НАРАН – КЛИНИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ № 1 В РОССИИ (ОСНОВАНА В 1989 ГОДУ)

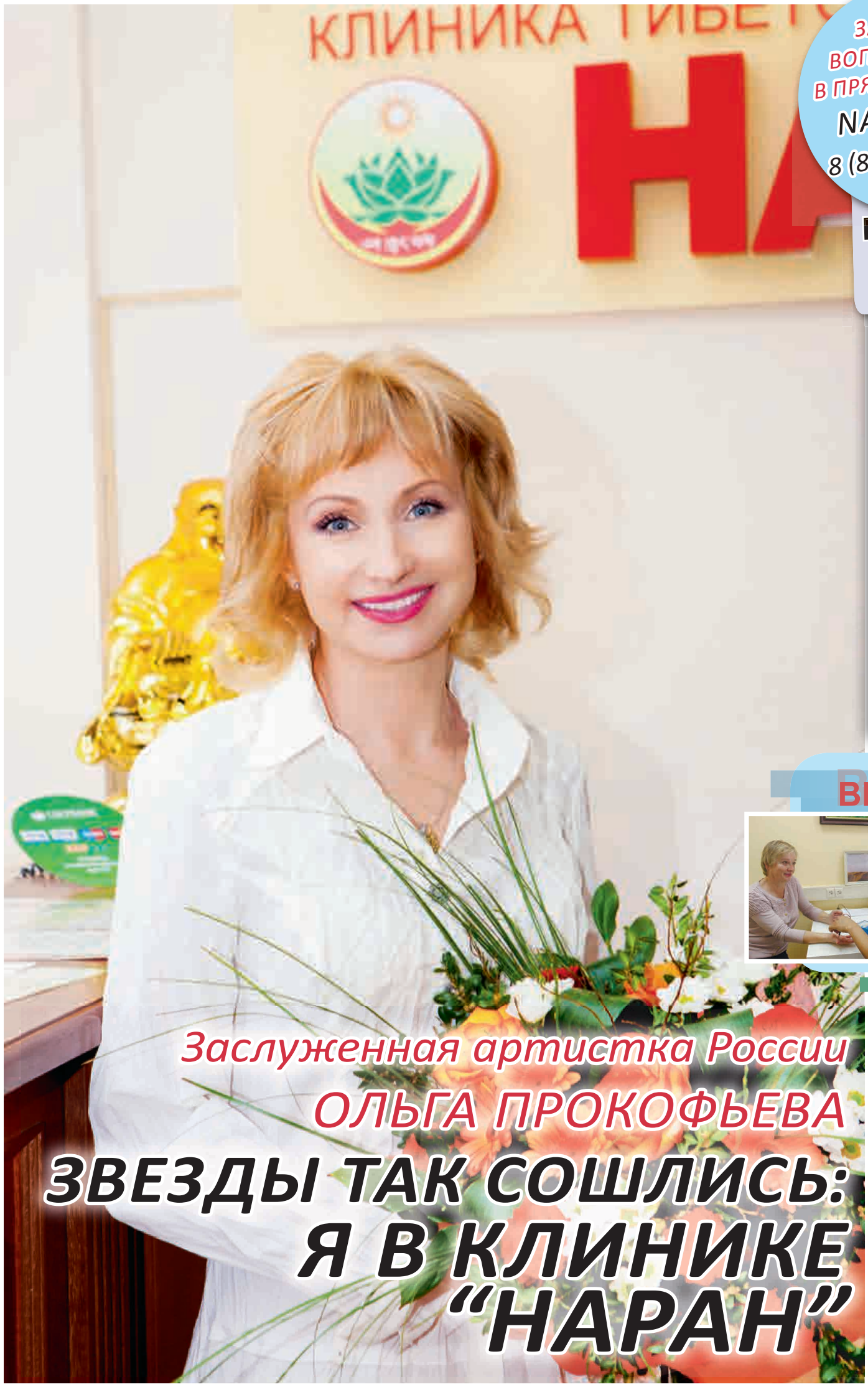
Секреты здоровья

Лечение без химии, гормонов и операций

№ 7 (178) июнь 2015 г.
Выходит с июня 2005 года

WWW.NARAN.RU

НАУЧНО-ПОПУЛЯРНОЕ ИЗДАНИЕ «ВЕСТНИК ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ»



Заслуженная артистка России

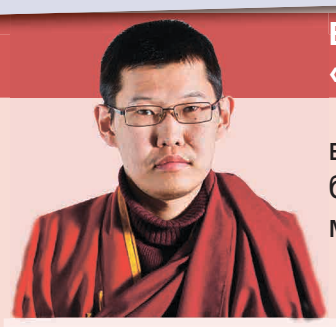
ОЛЬГА ПРОКОФЬЕВА

ЗВЕЗДЫ ТАК СОШЛИСЬ: Я В КЛИНИКЕ “НАРАН”

ЗАДАЙТЕ ВОПРОС ВРАЧУ В ПРЯМОМ ЭФИРЕ
NARAN FM
8 (800)500-12-98

на сайте
naranfm.ru

В клинике «Наран»



ведет прием буддийский монах-астролог.

Гармажаб-лама

проведет специальные ритуалы на:

- открытие «дверей» удачи и процветания
- снятие негативных воздействий
- ритуал на продление жизни
- привлечение финансового благополучия
- устранение препятствий на пути к выздоровлению

8 (800) 500 12 98

ВПЕРВЫЕ

КЛИНИКА «НАРАН»НА ТАГАНКЕ ПРИМЕНЯЕТ

УНИКАЛЬНЫЙ АППАРАТ ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ ОНКОЛОГИИ

Тел.: +7(495)120-11-31

Слово главного врача
КТО БОЛЕЕТ ЛЕТОМ *Стр.* 2

Практика тибетской медицины
ПРИЧИНЫ ОЖИРЕНИЯ У ДЕТЕЙ *Стр.* 4

Вопрос-ответ
ЩИТ НАШЕГО ОРГАНИЗМА *Стр.* 6

СЛОВО ГЛАВНОГО ВРАЧА

Светлана Чойжинимаева,
к.м.н., основатель клиники “Наран”

КТО БОЛЕЕТ ЛЕТОМ,

ИЛИ МОГУЩЕСТВО СЖИГАЮЩЕГО «ЖАРА»

С точки зрения тибетской медицины, основу организма каждого человека составляют три начала, называемые доша, «ветер», «желчь», «слизь». При соблюдении должного образа жизни и питания три конституции служат опорой друг другу и находятся в равновесии. Здоровье, с точки зрения тибетской медицины – это гармоничное состояние этих трех доша (при условии нормального выведения нечистот). Нарушение («возмущение», дисбаланс) одной из них приводит к болезням.

Конституции «ветер» и «слизь» ассоциируются с понятием «холод», т.к. в их основе лежат холодные стихии «ветер» (воздух) – земля и вода – «слизь»., а «желчь», о которой мы сегодня будем говорить, имеет горячую природу стихии огня.

ЛЮДИ-«ЖЕЛЧЬ»

Люди, принадлежащие к конституции «желчь», или по-другому, имеющие жизненное начало (санскрит «доша») «желчь», с трудом переносят жару, жажду, голод, любые неблагоприятные обстоятельства из-за сильно выраженных теплообразующих свойств печени, активности ферментов, быстрого испарения воды из организма и сухости в теле.

