



ВЕСТНИК

ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ

№ 5 (152) май 2013 г.
Выходит с июня 2005 года
naran.ru

Научно-популярное издание клиники тибетской медицины «Наран»

Слово главного врача



Аллергия – болезнь или сезонное явление? – стр. 2

Из глубины веков



Несварение – корень всех болезней – стр. 3

Советы врача



Вегето-сосудистая дистония у детей – стр. 4

Заметки врача тибетской медицины



На дачу с легким сердцем – стр. 5

Из лечебной практики



Не такая простая изжога – стр. 6

Мы всех с Победой поздравляем,
С весенним днем, с великим днем.
Пусть мир любовь лишь вдохновляет
И греет под своим крылом!



Под небом мирным, под луною ясной
Мы чувствуем себя сегодня безопасно.
Спасибо тем, кто воевал,
Кто жизнь за белый свет отдал, –
Почтим минутой молчанья,
Зажжем свечу, цветы возложим
И мирное существование
Продлим – продлим, насколько сможем.

Нина Козлова, ветеран Великой Отечественной войны, пациентка клиники «Наран» на «Войковской»:
«Молюсь, чтобы все были счастливы!»

ПОДАРОЧНЫЙ ПАКЕТ ветеранам Великой Отечественной войны!
Скидка на 68% на лечение в честь 68-й годовщины Победы над фашистской Германией

АКЦИЯ «ДАЧНИК»

Специально для дачников клиника «Наран» предлагает программу летнего лечения, которая поможет совмещать лечение и отдых за городом.

• На выходные на дачу? Приходите на сеансы комплексной терапии 1-2 раза в неделю в будни. (Время сеансов подбирается индивидуально, с учетом ваших пожеланий.)

• Не хотите прерывать курс лечения на летний период? Можете приобрести фитопрепараты на несколько курсов со скидкой 10%.



Бесплатная консультация врача-диагноста:

- осмотр
- опрос
- пульсовая диагностика
- определение индивидуального типа конституции
- рекомендации по питанию и образу жизни



Новая акция в клинике «Наран»!

ПРИХОДИТЕ ВМЕСТЕ!

Приходите вместе с друзьями, близкими, знакомыми и получите скидку

15% на тибетские фитопрепараты

Скидка предоставляется каждому из пришедших вместе.

Скидка действует на все фитопрепараты.

Скидки не суммируются и не распространяются на специальные ценовые предложения.

Для участия в акции нужно записаться по телефонам:

Клиника на ст. м. «Войковская» (Москва) (499)74 74 960, 74 74 961

Филиал клиники на ст. м. «Проспект Вернадского» (Москва) (495) 510 39 61, 510 39 62

При поддержке Департамента культуры г. Москвы МОС ГОР ПАРК

Здоровая Москва 2013
фестиваль здоровой жизни
18-19 мая

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:
Парк культуры и отдыха «Красная Пресня» (Мантулинская, 5, м. «Ул. 1905 года» и «Выставочная»)

ОРГАНИЗАТОРЫ ФЕСТИВАЛЯ:

- Мосгорпарк
- портал о развитии Миры Москвы.ру
- проект YOGASTAN
- научно-популярный журнал «Путь к Себе»

Клиника тибетской медицины «НАРАН» приглашает всех своих пациентов и друзей на фестиваль здоровой жизни «Здоровая Москва»

В программе:

диагностика и консультация заболеваний бесплатно
Проведение врачами тибетской медицины мастер-классов (точечный массаж, иглорефлексотерапия, аурикулотерапия и др.) бесплатно
Выставка-продажа тибетской оздоровительной продукции



СЛОВО ГЛАВНОГО ВРАЧА



Светлана Чойжинимаева,
К.М.Н., заслуженный врач Республики Бурятия:

Аллергия – болезнь или сезонное явление?

Аллергеном может быть все, что окружает нас, самые обычные вещи – еда, бензин, духи, одеколон, книжная пыль, цветочная пыльца, любые запахи. У каждого человека может возникнуть аллергическая реакция, – например, из десяти человек, находящихся в одном помещении, где красили стены, только у одного может возникнуть аллергическая реакция. Почему именно у него? Попробуем разобраться в этом вместе.

Аллергия – это удел не каждого человека. Кто наиболее подвержен аллергическому воздействию

Самой природой так устроено, что организм человека состоит из трех регулирующих жизненных систем – *ветер*, *желчь* и *слизь* (и семи типов их сочетаний Ж-С, Ж-В, С-В, В-С-Ж). Система *ветер* – это первая система человека – управитель жизни; система *желчь* отвечает за пищеварительные процессы в организме и включает в себя печень, желчевыводящие пути; жизненное начало *слизь* регулирует в нашем организме гормональную и лимфатическую системы. В человеческой популяции встречается три ярко выраженных типа людей – люди *слизи* (флегматики), человек *желчи* (холерик, человек *ветра* (сангвиник), а также три их комбинации и седьмой гармоничный тип, в котором все три начала представлены приблизительно в равных пропорциях.

Представители конституции *слизь* (флегматики) относятся к холодному *иньско*-му типу. Люди с доминирующей конституцией *слизь* (лимфатическая и эндокринная системы) – крупного телосложения, с оплывшими суставами, одутловатым лицом, спокойные, терпеливые, невозмутимые. Обычно они добродушны и миролюбивы, искренне доброжелательны к окружающим и умеют уважать чувства и мнения других. Кожа у них бледная и прохладная, ровная, плотная, суставы часто отекают и тугоподвижные, моча светлая, со слабым запахом, язык покрыт белым налетом, десны белесые, веки припухшие. Организм человека *слизи* наполнен субстанциями из собственно слизи, жира, лимфы и воды. Излишняя *слизь* в организме имеет тенденцию накапливаться в верхней части тела, грудной клетке, голове. В норме *слизь*, имеющая естественный выход из организма человека в виде мокроты, выделений из носа и т.д., составляет 10-20 г (1-2 столовые ложки). Образованию *слизи* способствуют молочные продукты: сыры, творог, йогурты, молоко, кефиры, сметана, сырые овощи и фрукты, хлеб, кондитерские изделия, картофель, различные крупы. Имеет значение и среда обитания, – например, средняя европейская часть страны с сырым и влажным климатом способствует образованию слизи в организме. Люди конституции *слизь*, имеющие от природы замедленный обмен веществ, обладатели «холодной» крови, наиболее подвержены аллергическим ре-

акциям по «холодному» типу (вазомоторный ринит, конъюнктивит, бронхиальная астма, полинозы, отек Квинке и др.). Представитель конституции *слизь* с его «готовностью» к аллергическим воздействиям быстро реагирует на лекарства, цветочную пыльцу, тополиный пух, травы, на шерсть кошек и собак – любое вещество может стать причиной аллергии у *слизи*.

Симптоматика: повышенное выделение слизи из ближайших «дверей»-отверстий (нос, глаза, рот, уши), слезотечение, слизь из носоглотки (мокрота, сопли) либо его сухость, длительное чихание, заложенность носа, першение в горле, отечность глаз, отек слизистой носа, затрудненное дыхание, краснота в горле, отечность лица, кашель с трудноотделимой мокротой.

Аллергия может «спуститься» сверху вниз в трахею и бронхи. В итоге это чревато появлением хрипов и свистов при глубоком дыхании, приступами удушья, острой нехваткой воздуха, появлением страха смерти.

Конституция *желчь* (холерики) имеет природу жара-ян (ее называют «кипящей», «бурлящей», «воинствующей»). Люди с доминирующей конституцией *желчь* среднего телосложения, с ярким румянцем на лице, со склонностью к поредению волос и облысению, обладают решительным умом, предприимчивым характером, отличаются хорошим аппетитом, иногда могут испытывать сильную жажду и голод. Они любят полакомиться разными вкусами, при этом чутко реагируют на недоброкачественную пищу, которая вызывает у них расстройство пищеварения. От голода им становится дурно, начинается дрожь в теле, они становятся раздражительными и вспыльчивыми. Представители конституции *желчь* отличаются природной повышенной восприимчивостью к запахам. В основе их конституции лежит пищеварительная система, печень, которая особенно чувствительна к запахам. Человек конституции *желчь* сам источает запах, который не чувствует, но зато издали чувствует запах любого происхождения – дыма, гари, запахи кухни, цветов, бензина, красок, духов и т.д., которые могут вызвать у него аллергическую реакцию. *Желчи* присущ ускоренный обмен веществ, убыстренный темп пищеварения. Кровь у них жирная, загрязненная и холестерином, и другими шлаками щелочной природы, быстро циркулирует вследствие активности его обладателя. Представители конституции *желчь* подвержены заболеваниям сердца и сосудов, поджелудочной железы, желчевыводящих путей, кожным заболеваниям. Организм насыщен *желчью*, чутко реагирует на лекарства, еду, особенно на лакокрасочные материалы и другие резкие запахи. Люди конституции *желчь-слизь*, *желчь-ветер* остро реагируют на яйца, апельсины, мандарины, рыбу, землянику-малину, запах кошек и собак и т.д. Аллергия у них протекает по типу «жара», они подвержены крапивнице, аллергическому зуду, которые при затяжном характере могут перерасти в более серьезные болезни – псориаз, дерматиты, бронхиальную астму по «горячему» типу (особенно если идет постоянное вдыхание раздража-

ющих факторов). Существует и такая вещь, как контактная аллергия, которая в результате соприкосновения человека с химическими реактивами, дезинфицирующими средствами и т.д. проявляется не только на коже, но и внутренне, например, в виде бронхоспазма, который может плавно перетечь в бронхиальную астму по «горячему» типу.

