



NARANFITO
— 2013 —
Интернет-магазин
NARANFITO.RU
+7 (495) 432-39-99

«СЕРДЦЕ — ЦАРЬ ВОССЕДАЮЩИЙ НА ТРОНЕ»

Слово главного врача. с. 2



НАРАН

КЛИНИКА
ТИБЕТСКОЙ
МЕДИЦИНЫ № 1
В РОССИИ
ОСНОВАНА В 1989 г.

З Д О Р О В Ь Е :
• ДИАГНОСТИКА
• ЛЕЧЕНИЕ
• СОВЕТЫ

В Е С Т Н И К Т И Б Е Т С К О Й М Е Д И Ц И Н Ы

№ 05 (228) Май 2024 г. Выходит с июня 2005 г.

www.naran.ru

СЕРГЕЙ НЕТИЕВСКИЙ

Российский актёр
телевидения, сценарист,
телеведущий, продюсер
в гостях у клиники
«НАРАН»

с. 5

Акция
«НАРАН»
- 4000руб
вместо 6500р
на комплексное
лечение

Сезонные обострения

с. 3

ВЕСЕННИЙ ПОЛЛИНОЗ

Аллергии проявляются по типам:
"Холод" и "Жар"

Мужское здоровье

с. 4

ПРОСТАТИТ. КАК ИЗБЕЖАТЬ

В группе риска
джентльмены от 35 лет

Интересно

с. 5

МУЧАЕТ ЛИ ВАС БЕССОННИЦА?

Хорошо и крепко спать нам помогает
мелатонин (гормон сна)

Из практики

с. 6

ПОЧЕМУ БОЛИТ КОПЧИК?

ПО СЛУЧАЮ ОТКРЫТИЯ НОВОГО
ФИЛИАЛА КЛИНИКИ «НАРАН»

ЗАПИШИТЕСЬ СЕЙЧАС!

и получите скидку на комплексное
лечение до -50%, по 3500р.

**В ПОДАРОК — БЕСПЛАТНАЯ
КОНСУЛЬТАЦИЯ**

• коррекция образа жизни • правильное
питание согласно вашей конституции
• пульсовая диагностика

подробности по тел.: +7 (812) 622-68-38

МЫ ОТКРЫЛИСЬ!!!

Наш дружный коллектив
рад сообщить всем, что состоялось
открытие нового филиала клиники
«Наран» на Звенигородской! Это место
наполнено уютом, теплом и вниманием
к каждому пациенту

**ПРИГЛАШАЕМ ВСЕХ
В НАШУ НОВУЮ КЛИНИКУ!**



Метро
Звенигородская
г. Санкт-петербург
ул. Звенигородская,
дом 9-11

Клиника «НАРАН» – для тех, кто хочет жить не болея!

Телефон клиники : +7 (495) 104-58-88



Слово главного врача

«СЕРДЦЕ – ЦАРЬ, ВОССЕДАЮЩИЙ НА ТРОНЕ»

БОЛЕЗНИ СЕРДЦА. КАК ИЗБЕЖАТЬ

«Сердце – царь, восседающий на троне» – так в тибетской медицине называют этот орган, по аллегории и степени значимости в организме человека. Сразу становится понятной его роль для жизнедеятельности человека. Остановить работу сердца может только ранение в него, несовместимый с жизнью инфаркт миокарда, резкий и быстрый недостаток кислорода, а также употребление большого количества химических лекарств от сердца ведёт к тихой смерти от побочных действий этих лекарств (прочтите внимательно инструкции к ним).

4 камерный полый, мышечный орган прогоняет за сутки все наши 4-5 литров крови, предварительно обогатив ее кислородом в лёгких. В этом его основная роль: донести кислород в органы и ткани, без него невозможны биохимические реакции организма, то есть метаболизм – процесс жизнедеятельности. Сердце, как известно, не имеет нервных окончаний, они отсутствуют в тканях сердца, кроме перикарда (околосердечная сумка). Нервные скопления, окончания, каналы расположены в атриовентрикулярном узле сердца у его основания, функция которого заключается в регуляции сокращения миокарда: в сторону учащения или урежения. Это ветви n. vagus – блуждающий нерв, самый длинный и мощный. А эта регуляция напрямую зависит от состояния нашей нервной системы: в каком мы настроении, какие эмоциональные переживания испытываем, как переносим стресс, хорошо ли мы спали?

«Не волнуйте сердце» – рекомендует тибетская медицина. И это было известно еще в 10-11 веках. И, действительно, на примерах многих людей, окружающих нас, мы видим, что смерть и инфаркт миокарда наступают на фоне сильнейших стрессов, перегрева организма как изнутри (приём алкоголя в большом

количестве, злоупотребление жирной, мясной, острой и жареной пищей), так и снаружи, то есть долгого нахождения на солнце. И чаще всего это происходит у людей, чья природная конституция – Желчь (холерик, питта, триппа). От природы эти люди наделены горячим темпераментом: это и наследственность от отца/матери, и традиции в питании – употребление большого количества мяса, солёной, кислой и острой, горячей, жирной и жареной пищи, крепкого алкоголя. Это и неумение справиться со стрессом, переизбыток гнева и других отрицательных эмоций (приступы ярости, ревности, зависти итд).

Конечно же, все мы люди и к какому бы типу конституции от природы мы ни принадлежали (Ветер, Слизь, Желчь) все мы имеем нервную систему и разную степень реакции на стрессы. Спокойнее всего люди типа Слизь, а наиболее опасно реагируют люди типа Желчь, Желчь-Ветер, Желчь-Слизь, Ветер. При этом возраст не имеет такого уж большого значения: ведь стрессы посещают всех независимо от количества лет, национальности и других факторов.

Можно отметить, что заболеваемость и смертность от ИМ (инфаркта миокарда) значительно помолодела. Одно дело – состояние нервной системы, другое – состояние крови. Именно ее качественный состав влияет на состояние сосудов, по которым она течёт. В отличие от слизистой оболочки, которая всегда гладкая, внутренняя оболочка сосуда – артерии имеет более сложное строение и может «цеплять» на себя молекулы холестерина, других жиров и образовывать бляшки, которые почти нерастворимы. Поражённые бляшками сосуды – артерии теряют свою эластичность, становятся узкими, шероховатыми – это способствует образованию тромбов при условии загустения крови и её более медленному току по сосудам. К тому же артерии имеют

богатую нервную сеть, это даёт способность сосудам сужаться и расширяться в зависимости от состояния нервной системы. Даже состояние бурной радости приводит к «пляске» сосудов. Бывают случаи смерти даже от радости, например, на свадьбе дед умер от радости за внука (реальный случай и не один на моей памяти). В любом случае, крены в ту или иную сторону приводят к нестабильности нервной системы, а она (нервная система – Ветер) и есть дирижёр нашего организма!

Сердце – нестареющий орган. Его состояние напрямую зависит от состояния нервной системы и крови! Оно может работать столько, сколько отпущено Богом. Порой мы сами того не желая, вгоняем сердце в тяжелое состояние из-за неуменья владеть собой, из-за беззаботного поедания вкусностей в изобилии (злоупотребление жирной, мясной, острой и жареной пищи, приём алкоголя в большом количестве), в этот момент не думая ни о чём, кроме удовольствия от еды, мы нагружаем сердце (это много нагрузок на фитнес, спорт, неумный секс в критическом возрасте), беспощадно работаем над книгой, над проектами и тд – и всё это приводит к Синдрому Хронической Усталости.

