



ВЕСТНИК

ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ

№ 2 (161) февраль 2014 г.
Выходит с июня 2005 года
www.naran.ru

Научно-популярное издание клиники тибетской медицины «Наран»
Лечение без операций, гормонов и таблеток

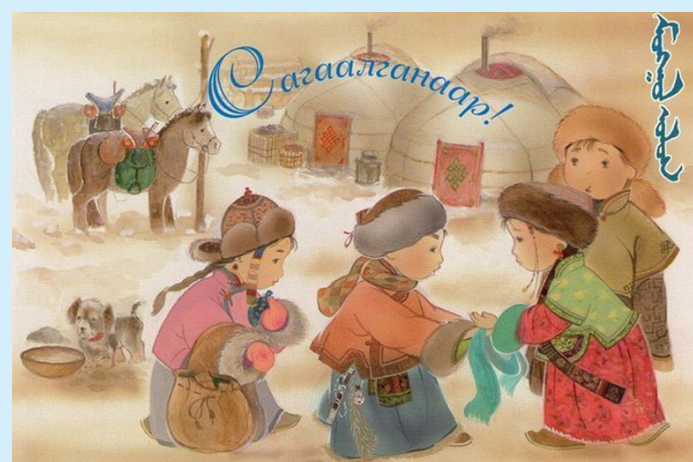


САЛГАДО ПЕНА МАНЭУЛЬ АЛЕХАНДРО (МЕКСИКА):

**Я ОЧАРОВАН
АТМОСФЕРОЙ
«НАРАНА»**

*Новый год
по восточному
календарю — год Синей
Деревянной Лошади*

Что же обещает нам Синяя Деревянная Лошадь? Она принесет интересные изменения в жизнь каждого человека, наградит людей, претворяющих свои идеи в поступки и дела, откроет дорогу новым открытиям и изобретениям. Пусть Год Синей Лошади по восточному календарю укрепит в вас уверенность в завтрашнем дне, добавит мудрости в решении житейских проблем и принесет в каждый дом больше радости, любви и удачи в благих начинаниях!



м. Красные Ворота
Большой Козловский переулок, д. 4

В ЦЕНТРЕ МОСКВЫ
на территории Дипломатической академии МИД

**открылся
новый филиал клиники «Наран»**

Телефоны:
(495) 221 21 84, (495) 236 84 84, 89032888180

ФЕВРАЛЬ 2014 г.

СКИДКА 50%

пенсионерам и льготникам



СКИДКА 25%

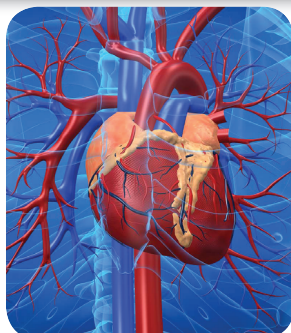
всем пришедшим на комплексное лечение



Слово главного
врача

Все болезни —
от нервов?

— стр. 2



Практика
тибетской
медицины

Ишемическая бо-
лезнь сердца — путь
в неизвестность

— стр. 4



Здоровье
человека

Псориаз: решение
проблемы есть

— стр. 6

Консультация бесплатно. Тел. (495) 221 21 84. Работаем без выходных с 9.00 до 21.00. NARAN.RU



СЛОВО ГЛАВНОГО ВРАЧА



Светлана Чойжинимаева, к.м.н., заслуженный врач Республики Бурятия:

ВСЕ БОЛЕЗНИ – ОТ НЕРВОВ? ЗАБОЛЕВАНИЯ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

Нервная система — одно из самых уязвимых мест в человеческом организме, малейший сбой в ее работе значительно ухудшает качество жизни человека. Нервные болезни опасны и сами по себе, но помимо этого их наличие может стать пусковым механизмом для развития многих заболеваний (рассеянный склероз, миастения, радикулит, плексит, неврит, полиневрит). Срывы нервной системы чреваты развитием психосоматических заболеваний.

Причины заболеваний нервной системы

С точки зрения тибетской медицины, «возмущение» конституции ветер (нервная система) является главной причиной заболеваний нервной системы, в состав которой входят центральная нервная система (головной и спинной мозг) и периферическая нервная система (вегетативные нервы), идущие к внутренним органам. Расстройство конституции ветер может сказаться на состоянии любых органов тела и привести к развитию множества болезней, которые будут иметь самые разнообразные проявления в зависимости от того, какая часть нервной системы оказалась поражена. К тому же, расстройства нервной системы являются пусковым механизмом развития множества психосоматических заболеваний (язвенная болезнь, гипертония, заболевания щитовидной железы, гинекологические проблемы и др.).

Заболевания нервной системы – группа заболеваний, характеризующихся поражением нервов и нервных структур.

Симптомы и признаки

Симптомы заболеваний нервной системы самые разнообразные: нарушения сна, речи, равновесия; быстрая утомляемость, перепады настроения, головокружения, обмороки, припадки, сонливость днем, беспокойство, постоянное чувство тревоги, волнение, сердцебиение, пробуждение по ночам; параличи, парезы, дистония, тремор, боли разнообразные по локальности и интенсивности по мере нарастания симптомов.

Болезни нервной системы у детей

У детей болезни нервной системы могут быть как врожденными, возникшими вследствие генетических или хромосомных нарушений, так и приобретенными вследствие осложнения перенесенных инфекционных заболеваний, психологических и физических травм, а также возникших из-за чрезмерных психологических нагрузок, стрессов, хронического переутомления и недосыпания.

Все чаще современные родители сталкиваются с таким заболеванием как невроз. Лечение нервных болезней у ребенка нельзя откладывать ни на день. Как только диагноз поставлен, родители должны направить все усилия на борьбу с коварным недугом, который не только доставляет ребенку страдания, но и препятствует его нормальному росту и развитию, что приведет в дальнейшем к трудностям по адаптации ребенка в социуме – сначала в школе, затем в ВУЗе. Впоследствии, у него возникнут проблемы с созданием собственной семьи. Такие дети испытывают постоянные страхи, они ленивы, безответственны, безразсудны. У них появляется склонность ко лжи, теряется способность к самоконтролю. Ребенок становится забывчивым, он невнимателен при выполнении домашних заданий. Рассеянность и отсутствие концентрации становятся причиной плохой успеваемости в школе, что еще больше ранит детей. Они замыкаются в себе, не хотят ходить в школу, боясь насмешек «жестоких» одноклассников. В более сложных ситуациях (сильный испуг,

переохлаждение и т.д.) у ребенка могут развиваться логоневроз (заикание) и энурез (недержание мочи).

Помимо перенесенных заболеваний у таких детей на «нервной почве» часто возникают психосоматические заболевания: мигрень, гастрит, нередко язвенная болезнь желудка или 12-перстной кишки, нейродермит, псориаз, бронхиальная астма. «Нервные» дети очень часто болеют ангиной, простудными заболеваниями, фарингитами, трахеитами. При правильном и своевременном подходе к этим недугам можно справиться.

Болезни ветра у взрослых

Перечисление всех нервных заболеваний взрослого человека займет много времени. С позиций тибетской медицины, если говорить кратко, регулирующая система ветер состоит из центральной и периферической нервной системы, представленной в виде вегетативных нервных окончаний, которые оплетают все внутренние органы, мышцы, суставы, кожу. Система ветер (все нервные системы человека) – управитель и держатель жизни, который регулирует протекание всех жизненно важных процессов в организме: дыхание, работу сердца и внутренних органов; процесс размножения; расщепление пищи, формирование и рост организма и новых клеток.

Конституция ветер контролирует и регулирует две другие системы организма: желчь (пищеварение, кроветворение) и слизь (гормональная и лимфатическая системы). Как только происходит расстройство конституции ветра, так сразу можно наблюдать (увидеть) «возмущение» со стороны органов пищеварения (желчь) или сбои в гормональной или лимфатической системе (слизь).

Что может привести к расстройству ветра? Длительные (а у некоторых, и короткие) периоды голодания, плач, печаль, длительные и пустые разговоры, особенно натошак, горе. Злоупотребление в больших количествах пищей и питьем горького и вяжущего вкуса (чай, кофе, горчица, хрен; мускат, облепиха, черемуха, хурма, алыча, рябина и др.).

