клиник успешно переняли и наши молодые региональные филиалы. Они представлены в Санкт-Петербурге, Екатеринбурге, Краснодаре, Ростове-на-Дону, Новосибирске и Иркутске. В отличие от столичной суеты, жизнь в российской глубинке течет неспешно и размеренно. Благодаря буддийской сострадательности и восточному гостеприимству, сотрудники «Нарана» всюду становятся для людей родными. О том, как это происходит, рассказывают наши молодые и креативные управляющие в регионах.



Наталья АЙДАЕВА,
управляющая клиники №2
в г. Санкт-Петербург:

Маячок тепла

– В северной столице немало буддистов, а также тех, кто не понаслышке знает о тибетской медицине. Ведь в Питере жил и лечил людей гениальный врач тибетской медицины Петр Бадмаев, заставивший говорить о себе российских царей. Многие наши пациенты хорошо знакомы с его именем и биографией, и мы стараемся высоко держать марку земляков и последователей Бадмаева. Как говорит одна из наших любимых и почетных пациенток, ветеран Великой Отечественной войны Заря Александровна Милютинина, «без прошлого нет будущего». Мы многое узнаем от наших славных пациентов и сами стараемся отдавать им частичку души. Город на Неве прекрасный, но сырой и пасмурный. Отсутствие солнца порождает депрессию, апатию, авитаминоз. Такой климат предрасполагает к перепадам артериального давления, эмоциональной неустойчивости, становится причиной развития ряда хронических «холодных» заболеваний. А «Наран» словно маячок тепла, которое мы дарим с помощью методов тибетской медицины, улыбок и радушия персонала клиники.

Еще одно важное направление нашей работы – просветительская и профилактическая работа в школах, где мы начали читать курс лекций о тибетской медицине.



Юлия ДОРЖИЕВА,
управляющая клиники №1
в г. Санкт-Петербург:

Три года ударной работы

– Самой первой питерской клинике уже «стукнуло» три года! Народная молва о «Наране» разносилась далеко, и потому к нам в основном идут по совету родных и знакомых. Много «вторичников» – тех, кто не ограничивается одним курсом терапии, а продолжает лечиться целенаправленно. Питерцы вообще люди основательные и серьезные. Если пришли, то предварительно обдумав и взвесив свое решение. Мы стараемся отвечать благодарностью за такое внимание. Ведем работу с ветеранами войны, ежемесячно бесплатно лечим двух человек из Ассоциации «Дети блокадно-



Фитобар клиники «Наран»

го Ленинграда». Получили от них отличные отзывы, многие привели на лечение членов семьи. Питер – зона холода и сырости, поэтому много пациентов со сложными и тяжелыми заболеваниями. И вдвойне приятно наблюдать у них положительную динамику после нашего лечения.

Конечно, хороший результат – заслуга нашего дружного коллектива. У нас шесть квалифицированных врачей и два массажиста. И несколько журналов с благодарственными отзывами пациентов в их адрес, скопившимися в архиве за три года ударной работы филиала.



Туяна ЦЫДЕНДОРЖИВА,
управляющая клиники
в г. Казань:

В городе мужчин

– Наша клиника расположена в историческом центре Казани. Мы по-настоящему влюбились в этот красивый город и его жителей. Они очень дружелюбны, чтут традиции, прекрасно знают родной язык. Очень терпимый, толерантный и оптимистичный город. Здесь прекрасно уживаются люди разных конфессий и национальностей. Органично вписалась в колорит и наша клиника традиционной тибетской медицины, которая уже завоевала большую популярность среди населения.

А еще Казань – город мужчин. Зрелых, уверенных и сильных. Именно они, в возрасте от 30 до 60 лет, и составляют наш основной контингент пациентов. С утра на сеансы приходят дедушки (бабушек поменьше), а ближе к вечеру – мужчины молодые и постарше. Лечение им нравится, и очень многие приводят потом друзей и родных.

У нас молодой творческий коллектив, врачи работают с полной отдачей, время приема консультантов расписано на две недели вперед. Вместе мы преодолеваем любые трудности и стараемся реально помогать людям.



Открытие клиники
в Казани

ИЙСКИХ регионах



Герел ГОРЯЕВА,
управляющая клиники
в г. Краснодар:

Нет предела возможностям!

– Краснодар – прекрасный южный город с замечательной природой. Что еще нужно человеку для счастья? Здоровье! На юге России особенно распространены болезни «жара». Это заболевания сердца и сосудов, печени, поджелудочной железы, сахарный диабет по «горячему» типу, артрозы. Болезни холода также присутствуют, поскольку южане, например, любят уже в апреле-мае открывать купальный сезон, когда морская вода еще недостаточно прогрета.

Работать в регионе, конечно, сложнее, чем в столице. Руководство далеко, и все на наших плечах – начиная от закупок, заканчивая рекламой. Но начинаешь понимать, что нет предела возможностям, если люди умеют быть сплоченными. По кирпичику выстроенная работа, новые встречи, популяризация тибетской медицины, успешные результаты лечения – все это приносит свои плоды и настоящий духовный рост. Появляются все новые пациенты, которые тоже уходят от нас с благодарными слезами на глазах. Они больше не желают выстаивать очереди в поликлиниках и прибегают к нам, порой даже не зная адреса, лишь ориентируясь на слухи. Нас начинают узнавать, мы действительно нужны и востребованы! Вместе с коллективом мы это сделали, тибетской медицине здесь быть!



Елена НОМИНХАНОВА,
управляющая клиники
в г. Ростов-на-Дону

Одна большая семья

– По праву могу назвать нашу ростовскую клинику Домом. Прежде всего, для самих сотрудников – работают у нас исключительно семейные пары. А в эту субботу отпразднуем еще одну свадьбу – женятся наши массажисты. Он – из Бурятии, она – из Калмыкии.