СХУ приводит в первую очередь к расстройству сна: он прерывистый, тревожный, развивается бессонница. Расстройство сна – первый звоночек нарушения нервной системы. О своей усталости сердце сообщает нам тахикардией, учащением сокращений свыше 80-90 ударов в минуту; периодически возникающими перебои в его работе – экстрасистолии (внеочередные сокращения сердца из желудочков или предсердий). Человек может сам ощущать эти перебои и красочно описать их: ощущение замирания, kloкотания, трепет, тревога. Довольно часто человек может ощущать приступы боли в левой половине грудной клетки: они бывают давящего, сжимающего характера как спереди, так и сзади в области лопатки и/или межлопаточной области. Приём

валидола и/или нитроглицерина снимает эту боль. Но эти боли часто повторяются и бывают связаны либо: 1 – с нервными переживаниями; 2 – с длительными физическими нагрузками (фитнес – не исключение, работа на грядках и тд), это может быть долгая статичная поза, неудобное положение тела и тд). К нам часто обращались пациенты (чаще мужчины) с такими болями. Как правило, ничего чисто сердечного не находится при обследовании пульса и др. методами. **А находим мы признаки остеохондроза, спазм мышц спины (а их много и они расположены многослойно).**

Спазм мышц спины вводит в заблуждение не только пациентов, но и врачей. Почему? Потому что остеохондроз даёт самую разнообразную симптоматику, особенно в шейно-воротниковой области и верхнегрудного отделов позвоночника.

Это в первую очередь и боль в области сердца, перебои в работе сердца, слабость, холодный пот, онемение пальцев левой руки, одышка и страх смерти. Этого вполне достаточно (а ещё и с учетом возраста и группы риска!), чтобы незамедлительно поставить диагноз ишемии сердца. Человек начинает пить лекарства горстями, вызывая привязанность к ним. Это успокаивает нервную систему (см выше!) и работа сердца как бы приходит в норму. На самом деле проблема может уйти в «подполье», что чаще всего и бывает.

В подобных ситуациях необходим тщательный осмотр и сбор анамнеза. **Без глубокого комплексного лечения остеохондроза (чем раньше, тем лучше) сложно говорить о хорошей работе сердца.** Статистика это доказывает. В странах Востока, где массаж спины да и всего тела – это норма жизни, менее всего распространены заболевания сердца, продолжительность жизни так же высока.

Не волнуйте своё сердце! Берегите себя и своих близких.



СВЕТЛАНА ЧОЙЖИНИМАЕВА, к.м.н., основатель и главный врач клиники тибетской медицины «Наран», член Российского союза писателей



Новинки

ПЯТОЕ ПЕРЕИЗДАНИЕ БЕСТСЕЛЛЕРА СВЕТЛАНЫ ЧОЙЖИНИМАЕВОЙ: «ТИБЕТСКАЯ МЕДИЦИНА — ЕДИНСТВО ТЕЛА РАЗУМА И ДУХА»

Краеугольным камнем тибетской медицины является три понятия – Ветер, Желчь и Слизь. Три жизненных начала человека, от которых зависит состояние организма, его душевное равновесие, о чем более подробно рассказывается в книге. Об основных принципах тибетской медицины, о ее основополагающих системах, от чего зависят наши проблемы со здоровьем, что порой причиной заболевания может оказаться, то о чем бы никогда не подумали, что пренебрегая, как нам кажется, чем-то незначительным, мы несем большой вред организму. Поддача информации в книге легка и интересна, поэтому читается на одном дыхании. По вопросам приобретения можно обратиться в любой филиал клиники «Наран» либо заказать в интернет-магазине WWW.NARANFITO.RU



Консультация онлайн: +7 (495) 021-39-39

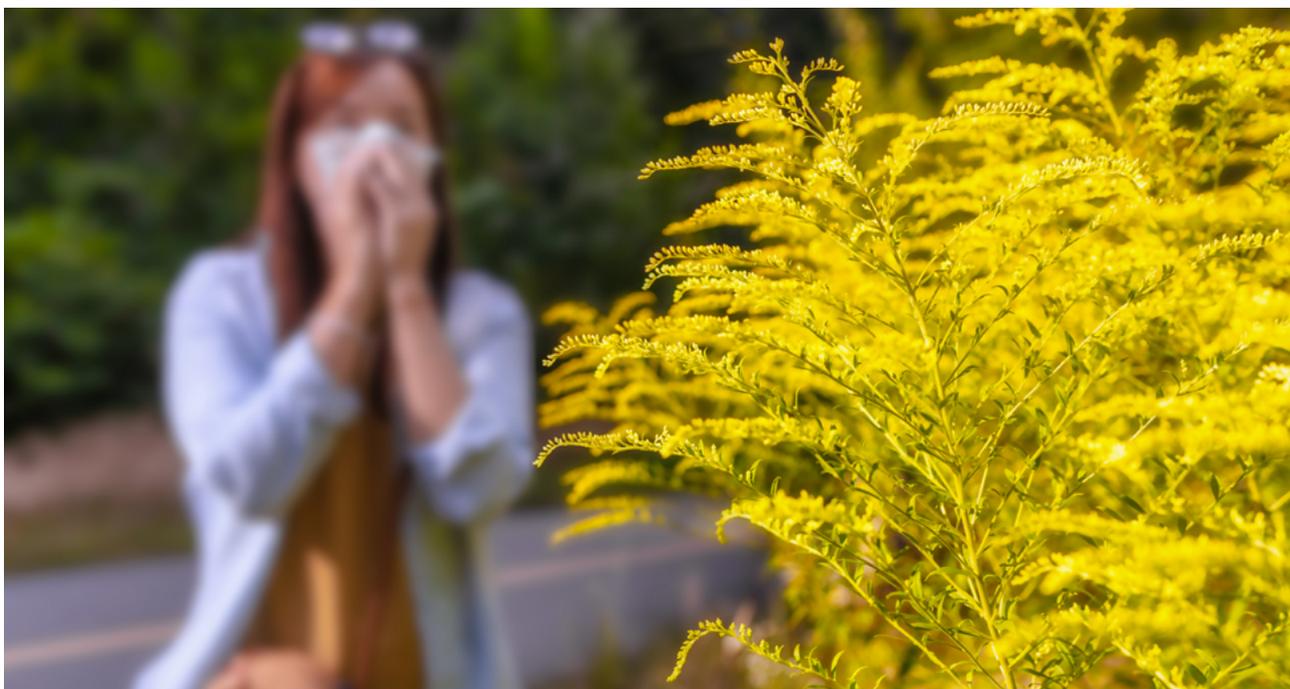


Сезонные обострения

ВЕСЕННИЙ ПОЛЛИНОЗ

Нос не дышит, отекающие глаза и частый чих приводят в полное изнеможение...

ЛАРИСА ТАПХАРОВА, врач клиники «Наран»,
тел.: +7 (495) 021-39-39



АЛЛЕРГИЯ ПО СЦЕНАРИЮ «ХОЛОДА»

Аллергия стала настоящим бичом за последние десятилетия. Как и все заболевания в тибетской медицине АЛЛЕРГИИ протекают по 2 сценариям развития: по сценарию «холода» и «жара». Всем известно, что аллергия возникает в виде насморка, слезотечения, вазомоторного ринита, отека Квинке, неумеренного кожного зуда. Для того, чтобы понять какой тип аллергии у пациента, необходимо разобраться в конституциональном типе человека: Желчь (питта) – холерик; Слизь (капха) – флегматик, Ветер (вагга) – пневма. У разных типов людей, различающихся друг от друга образом жизни, пищевыми привычками, свой тип метаболизма (обмена веществ), своя физиология, своё пищеварение, в результате которого формируется и образуется самая важная субстанция организма – кровь.

Тип конституции – это не только наследственность, но и окружающая природа, климат, еда, образ жизни – все это в совокупности влияет на неё. Употребление в избытке молока и молочных продуктов, хлеба, картофеля, овощей и фруктов в сыром виде способствует накоплению в организме слизи, воды, лимфы и жира, которые по своей природе являются холодными и охлаждают организм человека. Еда всухомятку, питание набегу и бутербродами, также способствует «охлаждению» крови. И наоборот, злоупотребление горячей, жареной, мясной, острой пищи гарантирует формиро-

вание «горячей» крови. Таким образом, в организме человека накапливается много слизи, которая при определенных условиях (даже при физической нагрузке, употреблении горячей еды, горячих напитков) начинает обильно выделяться из «ближайших дверей»: носа, глаз, рта.

Раздражителями слизи могут быть и самые, на первый взгляд, простые вещества: домашняя пыль, пыльца растений, шерсть домашних животных, острая пища и многое другое. Так проявляет себя аллергия по «холодному типу» у людей конституции Слизь, Слизь-Ветер, Слизь-Желчь.