Симптомы возмущения ветра у взрослых

Наиболее важным симптомом расстройства нервной системы является нарушение сна. Это первый тревожный звонок. Поначалу на легкое расстройство сна, или нарушения суточного биоритма (перелеты, ночные смены, сессия в ВУЗе, переезды на дальние расстояния) можно не обратить особого внимания. Но тибетская медицина рекомендует принять меры безотлагательно: где бы человек не находился, он должен ночью спать, а днем бодрствовать.

Сон нарушается как в молодом, так и в среднем и пожилом возрасте. Но в любом возрасте сон надо беречь как зеницу ока. Глубокие расстройства сна в среднем возрасте – это симптом хронической усталости, когда возрастает напряжение не только в «мозгах», но и в теле. У людей старшего возраста расстройства сна чреваты развитием болезней Паркинсона и Альцгеймера. У них теряется грань между днем и ночью, между реальностью и сном. Отсюда и усугубление проблем. Даже при нормальном содержании холестерина в

крови, у пожилых людей развиваются симптомы малярии. Причиной, с точки зрения тибетской медицины, являются глубокие расстройства нервной системы в виде накопления отрицательных эмоций и усталости от расстройства сна. Преобладание таких эмоций как привязанность, цепляние, страсть к деньгам, вещам и т.д. также характеризует «возмущение» центральной нервной системы.

В числе вредоносных эмоций тибетская медицина также называет отвращение (враждебность), гордыню (высокое самомнение), неведение, неготовность к принятию новых знаний. Сомнение, недоверчивость, обида, зависть, ненависть, недоброжелательность, скупость, жестокость, самодовольство, хвастливость, лживость и целый ряд других отрицательных эмоций причиняют колоссальный вред не только и не столько другим людям, а самому человеку, обладателю этих негативных эмоций. С негативными эмоциями можно и нужно бороться и победить их можно с помощью взращивания добрых мыслей, радости, благих дел.

Например, плохое настроение может стать длительным, от нескольких часов до нескольких дней и недель. Негативные эмоции могут переродиться в черты характера, которые, к сожалению, могут остаться с человеком навсегда, если не проводить психоанализ путем чтения умных, мудрых наставлений, общения с мудрецами, священнослужителями разных конфессий, приема у психоаналитика. Любые нервные потрясения (горе, страх, стресс и пр.) можно и нужно преодолеть с помощью молитв, общения с добрыми и приятными людьми. Можно посещать духовные места (церковь, мечеть, дацан, синагогу), совершать акты милосердия, заниматься благотворительностью.

Как известно, стрессы, горе, страхи, прочие отрицательные воздействия на нервную систему и психику в целом, могут стать причиной абсолютного любого заболевания у взрослого: от гипертонического криза, инфаркта миокарда, инсульта, язвенной болезни вплоть до онкологического заболевания и даже летального исхода.

Другие симптомы расстройства нервной системы (тиб. ветер): дрожь в теле (сначала в пальцах рук); озноб, стреляющие колющие боли в костях, мышцах, возникающие периодически и локально; судороги в мышцах ног, спины; тянущие боли в спине, особенно в шейно-воротниковой зоне; помутнение и двоение в глазах; мелькание «мушек» перед глазами, зевота; стягивание мышц лица, тики кратковременные или переходящие в длительные; тревожное состояние души, чувство неудовлетворенности; запоры; потеря волос, раннее поседение, сухость кожи, периодический кожный зуд, расслабление и ломкость ногтей, растрескивание и сухость губ, заострение и краснота языка.

Методы лечения

Врачебная деятельность клиники «Наран», ведущая отсчет с 1989 года, показывает, что заболевания нервной системы с успехом поддаются лечению средствами тибетской медицины. Лечение заболеваний нервной системы в тибетской медицине всегда проводится комплексно и включает четыре основных метода: выполнение рекомендаций по образу жизни с учетом природной конституции, коррекция

питания, проведение внешних процедур и прием лекарственных фитопрепаратов.

Врач тибетской медицины лечит не только тело – он является одновременно и психологом, и психотерапевтом, он даст индивидуальные рекомендации по образу жизни и питанию, окажет моральную поддержку. Выполнение всех рекомендаций врача – обязательное условие выздоровления. Если пациент своевременно обратился к врачу и действительно желает выяснить и устранить истинную причину своей болезни, если он несет ответственность за своё здоровье и понимает, что выздоровление возможно только при условии совместных действий врача и пациента, то положительный результат лечения не заставит себя долго ждать.

К питанию, как к методу лечения, следует относиться со всей серьезностью – это касается как детей, так и взрослых. Уравновесить «возмущенный» ветер (нервную систему) можно, изменив не только количество еды, время приема пищи, но и изменив характер пищи. Подробную информацию по питанию вы сможете получить на бесплатной консультации в клинике «Наран», записавшись на прием по телефону (495) 221 21 84

К внешним процедурам относятся: иглокалывание, точечный массаж, моксотерапия, баночный массаж и др. Эти процедуры устраняют застои крови и энергии, снимают напряжение мышц и вместе с тем высвобождают нервные окончания симпатической нервной системы, которые сдавливаются спазмированными мышечными волокнами. Действие же тибетских фитопрепаратов направлено на восстановление равновесия конституции ветер. Отличительной особенностью тибетских лекарственных фитопрепаратов является их сложный состав, каждый компонент в котором обладает четкой направленностью. Кроме того, все компоненты лечебных препаратов – это только натуральные средства, изготовленные из растительного, минерального или животного сырья, а их определенное сочетание усиливает положительный эффект и оказывает благотворное влияние на организм. Эффект от приема препаратов длительный, исцеляющий с обязательным медицинским эффектом.

Какие заболевания лечатся в «Наране»?

В клинике «Наран» на протяжении двадцати четырех лет успешно лечат следующие заболевания нервной системы: мигрень, болезнь Паркинсона, логоневроз (заикание), синдром хронической усталости, невралгия, хроническое нарушение мозгового кровообращения, нарушение сна, бессонница, невриты, нервный тик, головная боль, депрессия, неврастения, а также любые психосоматические заболевания.

Профилактика

- Необходимо научиться расслабляться, не нервничать, вести образ жизни с учетом своей природной конституции;
- питаться согласно природной конституции;
- периодически устранять застой энергии и крови в организме с помощью сложных физических упражнений, массажа, иглокалывания, вакуум-терапии и других процедур.



В ФОКУСЕ

Салгадо Пена Мануэль Алехандро, наш гость из далекой Мексики, впервые посетил город Казань и, однажды прогуливаясь по улицам, он увидел вывеску клиники «Наран». И так началась его история выздоровления по-тибетски...

Я ОЧАРОВАН АТМОСФЕРОЙ «НАРАНА»



Мы конечно не могли не взять у него небольшое интервью.

— Салгадо, расскажите как Вы оказались в Казани?

— На данный момент я прохожу магистратуру в Германии в городе Гиссен. И так как мой университет и КФУ (Казанский федеральный университет) являются партнерами, мне было предложено обучиться также и здесь, а я не стал отказываться.

— Что привело Вас в нашу клинику?

— С недавних пор я начал замечать, что у меня обострились боли в спине, снова начали беспокоить печень и почки. У себя в Мексике я уже сталкивался с такими же проблемами и решал их в самой обычной больнице. И только недавно я решил для себя попробовать другие методы лечения, а именно природные и гуманные, без использования химиотерапии.

Однажды, когда я прогуливался недалеко от своего университета, я увидел вывеску

тибетской медицины «Наран» и решил заглянуть, узнать поподробнее. Здесь меня тепло встретили, я был очарован дизайном и атмосферой клиники. И самое приятное, у меня здесь не возникло языкового барьера — девушка администратор говорила на английском и немецком, поэтому я смог объясниться.

В тот же день со мной провели консультацию — на мое огромное удивление врач Ахметова Инждир Бадмагаряевна просто слушая пульс, смогла так точно определить, какие органы меня беспокоят. До сих пор не могу поверить, как это возможно!