Симптоматика: легкий зуд, покраснение кожи на отдельных участках тела, сопровождающееся шелушением кожи и зудом, ночной непроизвольный зуд (потому что печень активизируется ночью), особенно на частях тела, где тонкая нежная кожа (подмышечные и паховые области, локтевые сгибы), чувство легкого жжения на коже, местная отечность, частое чихание, заложенность носа, ларингоспазмы.

Конституция *ветер* (сангвиники) имеет холодную *иньскую* природу. Это подвижные



люди, активно реагирующие на окружающий мир, эмоциональные, деятельные и общительные. Как правило, *ветры* – люди худощавого миниатюрного телосложения, тонкокостные, небольшого роста. Особенность этой конституции – в их привязанности и страстности, которые проявляются в молодости в различных излишествах. Среди них много курильщиков и любителей выпить, так как они любят шумные компании. Им свойственны нерешительность и сомнения, нелегко принимать решения. Обмен веществ у них напрямую зависит от их психоэмоционального состояния. Основой конституции *ветер* является нервная система, которая регулирует и остальные две жизненно важные системы – *слизь* и *желчь* – и является дирижером нашего организма. Представители конституции *ветер* подвержены разным аллергическим реакциям, связанным напрямую с состоянием нервной системы: стрессом, напряжением, депрессией, душевными переживаниями. Характерные для *ветров* аллергические реакции в виде кожного зуда, крапивницы, аллергических ринитов, полинозов, приступов удушья – астмы истероидного происхождения и т.д.

Причины возникновения аллергии с точки зрения тибетской медицины

Аллергия возникает у людей с разбалансированной (возмущенной) конституцией *ветер*,

желчь и *слизь*. Преобладание той или иной *доши* (жизненного начала) может вызвать аллергические реакции по типу «жара» у представителей конституции *желчи* и «холода» у представителей *слизи* и *ветра*.

Что вызывает дисбаланс трех конституций

Мы сами становимся причиной своих заболеваний. Исходная причина – это нежелание избавиться от трех «ядов» души: неведения, страсти и гнева. Все это вызывает нарушение равновесия *ветра*, *желчи* и *слизи*, которое внешне проявляется самыми разными болезнями, в том числе аллергиями. Мы думаем, что аллергия возникает на фоне как бы здорового состояния организма, но на самом деле эти процессы происходят вследствие возмущения той или иной конституции: у людей конституции *слизь* и *ветер* по типу «холода», у людей *желчи* по сценарию «жара». Мы вызываем возмущение конституции незаметно для себя своим образом жизни и характером питания в силу привычки и устоявшихся традиций питания, идем на поводу своих желаний, тем самым совершая грех чревоугодия. Выделения слизи по утрам, во время приема горячей пищи (супа, чая и т.д.) или от физического нагружки – это норма для здорового человека. Но при возмущении конституции *слизи* и *ветра*, выделения слизи

будут обильными, изнурительными и проявятся в виде бронхиальной астмы, отека Квинке, ринита и т.д., а у *желчи* – кожными заболеваниями.

Таким образом, мы будем здоровы, если все три регулирующих системы человека будут находиться в гармонии, а это зависит только от нас самих. Какую бы конституцию человек ни имел, он должен жить долго и счастливо!

Избавиться от аллергии навсегда можно, если вы правильно определите тип своей конституции, внесете коррекцию в свой образ жизни, измените рацион питания. Как это сделать, вы можете всегда узнать у врача-консультанта клиники «Наран»:

8 (499) 74 74 960, 8 (495) 221 21 84

Фитобар клиники

Жидкость для лечения кожных заболеваний «Чистая кожа»

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

Показание: кожный зуд, чесотка, псориаз, нейродермит, аллергии, трофические язвы, экземы неясной этиологии.

Дети и аллергия

Дети тоже страдают от аллергии. С рождения они находятся на диетическом питании и грудном вскармливании, с шести месяцев им начинают вводить прикорм, что проявляется иногда и у некоторых из них в виде аллергии – крапивницы, зуда, сильного беспокойства, плаксивости, раздражительности. Бесконечный кожный зуд истощает силы ребенка. Самым простым способом избавления ребенка от аллергии является раздельное питание. В течение недели состояние ребенка значительно улучшится. У детей более старшего возраста аллергические реакции возникают так же, как и у взрослых, на фоне возмущения той или иной конституции (жизненного начала *слизь*, *желчь*, *ветер*) из-за неправильного питания, культивирования отрицательных эмоций (раздражительности, вспыльчивости, обиды, гнева и множества других).



ХРОНИКА

Нина Козлова, ветеран Великой Отечественной войны, пациентка клиники «Наран» на «Войковской»:

«Молюсь, чтобы все были счастливы!»



– Нина Дмитриевна, расскажите немного о себе, пожалуйста...

– Я родилась в 1931 году в деревне Рыжково в Подмосковье. Когда началась война, мне было 14 лет. Рабочего стажа у меня 62 года, и работала я до 80 лет. Никто

не определит, сколько труда, горя и тягот легло на нас во время войны и в послевоенные годы. Конечно, мы все это перенесли со стойкостью и мужеством. Но здоровье было серьезно подорвано. И мой полиартрит – это отголосок суровой войны.

– Приближается День Победы...

– Чем ближе праздник Победы, тем чаще я вспоминаю о событиях военных лет, в памяти начинает всплывать вся картина пережитого: голод, непосильный труд, лишения, невзгоды и потери. Ничего не забывается, все помнится.

– Что особенно вы помните?

– Голод. И очень тяжелая работа. Счастья было мало, несчастья было очень много.

– Нина Дмитриевна, какие пути-дороги привели вас в клинику?

– Когда я жила на «Войковской», очень дружила с соседкой Катей. А тут звонит мне моя Катя и говорит: «Дочка моя ходит в клинику «Наран», сходи и ты туда, там тебе помогут обязательно». Очень рекомендовала.

– Какие болезни беспокоят вас, Нина Дмитриевна?

– У меня страшный полиартрит. Он меня так мучает. Плюс ко всему пять переломов рук, а в 2009 году сломала позвонки в грудном отделе. Они тоже дают о себе знать. Ходила в районную поликлинику, но как-то все безуспешно. А к вам еще приду. Я попала в акцию, мне очень повезло. Мне понравились врачи, прекрасный персонал.

Упражнения для глаз от Нины Дмитриевны

- Не поворачивая головы, поверните глаза как можно дальше влево (вправо). Задержитесь в этом положении. Не моргайте.
- Поднимите глаза как можно выше, направив взгляд вверх, но не сводя его к точке между бровями. Не поднимайте подбородок, голова не меняет положения. Смотрите не моргая.
- Потрите ладони друг о друга и приложите к глазам.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

ИЗ ТИБЕТСКОГО СОННИКА «ПИОМ КАРБО»

Значение имеют только те сны, которые врезаются в память, западают в душу и окрашены чувством. Во сне обязательно должна быть какая-то улочка.

- Пожар, огонь, чувство жажды и неудовлетворения, ощущение слепоты во сне могут быть предвестниками болезни печени.
- Если снится кровь, зубы, то надо быть начеку, это предупреждение о болезнях.
- Если во сне за тобой гонятся, избивают или ты встречаешься с человеком, который давно умер, то сон толкуется как болезнь души (депрессия, срывы на нервной почве, психические расстройства).
- Если во сне с кем-то ссориться, нервничаешь, сердиться, идешь куда-то в тумане, дыму, видишь себя купающимся в реке, озере, то это может быть предупреждением о болезнях крови.
- Если женщине снится, что в ее доме вселяются незнакомые гости, приползла змея, то можно ожидать рождения ребенка.

– Есть ли у вас облегчение?

– А как же! Во всем организме облегчение. Спина выпрямилась. Ходила горбатая. Каждое утро боли у меня были жуткие, температура, прошла иглоукалывание, массаж хорошо помогает, банки на плечики ставят. Я очень довольна. После пройденного курса лечения я почувствовала улучшение сна, артериальное давление снизилось с 220/100 до 129/80, уменьшились боли в области позвоночника и суставах. Хочу выразить благодарность и большое сердечное спасибо врачам клиники за их чуткое доброе отношение и сердечное внимание к пожилому человеку. Я люблю людей и попала туда, где любят людей.

– Расскажите, пожалуйста, чем вы занимаетесь на досуге?

– С утра занимаюсь гимнастикой, разминаюсь, массирую руки, ноги, лицо, глаза. Ездил в Кашино в санаторий лечить позвоночник. И вот иду как-то, смотрю, сидит на лавочке мужчина, явно старше меня, и читает. Без очков! Я подошла, спросила: «Как вам удается читать без очков?» Он отвечает: «А я занимаюсь гимнастикой». И показал: глазами крутит вверх-вниз, на лево-направо, ладошки трет и прилаживает их к глазам. Я начала заниматься по его указаниям, забросила очки, а потом и работала без очков и до сих пор вдеваю в иголку нитку. Я теперь все массирую: глазки, уши, подбородок. Джуна говорит, от давления кончик носа нужно потирать.

– Как вы питаетесь?

– Мяса давно не ем. Печенку люблю. Каши ем, супы, рассольники, творог. Молоко не очень люблю, иногда с медом выпью, чтобы сон хороший был. Я очень довольна, что попала к вам.

– Каких принципов вы придерживаетесь, Нина Дмитриевна?

– Я стараюсь помогать людям, родственникам. Молюсь, чтобы не было войны, чтобы все были счастливы и здоровы.