Реакция на такие раздражители, как правило, в виде насморка, конъюнктивитов, ринитов, беспрестанных чиханий. В тяжелых случаях может развиваться бронхиальная астма, отек Квинке.

Предотвратить подобные реакции можно с помощью коррекции питания:

- обязательно горячее питание,
- отказ от молочных продуктов,
- ограничение картофеля и хлеба, сладостей,
- необходимо добавлять в еду согревающие специи, которые ускоряют пищеварение и метаболизм: перец, соль, имбирь и многое другое.

Ведь мы едим то, что мы едим. Особенно актуально это для тех, у кого хроническая аллергия на протяжении нескольких лет на цветение определенных видов растений весной и ранним летом.

АЛЛЕРГИЯ ПО СЦЕНАРИЮ «ЖАРА»

Такие аллергические реакции как: кожный зуд, крапивница, удушье – астма от резкого запаха, встречаются чаще всего у людей типа Желчь, Желчь-Ветер, Желчь-Слизь, а также у типа Ветер, которые страдают от избыточного нервного напряжения.

Типичные представители конституции Желчь страдают от отрицательных мыслей и эмоций – гнева, раздражения, ревности, зависти, беспокойства, брезгливости, тревожности, вспышек ярости и многого другого. Такие отрицательные мысли и эмоции заряжены большим потенциалом отрицательной динамичной энергии, наподобие пороха, которые взрываются с большой силой.

Таким образом, все отрицательные эмоции так же оказывают взрывное действие на весь организм человека, на органы – мишени. Таковыми у людей типов Желчь и его комбинации с другими конституциями Слизь и Ветер, а также у Ветров являются: кожа, печень, поджелудочная железа и желчевыводящие пути, сердце.

Нельзя забывать и о пищевых пристрастиях людей-Желчи: мясная, горячая, жареная, острая пища. Они усиливают работу печени, которая работает в избыточном режиме, вырабатывая больше желчи для переваривания такой пищи. Все эти факторы при определенных

условиях (стрессы, переизбыток с кислым вкусом, например: лимоны, апельсины, мандарины и прочие продукты) вызывают выброс желчи в кровь, которая «по крови, мясу, сосудам разбрасывается» – Чжуд-Ши ", являясь агрессивной средой для крови и кожи, что и отражается на коже в виде красных зудящих пятен, папул, вызывая сильнейший нестерпимый зуд, днём и ночью.

Страдают от такой аллергии и совсем маленькие детки, начиная с нескольких месяцев от рождения. Это наблюдается у младенцев и детишек, которых переводят на прикорм, не соблюдая принципов раздельного питания.

Избавиться от такого вида аллергии можно быстро и навсегда, зная и выяснив причины заболевания, используя простые методы: коррекция образа жизни – борьба с отрицательными эмоциями (у взрослых) и правильное питание при возмущении Желчи.

Тибетские фитосборы, внешние процедуры (особенно моксотерапия, мази, «Чистая кожа») в течение первых дней лечения снимают зуд и не оставляют и следа болезни. У младенцев достаточно скорректировать питание и эффект сразу наступает на следующие 2 дня. Взрослым же нужно тщательно планировать питание, необходимы фитосборы, очищающие печень и кровь.

НАТУРАЛЬНЫЕ АДАПТОГЕНЫ

Энергетики для тонуса

ИЗОЛЬДА НИ, врач клиники «Наран»,
тел.: +7 (495) 021-39-39

За последнее десятилетие появилось огромное количество энергетических напитков из разных стран и разных производителей. Они пришли на смену натуральным энергетикам, которые всегда пользовались спросом у народа. И это огромное количество настоек, бальзамов, пилюль из сырья лекарственных растений и продуктов животного происхождения. К ним относятся: заманиха, элеутерококк, рододендроны, лимонник китайский, женьшень и мн. др. Из энергетиков животного происхождения известен у народов Сибири – пантальмафарин, а также мускус кабарги и др. Современные энергетики представляют собой гремучую смесь кофеина, витаминов, минералов, которые в большом количестве (дозах!) в одном флаконе оказывают сильное стимулирующее действие на ЦНС (центральную нервную систему), систему Ветер (тиб. мед). Они хороши в случаях, когда есть необходимость поднять тонус: физическая и умственная усталость, переутомление от стресса и физической работы, сессии, ночных дежурств и смен и т.д. Часто молодежь, а иногда и взрослые люди «подсаживаются» на эти напитки, и даже сильно привязываются к ним. Каждый раз доза напитков увеличивается, так как организм отторгает их и развивается привыкание жить на стимуляторах. Причина в их частом употреблении – нехватка эндорфинов, гормонов счастья, которые вырабатываются в ответ на положительные эмоции, радость, ощущение счастья и гармонии. От синдрома Хронической Усталости, развившейся от разных причин, выработка гормонов счастья снижена настолько, что человек вынужден сам искусственно поднимать их уровень в крови с помощью энергетиков, курения, алкоголя, наркотиков. В странах Востока (в целом) люди прибегают к приему энергетиков в довольно позднем возрасте с целью встряхнуть организм, простимулировать жизненно важные функции.

Кроме этого, важным в жизни простых людей является и традиционная культура проведения энергетических массажей, иглоукалывания. С ними люди в восточных странах знакомы с самого детства. Такие методы восстановления энергии стимулируют выработку и выброс собственных эндорфинов – гормонов счастья.

Употребление Энергетиков современной молодежью – это побочный эффект рекламы этих напитков. И уже «подсаживаясь» на них молодежь (кстати и вполне взрослые люди тоже!) могут получить и получают в итоге:

- расстройства нервной системы, особенно сна;
- эмоциональную нестабильность;
- нарушения пищеварения (напиток употребляется в холодном виде), развиваются несварения, гастриты;
- это путь в гипертонию. Если есть в анамнезеотягощенная наследственность по гипертонии, то укорачивается путь к этой коварной болезни;
- развиваются болезни «холода»: кисты почек, яичников, частые простуды;
- снижается иммунитет и вслед за этим могут развиваться самые разные заболевания.

Такие побочные эффекты, как привыкание, связаны с большой дозой кофеина в напитках. Как впрочем, употребление 3-5 чашек кофе и/или крепкого чая.

Мы назначаем только натуральные энергетики: Пантальмафарин, Кордицепс, Женьшень и др. У них эффект «мягкой силы», действуют не молниеносно, а с накоплением эффекта. Как будто возвращается молодость, увеличивается работоспособность, стимулируются функции половых органов, повышается либидо и потенция. Все функции организма приходят в норму, работают гармонично и без сбоев.



Тибетская медицина применима для людей любой национальности и возраста



ОПАСНАЯ ГИПЕРТОНИЯ

гипертоническая болезнь протекает как по сценарию «холода», так и по сценарию «жара»

ИННА МАНДЖИЕВА, врач клиники «Наран», тел.: +7 (495) 021-39-39

«Тихий убийца»

Так называют гипертонию, потому что у данного заболевания нет явных симптомов, кроме высокого артериального давления. Между тем оно поражает жизненно важные органы: головной мозг, сердце, кровеносные сосуды, сетчатку глаз, почки. Артериальная гипертония является одним из наиболее распространенных факторов риска развития сердечно-сосудистых заболеваний и их осложнений, таких как инфаркт миокарда и нарушение мозгового кровообращения. Стоит обратить особое внимание на показатели давления, если вы у себя отметили:

- частые головные боли;
- головокружение;
- слабое или учащенное биение сердца (тахикардия);
- потливость;
- покраснение лица;
- ощущение пульсации в голове;
- озноб;
- тревогу;
- ухудшение памяти;
- внутреннее напряжение;
- раздражительность;
- снижение работоспособности;
- мушкетер перед глазами;
- отеки век и одутловатость лица по утрам;
- набухание рук и онемение пальцев.