Немного позже я пришел на назначенное лечение у Скотникова Сергея Вадимовича. На первом сеансе массаж мне показался очень болезненным, но время показало, что все не зря, так как сейчас мое состояние заметно улучшилось. После всех проведенных процедур в спине действительно чувствуется легкость, пропало ощущение напряжения, а боли в правом подреберье и в пояснице постепенно прекратились.

— Сегодня Вы закончили первый курс лечения и получили подарочные сертификаты. Когда сможете их использовать?

— Один обязательно подарю кому-нибудь из своих знакомых, а вторым смогу воспользоваться, когда в следующий раз приеду в Казань.

Беседовала
Снежана Тышкеева

ВРАЧ НА ЛИНИИ

Что делать, если я постепенно теряю слух?

— Здравствуйте, доктор! Меня зовут Дмитрий Осокин, я из г. Чебоксары.

— Добрый день, вас слушает дежурный врач Юрий Нюдюльчиев, клиника «Наран» на Войковской. Что вас беспокоит?

— Проблемы со слухом, шум в ушах. Не вижу причин, от чего это у меня. Незнание расстраивает меня больше всего. Не понимаю, что происходит. Почему я теряю слух?

— Заболевания ушей, горла и носа, как и все другие болезни, рассматриваются в тибетской медицине в их взаимосвязи со всем организмом. Для успешного лечения необходимо установить подлинную причину болезни. Нарушения слуха ассоциируются, в основном, с возмущением конституции ветра, отвечающей за нервную систему. При этом уши энергетически связаны с почками и являются их «окнами». При наличии таких симптомов, как у вас, нам нужно выяснить, чем это вызвано: нарушением работы почек, внешним воздействием холода, возрастными изменениями или другими причинами.

— Я музыкант и проблема слуха для меня стоит очень остро. Я в панике. Скажите, доктор, может ли мне помочь каким-то образом тибетская медицина?

— Тщательная диагностика плюс четыре составляющие: коррекция питания, обра-

за жизни, фитотерапия и внешние физиотерапевтические процедуры помогут вам, Дмитрий. Мы можем со всей серьезностью заявить, что на протяжении 25 лет успешно лечим лор-заболевания — нарушение слуха, отиты, болезнь Меньера, хронический тонзиллит (ангина), хронический ларингит, хронический фарингит, аденоиды, хронический синусит, хронический гайморит, полипы носа, аллергические риниты. Приходите, мы вам поможем, первичная консультация врача бесплатно. Запись — (495) 221 21 84.



Советы врача тибетской медицины

● Чтобы очистить слизистую горла полезно ежедневно полоскать горло теплой

водой с небольшим количеством морской соли.

● Очень хорошо для профилактики инфекционных заболеваний горла ежедневное употребление небольшого количества меда, который просто надо медленно прососать, или жевать медовые соты (например, на ночь).

● Хорош и следующий состав для полоскания горла и полости рта:

На 0,5 литра воды по 1 ст. ложке жимолости, розмарина, подорожника и шалфея.

● Хороший способ для снятия налета слизи с языка, которым пользуются йоги: каждое утро ногтями нескольких пальцев, сложенных в ровный ряд, снимают слизь с поверхности языка, даже тогда, когда кажется, что она отсутствует.

● Для носа, который на Востоке называют «дверью в мозг» (очевидно потому, что на функции мозга большое влияние оказывают запахи), показано ежедневное смазывание ноздрей небольшим количеством кунжутного масла, массаж кончика носа, который стимулирует сердце и массаж крыльев носа, что стимулирует легкие.

● Если пазухи носа забиты слизью или пылью, сухи или воспалены, хорошо подойдет промывание слизистой носа теплой водой с солью и куркумой.

НА ЗАМЕТКУ

Самый жизненный совет

При каждой болезни можно применять мысленное лечение или облегчение, но такая мысль должна выталкивать болезнь из организма со всей силой без колебаний и без промежутков. Но если подобная мощь невозможна, то лучше вообще о болезнях не думать...

Самое вредное — мысленное шатание и представление победы болезни. Луч-

ше, в таком случае, отвлечь больного от его состояния. Когда люди заговаривают о гибельном исходе болезни, они сами приближают его. Самая несложная болезнь может принять размеры опасные при питании мысленном.

Следует наблюсти в больницах как влияют мысли на процесс болезни. Даже заживление ран зависит от психической

энергии. Приходим опять к тому же Огню, порождаемому мыслью. Все лечения лучами, тепловым воздействием, световыми применениями являются теми же огненными воздействиями, которые слабы по сравнению с мощью мысли. Потому самый жизненный совет — развивайте мысль огненную.

(Е.И. Перух. Мир огненный)

ИЗ ГЛУБИНЫ ВЕКОВ

Чем руководит «желчь»?

В тибетской медицине человек всегда рассматривается как целостная единая система, основу жизнедеятельности которой составляют три физиологических начала, или конституции (доша) ветер, желчь и слизь. В прошлом номере газеты мы говорили о регулирующей системе организма человека — ветре. Сегодня мы расскажем о доша желчи.

Все три доша (конституции, физиологические системы) ветер, желчь и слизь присутствуют у каждого человека, однако одна или две из них, как правило, доминируют. Состояние этих трёх конституций в организме, гармоничное или возмущённое, определяет здоровье или нездоровье человека, как физическое, так и душевное.

Желчь — это содержимое желчного пузыря, прежде всего. Она порождает в теле огненную теплоту (жар) и осуществляет переваривание пищи. Далее, желчь — это функциональная система организма, отвечающая за выработку и снабжение организма всеми видами энергии. В силу присущих желчи свойств жара происходит быстрое плавление и переваривание пищи. Желчь отвечает за стабильную температуру тела, благодаря ей человек обладает бесстрашием в поступках, блестящим умом. Желчь — система управления процессами, ответственными за жизнеобеспечение организма.

Расстройство желчи провоцируют увлечение алкоголем, острая или жирная однообразная пища, продуцирующая много желчи: мясо, сало, сметана, колбаса, яйца; работа или сон на солнце (на пляже, например), перегрев организма, таскание тяжестей, душевные переживания, гнев, злость, драка, долгая езда на лошади, падение с высоты.

Признаки увеличения желчи: желтизна кала, мочи, кожи и глаз, сухость во рту, постоянное чувство холода и жажды, повышение температуры, бессонница, понос.

Признаки уменьшения желчи: температура тела понижена, тело мерзнет, кожа нечистая, темная, покрытая пятнами, высыпаниями, нарушена пигментация, плохое пищеварение, стул жидкий, белый. При нарушении желчи возникают различные опухоли.

Признаки расстройства желчи (когда она «взвинчена»): частый пульс, красно-желтая моча с резким запахом и наличием пара, головная боль в лобной части, жар, горечь и кислота во рту, красновато-желтая мокрота солоноватого и кисловатого привкуса, изжога или отрыжка кислая, желтый налет на языке, слизистая носа и губы сохнут, белки глаз желтые, постоянное чувство жажды, понос и рвота с желчью и кровью, боли в теле локализованы, ночью мучает бессонница, днем одолевает сонливость, тяжело находиться на солнце, обильная потливость, неприятный запах от тела. Симптомы проявляются сильнее в полдень, полночь, в сильную жару, при приеме пищи и несварении.

Дисбаланс желчи является причиной сорока семи заболеваний, таких как желтуха и другие.

При болезнях желчи больному рекомендуют пищу, обладающую прохладительными свойствами: мясо диких копытных животных, козлятина, кашка из дробленого ячменя, масло из коровьего или козьего молока. В качестве питья лучше употреблять кислое коровье или козье молоко, пахту из коровьего или козьего молока, чай с молоком и маслом, но без соли, снеговую и родниковую воду, а также холодную кипяченую воду.