Беседовала Долгор Аустермонас

ИЗ ГЛУБИНЫ ВЕКОВ

Первая болезнь – несварение, первое лекарство – кипяченая вода



Maillas Bay Bo,
врач клиники «Наран»
на ст. м. «Войковская»,
г. Москва

Несварение – корень всех болезней

Тибетская медицина выделяет очень сложное состояние, которое носит название мажу («несварение») и рассматривается в древних медицинских трактатах Тибета как основа всех внутренних хронических заболеваний.

Причины появления несварения (мажу)

«Несварение» происходит от ослабления соответствующих регулирующих систем организма *ветер, желчь и слизь*, обеспечивающих процесс пищеварения. В результате пища недостаточно измельчена, плохо переваривается, а сок перевариваемой пищи не в состоянии разделиться на прозрачный питательный сок и отстой, выводится в виде нечистот. В результате несварения в желудке скапливается много слизи, которая проявляется в виде отеков, опухолей, воды. Слизь, скопившаяся в желудке, может блокировать проходные пути жизненного начала *ветер*, то есть нервной системы, что влечет за собой ряд тяжелых заболеваний.

Самый лучший способ избежать несварения желудка – правильное питание.

К снижению метаболического «огня» желудка – *мажу* приводит:

1. Неправильное питание: преобладание в рационе мясных продуктов или, наоборот, только вегетарианской «холодной» пищи, употребление плохо сочетаемых продуктов, переизбыток, которое приводит к застоям и затрудненной эвакуации пищи из желудка в кишечник. Желудок постепенно растягивается, что приводит к гастроптозу – опущению желудка и сдавливанию им других органов. Результат – запоры, затянущиеся процессы гниения и брожения в желудке и 12-перстной кишке, тонком и толстом кишечнике, их засорение и попадание шлаков в кровь. Желудок, заполненный едой до отказа, медленнее справляется с перевариванием пищи. В этом случае тибетская медицина говорит о снижении «огненной теплоты» желудка, т.е. его переваривающей способности. Другая причина снижения «огненной теплоты» желудка – воздействие на него охлаждающей пищи. Желудок – это горячий янский орган, который в трактате «Чжуд-Ши» именуется «котлом для приготовления пищи».

Если этот «котел» охлаждается посредством холодной еды и напитков, «остывает», то клетки его слизистой оболочки производят меньше кислоты и желудочного сока, в результате чего пища медленнее переваривается и происходит ее застой в желудке, развиваются условия для несварения пищи. Несварение пищи означает, что она не переваривается до состояния пищевого сока, который необходим для обновления всех клеток нашего организма и образования новых.

2. Причинами возникновения *мажу* (несварения) могут быть сильные нервные стрессы, изнуряющие длительные душевные переживания.

3. Привычка есть на ночь.

4. Длительный прием непривычной еды.

5. Несовместимая еда (несвежая зелень, рыба с молоком, рыба с мясом).

6. Прием пищи прежде, чем переварилась ранее съеденная еда.

7. Два разных вида еды являются антагонистами, несовместимыми по качеству.

8. Прием вчерашней еды: недоваренной, подгоревшей, остывшей, разбавленной не вовремя и не в меру.

Симптомы мажу

У молодых, сильных, энергичных людей, выполняющих физическую работу,

занимающихся большой умственной деятельностью и питающихся разнообразно, состояния *мажу* не будет. У них повышенный «огонь» желудка, переваривающая способность хорошая. Из-за плохого переваривания пищи состояние человека ухудшается с постепенным нарастанием симптомов заболевания. Часто беспокоят запоры в чередовании с поносом; вздутие живота; чувство тяжести после еды; ощущение полноты и дискомфорта в эпигастрии; газы не отходят, живот вздут; аппетит пропадает; боли во время еды; отрыжка воздухом и съеденной пищей; тяжесть в теле; лицо, глаза, лодыжки и ступни отекают; появляются боли в подреберьях (справа и слева); болит сердце и голова. Тело становится слабым, физическая слабость, сонливость; тугоподвижность суставов. Выделяется много вязкой слюны, слюней; периодически возможна рвота; пресный вкус во рту, подавленность настроения.

Термин «несварение» (тиб. *мажу*, *та зху*) буквально означает «непереваривание разного рода пищи». Функционально несварение характеризуется неусвоением соков и осадков пищи организмом, увеличением слизи, нарушением обменных процессов по всем семи уровням тканей тела – неусвоение соков хилуса кровью, соков крови мясом и костями, плотными и полыми органами, кожей.

Чем лечить мажу

Опыт тибетской медицины очень убедителен, потому что данные получены эмпирическим путем в течение многих веков. Чем же лечили *мажу* тибетцы? А они его лечили «Сэмбру-5», «Сэмбру-8», в состав которого входят гранат, корица, кардамон настоящий, перец длинный. К ней добавляются имбирь, мускатный орех, шафран и средний кардамон. Это первый вариант. А «Сэмбру-8» второго варианта: вместо имбиря, мускатного ореха, шафрана и кардамона среднего добавляется к основе каменная соль, имбирь и перец черный. По времени *мажу* делят на старое и свежее. Свежее – это простое несварение. А старое – это затянущие недуги, которые сегодня принято именовать болезнями цивилизации. Лечение их тоже достаточно простое – «Сэмбру». В «Наране» *мажу* лечат также и внешними процедурами: точечный массаж с упором воздействия в зоне живота; прогревающие грелки, нагретые горячие камни, полынные сигары усиливают «огонь» желудка и изгоняют избыточную слизь вниз (в кишечник).

Как избежать мажу

В древних медицинских трактатах указывается, как избежать *мажу*: необходимо твердо помнить, что плохо перевариваются незрелые злаки, тощее (нежирное) мясо, сырое молоко, да и вообще все сырое, подгорелое, остывшее и съеденное не в меру. Рекомендуются избегать давать организму сложные нагрузки сразу после еды. Следует принимать пищу не спеша. Смысл этого правила прост – желудочный сок во время еды выделяется постепенно. Исключить совместный прием жирной и сладкой пищи. Поступившие вместе в желудок несовместимые вещества не могут хорошо усвоиться.

Профилактика несварения

Для профилактики и лечения несварения «Наран» рекомендует эффективные тибетские фитопрепараты, которые очищают пищеварительную систему, кровь и печень, выводят токсины и шлаки, в комплексе с рефлексотерапией, глубоким точечным массажем, моксотерапией и т.д.).



СЧИТАТЬ ЛЮДЕЙ ГЛУПЫМИ, А СЕБЯ МУДРЕЦОМ – ЭТО БОЛЕЗНЬ

СОВЕТЫ ВРАЧА



Светлана Овшинова, врач клиники «Наран» на «Проспекте Просвещения», г. Санкт-Петербург

ВЕГЕТО-СОСУДИСТАЯ ДИСТОНИЯ У ДЕТЕЙ

По разным данным, до 30% детей и подростков страдают нервной вегетативной дисфункцией. В чем же причина появления этой болезни не только у взрослых, но и у детей?

Справка

Вегето-сосудистая дистония (ВСД) – симптомокомплекс многообразных клинических проявлений, затрагивающий различные органы и системы и развивающийся вследствие отклонений в структуре и функции центральной и/или периферических отделов вегетативной нервной системы. Вегетативные сдвиги определяют развитие и течение многих заболеваний детского возраста. В свою очередь, соматические и любые другие заболевания могут усугублять вегетативные нарушения.

Уже в самые ранние годы человек проявляет свою индивидуальность, и можно легко заметить, что одни дети совсем не похожи на других. Большую роль играет наследственный фактор. Если ребенок родился в семье, где, например, оба родителя принадлежат к конституции *ветер*, можно ожидать, что ребенок унаследует их тип конституции, их темперамент. Если родители относятся к разным типам, у ребенка может быть смешанный тип конституции, например, *слизь-желчь*.

Дети конституции ветер – более возбудимые и восприимчивые по сравнению с другими детьми, поскольку анатомически конституция *ветер* в человеческом организме отвечает за центральную и периферическую нервную системы. Ребенок, который относится к типичным представителям конституции *ветер*, отличается в первую очередь своим небольшим весом и хрупким телосложением. У него тонкая кожа, румянец слабый, моча прозрачная, светлая. Вздutie живота, отрыжки, запорчики у *ветерков* бывают чаще, прорезыва-

ние зубов происходит позже. Дети-*ветры* подвержены рахиту, что может повлиять на неправильное формирование скелета, на искривление ног внутрь или наружу. Такое происходит, если у ребенка в рационе не прибавляется питательных веществ, если его мало прогуливают, и ощущается нехватка солнца. *Ветерки* легко перевозбуждаются, нервная система нестабильная, новорожденные могут сильнее других детей реагировать на приход чужих людей, начинают капризничать, плакать, плохо спят. Проявления нестабильности нервной системы могут быть различными: плохой сон и аппетит, повышенная утомляемость, желудочно-кишечные расстройства, невроты, психозы, подверженность простудным заболеваниям – ОРВИ.

Дети конституции желчь с самого рождения отличаются хорошим аппетитом. Как правило, он рождается уже с хорошим весом, активный, розовощекий и крепкий, крикун, очень требователен к еде. Если этого малыша вовремя кормить, он всегда пребывает в хорошем настроении, улыбается. Для него еда – явное удовольствие. Зубки прорезаются вовремя. У ребенка-*желчь* – крепкие, упругие мышцы, с рождения хорошо развита мышечная система. Сон отличный. Малыш не столько плаксивый, сколько требовательный, он требует внимания и еду вовремя.