При обращении в клинику «Наран» врач определит состояние пациента, после чего назначит лечение в комплексе – глубокий точечный массаж, иглоукалывание и другие процедуры. Подбор процедур и фитотерапии происходит индивидуально, так как гипертония у людей «Ветер», «Слизь» и «Желчь» развивается по типичному для них сценарию. «Желчь» – быстрые гипертоники. Гипертония по «горячему» типу у людей с конституцией «Желчь» протекает очень быстро и есть высокая вероятность осложнений. Люди «Желчи» в массе своей – это трудолюбивые, напористые, активные. С каждым приступом гнева, раздражения, беспокойства желчь выбрасывается сначала в желчный пузырь, поступает в 12-перстную кишку, а затем всасывается

в кровь и разносится по всему организму. Кровь у них горячая, вязкая и «грязная», т.к. в крови содержится повышенное количество холестерина, билирубина, жирных кислот, липопротеидов. Чаще всего это скажется тем, что в сосудах образуются атеросклеротические бляшки. Гипертонию у людей «Желчи» лечить гораздо труднее, чем у представителей других конституций («Ветер», «Слизь»). В первую очередь, нужно привести в гармонию состояние сердца, печени, желчного пузыря, сосудов. При назначении фитотерапии в клинике «Наран» применяются фитопрепараты, которые уменьшают количество бляшек, растворяют их. Улучшается эластичность стенок сосудов, функции печени, сердца, очищается кровь. То есть показатели биохимических анализов приходят в норму. «Ветрам» нельзя голодать. У людей конституции «Ветер», которые подвержены переживаниям и очень беспокойные по своей натуре, любой стресс вызывает выброс адреналина в кровь. За счет этого происходит сужение сосудов и повышается артериальное давление. Людям «Ветрам» нужно стараться поменьше беспокоиться, избегать факторов, вызывающих стрессы, пить успокаивающие препараты, травы. У людей этого типа хорошая динамика лечения. Согласно тибетской медицине, «Ветрам», в первую очередь, необходимо восстановить нервную систему, скорректировать образ жизни и питания.

В процессе комплексного лечения наши врачи дают все необходимые рекомендации, следуя которым пациент достигает желаемого результата. Он становится более спокойным, на события реагирует адекватно, восстанавливается сон. Людям конституции «Ветер» нужны продукты теплого (горячего) свойства. Так, они быстро восстанавливаются. Согревать «Слизей» теплой пищей. У представителей конституции «Слизь» обычно большой объем тела и избыточный вес, из-за чего идет чрезмерная нагрузка на сосуды, суставы и сердце. Им, в первую очередь, рекомендуется убрать этот лиш-

ний вес. Чаще всего у людей «Слизь» хорошие сосуды. Работая с пациентами этой конституции, врачи клиники «Наран» восстанавливают работу почек, сердца, работают вместе с пациентами над снижением веса. Так как это представители «холодной» от природы конституции, мы корректируем питание с учетом того, чтобы они употребляли янские (теплые) продукты. В их рационе не должно быть холодной пищи и напитков.

О методах лечения гипертонической болезни

Начинается лечение с коррекции питания и рекомендаций по образу жизни, чтобы избежать осложнений в течение лечения. Затем этап внешних и внутренних методов воздействия. Внешние методы воздействия – это глубокий точечный энергетический массаж, иглорефлексотерапия, вакуум-терапия и другие методики. Если это внутренние методы воздействия, то мы назначаем фитотерапию и обязательно в коррекции с питанием. В клинике «Наран» используются тибетские фитосборы, которые воздействуют на первопричину заболевания: нормализуют функции печени, а значит, «очищают» кровь. Фитосборы устраняют возмущение «Ветра», человек становится уравновешенным, спокойным, хорошо спит. Необходимо отметить, что следование рекомендациям врача по питанию и образу жизни, особенно на начальной стадии гипертонической болезни, позволяет от неё избавиться.

Внутреннее и внешнее воздействие – это комплексное лечение, которое дает стойкий, положительный результат. Происходит оздоровление всего организма в целом, потому что нельзя лечить что-то отдельно. В человеке все взаимосвязано, наш организм – это маленькая вселенная, единое целое

ПРОСТАТИТ. КАК ИЗБЕЖАТЬ

Принято считать, простатит – болезнь мужчин после 50. Однако в настоящее время группу риска составляют джентльмены от 35 лет

МИХАИЛ ГУНАЕВ, врач клиники «Наран», тел.: +7 (495) 021-39-39

Простатит делает мужчину уязвимым из-за:

- более внизу живота, вокруг ануса, области всей промежности;
- частого и болезненного мочеиспускания, даже ночью по 3-5 раз;
- импотенции и раннего семяизвержения;
- запоров;
- общей слабости и нервозности.

Течение заболевания может быть:

- острым (с повышенной температурой тела, чаще оно связано с половыми инфекциями и/или воздействием холода);
- с подострым течением, когда что-то беспокоит, но не так критично, чтобы бежать к врачу (на ногах переносится заболевание);
- изначально вяло-текущее, хроническое течение, которое когда-нибудь обязательно «взорвется» либо осложнится, либо перерастает в опухоль/аденому простаты.

Хронический простатит протекает как бессимптомно, так и с незначительными проявлениями болезни, на которые не обращают внимания мужчины. Зачастую заболевание протекает как аутоиммунное состояние (используем). Причинами простатита могут быть как инфекции, так и общие патологии организма – возмущения природных конституций Слизь, Желчь и Ветер, которые приводят к ожирению и сахарному диабету, гипертонии и сгущению крови, общему беспокойству, нарастанию тревожности, стрессу и бессоннице. Это и есть изменения в образе жизни, влияние холода и сырости, приводящие к развитию «холода почек». Почки – это «богатыри, поддерживающие спину» – трактат «Чжуд-Ши» (11 век). Как только почки вышли из строя, они не держат спину: появляются боли в пояснице, ломота и ощущение холода в этой области, частое мочеиспускание, боли в области ануса и внутри него. Часто мужчины молча переносят эту болезнь, не жалуются никому из близких, порой заглушая болезнью алкоголем, напускным весельем и в то же время увликая от близости с женщинами, боясь «позора» или быть высмеянными. Таким образом, упущенное время загоняет болезнь еще



глубже, за этим следуют осложнения: аденома простаты и рак. Появление маленького пятнышка крови в конце мочеиспускания – прямой путь к врачу. Наверняка женщинам (как всегда!) надо быть начеку по вопросам здоровья мужа, партнера, брата, отца. Простатит стал молодеть: помню лечился у меня молодой артист, всего 23 года. Привела его, ну конечно же, подруга. Прием антибиотиков никак не помог! Оказалось, что артист участвовал в спектакле, в котором надо ходить и бегать босиком по сцене, даже зимой по 4-5 раз в неделю. Симптомы «холода почек» налицо. Подруга стала напрягать его частые походы в туалет по ночам, нервозность, отказ от секса. Он начал вести себя агрессивно по отношению к ней. «Тебе нужен секс – иди к мужику другого» – грубил он ей. Лечение в платной урологической клинике не принесло желаемых результатов, поэтому они оказались у нас в клинике «Наран». Все наши процедуры были направлены на борьбу с ним – «холодом почек». Согревающие фитосборы и чай, рекомендованная еда сдобренная специями: имбирем, перцами и т.д. помогли парню в считанные дни. Внешние процедуры в виде точечного массажа, игл и миксотерапии увеличили потенциал лечения. Парень был непростой, с характером, капризный, эмоциональный, с частыми перепадами настроения (артист, одним словом). Работать с такими так же непросто. Но, через 2 недели ему уже не на что было жаловаться. И мы расстались друзьями, довольные друг другом и общением. Другой пациент, намного старше артиста, 61 год, приехавший из Индии, где около 20 лет

работал в Газпроме. Поменял климат (из жары в холодную Россию) и образ жизни (стал посещать бани и прыгать в ледяную купель, бродить по снегу босыми ногами). Через несколько месяцев такого веселья, заметил кровь в конце мочеиспускания. Уролог при обследовании на УЗИ сразу обнаружил опухоль с прорастанием в мочевой пузырь. К сожалению, операция не помогла, было слишком поздно... Типичная симптоматика «холода почек», возникшая по причине образа жизни.