Майлас Бай Бо,
врач клиники «Наран»,
м. Войковская, г. Москва

БУДУЧИ СИЛЬНЫМ И ВЛИЯТЕЛЬНЫМ, ПРЕДАВАТЬСЯ ЛЕНИ — ЭТО БОЛЕЗНЬ



ПРАКТИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ



Марина Джигаева, врач клиники «Наран», м. Красные Ворота

ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА – ПУТЬ В НЕИЗВЕСТНОСТЬ

Ишемическая болезнь сердца — хроническое заболевание, обусловленное недостаточностью кровоснабжения сердечной мышцы. Само слово «ишемия» в переводе с греческого означает «задерживать кровь».

В подавляющем большинстве случаев ишемия сердца развивается вследствие атеросклероза артерий сердца, то есть сужения их за счет так называемых атеросклеротических бляшек, образующихся на внутренних стенках артерий. Нормальную работу сердца обеспечивает поток крови, идущий по сосудам, называемым коронарными, поскольку они подобно короне венчают сердце сверху. Коронарные артерии образуют коридоры, по которым проходит кровь, обеспечивая сердце кислородом и питанием.

В тех случаях, когда эти коридоры забиваются тромбами, бляшками, — клетки миокарда, лишённые притока свежей крови, начинают испытывать резкое кислородное голодание, и, если кровоток не восстанавливается, их ждёт неминуемая гибель — некроз участка сердечной мышцы, то, что называют инфарктом миокарда.

Симптомы заболевания

Поводом для обращения к врачу должно быть любое неприятное ощущение в области сердца, особенно если оно незнакомо больному и прежде не испытывалось им. Впрочем, то же самое относится и к «знакомым» ощущениям, которые изменили свой характер или условия возникновения. Подозрение на ИБС должно возникнуть у больного и в том случае, если боли в загрудинной области возникают при физической или эмоциональной нагрузке и проходят в покое, имеют характер приступа. Кроме того, любая загрудинная боль монотонного характера тоже требует немедленного обращения к врачу, независимо ни от силы боли, ни от молодого возраста больного, ни от его хорошего самочувствия в остальное время. Развитие ИБС длится десятилетиями, за время прогрессирования заболевания могут меняться его формы и, соответственно, клинические проявления и симптомы. Получается, что симптомы и признаки ИБС — это симптомы и признаки одной из его форм, каждая из которых имеет свои особенности и течение. Впрочем, надо отметить, что около одной трети пациентов с ИБС могут вообще не испытывать никаких симптомов заболевания, и даже не знать о его существовании. Особенно это касается больных с безболевым ишемией миокарда. Остальных могут беспокоить такие симптомы ИБС, как боль в грудной клетке, боль в руке, боль в нижней челюсти, боль в спине, одышка, тошнота, чрезмерное потоотделение, сердцебиение или нарушения сердечного ритма.

Наиболее типичным и распространенным проявлением ИБС является **стенокардия (или грудная жаба)**. Основным симптомом этой формы ишемической болезни сердца является боль. Боль во время приступа стенокардии чаще всего локализуется в загрудинной области, обычно с левой стороны, в области сердца. Боль может распространяться в плечо, руку, шею, иногда в спину. При приступе стенокардии возможна не только боль, но и чувство сдавливания, тяжести, жжения за грудиной. Интенсивность боли тоже может быть различна — от легкой до непереносимо сильной. Боль нередко сопровождается чувством страха смерти, тревогой, общей слабостью, чрезмерной потливостью, тошнотой. Больной бледен, у него снижается температура тела, кожа становится влажной, дыхание частое и поверхностное, учащается сердцебиение.

Развитие стенокардии возможно в двух вариантах: стабильном или нестабильном. Для стабильной стенокардии характерны

боли только при нагрузке, физической или нервно-психической. В покое боли быстро проходят сами или после приема нитроглицерина, который расширяет сосуды и помогает наладить нормальное кровоснабжение. При нестабильной стенокардии загрудинные боли возникают в покое или при малейшей нагрузке, появляется одышка. Это очень опасное состояние, которое может продолжаться несколько часов и часто приводит к развитию инфаркта миокарда.

По симптомам приступ инфаркта миокарда можно спутать с приступом стенокардии, но только на начальном его этапе. Позднее инфаркт развивается совсем иначе: это приступ загрудинной боли, которая не утихает в течение нескольких часов и не купируется приемом нитроглицерина, что, как мы говорили, было характерной чертой приступа стенокардии. Во время приступа инфаркта миокарда часто значительно повышается давление, поднимается температура тела, может возникнуть состояние удушья, перебои сердечного ритма (аритмия).

Основными проявлениями кардиосклероза являются признаки сердечной недостаточности и аритмии. Самый заметный симптом сердечной недостаточности — это патологическая одышка, возникающая при минимальной физической нагрузке, а иногда даже в состоянии покоя. Кроме того, признаками сердечной недостаточности могут быть усиленное сердцебиение (80 уд. в мин), повышенная утомляемость и отеки, вызванные избыточной задержкой жидкости в организме. Симптомы аритмий могут быть различны, потому что это общее название для совершенно разных состояний, которые объединяет только то, что они связаны с перебоями в ритме сердечных сокращений. Объединяющий различные виды аритмий симптом — это неприятные ощущения, связанные с тем, что больной чувствует, как «неправильно» бьется его сердце. При этом сердцебиение может быть учащенным (тахикардия), уреженным (брадикардия). Сердце может биться с перебоями и пациент физически ощущает периоды «остановки», «замирация», «тычков», «барабанной дробы» в работе сердца.

Причины возникновения и развития ишемической болезни сердца

Характерные черты личности предрасполагают к появлению определенных бо-

лезней. В медицинской литературе подробно описаны разные типы личности: «коронарный», «гипертонический», «язвенный», «артрический» и т.д. В тибетской медицине существует классификация по типу конституции (доши) *желчь* (преобладание роли пищеварительной системы), *слизь* (гормональной и лимфатической), *ветер* (нервной системы), а также их различных сочетаний.

Люди с доминирующей конституцией *желчь* считаются «группой риска» в возникновении инфаркта и стенокардии. Почему? Люди типа «желчь» соотносятся с типом «холерик», «гипертонический», «язвенный» и пр. Как правило, это люди-руководители, с решительным и твердым характером. Амбициозные, гневливые, очень эмоциональные, и, конечно, трудолюбивые. Этот тип людей (и мужчин и женщин) среднего трудоспособного возраста. Активные, неутомимые считают себя здоровыми, и почти не обращаются к врачам. В питании отдают предпочтение мясным блюдам, с острым, жгучим вкусом. Любят жареное, горячее, жирное, блюда «с пылу-жару». Сон у них короткий, крепкий, временами прерывистый, но 6-7 часов им хватает, чтобы работать по 10-12 часов в сутки. За годы такой жизни у них накапливается усталость, «загрязняется» кровь. Усталость сказывается на психо-эмоциональном состоянии: усиливается раздражительность, гнев, неумение управлять своими эмоциями, что сказывается на повышении агрессивности в поведении, как в семье, так и на работе. При условиях, благоприятствующих развитию инфаркта миокарда — стрессы, отрицательные известия, повышенный гнев, горе и т.д. — эти люди первыми из всех трех конституций *ветер*, *желчь* и *слизь* отреагируют не только болями в сердце, преходящей стенокардией, но и иногда с угрозой развития обширного инфаркта миокарда, который может закончиться летальным исходом. Болезни «желчи» развиваются быстро и также быстро убивают», — сказано в тибетском медицинском трактате «Чжуд-ши». Это подтверждает современная медицинская статистика: смертность в мире от сердечно-сосудистых заболеваний занимает прочное первое место на протяжении сотен лет. В древнем трактате «Чжуд-ши» также говорится о том, что «...если нет волнений, то и болезней сердца не может быть». И этот постулат нельзя оспорить, надо только согласиться, ибо мировая практика разных народов и стран показывает, что — да, действительно,

все острые приобретенные болезни сердца провоцируются нервными, психо-эмоциональными переживаниями.

Безусловно, нарушение конституции *желчь*, нездоровая активность печени и накопление загрязненной «горячей» крови становится причиной атеросклероза, гипертонии, ожирения, повышенного уровня холестерина и сахара в крови у современного человека, балующего себя обильной пищей.