И лечиться люди приходят к нам парами, прихватив с собой близких и дальних родственников. Некоторые уже проходят по 6-му курсу лечения! Мы даже пытаемся отговаривать их от слишком частых посещений врача... Да что там говорить, пациенты не ленятся приезжать к нам из дальних пригородов, например, из Батайска и Ейска. Оттуда езды до города не меньше трех часов. Прихватят с собой тележку, термос, слушают воскресные лекции, общаются друг с другом, назад не торопятся. Мы их чаем напоим в фитобаре, погадаем вместе и поговорим по душам – ведь многие, особенно люди старшего поколения, к сожалению, чувствуют себя обделенными и невостребованными дома. И знаете, они отзываются всей душой. На день рождения нашего филиала пациенты напекли и принесли огромную коробку киевских котлет, подарили цветы, конфеты, домашние заготовки. Мы праздновали как одна большая семья!

Однажды зимой пациентка к нам долго добиралась, от усталости и холода у нее случился приступ бронхиальной астмы. Мы самостоятельно оказали ей помощь, купировали приступ без уколов и капельниц. После комплексного лечения ее состояние значительно улучшилось. В благодарность она принесла огромный 10-килограммовый торт, который испекла сама.

В таких трогательных мгновениях радости и ощущения собственной нужности, наверное, и заключается смысл всей нашей работы.



Марина ДЫЛЫКОВА,
управляющая клиники
в г. Иркутск:

Наша домашняя клиника

– Наш иркутский коллектив из 13 человек вместе уже год. Относимся друг к другу с большой любовью и уважением, продолжаем общаться и после работы, с удовольствием занимаемся спортом, по праздникам проводим корпоративы.

Пациенты – еще один большой и душевный круг общения. Сибиряки – это народ коллективный, они очень чтут родственные связи. Лечиться приходят к нам непременно семьями, одиночек очень мало. Говорят, что в Иркутске нет второй такой уютной и домашней клиники, где можно лечиться одновременно сыновьям-дочкам, папам-мамам, дедушкам-бабушкам! А еще и пообщаться можно друг с другом за чашкой чая. Некоторые наши пациентки приходят в «Наран» словно в гости к дорогим друзьям – с собственными соленьями, вареньями и маринадами, угощают по-сибирски щедро и душевно. Бабушки здесь вообще креативные, по-молодому активные, стараются хворям не поддаваться и даже в сильные морозы одеваются модно.

Еще у нас лечится много коллег-врачей, а некоторые земляки приходят устраиваться на работу. Ведь тибетская медицина большинству жителей Прибайкалья известна и хорошо понятна.

В Восточной Сибири распространены заболевания почек, суставов, мочеполовой сферы, сердечно-сосудистые патологии. Мы не делим пациента между десятком узких специалистов, а лечим его организм как единое, взаимосвязанное целое. Соответственно, и результаты лечения совсем иные.



Алена БАТУЕВА,
управляющая клиники
в г. Екатеринбург:

Равнение на Европу

– Екатеринбургский филиал – самый молодой: ему всего три месяца исполнилось. Но позитива за это время мы получили в избытке. Молодой, современный и красивый город с отличной энергетикой. Особенно вдохновляют сами уральцы – открытые, доброжелательные, мягкие и сострадательные люди. Здесь нет пафоса, шовинизма, а есть человечность и готовность понять и принять.

К сожалению, екатеринбургцы страдают из-за плохой воды, поэтому очень распространены заболевания почек, мочекаменная болезнь, онкология, люди начинают болеть достаточно рано. Поэтому хорошей традицией у местных жителей стало профилактическое лечение. В этом плане они равняются на европейцев, которые стараются никогда не запускать здоровье. С первых же дней выхода «Вестника тибетской медицины» в городе мы ощутили большой наплыв желающих пройти комплексное лечение, получить врачебную консультацию по питанию и образу жизни. Сейчас, спустя три месяца, можно уже говорить о хорошей положительной динамике у тех, кто прошел первый курс терапии. Спасибо, что вы нам доверились! Постараемся вас не подвести.

Ростовский «Наран»



На ресепшен



**ВОПРОСЫ
К ВРАЧУ
ТИБЕТСКОЙ
МЕДИЦИНЫ**

Точечный самомассаж лица эффективен при отеке слизистой оболочки носоглотки, при воспалении придаточных пазух носа (верхнечелюстной, решетчатой, лобной), для восстановления нормального дыхания.



ЛЕЧИМ ГАЙМОРИТ КОМПЛЕКСНО

Как отличить длительный насморк от гайморита? Возможно ли успешное лечение без проколов и операций?

И. Гриценко, г. Москва



Рассказывает главный врач клиники «Наран» на «Войковской», член Международной ассоциации врачей тибетской медицины Александра ЧУМБАЕВА:

Гайморит – воспаление верхнечелюстной придаточной пазухи носа. Такое воспаление еще именуют верхнечелюстным синуситом. Причина гайморита – инфекция: бактерии или вирусы проникают в гайморову пазуху через полость носа или через кровь и вызывают воспалительный процесс. Особенно подвержены этому процессу ослабленные люди астенического телосложения типа Ветер. Еще одна причина – нарушение баланса лимфатической и эндокринной систем (возмущение Слизи). Это состояния, при которых нарушается носовое дыхание: вазомоторный ринит, гипертрофический ринит (увеличение слизистых оболочек носа), у детей – аденоиды, аллергические заболевания носа. К гаймориту могут привести и осложнения при несвоевременном или неправильном лечении обычной простуды, ОРЗ, ринита, а также искривление носовой перегородки.

Острый гайморит развивается поэтапно. В придаточных (гайморовых) пазухах носа, над глазами и переносицей появляется характерная боль, которая постепенно нарастает. Утром эта боль не так выражена, а вот к вечеру усиливается. Постепенно боль «теряет» определенное место, начинает болеть голова. Если процесс односторонний, то боль чувствуется с одной стороны. Нос закладывает. Возможна попеременная заложенность правой и левой половин носа, но, как правило, заложены обе половины. Ощущается недомогание и тяжесть в голове, температура немного повышена. Голос приобретает гнусавый оттенок. Лицо становится отечным, может возникнуть слезотечение.

Так проявляется легкая (катаральная) форма этого заболевания. Но если процесс пустить на самотек, надеясь, что все пройдет само собой, как обычный насморк, то катаральный гайморит может перейти в гнойный. При этой куда более серьезной форме температура повышается уже существенно – до 38 градусов и выше, головная боль усиливается. В большинстве случаев из носа выделяется гной. Правда, иногда этого симптома может и не быть, если сильно заложен нос, отток из пазухи затруднен. Появляется сильная утомляемость, слабость, пропадает аппетит, нарушается сон.