Желчь имеет природу жара и стихию огня. Регулирующая система «желчь» включает в себя печень и желчный пузырь, а из жидкостных сред – кровь. Неправильное питание, к которому они склонны, усугубляет жар их крови. Если лица с выраженной желчной конституцией попадают в некомфортные условия, они становятся резкими и нервозными, легко раздражаются, гневятся и плохо себя контролируют. Отрицательные эмоции и характер питания представителей конституции «желчь» действуют угнетающе на работу печени – гнев, обида, ненависть, злость, ревность, раздражительность, зависть, пренебрежение к людям, пристрастие к крепким алкогольным напиткам, злоупотребление мясной пищей (жареное мясо, шашлыки) и острой, горячей, соленой едой, чрезмерное употребление пива и всевозможных тоников особенно плохо сказывается на людях-«желчь». В первую очередь, у них страдает печень, или «старшая царица» организма, как почтительно называют ее тибетские медики.

Болезни «жара» вызываются избытком крови и желчи, то есть «увеличением плохой крови» при большом выбросе из печени в кровь холестерина, триглицеридов, протромбина и других комплексов, которые способствуют быстрому развитию инсульта, инфаркта, атеросклероза, сужению сосудов и т.д.

У огненных представителей конституции «желчь» возможно неправильное распределение в организме энергии – выше на уровне печени наблюдается Ян-состояние (когда верхняя часть тела пребывает в огне – вся горит), а ниже печени – Инь-«холод» (т.е. нижняя часть тела остывает). Такое неравновесное состояние циркуляции энергии в организме хорошо знакомо тем, кто любит загорать на солнце, теряя порой чувство меры: за перегревом наступает озноб, повышается температура, но даже тонкое покрывало при этом так согревает, что человеку вновь становится жарко, он раскрывается, и уже не знает, что ему делать.

Человек, принадлежащий к конституции «желчь», предрасположен, при определенных условиях (стресс, радость, злоупотребление острой, соленой пищей, а также алкоголем и т. д.), к самому неприятному развитию болезни: от острых болей в области сердца и повышения артериального давления до осложнений в виде инфаркта миокарда и инсульта. Болезни «жара» протекают с такими общими симптомами, как ощущение жара в теле, горький и соленый привкус во рту, жажда и понос с желчью, бессонница, сухость в носу, потливость, головная боль, повышенное давление, сердцебиение, кожный зуд, чувство тяжести в груди, стесненность и даже одышка при дыхании.

Болезни «жара» могут протекать в острой форме, но могут иметь и хронический характер – это, в первую очередь, холецистит, панкреатит, воспаления суставов (подагра), кожные болезни (псориаз, экзема, нейродермит), тиреоидит («горячий» зоб). По сценарию «жара» развиваются сердечно-сосудистые заболевания (гипертония, атеросклероз т.д.), сахарный диабет, рак. В целом эти заболевания относятся к болезням от увеличения «плохой, грязной, горячей крови».

Жар, возникающий на своей основе, в несколько раз усиливает признаки и симптомы возмущения «желчи», к которым добавляются понос и рвота с кровью и желчью, бессонница, покраснение глаз, красно-желтая мокрота с соленым привкусом, сухость в носоглотке. Все эти симптомы указывают на усиление «огненной теплоты» желчи, а значит, увеличение «плохой, горячей» крови.

«О болезнях острого (зрелого) жара сказано в «Чжуд-ши»: «легко развиваются и быстро убивают». Такой жар может иметь как инфекционный, так и неинфекционный характер. Легкость и быстрота его развития обусловлены тем, что в организме для этого уже созданы все условия вследствие неправильного образа жизни и характера питания, а также возраста и климатических условий проживания.

> Важное значение имеет психоэмоциональное состояние человека. Нервное расстройство, сильное потрясение или тяжелые переживания (возмущение конституции «ветер») «раздувают» жар печени и крови, и он «сжигает» силы тела.

Сила болезни зависит от климата, сезона, конституции больного и его возраста, от вида доша, вызвавшего болезнь, и от особенностей питания и образа жизни».

В «Чжуд-ши» написано: «Нет желчи – и жара не может быть», «Волнения желчи сжигает силы тыла, ибо желчь обладает природой Огня, потому горяча». Избыточная желчь, всасываясь в кровь, распространяется по всему организму и отравляет его. Нет такой части тела, которая бы не снабжалась кровью, и куда не может попасть желчь.

«Болезни желчи по коже разбрасываются, в мышцах распространяются, по сосудам разбегаются, в кости вонзаются, на плотные органы падают, в полые проваливаются» («Чжуд-Ши», Тантра Наставлений).

При попадании желчи в связки и мышцы наблюдаются боли в поясничной области, ноги начинают неметь, гореть и сохнуть. Характерным симптомом возмущения «желчи» является тугоподвижность позвоночника и шеи, мышцы спины твердые, плотные, на ощупь горячие, также фиксируются распирающие боли в грудной клетке, ощущение нехватки воздуха, чувство тяжести в груди, боль в области сердца, в подмышечной области.

КАКОВЫ ПОСЛЕДСТВИЯ?

В первую очередь, это жар крови как следствие «возмущения» доша «желчь»! Свойственная представителям конституции «желчь» необузданность в еде – злоупотребление горячей, острой, жареной пищей, копчениями и солениями, долгое пребывание на солнцепеке, банях и саунах, эмоциональные и физические нагрузки (стрессы, занятия спортом и фитнесом, дачные работы), а также перепады атмосферного давления, магнитные бури заставляют их организм работать на пределе. Все это приводит к тому, что печень начинает в избытке вырабатывать желчь и другие вещества, которые попадают в кровь, разносятся по всему организму, отравляя его. Кровь становится горячей и вязкой. Первым страдает сердце, затем поджелудочная железа, желудок, кишечник и другие органы, что открывает прямую дорогу к атеросклерозу, ишемической болезни сердца, гипертонии, инфаркту и инсульту. Параллельно часто развиваются желчнокаменная болезнь, холецистит, панкреатит, сахарный диабет по «горячему» типу, язвенная болезнь желудка, язвенный колит; мочекаменная болезнь, нефриты, подагра, артрозы, псориаз, экзема, акне. Нужно хорошо осознать все «прелести» возмущения «желчь».

РЕКОМЕНДАЦИИ «ГОРЯЧИМ» ЛЮДЯМ

В летний период людям-«желчь» показаны прохладные помещения, перемена климата на более прохладный, а также «прохладная» диета (каши на воде, обезжиренный творог, кефир, окрошка, омлет из яичных белков, отварные курица и рыба, сухари, некислые фрукты, отказ от солений, копченостей, алкоголя). Эффективно лечение, включающее точечный массаж, иглоукалывание (и другие методики в комплексе, в зависимости от индивидуальности человека), тибетские фитопрепараты, разжижающие загустевшую кровь, оказывающие сосудорасширяющее действие и т.д.

БЕРЕГИТЕ СВОИХ БЛИЗКИХ – ЗАБОТЬТЕСЬ О СЕБЕ!