Ишемическая болезнь сердца распространена среди людей с определенными признаками невротизма — депрессиями, унынием, импульсивностью, а также с отдельными психопатическими явлениями — враждебностью, гневом, цинизмом, желчностью.

Западные ученые связывают злобу и раздражительность с недостатком в мозге одного из нейромедиаторов — серотонина — «гормона счастья». Его нормальная концентрация дает ощущение ясности мыслей, радости, покоя, уверенности в себе, повышает тонус и работоспособность. В тибетской медицине за эти состояния несет ответственность один из пяти видов конституций — *Ветер* — Поддерживающий жизнь, который локализуется на макушке головы. Он присутствует у человека с момента зачатия и является связующим звеном между телом, умом и энергией и порождает остальные четыре вида ветра. *Ветер*, поддерживающий жизнь — это постоянная гармония, равновесие в психо-эмоциональной сфере человека, это — возвращение положительных эмоций, радости от каждого дня жизни. Если позволить себе идти вслед за отрицательными эмоциями, то такой путь приведет либо к обострению болезней (инфаркту, инсульту) и их последствиям, либо же — это путь в неизвестность, который может закончиться летальным исходом.

Диагностика

Диагностика ишемической болезни сердца в клинике «Наран» проводится методами тибетской медицины: опросом, осмотром, пульсовой диагностикой.

Лечение ишемической болезни сердца

В клинике «Наран» для лечения ишемической болезни сердца применяют комплексную терапию, в состав которой входят процедуры внешнего и внутреннего воздействия: энергетический точечный массаж, моксотерапия, стоунтерапия, монгольское прижигание и др.

Ишемическая болезнь сердца — типичный результат стресса, неумения адекватно реагировать на ситуацию. К сожалению, современный западный человек живет по принципу «время — деньги». Деньги зарабатывает, а времени отмеряет себе совсем немного — каких-нибудь полвека от силы. И в возрасте расцвета и зрелости, когда хочется жить и дарить счастье себе и близким, вдруг не выдерживает «главный мотор»....

Врач тибетской медицины даст индивидуальные рекомендации по образу жизни и питанию, приводящие в равновесие возмущение *ветра*. А главное, понимание того, что в жизни величайшая ценность — наши добрые поступки, вера, любовь к близким и другие светлые чувства. Ведь все материальные блага можно потерять в одночасье, а умение легко и счастливо воспринимать жизнь останется с вами надолго и принесет свои плоды: глубокое удовлетворение от жизни.



НЕ ПОМНИТЬ СТАРОГО ЗЛА — ЭТО ЛЕКАРСТВО



РАЗГОВОР С ПРОФЕССИОНАЛОМ



О тибетской медицине и о ее эффективности слышал, наверное, каждый. Но далеко не все точно представляют себе, что это такое. Рассказать о ней и ее методиках, о том, в каких случаях может помочь такое лечение и что нужно делать, чтобы оставаться здоровым, мы попросили Алексея МИНКЕЕВА, члена Международной ассоциации врачей тибетской медицины, специалиста по тибетскому точечному массажу и иглорефлексотерапии, заведующего клиникой «Наран» в Екатеринбурге.

— Алексей Валерьевич, расскажите, чем тибетская медицина отличается от обычной? В чем секрет ее эффективности?

— Отличий много — и в методах, и в самой философии лечения, отношения к пациенту. Пожалуй, одно из главных отличий в том, что организм человека мы воспринимаем и лечим как единую систему. Так, если у вас болит рука, причина боли может быть совсем не в ней — а, например, в протрузии межпозвоночного диска, остеохондрозе. Обычный врач в этом случае назначит просто массаж руки. Мы будем лечить не проявление болезни, а ее причину.

ДЕТИ «НАРАНА»

— Каким образом?

— В нашей клинике для этого используется глубокий точечный массаж, вакуум-, стоун- (прогревание камнями), -моксо (попынными сигарами), иглорефлексотерапия (иглокалывание), лечение фитопрепаратами. Причем используем только натуральные травы, собранные в горах Тибета. Никакой «химии» не применяем принципиально.

Что именно назначить, решает врач — в зависимости от конкретного диагноза и того, к какой конституции принадлежит человек — «Ветер», «Слизь» или «Желчь». Первая «отвечает» за нервную систему, вторая — за эндокринную и лимфатическую, третья — пищеварительную и сердечно-сосудистую.

Курс лечения состоит из нечетного числа сеансов, как правило от 5 до 13. Каждый продолжается полтора-два часа.

— И при каких болезнях может помочь такое лечение?

— При самых разных. Это проблемы опорно-двигательного аппарата, грыжи, протрузии в позвоночнике, эндокринные и кожные заболевания, даже сахарный диабет, заболевания щитовидной железы, сердечно-сосудистые патологии, бронхиальная астма.

— Бывает так, что лечение не действует, не может помочь пациенту?

— Мы в «Наране» говорим, что нет неизлечимых болезней — есть неизлечимые люди. Те, кто не хочет лечиться, а вернее, не хочет сам меняться для того, чтобы стать здоровым.

Ведь с помощью врачей можно решить какую-то конкретную проблему — но чтобы оздоровить весь организм, часто нужно поменять образ жизни, скорректировать питание, которое в тибетской медицине тоже считается лекарством.

— Да, но как убедить человека отказаться от неправильного, но такого привычного, а часто и приятного образа жизни?

— Это непросто. Для этого врач должен стать для пациента не просто лекарем, но и наставником, другом. Если человек прислушивается к врачу, следует его рекомендациям, меняет себя — результат будет обязательно. Пациенты «Нарана» избавлялись от грыж, диабета, неврозов, заикания, псориаза и астмы. При правильном лечении исчезали даже нежелательные родинки!

— А чем ваш центр отличается от других клиник тибетской медицины?

— Во-первых, именно «Наран» был «родоначальником» всей отрасли. Это первая крупная клиника тибетской медицины в России. Все остальные центры и врачи,

которые в них работают, так или иначе вышли из «Нарана».

Сегодня это настоящий бренд — бренд, который знают и ценят, которому доверяют. Именно поэтому, например, люди едут к нам из других городов и регионов — даже из Находки. Причем едут, в основном, по рекомендации родственников, других людей, которые уже лечились у нас.

А что касается отличий... Главное, пожалуй, это авторская методика глубокого точечного массажа, которую разработали основатели клиники Баир и Светлана ЧОЙЖИНИМАЕВЫ. Она особенно хорошо помогает при протрузиях, остеохондрозе, улучшает питание тканей.

Кроме того, у нас действует принцип одного кабинета. То есть, пациенту не нужно бегать от одного специалиста к другому. Все процедуры он может пройти в одном месте и с одним врачом — со своим другом и наставником.

Кирилл Кирягин, корр. газеты «АиФ — Урал»



Доктор Алексей Минкеев с пациентом

ЛЕЧИМ В «НАРАНЕ»

Зоя Эрдни-Горяева, врач клиники «Наран», м. проспект Вернадского, г. Москва



МЕЖПОЗВОНОЧНАЯ ГРЫЖА: КАК ОБРЕСТИ РАДОСТЬ ДВИЖЕНИЯ

Болезнь Крона (гранулематозный энтерит) Межпозвоночная грыжа (межпозвоночная грыжа, грыжа диска) — это заболевание опорно-двигательной системы, характеризующееся смещением студенистого ядра межпозвоночного диска и разрывом фиброзного кольца.

Причины грыжи межпозвоночных дисков

Проблемы с позвоночником возникают по разным причинам — сквозняки, купание в холодной воде, неправильная осанка, резкие физические нагрузки на фоне гиподинамии, стрессы, подъем тяжестей. Но какой бы ни была причина, она всегда вызывает воспаление и спазм мышц и связок спины. Боль в мышцах заставляет человека принимать щадящую, не свойственную здоровому телу, позу, создавая дополнительную нагрузку на хрящевые межпозвоночные диски и травмируя их. Кроме того, в спазмированных мышцах нарушается кровообращение и затрудняется приток питательных веществ к позвоночнику. Постепенно диски становятся малозластичными и уплотняются. В результате, расстояние между позвонками уменьшается и они начинают сдавливать выходящие из позвоночного канала нервы. Это проявляется сильными болями и отеком пораженного участка спины.