Это основные признаки гайморита, но поставить точный диагноз можно лишь с помощью рентгенографии или компьютерной томографии (более информативный метод) придаточных пазух носа.

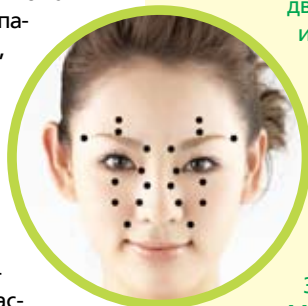
Определить, как лечить гайморит, чтобы не допустить прокола и операции, может врач тибетской медицины. Как правило, после проколов частота рецидивов увеличивается. Одна из моих пациенток, например, перенесла 16 проколов, прежде чем ее состояние стабилизировалось после методов лечения тибетской медицины.

Гайморит – болезнь холода. Чтобы устранить воспалительный процесс в пазухах и снизить активность слизистых желез, снять отек, улучшить отток воспалительного секрета из носовых пазух, а главное – избежать рецидивов заболева-

ния, в клинике «Наран» проводят прогревание не только области воспаления, но и точек всего тела полынными сигарами, лампами, природными камнями, энергетический точечный массаж, вакуум-терапию и другие процедуры. Тибетские фитопрепараты выведут слизь из организма, наладят кровообращение и улучшат носовое дыхание, повысят иммунитет.

Лечение дома

- 1 В начале болезни, чтобы подавить простуду, включите в рацион острый, кислый и сладкий вкусы. Отлично подойдет имбирный напиток (1 ч.л. молотого или свежего корня заваривают стаканом кипятка, добавляют ложку меда и дольку лимона). Напиток хорошо согревает, способствует отхождению гноя и слизи.
- 2 Измельченный прополис (1 чайную ложку) смешайте с подсолнечным и размягченным сливочным маслом (3 чайные ложки). Смочите этой смесью ватный тампон и закладывайте в нос 2 раза в день – утром и вечером.
- 3 Можно закапывать в нос 3-5 капель ментолового масла, одновременно смазывая им лоб, виски, нос. Закапывать нужно, немного запрокинув голову назад и повернув ее в ту сторону, с которой закапывают капли.
- 4 Хороши ингаляции: растворить в кастрюле с кипятком 1/2 чайной ложки настойки прополиса. Укутать голову и дышать носом над этой кастрюлей. Можно также дышать над паром сваренного в мундире картофеля.
- 5 Прогревайте 1-3 раза в день область гайморовых и лобных пазух, а также ступни ног сухим теплом. Это могут быть мешочки с подогретой крупной каменной или морской солью, сваренное вкрутую яйцо.
- 6 Точечный самомассаж лица эффективен при отеке слизистой оболочки носоглотки, при воспалении придаточных пазух носа (верхнечелюстной, решетчатой, лобной), для восстановления нормального дыхания. Вначале воздействуют на крылья носа круговыми движениями в течение 1-2 минут большими или указательными пальцами. При обильном отхождении слизи прерывайте процедуру, чтобы высморкаться. Затем воздействуют на участок лица под глазами (от носа до ушей), растирают лоб подушечками четырех пальцев обеих рук. Массаж точек (смотрите на рисунке все точки воздействия) проводят, чередуя поглаживание и растирание в течение 30 секунд в каждой точке воздействия. Массаж будет более эффективным, если использовать вьетнамский бальзам «Звездочка» или тибетский бальзам «Зориг».



Напоминаем, что самолечение дома наиболее эффективно в составе основной комплексной терапии. Часто лечение методами тибетской медицины избавляет от гайморита навсегда.

ДИАГНОЗ – МНОГОУЗЛОВОЙ ЗОБ

На ультразвуковом исследовании у меня определили «многоузловой эутиреоидный двухсторонний зоб III степени». Говорят, что это заболевание можно лечить без операции и гормонотерапии?

И. Сорокина, г. Москва



Отвечает врач клиники «Наран» на «Смоленской», член Международной ассоциации врачей тибетской медицины Татьяна ГАЛСАНОВА:

Обычно при диагнозе «многоузловой зоб» пациенты жалуются на учащенное сердцебиение, потливость, затрудненное глотание. Окружность шеи при осмотре увеличена. Согласно тибетской медицине, воспаление щитовидной железы чаще всего обусловлено влиянием холода – как внешнего, так и внутреннего, общего снижения энергетических ресурсов организма. Тиреоидит (воспаление щитовидной железы) – прелюдия к развитию зоба (увеличению железы) и образованию узлов. Ткани железы начинают разрастаться на фоне хронической вирусной или бактериальной инфекции в носоглотке, «маскируясь» под ангину, фарингит. Врачи тибетской медицины диагностируют такой процесс как возмущение в организме конституции Слизь (лимфатическая и эндокринная системы). Патологическая слизь, которая накапливается под влиянием переохлаждения, инфекции, неправильного лечения и образа жизни повреждает ткани щитовидной железы. На развитие заболевания в значительной мере влияет эмоциональный фактор. Этому заболеванию особенно подвержены легко возбудимые и обидчивые люди, глубоко таящие свои обиды от окружающих. От малейших переживаний у них в горле образуется ком из непролитых слез и невысказанных эмоций, что приводит к регулярному спазму кровеносных сосудов, питающих щитовидную железу, и, как следствие, к ухудшению ее состояния. Кстати, нами замечено, что чаще всего от зоба страдают женщины, рожденные под зодиакальными знаками Овен, Рыбы, Рак, Лев, Телец, Весы.

Для состояния щитовидной железы имеет большое значение нормальное прохождение нервных импульсов через шейный ганглий симпатической нервной системы, так называемый «звездчатый» узел, отвечающий за иннервацию гортани и щитовидной железы. Согласно тибетской медицине, длительные обиды, угнетая «звездчатый» узел, вызывают возмущение Двигающего Ветра, что ведет к развитию заболеваний щитовидной железы.

Кроме этого существует еще несколько причин развития заболеваний щитовидной железы, которые приводят к «зобу от желчи», «зобу от слизи», «зловещему зобу», вызванные возмущением соответствующих систем регуляции – Желчь, Слизь, Ветер.