КРУПНЫМ ПЛАНОМ

Ольга Прокофьева,Заслуженная артистка России, актриса Театра им. Маяковского

ЗВЕЗДЫ ТАК СОШЛИСЬ – Я В КЛИНИКЕ «НАРАН»!

В клинике тибетской медицины «Наран» на Юго-Западной, которая славится врачами-профессионалами высокого уровня, теплом и добротой сотрудников, а также изысканностью и красотой дизайнерского оформления, ожидали приезда Ольги Прокофьевой. И она приехала, легкая, оживленная, с очаровательной детской улыбкой. «Я пройду лечение в клинике, я уже приняла решение», – радостно сияя глазами сказала она после великолепного сеанса лечения, который провел один из легендарных врачей клиники Владислав Лян

– Ольга, расскажите, Вы пробовали раньше процедуры тибетской методики?

– До сегодняшнего дня я не была знакома с методами тибетской медицины, но я о ней слышала от своих знакомых, и, как правило, это всегда были положительные отзывы. После сегодняшних процедур я поняла, что нужно больше себя любить, баловать и всем этим пользоваться, потому что здесь есть действительно очень эффективные восстанавливающие программы.

– Ольга, поделитесь, пожалуйста, своими впечатлениями от процедур, которые Вам провели.

– Сегодня я получила колоссальное удовольствие и потрясающе себя чувствую – до процедур испытывала эмоциональную перегрузку, ведь нервная система об этом всегда незамедлительно сигнализирует, и чувствуешь переутомление. Сейчас все мои мысли где-то далеко и думаю совершенно о другом, такая своеобразная перезагрузка. Я очень довольна, что потратила время с пользой для себя, впредь не буду откладывать заботу о своем здоровье из-за плотного графика.

– Как Вы отнеслись к методам внешнего воздействия, например, к точечному массажу?

– Массаж был замечательный, и для меня немного специфический. С таким массажем я встретилась в первый раз. Сегодня был немножко усиленный массаж по сравнению с массажами, которые я испытала, но я решила – потерплю, и не пожалела, потому что после остаются приятные ощущения. Врач нажимает на разные точки достаточно сильно, благодаря этому и достигается нужный эффект. Иголки до этого я никогда не ставила, но уважительно к ним всегда относилась и вот сегодня решилась их сделать. Еще вот такую интересную процедуру сегодня испытала на себе. Знаю, что это тоже очень эффективно, когда они делаются в комплексе с другими процедурами. У иглоукалывания как раз, насколько мне известно, накопительный эффект, и проявляется его действие не сразу, а через какое-то время. Было настолько все прекрасно, наверное, звезды так сошлись, это было именно то, что мне было нужно сразу после перелета, в конце трудного дня, приехать к вам.

– Помимо иглоукалывания и точечного массажа делали ли Вам что-то еще?

– Сеанс стоун-терапии – расслабляющий массаж теплыми камнями. Вообще все, что связано с теплом, – это мое. После процедуры мне стало очень комфортно, согрелись руки и ноги, пошла приятная реакция по всему телу. В первую очередь стоун-терапия эффективна для снятия стресса, для общего расслабления организма. После сделали легкий массаж головы по определенным точкам – очень приятный эффект, несравнимый ни с чем. Так что я в это во все верю и чувствую себя сейчас отлично, да еще и любимым имбирным чаем угостили, который я тоже себе иногда дома делаю, с лимоном и медом, это очень полезно. Ощущаю себя обновленной.

Мнение врача Владислава Ляна:

«В тибетской медицине существует всего 4 метода лечения. И они иллюстрируются в Атласе тибетской медицины в виде древа с четырьмя стволами. Важно, чтобы человек вел правильный образ жизни, стиль жизни, поведение, мысли, чистое сознание – это и есть первый этап лечения. Второй ствол – правильное питание. Третий ствол означает собой прием фитопрепаратов, внутреннее лечение, которое назначается врачом индивидуально. Эти препараты очень схожи с нашим организмом, потому что созданы самой природой. Четвертый метод лечения – внешние процедуры, то, что мы сделали для Ольги. Внешние процедуры подразумевают воздействие на организм человека в целом. Специалисты нашей клиники работают по авторской методике, созданной врачами Светланой и Баиром Чойжинимаевыми.

Ника Тимофеева

ИЗ “КНИГИ ОТЗЫВОВ”

Мария Колкунова, пациентка клиники «Наран»

ПОЛЛИНОЗ У РЕБЕНКА: РЕЗУЛЬТАТ НА ВСЕ 100!

– Мария Леонидовна, с какой проблемой Вы обратились в клинику?

– Я обратились с проблемой ежегодного весеннего поллиноза у своего сына Антона (9 лет). С этой проблемой мы обращались и в гомеопатию, и в классическую медицину, результатов никаких. К тому же у нас повышенная возбудимость, плохой сон, нерегулярный аппетит и повышенная усталость. Прошли девять сеансов по программе «Детки, не болейте». Мы очень довольны результатом, ну очень! Не знаю, что будет с весенним поллинозом, но у Антона улучшилось все – аппетит, сон, настроение, даже успеваемость в школе повысилась. Сеанса через три мы уже увидели результат и были приятно удивлены.

– Курс лечения у вас закончился?

– Да, мы закончили лечение, но через месяц мы будем показываться на консультации, чтоб осмотрели, как протекает процесс наш запущенный.

– Как Вы узнали о клинике?

– Мы обращались к докторам китайской медицины, но разница в том, что они только препараты выписывают, больше ничего не делали. А о клинике «Наран» мы услышали и от друзей, и от врачей китайской медицины.

– Поделитесь, пожалуйста, с нашими читателями своими впечатлениями…

– Я жалею, что закончился курс лечения, потому что в тот час, что ребенок здесь занимался, я отдыхала душой и телом. Дома у нас еще дети, поэтому это была возможность вырваться и отдохнуть, побыть сама с собой. Очень приятная атмосфера. Потрясающе доброжелательный доктор, Кан Нелли Феликсовна, очень чуткая, внимательная, заботливая. Также меня удивило, порадовало: музыка, мантры, чай, атмосфера дружелюбная. Мне кажется, что и сын тоже немножечко грустит, что лечение закончилось.

Алдар Дондоков,
главный редактор интернет-радио NaranFM

ПРАКТИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ

Валерий Анбушинов, врач-педиатр клиники «Наран», м. Войковская

ЖИРТРЕСТ, СЛОНИХА И ДРУГИЕ... ПРИЧИНЫ ОЖИРЕНИЯ У ДЕТЕЙ

Во власти доктора Анбушинова помочь ребенку при ожирении, сахарном диабете, бронхиальной астмы, избавить его от логоневроза, аденоидов, отита, гайморита, хронической усталости, сколиоза, невроза, энуреза и многих других хронических заболеваний.

Врач-педиатр тибетской медицины, член Международной Ассоциации врачей тибетской медицины Валерий Дмитриевич Анбушинов работает в клинике тибетской медицины «Наран» практически с самого начала его основания. Об его умении понимать и чувствовать своих маленьких пациентов ходят легенды.