Дети конституции слизь рождаются чаще всего крупными, с большим весом. Обычно зубки прорезаются поздно, моча мутноватая, ребенок склонен к запорам. Кожа у них светлая, гладкая и прохладная. Эти дети отличаются своим спокойствием. Сон у них глубокий, долгий и ровный. Аппетит отличный. Спокойные, тихие, ласковые, покладистые и невозмутимые, они обычно не доставляют особых хлопот родителям. Дети, у которых доминирует конституция *слизь*, как правило, не капризничают, почти никогда не плачут. Мирнолю-

бие, ровность характера, основательность – черты, характерные для детей-*слизь*. Информацию они воспринимают медленно, но запоминают надолго, в учебе проявляют терпение и неторопливость. Таким детям в меньшей степени грозит переутомление. Им свойственна выносливость, однако для восстановления требуется длительный полноценный отдых. Засыпают они обычно хорошо, спят спокойно, не создавая никаких проблем. Все, что им нужно, – это спокойная обстановка и хорошая еда.

Факт, что все дети питаются одинаково, без учета их индивидуальных (конституциональных) особенностей, сказывается на здоровье ребенка.

Вегето-сосудистая дистония редко встречается у детей дошкольного возраста. Но как только ребенок пошел в школу, у него увеличивается физическая, психологическая, интеллектуальная нагрузка: кто-то успевает адаптироваться к новым условиям, а кому-то это дается тяжело, и на этом фоне начинает развиваться вегето-сосудистая дистония. Нужно также отметить, что дистония возникает из-за патологии со стороны позвоночника, когда начинает формироваться искривление. Каждый ребенок имеет свой тип конституции, соответственно определенные предпочтения и пристрастия в еде.

Симптомы возникновения вегето-сосудистой дистонии у ребенка: головокружение, головные боли, подавленное настроение, вспышки гнева и раздражительности, разговоры во сне, склонность к обморокам при нахождении в душном помещении, тошнота, склонность к рвоте, боли в мышцах спины и позвоночнике, нарушение осанки, плохой аппетит, отвращение к еде. Иногда могут появиться необычные вкусовые пристрастия.



Что делать: необходимо поговорить с ребенком, узнать о его желаниях, предоставить ему возможность нахождения на свежем воздухе, «отрывать» от компьютера, записывать ребенка в кружки (бальных танцев, игры на гитаре и др.), т.е. ребенок должен заниматься тем, что позитивно влияет на его настроение.

Рекомендации: проверить осанку, пропальпировать мышцы спины. При ощупывании мышц спины можно определить триггерные (болевые) зоны: места спазмов мышц. Триггерные (болевые) зоны в области плеч, спины, рук, ног говорят о том, что у ребенка энергетические блоки, застой энергии в организме. Рекомендуется делать массаж банками. Если у ребенка обнаружится сколиоз, необходимо незамедлительно принять меры и лечиться, применить лекарственные средства, например, тибетские фитопрепараты, внешние процедуры (точечный массаж, рефлексотерапию и т.д.), повышающие умственную активность, улучшающие мозговое кровообращение, придающие бодрость духа. Врачи тибетской медицины рекомендуют для профилактики и устранения вегето-сосудистой дистонии у детей проходить один раз в год профилактический осмотр и лечение методами тибетской медицины в клинике «Наран» (консультации бесплатно).

В ПОМОЩЬ БОЛЬНОМУ

ПИТАНИЕ ПОСЛЕ ОНКОЛОГИИ

ЧТО ПРЕДЛАГАЕТ ТИБЕТСКАЯ МЕДИЦИНА

По опыту врачей тибетской медицины, чтобы победить онкологию на ранних стадиях и в послеоперационный период, достаточно изменить привычки и питание.

В клинику «Наран» часто обращаются пациенты, перенесшие сложные операции и химиотерапию. После таких травмирующих вмешательств обычно ситуация плачевная: общая интоксикация организма, снижение иммунитета, болезненное состояние на фоне присоединения вторичных инфекций.

Тем не менее при общих усилиях врача и пациента реабилитация проходит успешно. При этом тибетская медицина не предлагает изнурительных диет. Она советует, как правильно сочетать одни продукты с другими при учете функций трех *доша* (трех регулирующих систем организма). Очень важно, чтобы человек научился разбираться в природе того, что он поглощает ради поддержания жизни и здоровья.

ОПУХОЛИ – ЭТО БОЛЕЗНИ

«ХОЛОДНОЙ» ПРИРОДЫ

Они, как правило, не развиваются внезапно, как это случается с болезнями «жара». Во многих случаях онкология

является конечной стадией хронических болезней. Это длительно существующие язвы, эрозии, полипы, кисты, воспаления, нажитые нами в результате употребления недоброкачественной и несовместимой пищи, сырости, холода, инфекций, психических травм и переживаний, упадка духа и гиподинамии. Поэтому и бороться с причинами болезни необходимо соответственно – стараясь избежать всех этих факторов.

ЧЕМ ПИТАТЬСЯ ПОСЛЕ ОНКОЛОГИИ

В питании важно, чтобы все используемые продукты были натуральными и совместимыми друг с другом. Из продуктов предпочтительны свежая морская капуста, икра, нежирная рыба и другие морепродукты, уха, отварное белое мясо (красные сорта мяса вследствие их более трудного переваривания лучше на время вовсе исключить), рис, бобовые, масло сливочное, овощные гарниры и бульоны, запеченные фрукты). Предельно ограничьте потребление сырых овощей и фруктов, кисломолочных продуктов, копченостей и колбас, кондитерских изделий. Не забывайте, что рыба несовместима с мясом, яйцами, молочными продуктами. Рыба и свежие овощи и фрукты несовместимы с молоком. Го-

рячие калорийные блюда нельзя запивать холодными напитками.

При приготовлении пищи обязательно используйте сочетания разнообразных лечебных вкусов в виде аппетитных цветных соусов к блюдам, которые вы можете приготовить своими руками. Например, сладко-острый вкус достигается с помощью имбиря, черного перца в сочетании с тушеными фруктами (авокадо, бананы, апельсины), кисло-сладкий при добавлении соевого соуса, меда, лимона и особенно томата, который имеет противоопухолевые свойства.

Для усиления тонуса (огня) желудка и усиления энергетики тела очень полезно пить полстакана горячей кипяченой воды натощак.

Все эти вкусы широко используются в тибетских драгоценных

пилюлях, в состав которых входят такие сильные природные средства, как мумие, ладан, миробалан хебула, хрен дикий, тысячелистник шестилепестный и сотни других наименований. Кроме рассасывающего, противоопухолевого действия они снимают интоксикацию организма, повышают сопротивляемость, приводят в гармонию три физиологические энергии: *ветер, слизь, желчь*.

Светлана Ностеева,
врач клиники «Наран»,
г. Казань



ДЕЛАЯ БЛАГО, НЕ НАДЕЯТЬСЯ НА ВОЗДАНИЕ – ЭТО ЛЕКАРСТВО



ЗАМЕТКИ ВРАЧА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ



БЕРЕГИТЕ СЕРДЦЕ

В жаркие дни нагрузка на сердце и сосуды вырастает даже у здоровых людей, тем более люди, страдающие аритмиями, бронхиальной астмой, ишемической болезнью сердца, атеросклерозом сосудов, должны помнить, что работа на жаре провоцирует возникновение приступов стенокардии и бронхоспазмы. Я бы посоветовал дачникам, имеющим какие-либо заболевания сердца или гипертонию, брать с собой на дачу тонометр и не забывать проверять давление и пульс.

Работа в согнутом положении с опущенной вниз головой представляет реальную угрозу для гипертоников и сердечников. Увлечение работой и долгое нахождение в такой позиции может вызвать подъем давления вплоть до гипертонического криза.

Совет: приобретите садовые инструменты с длинными ручками, чтобы не наклоняться. Высеивайте и высаживайте рассаду, пропалывайте грядки и собирайте урожай, сидя на низкой скамеечке.

Помните, что иногда боль в области сердца дачники списывают на обычную усталость и могут не заметить начало сердечного приступа.

ПОМНИТЕ О ПОЗВОНОЧНИКЕ И СУСТАВАХ

Большая нагрузка на организм во время дачных работ часто провоцирует обострение хронических заболеваний позво-

Глубокий точечный массаж основан на последовательном мануальном воздействии на биологически активные точки внутренних органов, а также мышечные, сухожильные и суставные точки. Такой массаж активизирует обмен веществ и питание всех тканей и органов, костно-мышечной системы, улучшает общее состояние организма.

Спа-салоны предлагают вам широкий выбор самых экзотичных видов расслабляющего массажа: тайский, марокканский, креольский, массаж в четыре руки с островов Тетеруа, но они не избавят вас от ваших болезней: остеохондроза, гастроптоза, артрита, коксартроза, радикулита, сколиоза и т.д.

ЧТО ПРОИСХОДИТ ПРИ ТОЧЕЧНОМ МАССАЖЕ?

Глубокий точечный массаж (ГТМ), который применяется в клинике «Наран», является уникальной авторской методикой основателей клиники – С.Г. Чойжинимаевой и Б.Г. Чойжинимаева, – и существенно отличается от классического и других видов массажа по технике проведения, энергетическому влиянию и механизму действия.

Основой ГТМ является целенаправленное и последовательное мануальное воздействие на биологически активные точки (БАТ) меридианов, мышечные точки, сухожильные точки, суставные точки. В результате такого воздействия происходит ликвидация местного застоя энергии; восстано-



НА ДАЧУ С ЛЕГКИМ СЕРДЦЕМ! СОБЛЮДАЙТЕ «ЗОЛОТУЮ СЕРЕДИНУ» В РАБОТЕ

Дачники, которые трудятся на своих огородах как пчелки, не разгибая спины, чаще всего подвергаются риску заболеваний. Именно в дачный период медики отмечают сезонную активность заболеваний.