Врач тибетской медицины поставит правильный диагноз и назначит эффективное лечение, исключающее хирургическое вмешательство и применение гормональных средств. Уже после нескольких курсов фитотерапии и внешних процедур окружность шеи значительно уменьшается, исчезает отечность лица, уменьшается экзофтальм (пучеглазие, выпячивание глазного яблока), улучшается общее самочувствие пациента. Ультразвуковая диагностика положительно подтверждает эти положительные изменения. Таким образом можно избежать операции.

Из-за вспыльчивости
идти наперекор –
это болезнь.
Претерпев оскорбление,
не хранить обиды –
это лекарство.

Лао Цзы

КАК РАЗВИВАЕТСЯ КОКСАРТРОЗ?

У меня диагностировали начальные признаки коксартроза. Боюсь, что вскоре дойдет до операции. Могу ли я надеяться на помощь тибетской медицины?

С. Купавин, г. Ростов-на-Дону



Отвечает врач клиники «Наран» на «Проспекте Мира», член Международной ассоциации врачей тибетской медицины Санал БЮРЧИЕВ:

Артрозы таких крупных суставов, как тазобедренные, считаются самыми безнадежными заболеваниями. Это значит, что с каждым месяцем и тем более с каждым годом больной человек чувствует себя все хуже и хуже. И рано или поздно вынужден соглашаться на тяжелейшую операцию или на костыли. Но выход есть.

Артроз – дистрофическое заболевание суставов, связанное с медленной дегенерацией и разрушением внутрисуставного хряща. Причины его развития разные: травмы, переохлаждения, инфекционные заболевания, нарушения обменных процессов и многое другое. Диагностика коксартроза затрудняется малой информативностью рентгеновского исследования на начальных стадиях заболевания и схожестью симптоматики с проявлениями радикулита – на более поздних. Иногда человека годами лечат неправильно, а коксартроз продолжает развиваться. Поэтому важно знать ранние признаки заболевания.

Итак, первые признаки коксартроза появляются за несколько лет до наступления острой стадии. Вначале боли бывают редкими и кратковременными. Появляются обычно после непривычно больших нагрузок, переохлаждения или смены погоды. Иногда – без видимых причин. Проходят быстро и, как правило, не привлекают внимания.

Это – начальная стадия. Диагностика очень затруднена. Подвижность сочленения не нарушена, на рентгенограмме изменений незаметно. Минимальные меры предосторожности и профилактическое лечение дают практически гарантированное и полное излечение. Вот только обращаются к нам такие пациенты очень редко.

Через некоторое время начальная стадия переходит во 2-ю степень. Теперь на рентгенограмме появляются первые изменения – слой суставного хряща несколько утончается. В суставе наблюдается незначительное уменьшение подвижности. Боли учащаются и усиливаются. Они бывают и по ночам: обычно больно лежать на боку. Самочувствие человека в это время неровное. Длительные периоды обострения сменяются кратковременными ремиссиями. Диагностика не составляет труда, но не всегда проводится.



Для того чтобы самостоятельно проверить, есть ли у вас коксартроз, надо лечь на спину, подтянуть ногу к груди и попробовать развернуть голень внутрь. Это можно сделать самому или с помощью близких.

При пораженном суставе процедура становится несколько болезненной, а угол сгиба ноги и поворот голени – ограниченными. Подтверждением заболевания могут служить болевые ощущения при простукивании областей заднего верхнего края подвздошной кости и тазобедренного сустава.

Иногда на этой стадии можно наблюдать укорочение больной конечности на 1–3 см. Оно происходит не из-за износа хряща, как обычно думают пациенты, а за счет перекоса таза или ослабления связочного аппарата и смещения головки тазобедренного сустава вверх.

Начатое лечение обычно проходит достаточно успешно, возможно практически полное выздоровление, включая восстановление нормальной длины ноги.

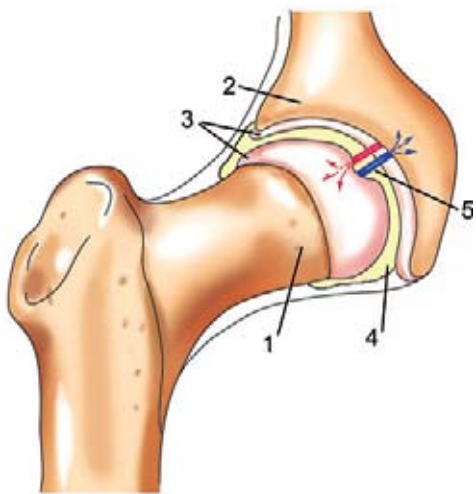
Родителям нужно обратить особое внимание на длину ног детей. Укорочение ноги на 1–2 см портит походку и может вызвать не только сколиоз в детском, но и коксартроз в зрелом возрасте. Укорочение конечности лечится куда легче в детстве, чем коксартроз, который может развиваться спустя годы.

Значительно реже больная конечность удлиняется. Такое происходит при перекосе таза. Перекос возможен при долговременном воспалении нервов, отходящих от пораженного сегмента позвоночника. Лечение проходит довольно тяжело.

На переходе от 2-й к более высоким степеням исчезают остатки хрящей и начинается разрушение костных тканей. Быстро и сильно уменьшается подвижность сустава, укорочение может достигать 6 и более сантиметров. Появляется характерная ковыляющая походка. Больной берет палку, а если поражены оба сустава – костыли. Боли в суставе становятся чрезвычайно мучительными. Больно ходить, больно сидеть, больно лежать. Боли распространяются от поясницы – по всей ноге. Диагностика уже никаких затруднений не вызывает. Увы, лечение коксартроза на этой стадии весьма трудоемко и длительно, неизбежны остаточные явления. Поэтому начинать его надо как можно раньше.

В клинике «Наран» профилактика и лечение артрозов, прежде всего, включает назначение правильного питания и образа жизни (посильные нагрузки и физические упражнения), 4-5 курсов фитотерапии (препараты серии «Самнор», «Байчун», «Покар», «Сэндэм»). Точечный массаж при коксартрозе улучшает кровообращение и общее самочувствие, снимает болезненный спазм мышц, стимулирует передачу нервных импульсов, тем самым обеспечивая улучшение питания суставного хряща. Обработывается как область сустава, так и позвоночник, откуда выходят нервы, питающие сустав и прилегающие к нему мышцы. Прогревание лампами, полынными сигарами и иглоукальвание, постановка банок на область отлично закрепляют лечебный эффект.