У нас есть микстура dr BAIR "при простатите". В ее составе: березовые почки, ярышник, ярутка, перелый, боровая матка, кардамон, репешок, имбирь. Это специфические лекарственные растения, которые изгоняют холод, слизь, воды, жира, обладают противовоспалительными свойствами (антимикробными, антигрибковыми и противовирусными). Микстуру от простатита можно принимать как в целях профилактики, так и с лечебной целью, также можно комбинировать, сочетать с другими фитосборами и методами лечения. Такие патологии организма как расстройство нервной системы (природа Ветер), ожирение и диабет (система организма Слизь), густая, вязкая кровь и гипертония, наполнение кровью шлаками в виде выпадения кристаллов мочевой кислоты, пуринов, холестерина и т.д. (система Желчь) отягощают течение простатита и/или являются его причиной в хронической форме.

Берегите мужчин! Семейных радостей, безумных страстей и любви всем, дорогие друзья!



Интересно

МУЧАЕТ ЛИ ВАС БЕССОННИЦА?

Хорошо и крепко спать нам помогает мелатонин (гормон сна)

АЙДАШОВА АЗИЗА, врач клиники «Наран», тел.: +7 (495) 021-39-39

Его открыли относительно недавно, в 1958 году. Хотя Мелатонин и считается не вредным средством в борьбе за крепкий сон, но всё-таки он является искусственным заменителем нашего внутреннего мелатонина, который должен вырабатываться ежедневно и бесперебойно. Мелатонин не только гормон мозга для сна, но и регулятор внутренних биологических часов нашего организма, способствует распознаванию и распределению внутренней энергии: на часы отдыха – полного релакса в виде сна, и часы бодрствования. Ведь сон – это продолжение нашей дневной жизни, поэтому мы видим разные сны, отображающие наш день. День и ночь – ритмичная смена декораций, возбуждение головного мозга сменяется процессами торможения – это в идеале! И этому непрерывному процессу способствует ритмичная работа нервной системы – Ветер, результатом которой является такая же ритмичная выработка мелатонина.

Почему дети спят крепко и безмятежно? Потому что они не стрессуют как мы, взрослые, они любимы и облаканы. Поэтому все биохимические процессы в организме ребёнка протекают беспрепятственно, ничто это не тормозит. У нас же все не так: как только мы меняем часовые пояса (перелеты, переезды) меняются биологические часы, организм должен перестроиться и этому помогает мелатонин. Второй момент: любые эмоциональные встряски как отрицательные (стрессы, неврозы и психозы), так и положительные влияют на течение и равномерное распределение нервной энергии в организме, то есть системы Ветер (Рлунг, Пневма, Ватта – Аюрведа). При этом происходит перевозбуждение головного мозга. Мозговые нейронные связи нарушаются, нет правильного тока энергии по всем «белым каналам» – нервным путям, где и происходит его «блокировка», переключение энергии. При этом страдают наши глаза, сетчатка глаз перестаёт распознавать темноту

и свет, что важно для выработки мелатонина. Нельзя забывать, что мелатонин – это белок, для его производства нужны белки из пищи!

Те люди, которые резко меняют рацион питания, садясь на строгую диету, состоящую из сырых овощей и фруктов, особенно употребляя их на ужин, часто начинают страдать от бессонницы, сильного невроза, становятся раздражительными. Замечали это у своих близких или себя?

Также питание скудной едой в течение дня, особенно содержащей «холодные» элементы, недостаток сочной еды, пища со сниженной теплоемкостью, грубая, сырая, с горьким вкусом, голодание, и, конечно, многомыслие в постели не способствуют ни засыпанию, ни здоровому сну.

Поэтому не стоит отказываться от белковой еды на ужин. Хотя бы яичный белок, кусочек отварного мяса или рыбы, морепродуктов должен быть на ужин.

К тому же мелатонин является гормоном, антиэйджингом, полезен для профилактики старения. Крепкий сон всегда был залогом здоровья!

Для здорового сна и выработки собственного мелатонина необходимо улучшить общее психоэмоциональное состояние.

Сон может улучшиться даже от самых простых мероприятий, таких как дыхательная гимнастика (глубокий вдох/ выдох по 7-8 секунд), медитация, приём фитосборов и чаёв, капель настоек Пиона, Валерианы, Пустырника, Мята и др.

Сон – восстанавливает нашу энергию, как ничто другое. Крепкого сна всем и каждому! В более тяжелых случаях расстройства нервной системы – Ветер (Рлунг, Пневма) необходимо лечение с помощью глубокого точечного массажа, моксотерапии, иглоукалывания, вакуум-массажа, монгольского «хормэ» и тд.



Сергей Нетиевский – актер, режиссер, сценарист, продюсер и экс-ведущий Шоу УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ, эксперт по хорошему настроению, один из лучших шоуменов страны в «белом юморе».

Сергей проходил очередное лечение в клинике «Наран» и любезно согласился ответить на наши вопросы.

Как давно Вы знакомы с клиникой «Наран»?

Ну уже, если не ошибиться, с клиникой «Наран» знакомы лет восемь. Мы начали сотрудничество еще в Екатеринбурге. Познакомился с вашим представителем и начинал лечение там, а потом уже в Москве. Приходил в разные клиники и пробовал ваши процедуры.

Как давно проходили лечение в клинике «Наран»?

Ну, вот как познакомились, в принципе, сразу начал лечение и профилактику, разного рода процедуры. Все это было близко мне и я легко принял и верил в ваши процедуры. Это немало важно, когда ты веришь еще включается и вера, которая помогает лечиться с помощью процедур.

Какое лечение проходили в клинике «Наран»?

Здесь, конечно, комплексное лечение. Мне нравится комплексный подход, когда доктор тебя диагностирует по пульсу. Это конечно удивительно, как доктора различают, я уж не знаю, сколько видов пульса! Там больше ста видов пульса. И они тебе говорят: – «У Вас вялый пульс». А я: – «Что за вялый пульс? Я вроде весь такой прокачанный». И исходя из пульса тебе назначают весь спектр процедур: и банки, и полынные сигары, и иглоукалывание, и массажи. И вот это способствует восстановлению энергии. И мне это очень нравится! Иногда именно этого не хватает. Большинство людей запускают болезни вплоть до серьезного оперативного вмешательства. В этом

смысле, вот как раз, тибетская медицина позволяет профилактически подходить к своему телу, влиять и оздоравливать организм, не допуская того, чтобы болезнь зашла слишком далеко, ведь все же на энергиях. Мы же заболеваем от того, что где-то что-то «заstopорилось», где-то энергия течет неправильно, где-то какие-то блоки, и в том числе энергетические. Здесь нужно и с головой работать, и с питанием, и с образом жизни, и конечно же, если уже неизбежно в теле начались какие-то изменения на энергетическом уровне, то это банки, пиявки, иголки и полынные сигары. Все в комплексе подпитывает энергию, только нужно знать правильно в какие места ставить. Ваши доктора клиники «Наран», конечно пару раз меня восстанавливали, когда у меня было серьезное запущенное состояние. Я был энергетически «высосан» и мою энергию восстанавливали. Большое спасибо! И я периодически один-два раза в год прихожу и прохожу у вас восстанавливающее лечение.

Пробовали нашу продукцию собственного производства «Наранфито»?

Да, я начал пробовать фитолечение когда ездил в Тибет. Мне там подарили тибетские монахи драгоценные пилюли. И я вспомнил, что есть целая клиника, у которой есть собственное производство. Вы делаете здесь разные ваши фитопрепараты и бальзамы. Много-много чего есть, но я еще не все пробовал. Чай ваши замечательные, мази восстанавливающие, вот например, когда ты где-то там перенапрягся, для суставов и для мышц очень хорошо. И много пробовал ваши тибетские фитосборы, это отдельная история. Замечательные полынные сигары используются когда у тебя застой в организме и нужно прокачать энергию. Кто бы мог подумать, что используют их на расстоянии от кожи над важными энергетическими точками, потихоньку греют и в этой точке, т.е. в точке «сборки», где текут все энергии, особенно то, что связано с движениями и где блоки, они

прогреваются и происходит некое расслабление и ты «напитываешься» заново энергией. Поэтому это было для меня открытием, что с помощью такого медленного прогревания не просто лампой, а фитосвечами с определенными травами (у трав тоже есть определенная энергия) есть эффект и мне понравилось. Тем более их сами вы делаете, поэтому кто не использовал фитосвечи полынные – это очень здорово!

Как Вы себя чувствуете после прохождения курса комплексного лечения?