Дети находятся в полной зависимости от взрослых. Они не разбираются, какая еда может сделать их здоровыми или больными. Наиболее правильно (чисто интуитивно) питаются малыши. Понаблюдайте, как они едят: все строго отдельно. Это уже потом заботливые мамы и бабушки подсовывают ребенку хлеб к котлетке, картофель к рыбке, подкладывают гарнир, дают запить сладким чаем (компотом), а на десерт – конфеты, варенье.

Образ жизни и характер питания, традиционно сложившийся в семье, – вот два основных аспекта, являющиеся главными виновниками ожирения сначала у детей и далее у взрослых.

И мало кто при этом задумывается, что при превышении веса у ребенка (а он неизбежен при бездумном кормлении) возможны проблемы со здоровьем. Это и одышки, и отеки, потливость, запоры, повышенный аппетит (особенно к вечеру), боли в области сердца, кожные проблемы в подростковом возрасте, аллергические реакции в виде ринитов, бронхиальной астмы (вплоть до отеков Квинке), проблемы с суставами и т.д.

! Ожирение является причиной многих серьезных заболеваний, среди которых сахарный диабет 2 типа, бронхиальная астма, псориаз.

С точки зрения тибетской медицины, дети требуют индивидуального подхода не только в воспитании, но и в еде.

Тибетская медицина выделяет три основных типа конституций-темперамента: «ветер», «желчь», «слизь». Конституции отличаются не только по психоэмоциональному состоянию (темпераменту, характеру), но и физиологическим процессам (обмену веществ) и внешним признакам (физическим параметрам).

Конституциональные типы детей, склонных к ожирению:

Дети конституции «слизь»

едят практически все, что им подадут. Как правило, они сладкоежки. Здесь имеются в виду не только сладости, но и продукты белковой и жировой природы, которые тибетская медицина причисляет к продуктам, обладающим сладким вкусом. Это и хлеб, и мясо, и рыбы, и макароны, а также крупы, молочные продукты, фрукты и овощи. Детки-«слизи» всеядны и с младенчества (генетически) обладают хорошим аппетитом. В их рационе, благодаря бабушкам и мамам, всегда присутствует еда сладкого, пресного вкуса.

Такое питание способствует накоплению лишнего веса, добавляет лености, вялости, с годами у детей развиваются симптомы несварения. Начинает наблюдаться вздутие живота, отрыжка, запоры, тошнота.

Дети конституции «желчь» отдают предпочтение мясу. Они однозначно мясоеды. Мальчики в своих кулинарных пристрастиях рано пробуют острый, соленый вкусы, любят жареные мясо и картофель. В общем, отдают предпочтение жареному, острому, соленому, кислому.

Как правило, усмирять раздраженных детей-«желчь» домочадцам приходится сладким, и ребенок как будто стабилизируется, но на самом деле из чистой конституции «желчь» он переходит в смешанную конституцию «желчь-слизь», откуда и начинается его старт к избыточному весу.

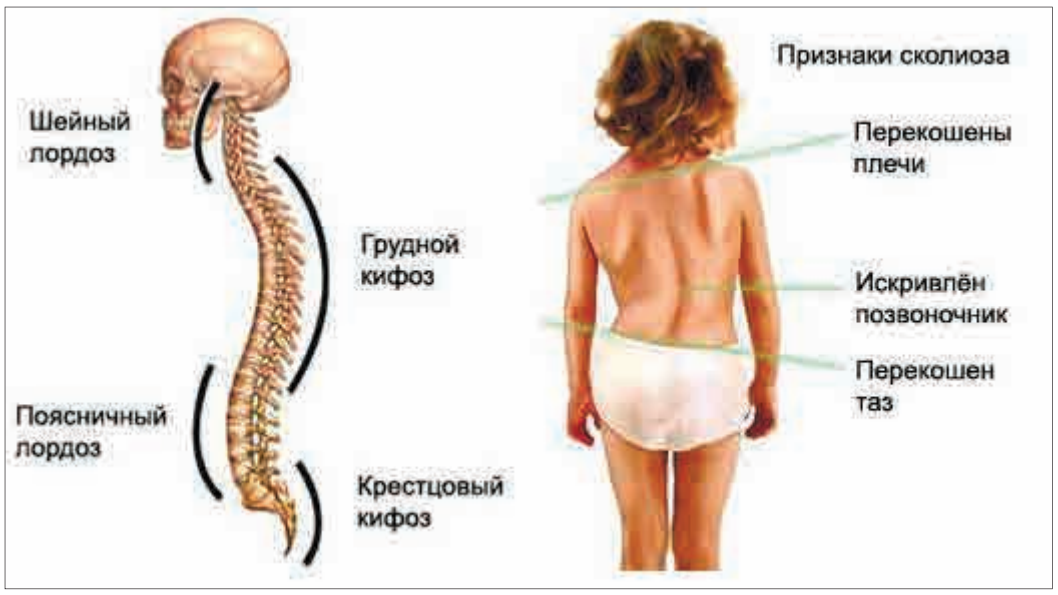
Дети конституции «ветер» – ожирение не грозит – они худенькие, юркие и быстрые, очень активны от природы. «Ветерки» быстро наедаются, получают заряд энергии и так же стремительно теряют ее.

§ Резюме: ребенок должен вести образ жизни соответственно своей природной конституции. Питаться нужно также согласно природной конституции: либо поддерживать пищеварительный «огонь» желудка, либо, наоборот, усмирять.

КРИВАЯ СПИНА – ПРОБЛЕМА НА ВСЮ ЖИЗНЬ!

Следите за состоянием позвоночника ребенка подобно хорошему сторожу

Не так давно об этом случае рассказали многие газеты и ТВ: 12-летняя российская спортсменка (девочку готовили в юношескую сборную по синхронному плаванию) стала инвалидом. Вдруг за три месяца у ребёнка вырос горб. Врачи поставили страшный диагноз – тяжёлая форма сколиоза.



Позвоночник («столб из золотых монет») держит спину, по нему проходит меридиан мочевого пузыря, на котором «включаются» и «переключаются» остальные меридианы. Можно сказать, что позвоночник – это переключатель энергии. Благодаря огромному количеству нервных ответвлений позвоночник курирует работу всех органов и систем организма. Если у ребенка искривлен позвоночник, то он по определению обречен на нездоровье, болезни, и все говорит о том, что энергетические процессы в организме идут неправильно. Только комплексное лечение «золотого столба» в «Наране» дает результат, который позволяет смотреть на мир смело и жизнерадостно.

Осложнения при сколиозе:

- ► Вегето-сосудистая дистония
- ► Хроническая головная боль, головокружение
- ► Снижение работоспособности (успеваемости в школе)
- ► Снижение физической активности
- ► Отставание в физическом развитии
- ► Укорочение одной ноги
- ► Снижение остроты зрения и ослабления слуха
- ► Расстройства желудочно-кишечного тракта
- ► Усиление хронических заболеваний (почек, щитовидной железы, суставов, бронхолегочной системы)
- ► Неправильная работа внутренних органов

АНАТОМИЯ БОЛЕЗНИ

Тибетская медицина многим дает возможность излечиться, не прибегая к скальпелю хирурга.