Тазобедренный – самый большой и очень сильно нагруженный сустав. Он представляет собой классический шарнир: состоит из шаровидной головки бедренной кости (1), вложенной в вогнутую округлую вертлужную впадину (2) в кости таза. И головка бедренной кости, и вертлужная впадина покрыты упругим и прочным хрящом (3). В полости тазобедренного сустава находится скользкая синовиальная жидкость (4), обеспечивающая снижение трения, смягчение ударов и передачу некоторых питательных веществ. Головка бедренной кости снабжается кровью из сосудистого пучка (5), проходящего внутри тазобедренного сустава.



Согласно статистике, ПМС знаком около 90% женщин в возрасте примерно от 13 до 50 лет.

ДЕВИЧЬИ СТРАДАНИЯ

У 15-летней дочери тяжело протекают симптомы предменструального синдрома: перепады настроения, раздражительность, сильные боли внизу живота, менструации нерегулярные, болезненные и скудные. Это значительно ухудшает успеваемость в школе и общее качество жизни дочери. Какое лечение можно предпринять в этом возрасте?

Т. Иманаква, г. Одинцово



Отвечает врач-гинеколог клиники «Наран» в «Отрадном», член Международной ассоциации врачей тибетской медицины Евгения ГОРЯЕВА:

Считается, что нерегулярный и болезненный менструальный цикл – это терпимо и нормально. Некоторые врачи даже отмахиваются от проблемы, ссылаясь на то, в организме женщины все придет в норму после замужества, родов. К сожалению, это не всегда так.

Предменструальный синдром (ПМС) часто характеризуется сильными болями в области поясницы и в тазовых органах, вздутием живота, тошнотой, огрубением и болезненностью молочных желез, слабостью и повышенной утомляемостью, агрессивностью, быстрой сменой настроения, бессонницей или, в некоторых случаях, напротив, чрезмерной сонливостью.

Существует и кризовая форма ПМС, которая проявляется адреналиновыми атаками. Они начинаются с чувства сдавливания под грудью, сопровождаются учащенным сердцебиением, онемением и похолоданием рук и ног. Возможно частое и обильное мочеиспускание, повышение артериального давления, обморочные состояния.

Со временем ПМС может прогрессировать, поэтому лучше не допустить усугубления ситуации. Нарушение цикла в раннем возрасте может быть признаком начала воспаления придатков, эрозии, эндометрита, цистита, эндометриоза. Хронические формы этих заболеваний ведут к олигоменорее (заболевание, при котором менструации проходят с интервалом более чем 40 дней) или аменорее (отсутствии месячных более полугодом), которые уже являются симптомами первичного бесплодия.

Причины ПМС могут быть разные – воспалительные заболевания на почве переохлаждения и развития «холода» почек, а также неправильное расположение матки. Загиб матки часто возникает вследствие птоза (опущения одного или нескольких внутренних органов), нарушающего внутреннюю архитектуру органов брюшной полости и кровообращение в органах малого таза. Это способствует застою крови и воспалительным процессам, является причиной болей внизу живота и в поясничной области при менструациях. Уменьшение выделений или, наоборот, обильные менструации, могут свидетельствовать также о воспалительных процессах в яичниках и матке, что косвенно свидетельствует о наличии «холода» в почках.

В каждом случае необходима индивидуальная консультация и личный осмотр врача. Методы тибетской медицины – точечный массаж в комплексе с иглоукальванием, прогреванием полынными сигарами, постановкой банок, гирудотерапией способствует устранению всех перечисленных симптомов. Отрегулировать менструальный цикл и привести в норму естественный гормональный фон помогут индивидуально подобранные тибетские фитопрепараты, содержащие натуральные фитостероиды, согревающие почки, нормализующие психоэмоциональное состояние пациентки.

Это интересно



От чего лечился Распутин?

Тибетская медицина активно использовалась аристократами в России до 1917 года. Сам Николай II направлял в Индию специальные экспедиции врачей, чтобы те брали уроки у местных докторов. В Санкт-Петербурге действовала клиника доктора тибетской медицины Петра Бадмаева. Здесь от истерии лечился министр внутренних дел империи Протопопов. А легендарный Григорий Распутин поправлял потенцию. Царские чиновники специально посещали высокогорные монастыри в Тибете, чтобы познакомиться с достижениями местной медицины, а тогдашний Далай-лама лично присылал императору Николаю II особые ящики с травами, необходимыми при лечении гемофилии, которой был болен наследник престола.

Из газеты «Новые известия»

ВЕСНА – ВРЕМЯ ХУДЕТЬ!

В апреле в клинике «Наран» пройдут семинары на тему «Худеем правильно». Для всех слушателей семинара особая цена – сеанс аурикулотерапии и консультация по правильному питанию всего за **1900 рублей!**

Отдельная консультация по питанию у диетолога – **500 рублей.**

ЖДЕМ ВАС :

17 и 30 апреля в филиале клиники на «Войковской» (5-й Войковский проезд, 12) с 10.00 до 12.00.

9 и 23 апреля в филиале клиники на «Таганской» (ул. Народная, 20) с 10.00 до 12.00.

Подробная информация по тел. (495) 221-21-84.

ЛИЦО С ОБЛОЖКИ



Они всегда помнят о клятве Гиппократа

Любовь Лысова – советник генерального директора по экономическим вопросам в крупной строительной фирме. У нее уже двое взрослых детей, состоявшихся и успешных,

«Наран» порадовал

вниманием и доброжелательностью».

Любовь Викторовна любит и проработала бок о бок более 30 лет. Любовь Викторовна выглядит прекрасно и придерживается здорового образа жизни – путешествует с семьей, занимается спортом, много читает.

Проблемы начались после приема гормональных препаратов, которые ей выписали в частной клинике. Они привели к по-

явлению лишних килограммов и изменению самочувствия не в лучшую сторону.