Как возникает межпозвоночная грыжа?

Хрящевые диски состоят из мягкого, насыщенного водой, студенистого ядра и волокнистого фиброзного кольца, которое охватывает ядро и удерживает его на месте. Студенистое ядро играет роль амортизатора и смягчает нагрузку на позвоночник, а также обеспечивает такое качество, как гибкость и подвижность позвоночника. При остеохондрозе ядро постепенно высыхает, диск уплотняется, а фиброзное кольцо начинает выпячиваться. При резкой физической нагрузке или других неблагоприятных факторах, в кольце возникают трещины и разрывы, происходит выпадение ядра через образовавшийся разрыв. Это и есть межпозвоночная грыжа диска.

Симптомы грыжи дисков

Грыжа в шейном отделе позвоночника — перепады артериального давления, головокружение, боли в плечах, онемение в пальцах рук, мелькание «мушек» перед глазами, «похолодание» рук, боли в шее,

отдающие в какую-либо руку, упадок сил, сердцебиение и иногда перебои в работе сердца, потливость.

Грыжа в грудном отделе позвоночника — боли в области грудной клетки, в межреберьях, онемение пальцев рук, чувство тяжести в груди (ощущение тесноты), одышка смешанного характера.

Грыжа в поясничном отделе позвоночника — боли в ногах, онемение в пальцах ног, постоянные боли в области поясницы, не дающие возможности двигаться, наклоняться, выполнять минимальные движения. Любое движение, даже легкий шаг, отдается острой болью не только в спине, но и в ногах. Ноги становятся чувствительными к холоду, часто наблюдаются спазмы и судороги в икроножных мышцах. Постепенно из-за длительных болей развивается гипотрофия мышц (одна нога становится худее другой). Наступает хромота. Развивается симптом «конской стопы», когда ступня начинает совершать «шлепающие» движения, не «слушается».



Диагностика грыжи межпозвоночных дисков

В клинике «Наран» диагностика межпозвоночной грыжи проводится тремя методами: с помощью опроса (в результате беседы врач узнает об образе жизни пациента, привычках, пристрастиях, особенностях течения болезни); осмотра (врач осматривает и проведет пальпацию болезненных мест); пульсовой диагностики (по пульсу врач узнает об общем состоянии организма, причинах возникновения, течения и исходе болезни). Методы современной медицины МРК, КТГ показывают локализацию грыжи более точно.

Лечение грыжи дисков

Грыжи диска позвоночника лечатся в клинике «Наран» комплексной терапией без операции, которая даёт отличный результат и практически всегда снимает риск рецидивов. В состав комплексной терапии входят: рекомендации врача по питанию и образу жизни, фитотерапия, иглокалывание, моксотерапия, точечный массаж, масляные компрессы «хорме» и др. Любая суперсовременная операция (даже если она проведена на высоком уровне), не устраняет причину заболевания. Всем известны случаи, когда после удаления грыжи хирургическим путем, появляются не только осложнения, но и приходится делать и две, и три операции. Нередки случаи инвалидизации пациентов.

Все процедуры и назначения, проводимые врачом и его ассистентом, в совокупности снимают мышечный спазм, который является причиной болевых ощущений. Они освобождают сдавленные нервные окончания, восстанавливают эластичность мышц и связок, возвращают подвижность межпозвоночным суставам, нормализуют кровообращение, устраняют застойные процессы в позвоночнике и приводят к тому, что исчезает болевой синдром, прекращаются боли, улучшается качество жизни.

Пациентка клиники «Наран» Елена Павловна Бердышева, 58 лет, г. Москва

Я обратилась в клинику с болями в пояснично-крестцовом отделе. Всегда была физически активным человеком, в молодости занималась гимнастикой. Меня давно беспокоят тупые непостоянные боли в пояснице, иногда немеют ноги. В «Наране» (где мне, кстати, очень понравилась сама атмосфера тепла и искреннего участия) врач-консультант выявил с помощью пульсодиагностики все мои попутные недуги. Прошла первый курс лечения. И вдруг поймала себя на том, что меня отпустили боли. Очень помогли иглорефлексотерапия, вакуум-терапия, гирудотерапия. Также я одновременно с внешними процедурами пропила тибетские лекарственные сборы — очень эффективно, считаю. Огромное спасибо!

Первичная консультация врача бесплатно!

Вы можете позвонить прямо сейчас — (495) 221 21 84

ТИБЕТСКИЙ АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ

ФЕВРАЛЬ 2014 г.

Благоприятные дни для стрижки волос — 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 19, 22

Благоприятные дни для поездок — 2, 8, 9, 12, 19, 22, 23, 26, 27

Благоприятные дни для приема лекарств — 6, 7, 8, 15, 19, 25

СЛОВАРИК



Представитель конституции ветер



Представитель конституции желчь



Представитель конституции слизь

Ветер, желчь и слизь — это три конституции (доша, жизненных начал) 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.

В здоровом теле три жизненных начала ветер, желчь и слизь уравновешены. Переизбыток одного из этих жизненных принципов вносит дисбаланс в работу организма, что приводит к различным специфическим расстройствам и заболеваниям. Итак, близкие причины — ветер, желчь, слизь, пока в них нет изменений, пребывают как (потенциальные) причины болезней, но как только равновесие между ними нарушится, то проявляют себя как болезни и начинают вредить телу и жизни.

СТАРАТЬСЯ ПЕРЕЛОЖИТЬ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ С СЕБЯ НА ДРУГИХ — ЭТО БОЛЕЗНЬ



ВОПРОС – ОТВЕТ

КИСТА ЯИЧКА У МУЖЧИН

У моего сына киста яичка, но наши врачи не в силах ему помочь. Он пробовал использовать рецепты, которые вы даете для женщин, но результата не было. Ему 44 года, работает водителем автобуса, не пьет, не курит, хороший семьянин. Помогите, пожалуйста, ему вылечиться, а то время идет, а болезнь остается.

С уважением,
Богуславская Татьяна,
г. Зеленоград

Отвечает
Сергей Ким,
врач клиники «Наран»,
м. Войковская, г. Москва



Киста яичка – болезнь, которую современная медицина выявляет очень редко. Причиной появления кисты чаще всего служат травмы половых органов или воспаления. Наиболее вероятным механизмом развития кисты является закупорка выводющих протоков, в которых накапливается секрет. А так как выхода для него нет, то проток расширяется и образуется мешок с жидкостью – киста. Если киста разрослась до внушительных размеров и сдавливает семенные канальцы, нарушает созревание сперматозоидов в одном из яичек, то больной будет страдать беспло-



дием. Также киста может быть проявлением онкологического процесса в яичках. В таких случаях киста образуется на месте кровоизлияния внутри раковой опухоли яичка. Современная медицина заболевание лечит почти исключительно хирургически.

Тибетская медицина предлагает в этом случае комплексное воздействие на весь организм с применением всего арсенала тибетской медицины (фитотерапии, игло-рефлексотерапии и др.). Татьяна, желательно не затягивать болезнь, чем раньше ваш сын начнет лечение, тем лучшим будет результат.

Звоните по телефону (495) 221 21 84, запишитесь на бесплатную консультацию и мы обязательно вам поможем.

УДИВИТЕЛЬНЫЕ ТИБЕТСКИЕ СБОРЫ

НА ПОМОЩЬ МУЖЧИНАМ

«СУГМЭЛ-10»

Многокомпонентный препарат, обладающий широким спектром действия. Применяется при лечении всех заболеваний почек и их последствий. Эффективно помогает при болях в нижней части живота, устраняет жар почек, ощущение жара изнутри поясничной области, ломоту в области поясницы. Снимает боли в тазобедренных, коленных суставах, онемение и боли в ногах. Используется для растворения и безболезненного выведения камней при мочекаменной болезни, особенно при начальной стадии, а также после операции для предотвращения нового образования

камней, в профилактических целях при мочекаменной диатезе (склонности к камнеобразованию). Применение препарата «Сугмэл-10» даёт хорошие результаты при лечении хронических заболеваний мочевыводящих путей, уретритах, уретроцистах. Назначается при мужских болезнях таких, как «холод» простаты и простатит, снижение потенции; при кистах почек, полипах в мочевом пузыре и других новообразованиях (скрахах) мочевыводящих путей.