Зоя Эрдни-Горяева,
врач клиники «Наран»,м. Юго-Западная

КОВАРСТВО ЖЕНСКИХ «СКРАНОВ»

Миома матки: можно ли обойтись без операции

Миома матки – доброкачественное новообразование мышечной и соединительной ткани матки, среди опухолей (тиб. скраны) женских половых органов миома занимает ведущее место, от этого заболевания страдают около 30% женщин.

В последние годы патология значительно помолодела. Если раньше с подобной проблемой к врачу обращались главным образом 50-летние женщины, то в наши дни миома не редкость даже у молодых женщин в возрасте 18–20 лет и старше (при этом миома встречается у нерожавших женщин).

Для молодых женщин миома создает значительные трудности в плане зачатия и успешного вынашивания беременности. Огромную роль в развитии заболевания играют аборты, а также воспалительные процессы не только женских репродуктивных органов, но и организма в целом. С точки зрения тибетской медицины, матка тесно связана с почками, которые питают все органы малого таза. Поэтому нормальная циркуляция крови и энергии в матке возможна только при хорошем состоянии почек. Их жизненная энергия определяет нормальный менструальный цикл и протекание беременности. Различные хронические заболевания ослабляют функцию почек, а это, в свою очередь, приводит к снижению их энергии и накоплению «холода». В результате нарушается кровообращение в области малого таза, развивается застой крови и энергии, как в матке, так и в близлежащих органах.

Достаточно распространено мнение, что наилучшим средством лечения миомы является операция. К сожалению, оперативное вмешательство не всегда искореняет болезнь – в 28% случаев возможно повторное развитие.

Особенно если речь идет о частичном удалении опухоли из матки при отсутствии показаний к ее экстирпации (полному удалению). Необходимость операции определяется множеством факторов, в том числе размерами опухоли, симптомами заболевания, общим состоянием женщины, наличием хронических или инфекционных заболеваний, осложнений от самой миомы в виде маточных кровотечений.

Акцент делается, в первую очередь, на остановке роста миоматочных узлов. Комплексная терапия изгоняет «холод», согревает кровь и устраняет застойные процессы в области малого таза. Прием фитопрепаратов на основе проверенных временем тибетских средств нормализует гормональный фон женского организма, что положительно влияет на функцию яичников и щитовидной железы. Терапия направлена на устранение воспалительных процессов в матке, выведение лишней слизи, нормализацию психоэмоциональной сферы.

В арсенале тибетской медицины существуют сборы, которые при начальных стадиях миомы «высушивают» опухоль, устраняют «холод» почек, обладают противовоспалительными свойствами. Внешние лечебные процедуры нормализуют движение крови и энергии в меридиане почек, очищают кровь и оказывают на миому рассасывающее действие. Воздействие ведется на точки, устраняющие застой крови в малом тазу, и точки, прибавляющие энергию в почках. Для эффективности лечения большое значение имеет выполнение врачебных рекомендаций по питанию, соблюдение теплового режима.

Обычно в предклимактерическом возрасте (после 40 лет) лечение без скальпеля проходит наиболее удачно. Не спешите под нож! А к возрасту 50 лет и старше миома под действием рекомендаций врача тибетской медицины практически полностью рассасывается.

ВАЖНО! Чудодейственное влияние на миому оказывают тибетские фитосборы. Как правило, это многокомпонентные сборы, состоящие из 2–3 десятков ингредиентов.

Миомы матки можно избежать, если соблюдать рекомендации тибетской медицины: вести образ жизни и питаться согласно природной конституции (пища должна быть направлена на устранение избыточной слизи), не переохлаждаться, не нервничать, контролировать свои эмоции, усмирять гнев и проходить профилактические процедуры в клинике «Наран».

За 26 лет практической деятельности клиники «Наран» фитосборы помогли сотням женщин избежать операции, и многие из них обрели счастье материнства.

NARANFITO.RU
ТИБЕТСКИЕ ФИТОСБОРЫ – ЛУЧШИЙ ВЫБОР
тел:. +7 (800) 775 52 62,
+7 (495) 255-10-89
Курьерская доставка по Москве, наложенный платеж по России

ПО РЕЦЕПТУ ДОКТОРА ЧОЙЖИНИМАЕВА

Отвар,

гармонизирующий женское начало

Показания к применению: гинекологические заболевания – бели, миома, фибромиома матки, аднексит, обильные менструации, эндометрит, маточные кровотечения.

Состав: миробалан хебула, панцерия, боровая матка, грушанка, бадан, кашкара, корни крапивы.

Механизм действия: противовоспалительное и противомикробное действие в области мочеполовой системы, борется с различными урогенитальными инфекциями, снимает отёк слизистой, боли и спазмы, а также другие симптомы гинекологических воспалений, оказывает дополнительное кровоостанавливающее действие.

ТИБЕТСКИЙ АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ

ИЮЛЬ 2015 ГОДА

Благоприятные дни для стрижки волос

1, 2, 5, 8, 9, 12, 13, 19, 20, 21, 22, 24, 26, 27, 29, 31

Стрижка волос в благоприятные дни 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

8, 10, 11, 13, 14, 17, 19, 23, 25, 26, 29

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

Благоприятные дни для приема лекарств

7, 9, 12, 16, 17, 19, 21, 22, 23, 31

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»

2, 11, 16, 24, 26, 31

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

СЛОВАРИК

В тибетской медицине организм человека – это единая система, основой которой являются три жизненных начала (конституции, доша) «ветер», «желчь» и «слизь».

Представитель конституции «ветер»

Представитель конституции «желчь»

Представитель конституции «слизь»

В здоровом теле регулирующие системы «ветер, желчь и слизь» уравновешены. Переизбыток одного доша вносит дисбаланс в работу организма, что приводит к различным специфическим расстройствам и заболеваниям. Итак, «ветер, желчь и слизь» пребывают как потенциальные причины болезней, пока в них нет изменений. Как только равновесие между ними нарушается, это приводит к болезням.

«Пока в доша нет изменений, они не проявляют себя как причины болезней, но как только равновесие между ними нарушится, они делаются сутью болезней («Чжуд-Ши», Тантра Объяснений).

Мантра для продления жизни
Ом бурэм суха

ВОПРОС – ОТВЕТ

ЩИТ НАШЕГО ОРГАНИЗМА

Слышала, что щитовидная железа часто страдает не только от недостатка йода? Так ли это на самом деле?

Светлана Н., Краснодарский край

Отвечает **Евгения Бастуева,** врач рефлексотерапевт, член Международной Ассоциации врачей тибетской медицины. (клиника «Наран» на Красных воротах)

Окончила Ярославскую государственную медицинскую академию, прошла повышение квалификации в Российской медицинской академии последипломного образования.

Щитовидная железа – одна из желёз внутренней секреции – имеет форму бабочки, располагается на передней поверхности горла, крепится к гортани, над «адамовым яблоком», охватывая нижние отделы гортани и верхние отделы трахеи.

В традиции тибетской медицины щитовидная железа относится к конституции «слизь» (эндокринная и лимфатическая системы).