Решение пойти в «Наран» Любовь Викторовна приняла после прочтения в «ЗОЖ» статьи Светланы Чойжинимаевой о методах лечения тибетской медицины:

– Интуитивно поняла, что такой подход к лечению даст реальные результаты. Убеждение окрепло и после знакомства с книгами Светланы Галсановны. А сама клиника приятно порадовала располагающей обстановкой, вниманием и доброжелательностью всех сотрудников, начиная с ресепшен и заканчивая врачами. Мой лечащий доктор в клинике «Наран» на «Смоленской» Татьяна Михайловна Чилгирова – высококлассный специалист, ни один мой вопрос она не оставила без внимания. Очень рада, что есть клиника, где работают врачи, которые болеют душой за свое дело и делают все возможное для пациента, всегда помня, что они дали клятву Гиппократа.

СЧАСТЬЕ
ИЩЕЛЕНИЯ

Натуральные способы оздоровления

Рассказывает Ирина Владимировна Комиссарова, переводчик, г. Санкт-Петербург:

– Проблемы начались два года назад, когда пришлось испытывать большие физические и эмоциональные нагрузки – одновременно учиться, работать, заниматься ребенком. Начало повышаться давление, учащалось сердцебиение. Врачи назначили антидепрессанты. Но неприятные симптомы возвращались, и после окончания лечения осталась тахикардия и тяжесть в области сердца. Впоследствии мне поставили диагноз тиреотоксикоз.

Одна из приятельниц посоветовала мне обратиться в питерскую клинику «Наран».

И, действительно, методы древней традиционной медицины оказались гораздо эффективнее в лечении проблем с щитовидной железой, помогли привести в норму психо-эмоциональный фон. Очень понравились сеансы массажа, вакуум-терапии, иглокальвания и прогревания моксами.

В клинике царит особая успокаивающая атмосфера, врачи очень доброжелательны и отзывчивы. Мне подробно рассказали о моем типе личности – Ветер, обратили внимание на питание, подходящее моей конституции, методы релаксации. Очень полезной оказалась рекомендованная врачами книга С.Г. Чойжинимаевой «Болезни нервных людей».

Мне очень хотелось бы, чтобы люди больше узнавали о тибетской медицине и о том, как улучшить свое здоровье натуральными способами.



Лечение пошло на пользу

Трость больше не понадобится

Опора тела восстановлена!

Сюзанна Ресслерова – бывшая учительница. У нее двое детей и один внук. В свободное время увлекается туризмом, историей Чехии и метеорологией.

– Год назад у меня начались боли в бедре, из-за этого я не смогла поехать с друзьями в Альпы, куда мы обычно ездим каждый год, – рассказывает Сюзанна. – Лечащий врач предложил мне пойти на операцию, но я не могла на это согласиться, так как ухаживаю за своей тяжелобольной лежачей матерью. Но и жить с этим недугом становилось все труднее. Правая нога болела, не слушалась, трудно было ходить, пришлось опираться на трость.

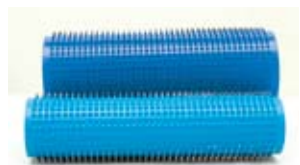
Я не доверяю современной медицине, потому что она лечит только признаки, а не причину заболевания. Верю в комплексную медицину. Вот почему, когда из «Вестника тибетской медицины» я узнала о «Наране» в Праге, сразу поняла, что это то, что мне нужно.

В клинике все лечащие врачи – настоящие профессионалы! Массаж тела я получила отличный. Понравилась и другие процедуры. Поначалу было тяжело, особенно после акупунктуры, но уже к середине курса я почувствовала облегчение. К его завершению я свободно ходила без трости, нога спокойно сгибалась, прошли тянущие изматывающие боли в бедре. Узнала, что у меня из-за проблем с почками развивался артроз тазобедренного сустава, который мог привести к скорой инвалидности. В тибетской медицине тазобедренные суставы считаются главными опорами тела. Так вот их мне полностью восстановили! Кроме того, выяснила, что у меня опущение желудка и нездоровая поджелудочная железа. Эти проблемы мне также разрешили с помощью иглокальвания и фитотерапии.

Теперь я пристально слежу за своим самочувствием. И всем, чьи заболевания современная медицина лечит без особых успехов, рекомендую посетить клинику «Наран». Здесь вам обязательно помогут!



НАШ ФИТОБАР



Колючий врачеватель

Аппликатор «Колючий врачеватель» – прекрасное дополнение к комплексному лечению заболеваний опорно-двигательного аппарата. По своему поверхностно-рефлекторному воздействию на организм человека является прекрасным средством оздоровления и профилактики, что позволяет совмещать его с фитотерапией, физиотерапией, маслами и кремами.



Свечи от кашля

Предлагаем свечи зеленые для успокоения кашля и приступов астмы. Они помогают снимать бронхоспазм, способствуют выведению густой, вязкой мокроты, уменьшают судорожный кашель и ощущение першения в области задней стенки глотки. Также спрашивайте в фитобарах «Нарана» свечи в ассортименте для успокоения нервной системы, хорошего сна и очищения ауры помещения.



При кожном зуде

Состав: цветок жимолости, трава одуванчика, портулак, ревень, пион и другие китайские лекарственные травы.

Действие: обладает антисептическим, ранозаживляющим, противовоспалительным действиями, успокаивает кожный зуд.

Показания: кожный зуд, чесотка, экзема, псориаз, нейродермит, аллергии, трофические язвы.

При гинекологических заболеваниях использовать в виде спринцеваний: развести жидкость с водой в соотношении 1 к 5-10, спринцеваться 2 раза в день.



Прокладки для женщин и мужчин

Лекарственные прокладки «Саньбафулэ» («8 Марта») – эффективное лечебное средство от женских и мужских заболеваний на основе 38 лечебных трав.

Показания: местное средство при лечении различных гормональных нарушений женской половой сферы, воспалительных заболеваний органов малого таза, вирусных поражений гениталий и органов малого таза, нарушениях менструального цикла, зуде наружных половых органов, первичном и вторичном бесплодии, спайочных процессах в полости малого таза, эндометриозе, молочнице и т. д.

Прокладки прекрасно зарекомендовали себя при лечении даже сугубо мужских заболеваний, таких, как острый и хронический простатит, орхоэпидимит. Их используют для лечения острого тромбоза, геморроидальных узлов, причем купирование болевого синдрома достигается в течение нескольких часов, уменьшается отек, снимается воспаление, рассасываются тромбы.