ночника, суставов, боли в спине, разнообразные растяжения. Вполне возможно, что из-за перенапряжения мышц и связок спины, поднятия тяжестей может возникнуть перенапряжение сухожилий и связок (эпикондилит), воспаление сухожилий плечевого сустава (тендинит), резкая боль (прострел, люмбаго) в пояснице, когда человек застывает в «пойманной» позе и обездвиживается.

Совет: при перемещении тяжестей пользуйтесь тележками и сумками на колесиках, избегайте резких поворотов, рывков, наклонов, длительных однообразных движений, сквозняков и переохлаждений. Не лишним будет использование во время работы специальных поясов или бандажей.

ПРИЧИНЫ, ПРОВОЦИРУЮЩИЕ БОЛЕЗНИ ДАЧНИКОВ:

чрезмерная физическая нагрузка, повышенная солнечная активность, высокая температура воздуха и влажность, длительная работа с согнутой поясницей и опущенной вниз головой, нахождение в неудобной позе долгое время, неправильное поднятие тяжестей, сквозняки и переохлаждения, употребление холодных напитков.

ПРОФИЛАКТИКА БОЛЕЗНЕЙ ДАЧНИКОВ:

- избегать нахождения на садовом участке с 12 до 16 часов, когда солнце наиболее активно;
- защищать голову шляпой, панамой, носить свободную одежду из натуральных тканей светлых тонов;
- регулярно менять положение тела

во время работы, не находиться в одной позе более 10–15 минут;

- не работать согнувшись в пояснице или вниз головой.

ЕСЛИ У ВАС ПОЯВИЛАСЬ

давящая тупая боль в груди, отдающая в левую руку и лопатку, головная боль и судорожные подергивания мышц, тошнота, выступает испарина, мелькают мушки перед глазами, появляется липкий пот, учащается пульс, надо немедленно прекратить работу и принять соответствующие меры. Прежде чем отправиться на дачу, пройдите обследование и лечение у врача тибетской медицины. По пульсу и моче вам определят ваш тип конституции. Наиболее опасно возникновение сердечно-сосудистых заболеваний для типа *желчь* и его сочетаний со *слизью* и *ветром*. Лечение с помощью фитопрепаратов и внешних процедур (массажа точечного, иглоукалывания, прогревания и др.) приведет организм в гармоничное состояние.

Валерий Анбушинов,
врач клиники «Наран»

на «Проспекте Вернадского», г. Москва



ЛЕЧЕБНЫЙ ТОЧЕЧНЫЙ И САЛОННЫЙ МАССАЖ: ОЩУТИТЕ РАЗНИЦУ!

Сегодня традиции тибетского массажа, обогащенные знаниями современной рефлексотерапии, возрождаются во всем мире. В России одними из первых врачей, использовавших точечный массаж в составе комплексной терапии, являются врачи клиники «Наран».

ление беспрепятственного энерготока по меридианам; восстановление функционирования энергетических чакр; улучшение микроциркуляции; ликвидация венозного застоя; ликвидация отека тканей; восстановление нормального лимфооттока; снятие спазма и отека в сухожилиях и точках прикрепления мышц; ликвидация триггерных зон, миогелозов и нейроостеофиброзов; восстановление подвижности суставов, ликвидация застоя энергии в них.

ЗДОРОВЬЕ И КРАСОТА В ОДНОМ ФЛАКОНЕ!

Точечный массаж начинается со спины – мощной энергетической зоны, где проходят важнейшие каналы организма: непарный задне-срединный – «чудесный» – меридиан и парный меридиан мочевого пузыря – «коллектор» всех остальных меридианов. Эти нервные каналы курируют работу всех органов и тканей. Воздействие на них помогает снять спазмы поверхностных и глубоких мышц, найти уплотнения и болевые зоны, мешающие нормальному кровообращению, устраняет нарушение подвижности межпозвоночных суставов. При точечном массаже комплексно воздействуют на все тело: на спину, шею, голову, лицо, руки, ноги, стопы, живот. Это главный залог успеха, поскольку организм – единое целое. После массажа в составе комплексного лечения в организме больного происходит настоящая «революция»:

◆ Ликвидируется общий и местный застой энергии, происходит восстановление беспрепятственной циркуляции энергии по «белым каналам» и нервным окончаниям.

◆ Внешне это выражается в необычном чувстве легкости, подъема, прилива сил и бодрости. Снимается внутреннее душевное напряжение.

◆ Улучшается микроциркуляция, то есть транспорт биологических жидкостей на тканевом уровне (по капиллярам, межклеточным пространствам, лимфатическим микрососудам). Так снимается венозный застой, восстанавливается нормальный лимфоотток.

◆ Внешне это выражается в улучшении цвета кожи, появлении здорового румянца, исчезновении отеков и мешков под глазами, одутловатости кожи, общем снижении веса за счет выхода из организма лишней воды, жира и лимфы.

◆ Снимается спазм и отек в сухожилиях и точках прикрепления мышц, ликвидируются триггерные (болевые) зоны, мышечные уплотнения. Внешне это выражается в исчезновении болезненности при ощупывании, мышечного напряжения, ограничения объема движений при различных нарушениях функции позвоночника.

◆ Восстанавливается подвижность суставов, проходят воспалительные явления и тугоподвижность.

Юрий Нюдюльчиев,
врач клиники «Наран»
на «Войковской», г. Москва

УНИЖАЯ ЛЮДЕЙ, ВОЗВЫШАТЬ СЕБЯ — ЭТО БОЛЕЗНЬ

НАМ ПИШУТ НА САЙТ NARAN.RU

ДВИЖЕНИЕ БЕЗ БОЛИ – ЭТО СЧАСТЬЕ!

Движение без боли – это счастье! Легкая походка – это счастье! Я благодарна безгранично врачу Лхасарановой Светлане Цырендоржиевне и массажисту Юрию Гармажапову. За семь сеансов они вернули меня к активной жизни. Спасибо за профессионализм, доброе сердце и замечательные руки. В центре «Наран» все сотрудники очень внимательны и приветливы. Здоровья и счастья, добра и процветания!

С уважением,
Сметанина С.В.



Комплексное лечение хронических заболеваний без операций, химии и побочных эффектов!

- 24-летний опыт работы в области тибетской медицины
- 16 лет успешной медицинской практики в Москве
- Индивидуальные методики оздоровления с учетом конституции, возраста, образа жизни и питания пациента
- Доступность лечения для всех категорий граждан

WWW.NARAN.RU

ТИБЕТСКИЙ АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ

ПРОГНОЗ НА МАЙ 2013

Благоприятные дни для стрижки волос – 2, 3, 5, 6, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 28, 31

Благоприятные дни для поездок – 2, 4, 6, 7, 10, 13, 17, 20, 23, 28, 31

Благоприятные дни для приема лекарств – 6, 7, 10, 11, 18, 20, 23, 27, 28, 30

СЛОВАРИК

Ветер, желчь и слизь – это три конституции (*доша*, жизненных начала) человека. От состояния этих конституций зависит его физическое и психическое здоровье. Все три *доши* присутствуют у каждого человека, однако одна или две из них, как правило, доминируют. В соответствии с преобладанием той или иной *доши* люди в тибетской медицине различаются по типам – человек *ветра*, человек *желчи*, человек *слизи*, а также их сочетания – *желчь-ветер*, *слизь-ветер*, *желчь-слизь* и седьмой тип, самый гармоничный – *желчь-слизь-ветер*. В здоровом теле три жизненных начала – *ветер*, *желчь* и *слизь* – уравновешены, их дисбаланс способствует возникновению болезней.

ИЗ ЛЕЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

НЕ ТАКАЯ ПРОСТАЯ ИЗЖОГА

Изжога – это чувство жжения за грудиной, по ходу пищевода, которая может сопровождаться тошнотой, отрыжкой, метеоризмом, кислым или горьким привкусом во рту и в горле.

Изжога – один из массовых недугов, который большинство людей считают несерьезным. Считается, что бороться с этим недугом проще простого: ощутив приступ жжения в желудке, выпить воду с щепоткой соды или стакан молока – и боль стихнет. Но, обманывая этим свой организм, человек не решает проблему, а загоняет ее вглубь. Прежде чем устранять какой-либо дефект организма, следует разобраться, в чем же его причина.

Исследователи утверждают, что изжога, даже нечастая – раз в неделю, повышает вероятность возникновения рака желудка в восемь раз.

Причин изжоги может быть три: повышенная кислотность, дискинезия желчевыводящих путей и связанные с ней проблемы печени, опущение желудка. Три проблемы – это три различных подхода к их решению.

ПОВЫШЕННАЯ КИСЛОТНОСТЬ

Симптомы изжоги: чувство жжения, давление по ходу пищевода и в эпигастрической области, белый налет на языке; тошнота (иногда рвота).