Ее работа способствует росту и развитию организма, половому созреванию, деторождению. Гормоны щитовидной железы регулируют практически все процессы в организме: дыхание, прием пищи, сон, движение, а также теплообмен и работу нервной и иммунной системы. Эти гормоны необходимы для нормального умственного и физического развития человека – без них невозможно воздействие гормона роста на мозг. В целом, без нормального функционирования щитовидной железы трудно представить здоровый организм. В тибетской медицине различают восемь видов болезней щитовидной железы, возникающих вследствие расстройства конституций ветер, желчь и слизь. К возмущению этих конституций приводят нервные стрессы, негативные эмоции, экологическая обстановка, неправильный образ жизни и проблемы с питанием (переедание, злоупотребление алкоголем, острой, кислой, горькой и жирной пищей).

Главная функция щитовидной железы состоит в контроле над основным обменом веществ и усвоением кислорода в организме. Щитовидная железа может ускорить обмен веществ (при усиленном питании) или, наоборот, замедлить его (при недостатке питания), снизив количество выделяемых ею гормонов.

Щитовидная железа может работать идеально при условии гармоничного состояния трех регулирующих систем (доша) – «ветер», «желчь», «слизь» – нашего организма. При расстройстве конституции «ветер» (нервная система) развивается зоб «ветра», «возмущение» желчи вызывает зоб «желчи». Увеличение щитовидной железы с нарушениями ее функций от избытка жира, слизи, лимфы и воды происходит по причине увеличения и расстройства «слизь».

ПРИЧИНЫ ЗОБА

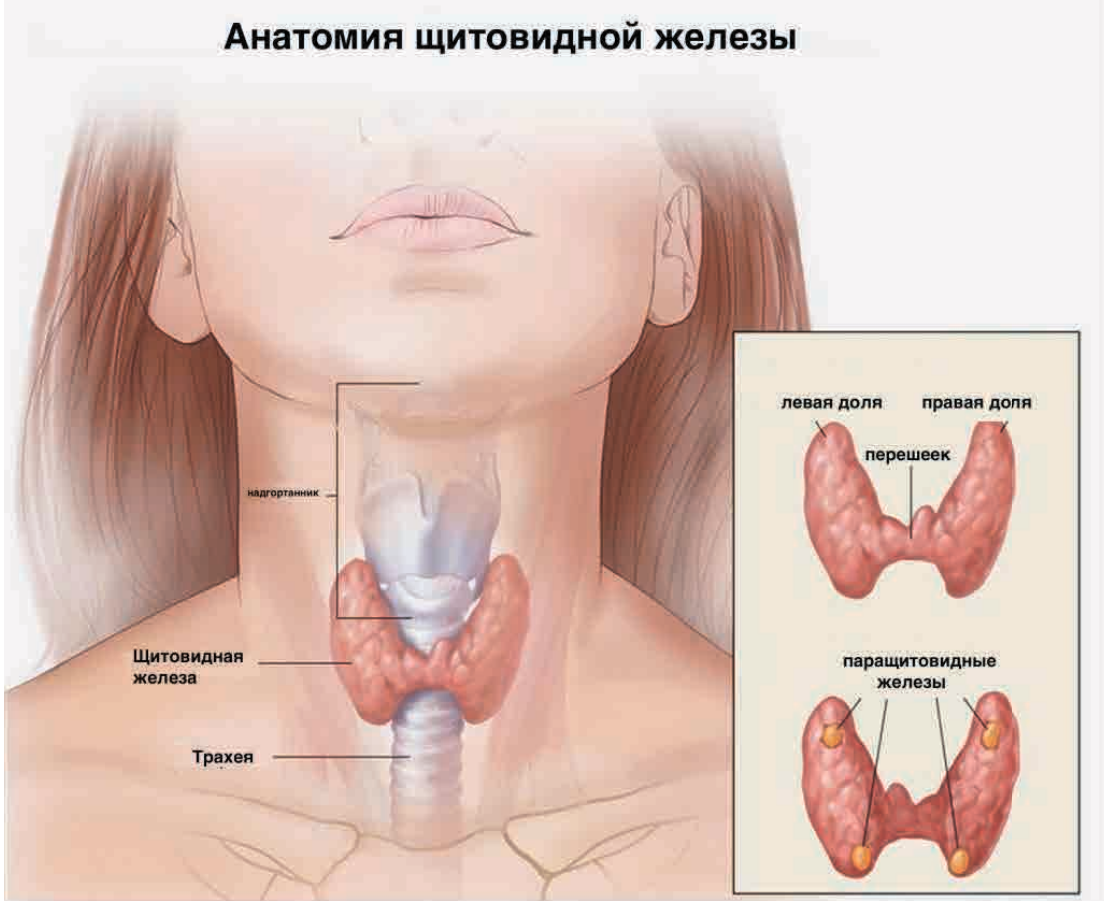
Особую роль в развитии заболеваний щитовидной железы играет эмоциональный фактор (возмущение конституции «ветер»). В первую очередь это относится к такой черте характера, как обидчивость. Постоянное переживание обид, когда стресс держится в себе, нарушает нормальный кровоток, течение энергии на уровне горла, что плохо влияет на щитовидную железу. Накапливаемые обиды, подавляемые слезы вызывают спазмы шейного нервного узла, отвечающего за иннервацию щитовидной железы. При хронических воспалительных заболеваниях носоглотки, частых респираторных заболеваниях, ларингитах и тонзиллитах создаются все условия для возникновения воспалений щитовидной железы (тиреоидитов) и последующего ее увеличения (зоб) с развитием узлов. Нехватка йода в почве, воде, в плодовых деревьях, злаках, овощах, безусловно, сказывается на разрастании щитовидной железы человека. Но зоб также распространен у людей, живущих на берегу морей и океанов. С точки зрения тибетской медицины, на развитие зоба оказывают влияние все те же три регулирующие системы организма «ветер» (нервная система), «желчь» (пищеварительная система) и «слизь» (лимфатическая и гормональная системы). Увлечение сочной, сытной, жирной, с избытком углеводов, чрезмерно острой едой сказывается на возмущении (увеличении) «слизи», «желчи». Они приходят в расстройство, и кровь, насыщенная жиром, слизью, водой, омывает щитовидную железу. И таким образом, день за днем, год за годом происходит медленное, но верное увеличение, разрастание тканей щитовидной железы. Клетки щитовидной железы заполняются водой, жиром, слизью и не справляются со своими основными функциями выделения гормонов. Становится понятным, что первую скрипку в оркестре нашего организма играет не сама щитовидная железа, а три основополагающие регулирующие системы (доша), конституции «ветер», «желчь» и «слизь». У людей конституции «слизь» и «ветер» заболевания щитовидной железы протекают по типу «холода», у «желчи» – по типу «жара» («горячий» зоб).

Последствия нездоровья щитовидной железы могут быть многочисленными и серьезными: из-за нарушения обмена веществ, который контролирует щитовидная железа, быстро развивается атеросклероз и сердечно-сосудистые заболевания, высок риск развития сахарного диабета, отложения жира во внутренних органах.