Состав: кардамон, имбирь, каменная соль, перец длинный, мускус кабарги, торрея орехоносная (семена), лотос (семя), цезальпиния (семя) и др.

«ГУЮ-28»

Механизм действия: обладает согревающим действием. Повышает энергию в организме. Нормализует работу почек, помогает при затруднённом мочеиспускании, при поясничных болях. Применяется для лечения застарелых, хронических заболеваний. Эффективно очищает кровь и улучшает её состав.

Состав: гранатовое дерево, коричное

дерево, перец длинный, кардамон настоящий, кассия трубчатая, песок золотоносный, ярутка полевая, понгамия голая, марена сердцелистная, шеллак, мушмула японская, кабарга, канавалия мечевидная, меконопис, можжевельник, миробалан хебула, мелия азедарах, юстиция гендарусса, якорцы стелющиеся, змееголовник молдавский, алтей розовый, барбарис сибирский, мумиё, куркума культурная и др.

КАК УЛУЧШИТЬ ЦИРКУЛЯЦИЮ КРОВИ? ЭЛИКСИР «ЛАОЛИ»

Эликсир способен решать проблемы здоровья женщин (устраняет хроническую недостаточность крови) и здоровья мужчин (восстанавливает баланс мужских гормонов: профилактика простатита и аденомы простаты). Он стимулирует кроветворную функцию, является эффективным средством для быстрого восстановления состава крови, повышает физическую и умственную работоспособность, усиливает сопротивляемость организма инфекциям и токсическому влиянию внешней среды, повышает устойчивость к холоду и кислородному голоданию, нормализует работу ЦНС, сердца, улучшает зрение, качество

сна; устраняет патологическую потливость, неврастению, а также такие симптомы, как головокружение, шум в ушах. Замедляет процессы старения.

Показания к применению: состояния после лучевой и химиотерапии у онкологических больных; иммунодефицитные состояния различного происхождения; раннее снижение сексуальной активности и др.

Состав: шиповник даурский (Rosa davurica), лимонник китайский (Fructus Schisandrae), бирючина блестящая (Fructus Ligustri Lucidi), женьшень (Radix Ginseng), финик китайский (Fructus Ziziphi Yujubae)

ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА



Евгения
Бастуева,
врач клиники
«Наран»,
м. Проспект
Вернадского,
г. Москва

Псориаз (чешуйчатый лишай) – одно из самых распространенных хронических заболеваний кожи. Протекает годами, сопровождается чередованием рецидивов и ремиссий. Характеризуется наличием мономорфной сыпи в виде узелков (папул) диаметром от 1–3 мм до 2–3 см розово-красного цвета, покрытых рыхло сидящими серебристо-белыми чешуйками. Чаще всего папулы появляются на локтевых и коленных суставах, на волосистой части головы, но могут высыпать и на коже туловища. Псориаз приводит к большим психологическим проблемам. Представьте себе молодого человека, покрытого струпьями. Его переживания по поводу своей неполноценности гораздо тяжелее физических страданий, которые приносит псориаз. А постоянный стресс, изменяя гормональный фон, только усугубляет тяжесть заболевания.

Симптомы и признаки псориаза

Появление розовато – красных высыпаний на волосистой части головы, на разгибательных поверхностях локтей и коленей, на животе и на других частях тела. У больных сахарным диабетом обычно развивается экссудативный псориаз. Высыпания ярко выражены, отёчные и покрыты корочками желтоватого цвета. Псориаз поражает не только кожные покровы, но и суставы. В этом случае говорят об артропатическом псориазе, при котором страдают мелкие суставы кистей и стоп. Движения в суставах из-за резкой боли становятся

ПСОРИАЗ: РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ

ограниченными, суставы отекают и деформируются. Это одна из самых тяжёлых форм псориаза. Очень тяжело протекает и другая разновидность болезни – псориаз эритродермия, когда площадь поражений кожи очень велика.

Причины псориаза

Причины заболевания на сегодняшний день в западной медицине остаются невыясненными. От псориаза страдают люди разного возраста – и младенцы, и глубокие старики. Однако основная масса больных (примерно 70%) – это сравнительно молодые люди в возрасте до 30–40 лет.

Тибетская медицина считает, что любые заболевания кожи есть следствие нарушения баланса между тремя регулирующими системами организма – Ветра (нервной системы), Желчи (пищеварительной

системы) и Слизи (эндокринной и лимфатической системы). При возмущении конституции желчь повышается активность печени, которая сопровождается «жаром» крови и повышенной выработкой желчи в организме. Все эти внутренние процессы имеют внешние проявления – на особо уязвимых участках кожи появляется краснота и отёчность. В дополнение наблюдается недостаточность конституции слизи и избыток ветра, что приводит к сухости и шелушению кожи. Эти три фактора, соединяясь, и проявляются псориазическим поражением кожи.

При псориазе следует искать причину заболевания внутри самого организма. Ведь состояние кожи отражает процессы, происходящие во внутренних органах – почках, печени, сердце. Псориазу чаще подверже-

ны замкнутые, нервные люди, склонные держать свои проблемы внутри себя. Замечено, что в большинстве случаев обострение заболевания наступает на фоне нервных переживаний, стрессов, тревоги, а также при наличии в организме очагов хронической инфекции. Заболевание может носить наследственный характер.

Лечение псориаза

В западной медицине псориаз лечат разными методами, назначают препараты наружного применения, медикаментозную терапию, но не излечивают это хроническое заболевание полностью. В клинике тибетской медицины «Наран» комплексное лечение псориаза позволяет полностью избавиться от этого заболевания без побочных эффектов. Комплексная терапия состоит из рекомендаций врача по образу жизни и питанию, назначения фитопрепаратов и ряда физиотерапевтических процедур: иглоукалывания, точечного массажа, прогревания полынными сигарами и лечебными камнями, прижигания методом «хорме», вакуум-терапии и др. Совокупность этих процедур оказывает успокаивающее действие, выводит из организма токсины, снимает воспаление, отёчность и красноту, нормализует баланс энергий в организме, нормализует регенерацию клеток эпидермиса, укрепляет нервную систему и иммунитет. Не впадайте в отчаяние, сохраняйте бодрость духа! Не прячьтесь от людей, переживая, когда состояние кожи хоть немного улучшится и не будет стыдно показаться на люди. Это неправильная тактика. Состояние упадка, психологического стресса усиливают болезнь, поэтому занимайте активную жизненную позицию.

Телефон: (495) 221 21 84
Консультация бесплатно.



СТАЛКИВАЯСЬ С ТРУДНОСТЯМИ, НЕ УКЛОНЯТЬСЯ И НЕ ОТКАЗЫВАТЬСЯ – ЭТО ЛЕКАРСТВО



МНЕНИЕ

Бумажнова И.Е., пациентка клиники «Наран»,
м. Войковская, г. Москва

Я ПРЕКЛОНЯЮ ГОЛОВУ ПЕРЕД ВАШЕЙ ДОБРОТОЙ

Дорогой Баир Санжиевич! Сердечно благодарю Вас за проведенное лечение. Я преклоняю голову перед Вашей добротой. Благодарю Вас за пылливый ум, уважение к пациенту и умелое применение знаний. Огромное спасибо всем «нарановцам». Примите поздравления с Новым годом по восточному календарю!

С Новым годом поздравляя
Вам желаю, друзья, от души:
Здоровья, улыбок, яркого дня,
В глазах – огня, в душе – тепла,
На сердце – радость бытия.
В семье как счастья так и смеха,
В делах – удачи и успеха.
В слезах лишь быть от милых шуток.
Любовь? А как же без нее?!
Всем вам любви! Любви! Любви!