ПРОДУКЦИЯ ФИТОБАРА – ХОРОШЕЕ ДОПОЛНЕНИЕ К КОМПЛЕКСНОМУ ЛЕЧЕНИЮ



Пластырь «Чудесный рецепт»

В составе пластыря «Чудесный рецепт» корень аконита, коричневое масло, стебли эфедры китайской, корни дудника опушенного, корневища ломоноса китайского, цветки сафлора красильного и др.

Пластырь обладает обезболивающим, противовоспалительным свойством, улучшает местное кровообращение, согревает при артрите, остеохондрозе, ревматизме, радикулите.



Книга «Иглокальвание – верный способ похудеть»

Книга рассказывает об авторских методиках похудения, которые успешно применяются в клинике «Наран».



Сигара от всех болезней

Прогревание полынными сигарами и бездымными моксами энергетических меридианов и активных точек улучшает циркуляцию крови, устраняет энергетические блоки, активизирует обменные процессы, повышает уровень энергии в организме, лечит болезни «холода».

Эта процедура особенно эффективна при таких болезнях, как хронический насморк, бронхит, бронхиальная астма, аллергии, заболевания кожи, сосудов, суставов (артриты, артрозы), нарушения сна, невриты, варикозная болезнь, лимфостазы.



Для мужской силы

«Янгерон» – стимулятор потенции мужчин и женщин немедленного действия! Удивительный эффект при половом бессилии!

В его состав входят женьшень, бесцветник, корень белого атрактилиса, семена малины, кора коричневого дерева, плод торилиса, радиола удлинённая и другие.

RINCHEN – великая драгоценность Тибета

Пилюли «Ринчен» (тиб. – драгоценность) изготавливают по тибетским рецептам и прописям, дошедшим с 15-16 вв. В их состав входит золото, серебро, жемчуг, кораллы, бирюза, специи (шафран, мускатный орех, гвоздика) и другие ценные растительные компоненты (миробалан, сандаловое дерево, бамбук и др.), а также редкие вещества органического происхождения. Всего до 100 и более компонентов. Существует только восемь наименований Драгоценных пилюль. Аналогов этим препаратам в мире нет – они содержат все необходимые минералы и микроэлементы, легко усваиваются организмом, не вызывают привыкания, аллергии и других побочных эффектов. Пилюли возвращают молодость, очищают кровь, укрепляют иммунитет, активизируют жизненные процессы в организме, оживляют и обостряют работу всех органов чувств. Прием Драгоценных пилюль следует начинать на рассвете в 8, 15 и 30 лунные дни.



ДЖУМАР-25 (нервная система – Ветер)

Состоит из 25 ингредиентов: коралл, жемчуг, ртуть, шафран посевной, мускатный орех, миробалан чебула, соссурия лопуховидная, мускус кабарги, гвоздичное дерево и др.

Впервые драгоценная пилюля «Джумар-25» была составлена врачом Шасандра Лакшми в XIII веке. Он испытал действие этого препарата на себе и спас этим свою жизнь.

Этот препарат используется для лечения сильных головных болей, расстройств мозговой деятельности, обмороков. Холодная природа коралла устраняет лихорадки, вызванные токсинами, невралгическими и хроническими недугами. Пилюли эффективны при всех видах нервных расстройств, таких, как паралич, нарушение движения, ослабление памяти. Применяется при лечении сердечно-сосудистых заболеваний: гипертонической болезни, хронических головных болях, при колебании артериального давления, при тромбозах, варикозном расширении вен, геморрое.



РИНЧЕН ТЦАДЖОР ЧЕНМО (кожные и системные заболевания)

Состав: мускус кабарги, барбарис сибирский, кардамон настоящий, миробалан, скабиоза, мелия азердах, жгун-корень, понгамия голая, кардамон настоящий, шафран, цинк, магнетит, имбирь лекарственный, бура, мускатный орех, аконит китайский, молотая скорлупа грецкого ореха, всего более 40 ингредиентов.

Ринчен Тцаджор Ченмо – Великая драгоценная пилюля с горячим составом – успешно применяется при всех кожных заболеваниях. Препарат эффективен при кожном зуде, псориазе, витилиго, экземе, аллергических дерматитах, которые появились в результате снижения функций печени и накопления «холодной» крови, неправильного питания, контактов с металлами, химикатами. Пилюлю назначают также для дополнения комплексного лечения при водянке, подагре, абсцессах, хронических гнойных ранах, проказе. Она оказывает благотворное действие при всех системных заболеваниях (красная волчанка, ревматоидный полиартрит и др.), суставных заболеваниях, хронических патологиях спинного мозга.

НЕ ЯВЛЯЮТСЯ ЛЕКАРСТВАМИ, УТОЧНИТЕ ВОЗМОЖНЫЕ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ

КЛИНИКА «НАРАН» – БОЛЕЕ 20 ЛЕТ СТАБИЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ БЕЗ ОПЕРАЦИЙ, ГОРМОНОВ И ХИМИИ, ШАГОВАЯ ДОСТУПНОСТЬ, НИЗКИЕ ЦЕНЫ, САМОЕ ЛУЧШЕЕ КАЧЕСТВО

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

КЛИНИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ



наран

работает с 1989 года

Комплексное лечение хронических заболеваний без операций и гормонов

Заболевания органов дыхания

- Хронический ринит, синусит, гайморит
- Хронический бронхит
- Бронхиальная астма
- Хроническая пневмония, альвеолит

Сердечно-сосудистые заболевания

- Гипо- и гипертония
- Вегетососудистая дистония, кардионевроз
- Ишемическая болезнь сердца
- Варикозное расширение вен, геморрой

Заболевания мочеполовой системы

- Хронический пиело- и гломерулонефрит
- Хронический цистит, уретрит
- Мочекаменная болезнь
- Энурез, нефроптоз

- Хронический простатит, аденома
- Хронический аднексит, эндометрит, эндометриоз
- Киста яичников, миома матки, мастопатия, фиброаденома молочных желез
- Нарушение менструального цикла, бесплодие