СИМПТОМЫ

Увеличение щитовидной железы происходит медленно, так как зоб растет незаметно и больной не замечает утолщения шеи несколько лет. Случайно осматривая себя в зеркало, человек может обнаружить уплотнение и утолщение в области горла, заостренные узлы в нижней части шеи. Иногда заболевание начинается с одышки (трудно вдохнуть, непроходимость воздуха), сердцебиение, потливость. Пот может быть горячим при возмущении «желчи», и «холодным», если причиной зоба является накопление «слизи». У некоторых пациентов может наблюдаться охриплость голоса, ощущение «пустоты» или, наоборот, «комка» в горле, затруднение при проглатывании пищи. Физические нагрузки даются с трудом, подъем на лестницу, гору становится затруднительным. Любые физические нагрузки сопровождаются обильным потоотделением, сердцебиением, одышкой. Характерными симптомами являются также отек и гиперпигментация век. Глаза увеличиваются, развивается пучеглазие (синдром Мерфи), иногда случается, что поражается один глаз. Возникает одышка и снижение жизненной емкости легких из-за накопления в них слизи. У больного также отмечается частое и обильное мочеиспускание. У женщин может наблюдаться нарушение менструального цикла, а у мужчин – значительное увеличение грудных желез и серьезное снижение потенции вследствие возмущения «слизи» всепроникающей.

Подробнее на сайте
NARAN.RU



ПРИГЛАШАЕМ НА ДНИ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ В КЛИНИКЕ «НАРАН»

лечение с 50% скидкой

(м. Войковская, Таганская, Красные ворота, Юго-Западная)

с 10 по 12 июля в 12:00 часов

Лекции читают лучшие врачи клиники «Наран»

Вход свободный

10 июля
Лекция «Остеохондроз позвоночника, корешковый синдром, межпозвоночная грыжа»

11 июля
Лекция «Заболевания щитовидной железы (узловой зоб)»

12 июля
Лекция «Ожирение + сахарный диабет»

Узнайте, как избавиться от хронических заболеваний методами тибетской медицины!

8 (800) 500 12 98

«Чьяванапрашам» легендарный «бальзам бессмертия»

Настоящий эликсир молодости, жизни, бодрости и здоровья из Южной Индии.
С глубокой древности он продлевает молодость, поддерживает здоровье, силу и долголетие, защищает от инфекций и заболеваний.

Основа продукта:
мякоть индийского крыжовника Амла – самого богатого источника витамина С в природе. Среди ингредиентов более 40 целебных растений. Богат витаминами (аскорбиновая кислота, каротиноиды, флаваноиды, витамины В) и микроэлементами (кальций, серебро, железо, магний, фтор, йод, кремний, литий, марганец).

Прекрасное тонизирующее и антистрессовое средство, повышает энергию, питает мозг и улучшает память.
Полезен при простудных заболеваниях, гриппе, ревматизме, стрессе, пневмонии, астме, одышке, лихорадке, болезнях сердца и т.д.
Помогает больным туберкулезом с различными формами.
Улучшает кожу лица – питает, придает естественный блеск и сияние, борется с бактериальными инфекциями.
Способствует росту здоровых и прочных волос, укреплению костей, зубов и ногтей.
Приводит иммунную систему в равновесие, обостряет все органы чувств.
Помогает организму бороться с процессом старения.
Тонизирует мышцы и улучшает функции суставов.
Нейтрализует последствия радиотерапии и химиотерапии при онкологических заболеваниях.

ДЛЯ ЛЮБОГО ВОЗРАСТА – ОТ ДЕТЕЙ ДО ПОЖИЛЫХ

Подарите себе и своим близким «Чаванпрашам» - залог долгой и здоровой жизни, свободной от болезней!

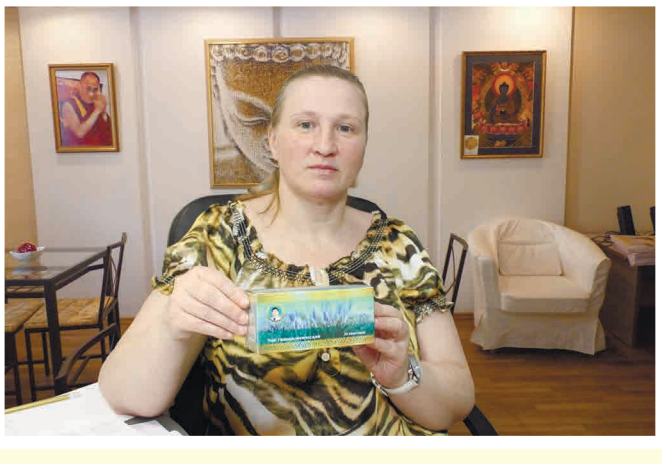
на правах рекламы

ПРОДУКЦИЯ ООО «ЛОТОС – ИДЕАЛЬНОЕ ДОПОЛНЕНИЕ К КОМПЛЕКСНОМУ ЛЕЧЕНИЮ

ЛОТОС

«Лотос» - производственное подразделение холдинга «Наран» выпускает лекарственные сборы, чаи, фитопрепараты по рецептурникам доктора Баира Чойжинимаева, известного врача тибетской медицины и фитотерапевта.

Четко и скрупулезно выверенные сборы трав, произрастающих в местах, далеких от гари, копоти и химических испарений – на Байкале и Алтае, производят ошеломляющий по своему воздействию медицинский эффект.



Пациенты клиники «Наран» открыли для себя своеобразный «клондайк» и испытали на себе могучую силу трав, рецепты которых составил достойный сын байкальской земли доктор Баир Чойжинимаев.

Анна Китаева, пациентка клиники «Наран»:

«Я страдаю заболеваниями гинекологического характера. Сразу могу заверить, что сборы доктора Баира Чойжинимаева мне помогли. Сила фитосборов ощущается и принимается организмом с благодарностью. Спасибо «Нарану» за ту огромную работу, которую они проводят для своих пациентов».

Тел.: 8 (800) 775 52 62 Сайт: **NARANFITO.RU**

Клиника тибетской медицины № 1 в России

НАРАН

Основана в 1989 г.

ЗАПИСЬ НА КОНСУЛЬТАЦИЮ

8 (800) 500 12 98

звонок по России бесплатный

5 причин для обращения в «Наран»

- ☑ **26 лет** работы в области тибетской медицины
- ☑ **Авторские методики** основателей клиники Светланы и Баира Чойжинимаевых
- ☑ **Бесплатная консультация**, диагностика по пульсу, тест на определение конституции человека
- ☑ **Доступное и качественное лечение** без побочных эффектов
- ☑ **Все методы лечения** у одного врача

КОМПЛЕКСНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

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

Чай, изготовленный по канонам тибетской науки о трех регулирующих системах человека «ветер», «желчь», «слизь».

Чай для конституции «Слизь»

Утренний чай восстанавливает нормальную работу пищеварительной системы, стимулирует повышение энергии, регулирует вес, поддерживает здоровье в холодную погоду. Чай придаст вам энергию на целый день.

Состав: Zingiber oficinalis, Punica granatum, Trachuspermum ammi, nigella sativa, Camellia theifera, Ellettaria cardamonum, Cinnamomum zeylinacum.

Приготовление: Один пакетик залить кипятком и настаивать 5 мин. По вкусу можно добавить мёд.

Чай для конституции «Желчь»

Дневной чай успокаивает и нормализует внутренние и внешние энергетические силы организма, устраняет жар печени, застои в желчном пузыре, балансирует органы пищеварительной системы.