В норме в желудке кислая среда: пищеварение происходит с участием соляной кислоты. Если клапан, отделяющий желудок от пищевода, смыкается не вполне плотно, соляная кислота может попадать на чувствительную слизистую пищевода, вызывая его раздражение, – тогда-то и начинается жжение. При повышенной кислотности не следует нейтрализовывать соляную кислоту содой: ведь при такой реакции образуется соль, способствующая образованию полипов. К тому же произвольный прием соды может нарушить

кисотно-щелочной баланс в организме. Сода способна лишь на время погасить приступ изжоги, вскоре он повторится, и хорошо, если не усилится. Поэтому лучше использовать молоко: *ощутив первые приступы изжоги, после еды небольшими дозами выпить 100 мл теплого молока и так поступать трижды в день после каждого приема пищи.* Если в течение недели изжога не прекратится, предположение о повышенной кислотности неверно, придется искать другие причины. В том случае, если именно повышенная кислотность стала причиной изжоги, на языке обнаруживается белый налет, могут быть приступы тошноты и даже рвота. Тогда одним теплым молоком не обойтись. Придется лечиться таким отваром: *из натертого корня имбиря отжимают 5 г сока и варят в стакане воды в течение 3 мин, добавляют 40 г меда. Выпивают отвар за один раз (за 20–30 мин до еды), курс лечения длится 7 дней.*

ДИСКИНЕЗИЯ

ЖЕЛЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ

Симптомы изжоги: чувство давления в эпигастрии, жжение, дискомфорт после приема пищи, желтый налет на языке; горечь во рту.

Помимо дискинезии желчевыводящих путей к этому виду изжоги могут приводить любые проблемы с желчным пузырем и печенью, а также обычный стресс, выливающийся в спазмический заброс желчи в желудок.

При дискинезии желчевыводящих путей и проблем печени изжога сопровождается ощущением горечи во рту, а на языке виден желтый налет – явный признак неопорядка в желчевыводящих путях.

Причиной данного расстройства может быть стресс и связанный с ним резкий спазм, приводящий к выбросу желчи в желудок. Желчь имеет щелочную среду, а в желудке среда кислая – идет реакция. Подобное может произойти и после активной физической работы (например, на дачном участке), когда расслабляется мышечная оболочка желудка и снижается его тонус (на врачебном жаргоне – «ленивый желудок»). В этом случае помогут отвары из кукурузных рыльцев или овса, бессмертника или пижмы – что есть под рукой. Важно, чтобы это были цветы (зерна) желтого цвета: по канонам тибетской медицины как раз желтое лечит печень и связанные с ней заболевания. *1 ст. л. кукурузных рыльцев или расторопши, пижмы кипятят в 1 стакане воды 2–3 мин. Пьют по 1–2 ст. ложки за 30 мин до еды 3 раза в день в течение двух недель.*

ОПУЩЕНИЕ ЖЕЛУДКА

Симптомы изжоги: чувство давления и дискомфорт до и после еды, отрыжка; вздутие живота; потеря аппетита; потеря веса; неприятный запах изо рта.

Третья причина изжоги – опущение желудка. В норме желудок расположен на два пальца выше пупка. Надсада часто возникает у тех, кто связан с тяжелым физическим трудом, у людей, длительно стоящих на ногах: официантов, продавцов, учителей, парикмахеров; у детей, любящих поднимать друг друга, у людей, занимающихся тяжелой атлетикой, борьбой, фитнесом, допускающих при этом нарушение режима нагрузок. Напомню, что зачастую из-за опущения желудка мужчины могут столкнуться с проблемой снижения либидо и потенции, простатитом и адено-



мой. А у женщин рано наступает климакс, развивается миома матки, кисты яичников; нарушается менструальный цикл.

При опущении желудка изжога сопровождается отрыжкой и повышенным газообразованием, холодеют конечности, слышится урчание в животе, снижается аппетит, возможна потеря веса. Застойные явления в области малого таза, провоцируемые опущением желудка, могут привести к запорам, геморрою, у женщин – к задержке или даже отсутствию месячных.

При всех видах изжоги принимать пищу лучше небольшими порциями, так как при переполненном желудке клапан скорее может раскрыться, дав обратный ход соляной кислоте. По той же логике не следует ложиться спать на полный желудок (наедаться перед сном). И все-таки лучший выход из положения – пройти полный курс лечения с помощью методов тибетской медицины.

Дулма Билдушкина,
гл. врач клиники «Наран»,
г. Санкт-Петербург

ЗДОРОВЬЕ ЖЕНЩИНЫ

ПРИЧИНЫ ХРОНИЧЕСКОГО АДНЕКСИТА

Причиной воспалительного процесса становятся болезнетворные микроорганизмы: стафилококки, стрептококки, гонококки и кишечная палочка. Как правило, хронический аднексит развивается на фоне уже имеющегося в организме очага инфекции, откуда бактерии переносятся с током крови или лимфы. Таким очагом могут служить воспалительные процессы в полости матки или других органах малого таза, заболевания желудочно-кишечного тракта, а также болезнь «холода» почек. Спровоцировать развитие и обострение аднексита могут самые различные факторы – переохлаждение, аборт, наличие внутриматочной спирали, половая близость во время критических дней.

СИМПТОМЫ ХРОНИЧЕСКОГО АДНЕКСИТА

Клиническая картина болезни, прежде всего, зависит от конституции женщины. Аднексит у женщин конституции *слизь* практически не дает симптомов, болезнь протекает малозаметно или дает о себе знать постоянной тупой болью в низу живота, которая усиливается во время менструаций, переохлаждений, физической нагрузки или во время половой близости. Характерно наличие слизистых или гнойных белей. Менструации длительные, слизистые, со скудными выделениями.

У женщин конституции *желчь* и *желчь-слизь* хронический аднексит более выражен и протекает остро, с повышением температуры и сильными болями, иррадиирущими в крестец. Менструации болезненные, горячие, обильные, пахучие, со сгустками. В области наружных половых органов часто наблюдается зуд и раздражение. Приступы боли могут сопровождаться нарушениями работы желудочно-кишечного тракта – тош-



нотой, рвотой, поносом. Женщины-ветер худые, эмоциональные, подвижные, говорливые. Они легко теряют энергию и быстро ее восстанавливают с помощью сна, хорошей еды и приятного общения. Сальпингофорит у них протекает под маской аменореи с большими перерывами, болями в пояснице и в низу живота, выделения светлые, водянистые, необильные. Месячные сопровождаются болями в низу живота, вздутием, запорами.

ДИАГНОСТИКА ХРОНИЧЕСКОГО АДНЕКСИТА

В клинике «Наран» диагностика хронического аднексита проводится в традициях тибетской медицины. Во время консультации врач проведет опрос, осмотр и пульсовую диагностику. Прежде чем начать лечение аднексита, врачу тибетской медицины необходимо знать об образе жизни, психоэмоциональном состоянии, характере питания своего пациента, выяснить, как и когда началось заболевание, особенности течения аднексита. Все это узнается в ходе беседы и осмотра.

СКАЖЕМ АДНЕКСИТУ «НЕТ»!

НИКТО НЕ ПОБЕСПОКОИТСЯ О ТВОЕМ ЗДОРОВЬЕ, КРОМЕ ТЕБЯ САМОЙ

Как избавиться от хронического аднексита (сальпингофорита) – воспаления придатков матки (труб и яичников)

По прослушиванию пульса врач может определить общее состояние организма, состояние внутренних органов, выявить степень возмущения той или иной конституции, а также характер болезни – «жар» или «холод».

С точки зрения тибетской медицины здоровье зависит от равновесного состояния трех регулирующих конституций, образующих основу жизнедеятельности организма: *желчь* (пищеварительная система), *слизь* (лимфатическая система), *ветер* (нервная система). Нарушение равновесия приводит к заболеванию. Тибетская медицинская диагностика выявляет возбуждение, истощение либо возмущение состояний трех конституций.

ЛЕЧЕНИЕ ХРОНИЧЕСКОГО АДНЕКСИТА

В западной медицине основным методом лечения аднексита является назначение антибиотиков, противовоспалительных средств, обезболивающих препаратов, различных процедур местного характера, которые дают лишь временный эффект, несут нагрузку на другие органы, убивают не только вредные бактерии, но и полезную микрофлору. Тибетская медицина направлена на лечение не одного отдельно взятого органа. Вылечить придатки матки и яичники будет сопутствующей целью, а основной – устранить причины заболевания и привести в равновесие организм человека в целом,

предупредив возникновение аднексита в будущем.

КОМПЛЕКСНОЕ ЛЕЧЕНИЕ АДНЕКСИТА В КЛИНИКЕ «НАРАН»:

– внешнее воздействие на организм. Это комплекс различных обезболивающих, прогревающих, иммуноповышающих, общеукрепляющих процедур, таких как иглоукальвание, энергетический точечный массаж всего тела, прогревание полыньными сигарами и теплыми лечебными камнями и др.;

– внутреннее воздействие на организм – это курс фитосборов, составленных по древним тибетским рецептам. Они нормализуют гормональный фон, так как содержат фитостероиды, устраняют воспалительный процесс, а также оказывают профилактическое действие, предупреждая образование спаек и развитие осложнений, таких как киста яичников, миома, опухоли. Лекарственные травы улучшают кровообращение в органах малого таза, «согревают» почки, способствуют удалению слизи и гноя, восстанавливают функцию яичников.

Наибольший эффект при лечении хронического аднексита дает комплексная терапия.

Профилактика хронического аднексита – исключение переохлаждения, ведение здорового образа жизни, правильное питание согласно своему типу конституции, соблюдение правил личной гигиены, избегание переутомления, сохранение душевного равновесия.

Первичная консультация врача бесплатно!

Запись на консультацию

по тел.: (499) 74 74 960, (499) 747 49 61 (2)

Марина Джигаева,
врач клиники «Наран»
на «Проспекте Вернадского», г. Москва



МНЕНИЕ

Савелий Кашницкий, еженедельник «Аргументы и факты»



ГАЗЕТА ДЛЯ ТЕХ, КТО ХОЧЕТ ЖИТЬ

Газета, как принято считать, предмет однодневный – во вчерашнюю можно заворачивать валенки на зимнее хранение. «Вестник тибетской медицины» – очевидное исключение: те, кто заботится о своем здоровье и однажды взял в руки газету клиники «Наран», вряд ли превратят ее в оберточный материал. Потому что у этой газеты есть редкое, полезное и вовсе не газетное качество – самодополнение. От номера к номеру происходит энциклопедическое нарастание информации, при котором количество непременно переходит в качество. И те мудрые читатели-пациенты, кто вовремя начал подшивать «тибетскую газету», за восемь лет ее существования стали хранителями уникального информационного кадастра.