Чувствую себя хорошо и это, конечно, результат комплексного подхода. Сейчас есть фактически свой центр здоровья, с которым мы сотрудничаем. С клиникой «Наран» на радость у меня называется «лос-айленд» и здесь я подхожу комплексно, начиная с питания, образа жизни и потом уже процедуры, в том числе из тибетской медицины. Здесь очень важен комплексный подход и вам большое спасибо за то, что я могу прийти к вам и восстановить себя с помощью ваших процедур!

Сколько сеансов нужно пройти, чтобы почувствовать эффект от лечения?

Я по себе скажу, что для того чтобы почувствовать результат от всех процедур тибетской медицины, я это делаю 2 раза в год плотным курсом не менее 10 раз для того, чтобы был накопительный эффект. Потому что если ты 1–2 раза сделал то, может как и залечил, но как и в любом лечении всегда должен быть курс. Поэтому 10 раз комплексно массаж, банки, иглоукалывание, полынные сигары. Это все восстанавливает и приводит в порядок. Я это делаю 2 раза в год и, в принципе, этого достаточно для поддержания в тонусе себя, но если ты совсем себя не запускаешь и каждый день вагоны не разгружаешь (смеется), то этого достаточно.

К какой конституции Вы относитесь?

У меня конституция Желчь,

поэтому я должен его уравновешивать, больше есть горького, не переохлаждаться и не сильно перегреваться.

Пользовались ли Вы нашим интернет-магазином «Наранфито»?

Я не заказывал, но вот вы мне сказали и я буду знать, что оказывается все это можно заказать онлайн. На сайте же есть подробное описание что и что, да?

Все можно вылечить питанием и голоданием, кроме простатита. У меня правда все нормально, но после 50 лет простатит – это, конечно, отдельная история. Рекомендую «Наран»! С помощью трав это тоже лечится.

И вообще, читайте и познавайте себя, кто вы есть, какова ваша конституция, как нужно правильно оздоравливаться, какие продукты вам подходят и какие не подходят. Нельзя подходить к своему здоровью с массовыми рекомендациями, то есть не есть мясо или есть мясо, или есть только сырые овощи, или палеодиета, или диета Аткинсона. Вообще не нужны никакие диеты, вы должны знать свою природу и просто правильно питаться. А диеты – это какая-то временная история, временные заплатки. Поэтому в этом смысле узнавайте себя, узнавайте свою анатомию, кто вы есть и ведите правильный образ жизни.

В какой филиал клиники «Наран» Вы ходите?

Мне, конечно, больше нравится в центре на Чистых прудах. Ты можешь прийти и получить полностью все комплексное лечение, которое есть во всех остальных клиниках «Наран». Всех приглашаю в филиал на Чистых прудах, ребята, очень здорово!

Вот такой теплый, душевный и честный отзыв оставил наш частый гость Сергей Нетиевский.

Мы от всей души благодарим Сергея за мудрость, острый ум и яркий юмор! Наши двери для Вас всегда открыты.





Из практики

ПОЧЕМУ БОЛИТ КОПЧИК?

БАСТУЕВА ЕВГЕНИЯ, врач клиники «Наран»,
тел.: +7 (495) 021-39-39

Слово «копчик» — греческое, в Древней Элладе обозначало «клюв кукушки». Копчиковая кость — незрелый хвостовой отдел позвоночника — состоит из четырех, редко пяти сросшихся позвонков. Наиболее распространенной проблемой, связанной с копчиком, является боль, которая ощущается в положении сидя. Человек, страдающий от боли в копчике, испытывает беспокойство и тревогу, лишен самых элементарных радостей повседневной жизни.

Кокцигодинией (болезнь в области копчика) страдают в большинстве женщины и мужчины после 40 лет. Название болезни происходит от греческих слов «кокцигис» — копчик и «одине» — боль. Чаще боли в области копчика являются симптомом другого недуга, например, остеохондроза позвоночника, особенно нижнего его отдела. Для этого заболевания характерны типичные жалобы: боли в области копчика при длительном сидении, усиливающиеся в момент вставания. Больные вынуждены отказываться от хождения в кино, театры, от пеших прогулок, а на работе и дома им приходится сидеть поочередно на одной из ягодиц. Что же вызывает подобные боли? Между крестцом и копчиком имеется слабоподвижный сустав, сочленение. Причиной боли чаще всего является отложение в нем солей, тугоподвижность и воспалительный процесс около него. Провоцирующим моментом для этих процессов являются в большинстве случаев ушибы, переломы копчика, которые могли произойти еще в юном возрасте. Смещение копчика также является следствием опущения внутренних органов (желудка, кишечника, органов малого таза).

А также этому способствуют такие факторы как падение навзничь на лыжах (чрезмерное сгибание сустава внутрь), длительная езда на велосипеде, на автомобиле, на лошади; тяжелые роды большим плодом (напротив, разгибание и надрыв сустава). В дальнейшем происходит возникновение костной мозоли, и спустя 10–30 лет

при отложении солей в этом суставе возникает его тугоподвижность. При длительном сидении сустав не может согнуться, а при вставании — быстро распрямиться. На рентгенологических снимках в области крестца и копчика в этих случаях выраженных изменений часто не наблюдается. Как нижняя часть позвоночника, копчик непосредственно связан с нервной системой. К нему крепится твердая мозговая оболочка, которая создает футляр для головного и спинного мозга, и является ложем нервных сплетений. Синхронная работа мозга и окружающих его структур обеспечивает нормальное функционирование всего организма. Переломы и вывихи копчика обуславливают не только болевой синдром, но и множество неприятных симптомов в различных частях тела: невралгию, головные боли, снижение жизненного тонуса, синдром хронической усталости, депрессию.

Огромную роль копчик играет во время родов в расширении тазового выхода. Нормально функционирующее крестцово-копчиковое сочленение участвует в релаксации мышц, поднимающей анус, и добавляет несколько жизненно важных сантиметров в момент прохождения ребенка по родовым путям. Вот почему женщинам перед родами очень важно пройти обследование на предмет смещения или загиба копчика, который может травмировать ребенка и привести к развитию у него такого страшного недуга, как детский церебральный паралич. Крестец и копчик соединены с прямой кишкой, простатой у мужчин и маткой у женщин, с мочевым пузырем. Практически все мягкие ткани таза прикрепляются к копчику. Копчик является очень мобильным, подвижным суставом, амплитуда движения составляет 30 градусов, любое ее уменьшение доставляет человеку массу неприятных моментов, связанных с отправлением естественных потребностей (недержание мочи и кала), способствуют развитию геммороя. Повреждения

копчика приводят и к таким проблемам, как слабая эрекция и даже бесплодие у мужчин; женщины нередко отмечают снижение либидо после падения на копчик. Особенно опасны повреждения копчика в детском и подростковом возрасте. Смещения или переломы копчика могут привести к тяжелым видам деформации, смещения позвонков, а также развитию таких заболеваний, как сколиоз, искривление тазовых костей, укорочение ног, косолапость, деформация грудной клетки, ребер и другие нарушения осанки. Надо ли говорить, что копчик следует беречь смолоду как мужчинам, так и женщинам. Люди очень часто падают, особенно в зимнее время, когда скользко на улице и, к сожалению, мало обращают внимания на ушибы копчика, особенно если боль быстро проходит. Большую роль при смещении копчика играет возраст: чем моложе человек, тем менее выражена проблема, но с возрастом любая травма непременно скажется на здоровье. Современные врачи при обострении болевого синдрома обычно прибегают к блокадам с обезболивающими и противовоспалительными препаратами, или предлагают операцию. Между тем прекрасным методом лечения всех проблем, связанных с копчиком, является мануальная терапия — «исправление» копчика происходит после его мобилизации. Параллельно опытные руки врачей «Нарана» умело разрешат и все другие проблемы, связанные с позвоночником. После прогревания полыньными сигарами и стоун-терапии, точечного и вакуумного массажей, сеансов иглоукалывания вы почувствуете себя заново рожденным!