Состав: Rubus hoffmeiteriannus, Symplocos paniculata, Cuminum cyminum, Camellia theifera, Rosa bronunii, Carthamus tinctorius, Mentha sylvestris, Glycyrrhiza glabra.

Приготовление: Один пакетик залить кипятком и настаивать 5 мин. По вкусу можно добавить сахар.

Чай для конституции «Ветер»

Вечерний чай. Тибетская медицина считает, что жизненная энергия может быть сбалансирована, а негативные явления удалены. Вечерний чай улучшает самочувствие, успокаивает центральную нервную систему, снимает напряжение, устраняет усталость, нормализует сон.

Состав: Rosa bronunii, Carum carvi, Myristica fragrans, Illicium verum, Zingiber oficinalis, Piper longum.

Приготовление: Один пакетик залить кипятком и настаивать 5 мин.

Интернет-магазин тибетской медицины

NARANFITO.RU

Курьерская доставка по Москве, наложенный платеж по России

тел:. +7 (495) 255 10 89, +7 (985) 641 83 69

ООО «Лотос»
г.Москва 4-й Лихачевский пер. д.4

Филиалы клиники «Наран»

МОСКВА

м. «Войковская», платформа «Ленинградская»
5-й Войковский проезд, д. 12
Тел. +7 (495) 221-21-84, +7 (964) 783-32-22
+7 (495) 374-73-92

м. «Красные Ворота»
Большой Козловский переулок, д. 4
(территория Дипакадемии МИД)
Тел. +7 (495) 374-69-25,
+7 (903) 288-81-80

м. «Юго-Западная»
проспект Вернадского, д.105, к. 4
Тел. +7 (495) 374-69-31
+7 (906) 758-28-11

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

м. «Проспект Просвещения»
проспект Просвещения, д. 33, корп. 1
Тел. +7 (812) 595-03-80,
+7 (812) 595-03-82,
+7 (921) 880-87-19

м. «Чернышевская»
ул. Таврическая, 9
Тел. +7 (812) 577-13-67
+7 (812) 577-15-43
+7 (921) 880-87-42

КАЗАНЬ

Остановка Университет (Ленинский сад)
ул. Галактионова, 3
Тел. +7 (843) 236-41-92
+7 (843) 236-41-93
+7 (967) 367-07-05

Остановка Фатыха Амирхана
ул. Чистопольская, 72
Тел. +7 (843) 560-42-55
+7 (843) 236-41-93
+7 (987) 205-19-98

ЕКАТЕРИНБУРГ

ул. Горького, 65 (2 этаж)
Тел. +7 (800) 775-38-80
+7 (343) 270-60-08
+7 (967) 639-76-25

WWW.NARAN.RU

КАПСУЛЫ «САТИБО»

СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ ЛИБИДО ДЛЯ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН

Показания к применению для мужчин: слабая и непродолжительная эрекция, ускоренное семяизвержение, эректильная дисфункция.

Показания к применению для женщин: слабое половое влечение, низкая чувствительность эрогенных зон. Лечебное действие: способствует повышению энергетического обмена, уменьшению сонливости, быстрой утомляемости. Оказывает расслабляющее действие на гладкую мускулатуру. Увеличивает кровоснабжение половых органов.

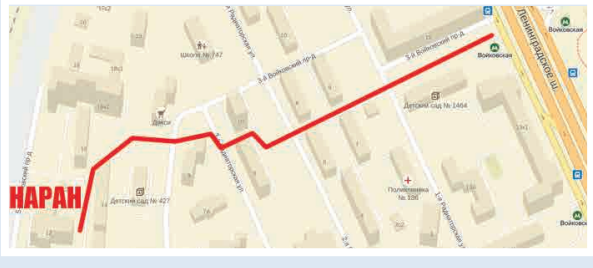
Кокосовое масло мгновенно превращается в энергию. Оно полезно спортсменам, людям, занятым тяжелым физическим трудом, людям преклонного возраста, для женщин климактерического периода, стимулирует обмен веществ, улучшает кишечную флору, не дает нагрузку на печень, увеличивает иммунную защиту организма, защищает сердечно-сосудистую систему от погрешностей питания.

Кокосовое масло – эффективное средство для ухода за кожей лица, тела и волосами. Делает кожу красивой, здоровой, нежной, гладкой и упругой. Укрепляет и питает волосы, придает им блеск, красоту и мягкость.

Спрашивайте в фитобаре клиники и на сайте **NARANFITO.RU**

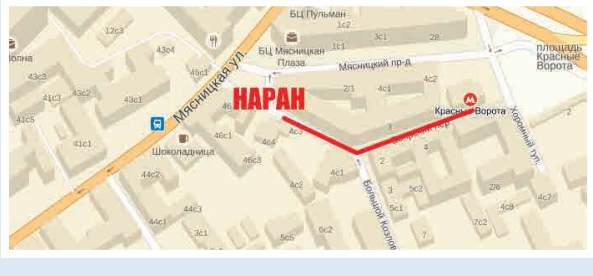
МЫ РАБОТАЕМ ДЛЯ ТЕХ, КТО ЦЕНИТ ЖИЗНЬ!

КАК ДОБРАТЬСЯ ДО ФИЛИАЛОВ КЛИНИКИ «НАРАН» (г. Москва)



м. «Войковская», платформа «Ленинградская»
Первый вагон из центра. За стеклянными дверями налево по переходу. На улицу выход направо. Смотрите указатель в переходе
5-й Войковский проезд, д. 12,
Запись на консультацию:
(495) 374-73-92, (800) 500-12-98

м. «Юго-Западная»
Последний вагон из центра, выход направо, серая высотка с магазинами «Дикси» и «Пятерочка»
просп. Вернадского, д.105, к. 4
Запись на консультацию:
(495) 374-69-31, (906) 758-28-11



м. «Красные Ворота»
Последний вагон из центра, выход направо, вход на территорию Дипакадемии МИД России
Большой Козловский пер., д. 4
Запись на консультацию:
(495) 374-69-25, (903) 288-81-80

м. «Таганская»
м. Таганская кольцевая,выход налево, к церкви Николая Чудотворца, от нее налево, вниз по 5-му Котельническому пер., Клиника находится по правую руку от музея «Бункер-42». Вход со стороны Москвы-реки.
5-й Котельнический пер., д. 12
Запись на консультацию:
(495) 120-11-31, (800) 500-12-98

КЛИНИКА «НАРАН» – 26 ЛЕТ СТАБИЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ БЕЗ ХИМИИ, ГОРМОНОВ И ОПЕРАЦИЙ

Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия.
Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-52718 от 08 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 Чойжинимаева*
Главный редактор *Долгор Аустермонас*
Дизайн, верстка *Евгений Виноградов*

Адрес редакции:
125171, Москва, ул. 5-й Войковский проезд, д. 12
+7 (499) 156-29-87
E–mail: clinica@naran.ru
Газета выходит 1 раз в месяц
Некоторые фотоматериалы взяты из открытых источников в интернете

Отпечатано в АО «Прайм принт»
123007, г. Москва Хорошевское шоссе, 38
Тел.: (495) 941-28-62, (495) 941-34-72,

Заказ № Тираж 200 000 экз.
Подписано в печать 15.06.2015 года.
Цена свободная