Этот процесс, пока газета живет (и дай ей Бог!), не только продолжается – он, как во всех живых системах, построенных по принципу золотого сечения, сам себя

реплицирует. Чем дальше, тем не только больше, но и полней, и глубже. У одного автора, пусть даже феноменально эрудированного, не хватит волевого импульса и мотивации восемь лет писать одну книгу и следить за внутренним развитием сюжета. У автора же коллективного (а хорошая газета другого не знает) это получается само собой. Процесс накопления уникальной и ценнейшей информации по практике тибетской медицины отнюдь не линейный, он простирается во времени по экспоненте: сначала год за три, потом – за пять, одиннадцать, семнадцать и так далее.

Поэтому пожелаем «Вестнику тибетской медицины» экспоненциального долголетия с беспримерным нарастанием и структурированием полезной информации. И непременно – полного и общедоступного электронного архива номеров. В этом главный просветительский и гуманный смысл издания.

КСТАТИ

ПОЧЕМУ НЕЛЬЗЯ ПОДАВЛЯТЬ ЕСТЕСТВЕННЫЕ ПРОЦЕССЫ?

Тибетские медики считают, что нельзя подавлять такие естественные процессы, как голод, жажда, рвота, отрыжка, зевота, чихание, дыхание, сон и кашель, не следует также задерживать мочу и семя, выделение кишечных газов.

При подавлении отделения слюны, мокроты, газов разрушается тело, исчезают силы, пропадает аппетит. При подавлении жажды появляются головокружение, слабость. В этих случаях рекомендуется принимать холодную пищу небольшими порциями. При задержке рвоты исчезает аппетит, появляются одышка, отеки в нижней части тела, различные кожные поражения, болезни глаз, кашель, волчанка и лепра. При появлении этих нарушений необходимо голодать и вдыхать через рот дым сандала, алоэ, а их отваром полоскать рот. Задержка чихания притупляет органы чувств, способствует появлению головной боли, судорог в мышцах конечностей и затылка, при этом кривится рот, отвисает челюсть. В этих случаях также необходимо вдыхать едкий дым сандала или алоэ, а также рекомендуется принимать слабительное или смотреть на солнце. При подавлении зевоты повреждаются пять органов чувств и появляются другие неприятные последствия, такие же, как при сдерживании чихания. Лечение в этих случаях должно быть направлено на угнетение ветра. Задержка дыхания, особенно в состоянии утомления и после физических нагрузок, приводит к появлению отеков, болей в сердце, возбуждению. Лечить эти состояния следует покоем и лекарствами, направленными на подавление ветра.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ...

О ВКУСАХ НЕ СПОРЯТ, ИЛИ ТИБЕТСКАЯ МЕДИЦИНА О ШЕСТИ ПЕРВИЧНЫХ ВКУСАХ

Пары стихий – земля-вода, огонь-земля, вода-огонь, вода-ветер, огонь-ветер, земля-ветер – производят шесть вкусов. Вкусы подразделяются на сладкий, кислый, соленый, горький, жгучий, вяжущий, в этой же последовательности стоят их лечебные силы. Выравнивание вкусов происходит от сочетания сил – носителей (вкус) и их изменений под действием разных способов обработки. Если добавить к чему-то несовместимое, то оно подавит предыдущее. И если все составные части совместимы, вкус окажет свое действие. Бывает так, что вкус, который мог бы вредить, изменившись после переваривания, оказывает лечебное действие. В «Чжуд-Ши» описаны биологические и лечебные эффекты каждого из шести первичных вкусов, – кроме того, приведены результаты их действия при поступлении в организм в избыточных количествах. «Сладкое укрепляет, увеличивает силы тела, оно полезно старикам, детям, истощенным, при болезнях горла и легких, телу дает крепость, затягивает раны, улучшает цвет, обостряет восприятие, удлиняет жизнь, питает, изгоняет яды, ветер и желчь. Но избыток сладкого порождает слизь, ожирение, угнетает тепло, тело толстеет, появляется мочеизнурение, зоб». «Кислое рождает тепло, возбуждает аппетит, насыщает, размельчает пищу, способствует перевариванию, обостря-

ет осязание, освобождает ветер, избыток его порождает желчь, кровь, мелкие сыпи, головокружение, слабость, жажду». «Соленое вытягивает затвердевшее, застрявшее, закупорившее, в компрессах оно вызывает потоотделение и тепло, избыток соленого приводит к облысению, поседению, морщинам, упадку сил, жажде, усиливает желчь и кровь». «Горькое лечит потерю аппетита, болезни от червей и жажду, обмороки, рвоту, болезни желчи, отравления, сушит жар, костный мозг, кал, мочу, проясняет сознание, лечит болезни грудных желез и потерю голоса. Избыток его истощает силы тела, усиливает ветер и слизь». «Жгучее лечит болезни гортани, сужения горла, язвы, вызывает тепло, улучшает пищеварение, аппетит, сушит жар и гной, раскрывает сосуды. При избытке жгучего уменьшаются семя и силы тела, появляется дрожь, обмороки, боли в пояснице и спине». «Вяжущее сушит гной, кровь, желчь, заживляет раны, улучшает цвет кожи. Но при избытке его скапливаются слюны, сохнет кал, вздувается живот, болит сердце, стягиваются жилы». «Когда пища, встретившись с желудочным огнем, переварится сначала под действием слизи, потом желчи и ветра, то сладкое и соленое становится сладким, кислое останется кислым, а горькое, жгучее и вяжущее становится горьким».

КУЛЬТУРА КОЧЕВОГО МИРА

Недолгую свою жизнь не принимай за вечность.

Придет время уйти – подчитай благие дела свои.

Когда один охаивает второго, не торопись поверить первому. Не ограничиваясь словами одной стороны, послушай слова и другой стороны.

За улыбающийся взгляд не рассказывай другим обо всем,

что услышал и что задумал.

Это поступок человека негодного и неделового.

Состарившись, не поминай свою красу, разорившись, не поминай свое бывшее богатство.

Шкура от выделки смягчается, металл от нагрева смягчается. Жесткий нрав от страданий смягчается.

Не узнав мнение других, не высказывай собственных соображений. Сначала подробно узнай мнение других, а затем высказываться – правило мудрых.

С почтением заимствуй знания у других народов,

приравнивая их к богатству.

Если у других не учиться науке то когда-нибудь подпадешь под чужую зависимость.

Поддакивая другим, не осуждай начальника и старших. Прежде подумай о том, поднимешь ты или не поднимешь ношу, взваленную на их плечи.



ЯСА (ЗАКОН) ЧИНГИСХАНА ОТ 1206 ГОДА КАРАЛА СМЕРТЬЮ ЗА:

- убийство;
- кражу, грабеж, скупку краденого, сокрытие преступника;
- чародейство, направленное ко вреду ближнего;
- трехкратное банкротство, т.е. невозвращение долга;
- блуд мужчины и неверность жены;
- отказ путнику в воде и пище;
- неоказание помощи боевому товарищу.

ТРАДИЦИИ ХРИСТИАНСТВА

ПОМОЩЬ ОТ БОЛЕЗНЕЙ ЧРЕВА

От болезней чрева (болезни желудка, а также при грыже) помогает молитва великомученику Артемию.

Великомученику Артемию Тропарь, глас 4-й

Истинною бо Христовою верою утверждься, срастотерпче, мучителя злочестива царя победил еси со идольским того возношением. Тем от Царя Великого, вечно царствующаго, пресветлым венцем победным одарен бысть, вся исцеляяй болящия и призывающая тя, Артемие великий, моли Христа Бога спасти души наша.

Кондак, глас 2-й

Благочестиваго и венценоснаго мученика, на враги победы вземшаго одоление, сошедшаго, достойно песньми восхвалим Артемию, превеликаго в мученицех, чудес же дателя пребогатаго, молится бо Господу о всех нас.

КУХНЯ НАРОДОВ РОССИИ

МОНГОЛЬСКИЙ ЧАЙ

Главной отличительной особенностью этого чая является то, что при его приготовлении используется молоко, причем довольно жирное, а также сливочное масло, соль, мускатный орех, лавровый лист, гвоздика и корица. В основе этого напитка лежит чай зеленый, содержащий много сапонина – природного сорбента, а также алкалоидов, оказывает тонизирующее действие и помогает бороться с переутомлением.

С молоком и маслом в чае в наш организм попадает множество витаминов

Рецепт монгольского чая

Для 5 порций этого бодрящего напитка необходимо взять 700 мл воды и поставить на огонь. Не доводя воду до кипения, засыпать в нее 20 г чая (можно использовать индийский черный байховый чай, кирпичный зеленый чай). Довести воду до кипения и уменьшить огонь. Добавить в чай 0,5 ч. л. соли. Влить 400 мл жирного молока и тщательно перемешать. Добавить 1,5 ст. л. сливочного масла и снова перемешать. В конце добавить в чай мускатный орех и гвоздику по вкусу. Необходимо накрыть чайник крышкой и дать напитку настояться. Приятного чаепития!