Заболевания кожи и опорно-двигательной системы

- Экзема, псориаз, акне, угревая сыпь
- Нейродермит, зуд, atopический дерматит
- Остеохондроз, грыжа дисков
- Артроз, артрит, коксартроз
- Подагра

Заболевания нервной системы

- Головная боль различной этиологии
- Дистония, депрессия, глубокое расстройство сна
- Невриты, невралгии
- Заикание, тики
- Болезнь Паркинсона
- Эписиндром
- Болевые синдромы

Заболевания эндокринной системы

- Сахарный диабет I-II типов (сценарий «холода» и «жара»)
- Избыточный вес, ожирение
- Зоб (диффузный, узловой)
- Другие заболевания эндокринной системы

Заболевания желудочно-кишечного тракта

- Хронический гастрит, дуоденит, холецистит, панкреатит, гепатит (сценарий «холода» и «жара»)
- Язвенная болезнь
- Желчнокаменная болезнь
- Расстройство толстого и тонкого кишечника (болезнь Крона, запоры)
- Опухание желудка, кишечника

Хронические заболевания уха, горла, носа, глаз

- Конъюнктивиты, блефариты
- Нарушение зрения (катаракта, глаукома)
- Нарушение слуха, отиты
- Аллергические риниты, гаймориты, тонзиллиты
- Аденоиды и полипы носовой полости

Лиц. МДКЗ №17867/9326

www.naran.ru

www.clinicnaran.com

Адреса филиалов клиники «Наран» в Москве:

- | | |
|---|---|
| м. «Проспект Вернадского», ул. Удальцова, д. 23 | Тел.: (495) 510-39-61, 510-39-62 |
| м. «Рижская», проспект Мира, д. 79 | Тел.: (495) 681-23-36, 8(903) 121-60-64 |
| м. «Смоленская», Панфиловский пер., д. 6 | Тел.: (495) 605-04-90 |
| м. «Таганская», ул. Народная, д. 20 | Тел.: (495) 221-21-84, 8(967) 135-55-48 |
| м. «Крылатское», Осенний бульвар, д. 12, корп. 10 | Тел.: (495) 415-34-35, 221-21-84 |
| м. «Отрадное», ул. Пестеля, д. 11 | Тел.: (499) 904-16-09, 904-16-11 |
| м. «Войковская», 5-й Войковский пр., д. 12 | Тел.: (499) 747-49-60, 150-74-10 |

Клиника «Наран» в Праге:

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| Прага-6, ул. Миладе Горакве, д.101/64 | Тел.: (420) 224-316-809, 224-323-906 |
|---------------------------------------|--------------------------------------|

Клиника «Наран» в Берлине:

- | | |
|--------------------|---|
| Фридрихштрассе, 71 | Тел.: 49(0)30/ 200-595-41, 200-595-42, 200-595-44 |
|--------------------|---|

ДНИ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ В «НАРАНЕ»

Лекции в клинике на ст. м. «Таганская»

3 апреля

«Суставы – опора нашего тела»

10 апреля

«Тибетская фитотерапия»

17 апреля

«Мужское здоровье»

**Начало в 15.00.
Вход свободный**

Запись на лекции по тел.:

**8(495) 221-21-84,
8(967) 135-55-48**

Дополнительная скидка на лечение в эти дни 5%

Тибетский астропрогноз с 01.04 по 30.04

Удачные дни:	Благоприятные дни			Неблагоприятные дни:
4, 13, 29	для стрижки волос:	для начала приема лекарств:	для выезда в дорогу:	12
	6, 8, 9, 11, 13, 14, 16, 24, 25, 29	6, 11, 18, 25	1, 5, 7, 10, 14, 18, 21, 23, 25, 27, 28, 29, 31	

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Подписку на газету «Вестник тибетской медицины» вы можете оформить в любом почтовом отделении России.

Подписной индекс: 99683

Подписная цена по Москве:

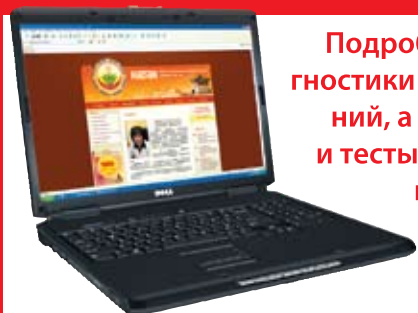
45,29 руб. — 3 мес. 90,58 руб. — 6 мес.



КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНО!

Часы работы: 9:00-21:00 (без выходных)

Тел.: (495)221-21-84, 8(967)135-55-48



Подробную информацию о методах диагностики и лечения хронических заболеваний, а также отзывы пациентов клиники и тесты на определение индивидуальной конституции вы найдете на сайтах

www.naran.ru

www.clinicanaran.com

ПОЧЕМУ «НАРАН»?

22 ГОДА УСПЕШНОЙ РАБОТЫ В ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЕ

АВТОРСКИЕ МЕТОДИКИ ЛЕЧЕНИЯ, разработанные основателями клиники Светланой и Баиром Чойжинимаевыми

КОМПЛЕКСНАЯ ТЕРАПИЯ распространенных хронических заболеваний, в т.ч. системных (красная волчанка, псориаз, сахарный диабет и др.)

УСТРАНЕНИЕ причины заболевания без операций, гормонов и побочных эффектов

ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПОДХОД

ЛЕЧЕНИЕ, ДОСТУПНОЕ ВСЕМ

Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия.

Свидетельство о регистрации ПИ №ФС1-01931 от 4.10.05 г. © ООО «Наран Информ» Все права защищены и охраняются законодательством РФ.

Учредитель — ООО «Наран Информ» (клиника традиционной тибетской медицины «Наран»)

Председатель редакционного совета — С. Чойжинимаева

Главный редактор —

Е. Санжаина

Верстка — М. Лезина

Корректор — Н. Федулеева

Дизайнер — Л. Петренко

Газета выходит 2 раза в месяц
Общий тираж — 1 400 000 экз.

Адрес редакции: 115172,

г. Москва, ул. Народная, д. 20

Тел. (495) 221-21-84

(многоканальный)

Наш сайт: www.naran.ru

E-mail: mail@naran.ru

Газета отпечатана

в типографии ООО «ВМГ-Принт»

Подписано в печать

28.03.2011.

Заказ №

Цена свободная