Когда болит копчик, старайтесь сидеть на жестких поверхностях, исключите бег, ускоренную ходьбу, прыжки и подскоки, рывковые движения, резкие перемены положений туловища и нижних конечностей, элементы натуживания, а в начале курса лечения — и наклоны туловища вперед. И самое главное: не ждите, пока боль станет невыносимой, не терпите эти муки! Звоните и приезжайте в клинику тибетской медицины «Наран», где вас быстро поставят на ноги и вернут радостное ощущение легкости и свободы в вашем теле. Мы сможем вам помочь!



Любой недуг следует лечить комплексно!

Практика клиники «Наран» подтверждает действенность применяемого подхода в тибетской медицине — комплексное лечение. Каждый метод, словно звенья одной цепи, дополняют и усиливают лечебный эффект. Например, врачи «Наран» применяют лечебный массаж по уникальной авторской методике Светланы и Баира Чойжинимаевых, который способствует снятию спазма мышечной мускулатуры, улучшает трофику (питание) тканей. Остальные процедуры (кровопускание, вакуум-терапия, моксотерапия и др.) подбираются индивидуально каждому пациенту. Все они снимают обострение, возникающее при невралгии седалищного нерва. Немаловажно соблюдение рекомендаций докторов тибетской медицины по характеру питания в соответствии с личной конституцией пациента: «Ветер», «Желчь» или «Слизь». Натуральные препараты на основе компонентов растительного и животного происхождения снимают воспалительный процесс в организме и повышают общий иммунитет и сопротивляемость организма всем болезням.

Лечение без химии, гормонов и операций



КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА «ШКОЛЬНИК» (ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 8 ДО 17 ЛЕТ)

У детей в современном мире нагрузки в школе, кружках и секциях больше, чем у взрослых людей. Поэтому очень важно детям дать возможность вовремя расслабиться и укрепить здоровье.

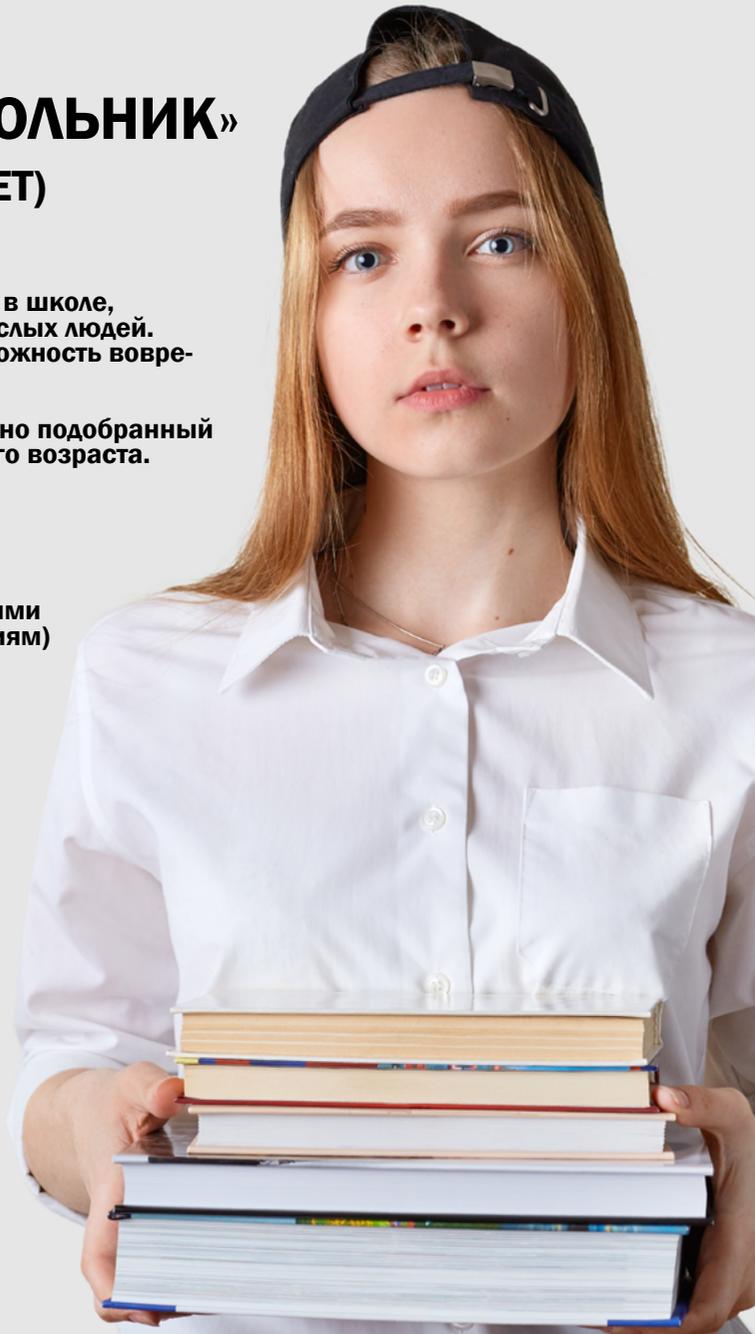
Программа «школьник» - это специально подобранный комплекс процедур для детей школьного возраста.

- Консультация врача
- Точечный энергетический массаж
- Иглотерапия (по показаниям)
- Моксотерапия - прогревание полынными сигарами. Вакуум-терапия (по показаниям)
- Стоун-терапия (по показаниям)
- + 2 фитопрепарата по показаниям

Мы разработали эту программу, чтобы дети легко переносили стрессы, нагрузки и инфекции. Благодаря этому ваш ребенок будет с удовольствием учиться и познавать новое.

У нас для вас еще один ПОДАРОК!
9 сеансов комплексного лечения за 48 200 руб, стоимость 1 сеанса 5 377 руб.

Купите комплексную программу «Школьник» и получите один бесплатный сеанс комплексного лечения (для родителей).



С благодарностью к «Наран»

Дзидзигури Светлана Александровна, о своем лечении



АКЦИЯ ОТ ФИТОБАРА «НАРАН» ПРИ ПОКУПКЕ ФИТОПРОДУКЦИИ «ПРОДУКТ МЕСЯЦА» ПОЛУЧИТЕ ПОДАРОК



Набор "От аллергии"

Тибетский сбор Дали 16, Кожный фитосбор для ванн Пять Амрит, Тибетский сбор №38 от аллергии, Крем-бальзам Тибетский целитель при кожных заболеваниях для детей

скидка
-15%



«Противовирусный набор»:

Микстура Доктора Баира № 54 «Антивирус», Байкальский сбор №12 «Противопростудный», Капсулы «Ляньхуа Цинвень Цзяюнан», Противовоспалительный порошок «Хамарэ», травяной сбор «Корень Бадана», травяной сбор «Саган Дали»

скидка
-15%



Набор «Будь здоров»:

Фитопрепарат «Норов 7», Микстура Доктора Баира № 54 «Антивирус», Байкальский сбор №12 «Противопростудный»



Фирменные сувениры:

чай «НАРАН», лунный календарь, брошюра о питании (на выбор), каталог эксклюзивной фитопродукции «Наранфито»

Тибетская медицина применима для людей любой национальности и возраста



ПРЕДЪЯВИТЕ СКИДОЧНЫЙ КУПОН НА КОМПЛЕКСНОЕ ЛЕЧЕНИЕ! ВЫРЕЖЬТЕ КУПОН, предоставьте в филиале клиники «Наран» и получите указанный бонус

Акция «НАРАН» -4000руб вместо 6500р на комплексное лечение



ТИБЕТСКИЙ АСТРОПРОГНОЗ

МАЙ 2024 г.

БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ДЛЯ СТРИЖКИ ВОЛОС
1, 4, 5, 12, 13, 16, 18, 19, 21, 22, 23, 27, 30, 31

Способствует усилению и укреплению жизненной силы, увеличивает энергию и удачу, помогает избежать конфликтов и способствует финансовому успеху. Тибетские астрологи считают, что стрижка волос в неблагоприятные дни открывает «двери» болезней и убытков, снижает жизненные силы человека.

БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ДЛЯ ПОЕЗДОК
1, 2, 3, 5, 9, 12, 17, 21, 22, 25, 27, 29, 31

Отправляющиеся в путь в эти дни могут благополучно избежать непредвиденных препятствий и помех, угрожающих жизни и задуманным делам.

БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ДЛЯ ПРИЕМА ЛЕКАРСТВ
8, 23

В эти дни лекарственные средства оказывают наиболее эффективное воздействие на организм, «бьют в самое сердце болезни», способствуют ускоренному и действенному выздоровлению, нормализуют гомеостаз организма.

«ДНИ БУДДЫ»
8, 23

Считается, что в эти дни результаты добрых и плохих дел увеличатся в 10 млн раз, поэтому желательно практиковать добрые дела, держать ум в добром расположении духа, следить за речью, избегать конфликтов и негативных эмоций.

Удивительный имбирь!

Это известное средство для омоложения организма, способное восстанавливать сексуальную энергию, лечить заболевания печени

Полезные свойства имбиря известны в медицинской практике с давних времен. Его считают удивительным растением, обладающим свойствами противодействия. Имбирь используется в качестве пряности, в свежем виде он очень ароматный, имеет острый вкус. Подобно чесноку его свойства помогают бороться с микроорганизмами, повышают иммунитет, благотворно влияют на пищеварение. Имбирь имеет потогонное, отхаркивающее, болеутоляющее действие. В нем сохраняются все свойства свежего растения, он способствует разжижению крови и снабжает мозг кислородом.

Польза имбиря для женщин выявлена при приеме корня в качестве успокоительного средства, рекомендуется в период менструальных болей. Готовят имбирный чай во время беременности для снятия симптомов токсикоза. Рекомендуется употреблять имбирь при бесплодии, он помогает избавиться от хронического воспаления, спаяк. Имбирем лечится миома, нормализуется гормональный фон. Имбирь при климаксе смягчает симптомы, избавляет от головных болей и раздражительности. Имбирь спасет от тошноты во время беременности.

Рецепт чая из имбиря: половину чайной ложки крупно натертого имбиря необходимо залить литром горячей кипяченой воды, добавить мед. Рекомендуется пить чай теплым или холодным. Он освежает и предотвращает рвоту.

Имбирь также называют «мужской специей», его название с китайского языка переводится как «мужественность». Он улучшает циркуляцию крови, стимулирует потенцию, придает уверенность, вызывает прилив крови к интимным зонам, обновляет энергию. Постоянное употребление в пищу имбиря снижает риск заболевания простатитом, приводит в порядок тонус мышц, умственную и физическую работоспособность. Очищается кровь и повышаются защитные свойства организма.

Способы приготовления имбирного напитка

Имбирь можно заваривать с молоком и разными специями.

Рецепт № 1: в 1,5 стакана холодной воды добавляем 2 пакетика или 1,5 чайной ложки чая, 2 столовые ложки сахара, 5-6 ломтиков свежего имбиря или 2 чайные ложки сушеного. Состав нужно довести до кипения и кипятить 4 минуты. Затем добавляют 1 стакан горячего кипяченого молока и 1 чайную ложку кардамона и тщательно перемешивают.

Рецепт № 2: 2 литра воды необходимо вскипятить, добавить 3 столовые ложки мелко натертого имбиря, затем 6 столовых ложек сахара или 5 столовых ложек меда, процедить, добавить щепотку черного перца и 4 столовые ложки лимонного сока. Пить чай нужно горячим.

Употребление чая с имбирем для детей практически не имеет противопоказаний, они с удовольствием пьют необычный напиток, полезный для желудочно-кишечного тракта и особенно эффективный в период инфекционных заболеваний.

Противопоказания для употребления чая с имбирем – острые гастриты, язвенные заболевания, высокая температура.



NARANFITO
— 2013 —

ПРОДУКЦИЯ ДЛЯ ЗДОРОВОЙ И СЧАСТЛИВОЙ СЕМЬИ



ЭКСКЛЮЗИВНАЯ ПРОДУКЦИЯ ИЗ ТРАВ, ПОЛЫННЫЕ МОКСЫ, ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ. КНИГИ О ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЕ С.Г. ЧОЙЖИНИМАСОВОЙ

ПРИГЛАШАЕМ К СОТРУДНИЧЕСТВУ ПО ОПТОВЫМ ПРОДАЖАМ ЭКСКЛЮЗИВНОЙ ПРОДУКЦИИ: ИНФОРМАЦИОННАЯ ПОДДЕРЖКА, БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К КАЖДОМУ ГАРАНТИРУЕМ!!!

shop@naranfito.ru, WWW.NARANFITO.RU

8 (800) 300 64 91, +7 (495) 432-39-99

СЛОВАРИК

В тибетской медицине организм человека – это единая система, основа которой – три жизненных начала (конституции, доши):

«Ветер», «Желчь» и «Слизь»

Представитель конституции «Ветер» Представитель конституции «Желчь» Представитель конституции «Слизь»

В здоровом теле регулирующие системы «Ветер», «Желчь» и «Слизь» уравновешены. Переизбыток одной доши вносит дисбаланс в работу организма. Нарушенное равновесие приводит к болезням.

«Пока в доша нет изменений, они не проявляют себя как причины болезней, но как только равновесие между ними нарушится, они делают сутью болезней».

«Чжуд-Ши», Тантра Объяснений

НАЧАЛО НОВОГО ГОДА ПО ЛУННОМУ КАЛЕНДАРЮ САГААЛГАН (БЕЛЫЙ МЕСЯЦ) – С 10 ФЕВРАЛЯ 2024Г.

ЛУННЫЙ АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ КАЛЕНДАРЬ НА 2024 ГОД

Это особый календарь, который удобен для использования на работе и в быту. В календаре символически указаны: дни Будды – начала приема лекарств, оздоровительных процедур; ножницами – дни стрижки волос, а самолетами – благоприятные дни для отправления в путешествие (поездки). Календарь указывает и дни, не благоприятные для новых начинаний (инициатив). Считается, например, что последствия от добрых или "не очень" дел (или намерений) в дни Будды увеличиваются в 10 миллионов раз. Отдельное место в календаре занимает таблица восточного гороскопа, по которой можно определить совместимость или несовместимость с тем или иным знаком (человеком). Тибетская медицина прочно связана с буддийской астрологией – наукой, которая помогает с помощью вычислений по звездам добиваться эффективных результатов приема лекарств и лечебных процедур. Новый астрологический календарь выпущен совместно с Традиционной буддийской Сангхой России. По вопросам приобретения можно обратиться в любой филиал клиники «Наран», либо заказать в интернет-магазине WWW.NARANFITO.RU

Клиника «НАРАН» – 34 года успешных результатов

МОСКВА
м. «Войковская»
ул. Ленинградское шоссе 13 к1,
тел.: +7 (495) 023-39-36
м. «Чистые пруды»
ул. Мясницкая, д. 17, стр.2
тел.: +7 (495) 431-39-39
м. «Таганская»
5-й Котельнический переулок, д. 12,
тел.: +7 (495) 104-58-88
м. «Юго-Западная»
пр-т Вернадского, д. 105, корп. 4,
тел.: +7 (495) 104-58-88

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ
м. «Технологический институт»,
ул. Серпуховская, д. 22
Тел.: +7 (812) 604-88-77
м. «Звенигородская»,
ул. Звенигородская, д. 9-11
Тел.: +7 (812) 622-68-38

КАЗАНЬ
Остановка
«Площадь Свободы»
ул. Пушкина, д. 56 «В»,
тел.: +7 (843) 211-87-70

ЕКАТЕРИНБУРГ
ул. Белинского, д. 86,
тел.: +7 (343) 317-33-00

ВЕНА (АВСТРИЯ)
Seidlgasse 21/15 1030, Wien, Austria
Тел.: +43664 5833030

NARAN.RU NARANFITO.RU

Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия. Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-52718 от 8 февраля 2013 г. ООО «Зеленый лотос»

Все права защищены и охраняются законодательством РФ. Учредитель – ООО «Зеленый лотос» (клиника тибетской медицины «Наран»). Председатель редакционного совета: Светлана Чойжинимасова. Дизайн, верстка: Сергей Евсеев

Адрес редакции: м. «Чистые пруды» ул. Мясницкая, д. 17, стр.2 тел.: +7 (495) 431-39-39 E-mail: clinica@naran.ru

Газета выходит 1 раз в месяц в электронном формате. Некоторые фотоматериалы взяты из открытых источников сети Интернет