и минералов, что позволяет бороться с заболеваниями желудочно-кишечного тракта, авитаминозом, заболеваниями органов дыхания, а также сердечно-сосудистой системы, болезнями желчного пузыря, нарушениями обмена веществ, ревматизмом. Этот чай способен регулировать уровень сахара в крови, что позволяет использовать его при сахарном диабете. Более того, этот напиток употребляют при раковых заболеваниях и успешно применяют его при похудении.

МУДРА «НЕБА»

Мудра – ритуальное расположение кистей рук, ритуальный язык жестов в буддизме.

Мудры снимают стресс, повышают общий тонус и защитные силы организма, выводят токсины, улучшают работу разных органов, избавляют от боли и напряжения, помогают обрести спокойствие, сосредоточение и единство с окружающим миром. Мудра «Неба» – это мудра, которая получила столь «высокое» название совсем не из-за всевышних сил, а из-за связи с головой человека.

Мудра «Неба» может восстановить слух (в некоторых случаях даже очень быстро). Если постоянно выполнять нижеуказанные упражнения, то можно с уверенностью забыть о заболевании ушей.

Методика выполнения мудры такова: средний палец нужно согнуть таким образом, чтобы он коснулся основания большого пальца, при этом большой палец должен прижать согнутый средний. Большой палец процедуры принесут выпрямленные и расслабленные пальцы. Вам остается лишь решить одной или обеими руками будете выполнять мудру.





БАЙКАЛЬСКИЕ СБОРЫ – В КАЖДУЮ СЕМЬЮ



В фитобаре клиники «Наран» вы можете приобрести Байкальские сборы, помогающие при:

- миоме
- мастопатии
- полиартрите
- остеохондрозе
- кожно-суставных заболеваниях
- заболеваниях органов дыхания
- простатите
- гастрите
- цистите
- желчнокаменной болезни
- заболеваниях сердечно-сосудистой системы
- атеросклерозе
- кольпите
- климаксе
- гепатите
- дисбактериозе

ПОЧЕЧНЫЙ СБОР

Показание: сбор из лекарственных растений применяется при лечении хронического пиелонефрита, хронического гломерулонефрита, хронической почечной недостаточности, помогает нормализовать функцию почек.

Способ применения: 1 ч. л. сбора поместить в эмалированную посуду, залить 200 мл кипятка, кипятить 2–3 мин на слабом огне, настаивать при комнатной температуре 30–40 мин. Процедить и принимать 2 раза в день за 30 мин до еды.

Состав: кукурузные рыльца, березовые почки, корни солодки, листья толокнянки, цветы ромашки, тысячелистник, трава крапивы, листья череды.

СБОР ГИПОТЕНЗИВНЫЙ

Показания к применению: гипертоническая болезнь 1-й и 2-й степени, хроническая недостаточность кровообращения, сердечно-сосудистые неврозы.

Способ применения: 1 ч. л. фитосбора залить 1 стаканом воды, кипятить 5 мин, настаивать в течение 45 мин. Принимать по 1/2 стакана 2 раза в день до еды.

Состав: плоды боярышника, трава шеницы, корни валерианы, трава хвоща, трава пустырника, листья толокнянки.

ДЕНЬ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ

Клиника «Наран» на «Войковской»

18 мая 2013 г., 15.00

ЛЕКЦИЯ ДОКТОРА ЮРИЯ НЮДЮЛЬЧИЕВА

«ЛЕЧЕНИЕ ЖЕЛЧНОКАМЕННОЙ БОЛЕЗНИ В ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЕ»

8 (499) 747 49 60,
8 (499) 747 49 61 (2)

*Дорогие читатели!
Подписка
на электронную версию
газеты на сайте
pressa.ru*

Эликсир «Чьянвапраш аштарг»

Это один из наиболее известных древних аюрведических препаратов, благотворное действие которого подтверждено тысячелетней историей. Благодаря уникальному многокомпонентному составу (до 40 лекарственных трав и минералов) оказывает полувалентное действие на организм человека.

Три главных эффекта составляют сущность эликсира:

- является иммуномодулятором: обычная активизация иммунитета не всегда благоприятна, так как существует группа болезней, связанных с аутоиммунной агрессией, например, бронхиальная астма, гломерулонефрит, нейродермит и др. Чьянвапраш нормализует иммунный ответ организма; если он понижен – повышает, если гиперактивизирован, то понижает;
- является омолаживающим средством: такой эффект связан с усилением антиоксидантной защиты, удалением клеточного «мусора» и продуктов неполного метаболизма, защитой клеток от повреждения факторами внешней среды и увеличением репродуктивного периода;
- является тоником: биологическая активность эликсира составляет 200 единиц. Для сравнения: биологическая активность корня женьшеня – 80 единиц. Кроме того, «Чьянвапраш» не просто балансирует энергию

тела, как другие тонизирующие средства, он сам дает энергию. Он усиливает механизмы естественной саморегуляции организма, поэтому может достаточно широко применяться для профилактики различных заболеваний.

Действие:

- снимает последствия стрессов, депрессии;
- очищает кровь, печень, кишечник, поджелудочную железу от шлаков и токсинов;
- улучшает работу желудочно-кишечного тракта;
- подавляет рост опухолевых клеток;
- нейтрализует побочные эффекты химиотерапии;
- нормализует работу эндокринной системы;
- улучшает показатели крови, повышает гемоглобин, снижает содержание холестерина;
- нормализует кровяное давление;
- укрепляет сердечную мышцу;
- предохраняет от простуды и инфекции;
- при заболевании туберкулезом рекоменду-

ется принимать параллельно с основными лекарствами;

- улучшает работу мозга, укрепляет память и повышает способность к обучению;
- нормализует обменные процессы организма;
- рекомендуется как общеукрепляющее средство;
- повышает половые функции, рекомендуется применять при импотенции, фригидности и бесплодии;
- способствует адаптации организма к переменам климата;
- увеличивает мускульную силу и повышает выносливость;
- рекомендуется людям, чьи профессии связаны с высокими умственными и физическими нагрузками, а также детям и людям пожилого возраста;
- особо рекомендуется людям, проживающим в экологически неблагоприятных районах, находящимся в зонах с повышенной радиоактивностью.



КОМПЛЕКСНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ БЕЗ ОПЕРАЦИЙ, ГОРМОНОВ И ТАБЛЕТОК

МЫ ЛЕЧИМ

- **Женские заболевания:** нарушение менструального цикла (олиго-, альгодисменорея, аменорея), хронический аднексит, миома матки, мастопатия, климакс, бесплодие, загиб матки, эндометриоз, кольпиты.
- **Мужские заболевания:** снижение либидо, импотенция, хронический простатит и аденома простаты, заболевания сосудов половых органов, уретриты.
- **Заболевания детей:** хронические риниты, синуситы, полипы и аденоиды, аллергия, бронхиальная астма, искривления позвоночника 1–4-й степени, гастриты, энурез, заикание и др.
- **Заболевания пожилых людей:** болезнь Паркинсона, расстройства сна и депрессии, артриты и коксартрозы, ишемическая болезнь сердца, заболевания желудочно-кишечного тракта, почек и мочевого пузыря.
- **Хронические заболевания:** гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, желчнокаменная болезнь, сахарный диабет, ожирение, аллергия, бронхиальная астма, артриты и артрозы, заболевание щитовидной железы, полипоз, остеохондроз, гастритоз, колиты, синдром хронической усталости, заболевания сердца и сосудов, грыжи и радикулиты, подагра, расстройство стула, опущение органов.

Москва

м. «Войковская», 5-1 Войковский проезд, 12
8 (495) 221 21 84, 8 (499) 747 49 60,
8 (499) 747 49 61 (2), 8 (499) 156 29 87,
8 (499) 156 29 87 – факс

м. «Проспект Вернадского», ул. Удальцова, 23
тел.: 8 (495) 510-39-61, 8 (495) 510-39-62

Санкт-Петербург

м. «Проспект Просвещения»,
проспект Просвещения, д. 33, корпус 1
тел.: 8 (812) 595-03-80, 8 (812) 595-03-82
м. «Чернышевская», ул. Таврическая, 9
тел.: 8 (812) 577-13-67, 8 (812) 577-15-43

Казань

ул. Галактионова, 3 (остановка «Университет»,
Ленинский садик)
тел.: 8 (843) 236-41-93, 8 (843) 236-41-92,
8 (927) 444-85-60

Адрес электронной почты: clinnica@naran.ru
Адрес группы ВКонтакте:
<http://vk.com/clinicanaran>

NARAN.RU

Мумие – лекарственное средство, известное в восточной медицине более трех тысяч лет

Механизм действия: усиливает регенеративные процессы в различных тканях организма, восстанавливает пониженную функцию периферических нервных стволов и анализаторных центров головного мозга. Является общеукрепляющим, детоксицирующим, противовоспалительным и бактерицидным средством, обладает желчегонным действием, стимулирует некоторые функции иммунной и кровяной системы, улучшает обмен веществ и т.д.

Показания к применению: ревматизм, туберкулез, гипертония, бронхиальная астма, диспептические явления (изжога, тошнота, рвота, отрыжка), воспалительные и аллергические заболевания, хронические заболевания верхних дыхательных путей (ангина, насморк, кашель), переломы костей, суставов, травмы грудной клетки, вывихи, ушибы, растяжение мышц, трофические кожные язвы, свищи, опухоли, ожоги, порезы, ревматизм.

Свечи для лечения геморроя

Состав: струя кабарги, янтарь, порошок жемчуга.

Свойства: свечи коричневатого-желтого цвета.

Действие: обладает антисептическим, ранозаживляющим, противовоспалительным, обезболивающим действием.

Показания: геморрой, трещины в заднем проходе.

Способ применения: применять 1 раз на ночь, в более тяжелых случаях 2 раза в день.