Марина Кушнеревич, пациентка клиники «Наран»,
м. Чернышевская, г. Санкт-Петербург

ВСЕ ОТМЕЧАЮТ ОСОБЕННО БЛАГОПРИЯТНЫЙ КЛИМАТ КЛИНИКИ

Мне 59 лет и в этом возрасте у меня многое разладилось в моем здоровье, но благодаря стараниям лечащего врача Нимбуева Эрдама Тимофеевича мне удалось частично восстановиться. Появилась надежда на выздоровление. Я полностью согласна со всеми теми, кто неоднократно отмечает особенно благоприятный климат этой клиники, высокое мастерство всего медицинского персонала и их глубокие знания, и готовность помочь. Конечно, я буду продолжать в дальнейшем лечение здесь и надеюсь, что весь коллектив останется всегда таким же приветливым и компетентным. Спасибо!

Элла Каргапольцева, пациентка клиники «Наран»,
г. Екатеринбург

«НАРАН» ВДОХНУЛ В МЕНЯ НОВЫЕ СИЛЫ



Я очень благодарна сотрудникам клиники «Наран» за внимательное отношение, высокий профессионализм и отзывчивость. «Наран» вдохнул в меня новые силы, и теперь можно продолжать с энтузиазмом справляться с вызовами повседневности. Отдельное спасибо доктору Эрденэцэцэг Пурэвсүрэн за ее золотые руки, мудрую силу и душевность.

Светлана Беспалова, пациентка клиники «Наран»,
м. Проспект Вернадского, г. Москва

В «НАРАНЕ» ВАМ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОМОГУТ!

В преддверии восточного Нового года хотим поздравить весь коллектив клиники «Наран» с праздником и пожелать всем здоровья, успехов в работе и благополучия.

Мое знакомство с этой замечательной клиникой состоялось два года назад. Я потеряла всякую надежду на выздоровление, а «букет» заболеваний был большой и серьезный. Решила попробовать методы тибетской медицины «Наран», была приятно удивлена общим вниманием персонала, неподдельной заинтересованностью врачей в избавлении от моих серьезных проблем и стремлением поставить меня на ноги. Я прошла три курса и раз от раза чувствовала себя все лучше и лучше. Замечательно, что сами сеансы включают фитотерапию, о принятии таблеток, которые пила горстями до прихода в «Наран» я уже забыла. Хочу выразить слова огромной благодарности своим лечащим врачам за их мастерство, профессионализм и желание подарить пациенту здоровье. За время своего лечения я привела в клинику свою маму, которая страдает сахарным диабетом. Пройдя тоже три курса, она осталась очень довольна. Сейчас эту клинику посещает мой сын. Он спортсмен, мастер спорта и чемпион Европы 2013 года по «Русскому жиму», чемпион России 2013 года по «Народному жиму» - испытывает большие нагрузки. И есть у него проблемы, которые он хочет решить только в «Наране», глядя на мои результаты. Именно здесь происходит восстановление всего организма в целом, а не отдельное лечение по частям. Человеческий организм – единое целое, я хорошо это поняла за время посещения клиники и прочитав достаточно много книг по этому вопросу. Желаем читателям газеты «Вестник тибетской медицины» доброго здоровья, а если у кого-то возникнут проблемы, то решать их в клинике «Наран». Здесь вам обязательно помогут.

Ильшат Денисов, пациент клиники «Наран», г. Казань:



ЧУДЕСА СЛУЧАЮТСЯ!

Огромное спасибо коллективу «Наран», отдельно Паланову Даниру Владимировичу и заведующему клиникой Скотникову Сергею Вадимовичу за восстановление моего здоровья, а главное, здоровья моей Матери.

Я не верил, но чудеса в «Наране» действительно случаются! Сначала я прошел курс лечения и неожиданно для себя получил хороший результат. После чего решил, что моей маме также непременно помогут. Сейчас ей намного лучше и мне как сыну приятно видеть маму здоровой. Немаловажный фактор, что все лечение не так сильно бьет по карману.

РЕКОМЕНДАЦИИ ОТ ДОКТОРА СВЕТЛАНЫ ЧОЙЖИНИМАЕВОЙ

О чем говорит бессонница?

Бессонница говорит, что в вашем организме дисбаланс «ветра». Это серьезная проблема. Как можно скорее начинайте бороться с ней без применения снотворных желательнее. Нужно больше двигаться в течение дня, дать телу почувствовать утомление. Во второй половине дня, особенно вечером, полезно есть творог, простоквашу, мясные бульоны, мясо. Можно втирать в тело или только в макушку теплое масло, особенно кунжутное. Это замечательное средство для гармонизации «ветра», также помогает при шуме в ушах. Но главное, нужно ложиться спать пораньше и вставать рано. Такие люди, говорят в Тибете, будут жить долго и счастливо.

Конечно, бессонница связана с состоянием нервной системы. Главная проблема человека, который нервничает в том, что его ум перескакивает с одной мысли на другую очень быстро. Он не может остановиться. На Востоке подметили: если скон-

центрировать ум на одной мысли, то, как ни странно, другие мысли исчезают и ум успокаивается. *Простой способ быстро успокоиться, когда вы взволнованы: начните концентрироваться на дыхании. Вначале следите, как воздух входит и выходит че-*

рез ноздри. Сконцентрируйте внимание на кончике носа. Затем можно немного усложнить медитацию, представляя, как воздух скользит по внутренней стороне носа, попадает в легкие и выходит из них. Это просто, но эффективно.

ЗАСЫПАЙТЕ ПРАВИЛЬНО

- Собираясь в «объятия Морфея», отключайте все мысли о прошлом, не перебирайте воспоминания, не стройте планы.
- Прекратите думать о житейских проблемах, оставьте в стороне все размышления, эмоции и впечатления прошедшего дня. Позвольте мыслям спокойно течь мимо вас, представьте, что на вас льется теплый дождь, который смывает эмоции из вашего ума. Вспомните все позитивное, что было сегодня - это важно, потому что люди склонны обращать больше внимания на негатив, а позитивные вещи отодвигать на задний план.

- Перед сном совершенно необходимо не только расслабить тело и ум, но и очистить душу. Если вы верующий – благодарите Бога, прочитайте молитвы. Если вы не религиозны, а ум постоянно возвращается к пережитым мыслям и проблемам, можно использовать любое положительное утверждение, например, слово «релакс-релакс-релакс».
- Спать необходимо в темноте, в полной тишине, не прислушиваться к шорохам. Желательно убрать из спальни механические часы и повернуть циферблат светящихся электронных часов в обратную сторону.

НЕКРАСИВЫЕ СЛОВА И ВЫСКАЗЫВАНИЯ – ЭТО БОЛЕЗНЬ

СОВЕТЫ МУДРЕЦОВ

С НОВЫМ ГОДОМ ПО ВОСТОЧНОМУ КАЛЕНДАРЮ!



Старинные бурятские благопожелания имеют особую силу, заряженную энергетикой предков. Считается, что они способны обеспечить благополучие тем, кому предназначаются.

Пусть помыслы осуществляются.

Желанья – исполняются!

Людских судеб верша круговорот

Да осенит всех счастьем небосвод!

Сокровищница жизни и добра

Земля да будет на дары щедрой!

Пусть в очаге пылает вековой

Огонь, зажженной женскою рукой.

«Да будут люди в благополучии

и благоденствии,

Да будет большой приплод

и зелёная трава,

Да будет вода аршаном!»

Да будет всегда теплым ваш очаг! ...

Все плохое сгорит в новогоднем костре,

И все помыслы будут чистыми,

Словно светлая степь в Сагаалган!

С Белым месяцем!

Белой дороги, белой мечты

мы вам желаем в месяц луны

Солнца в груди, нежной души

и бесконечной, светлой любви!

О, деды! Со своих седых вершин

Вы внукам внуков счастья пожелайте,

Высокие нам думы завещайте,

Чтоб все достойны были как один.

Пусть сбудется то, что вами задумано!

Пусть приумножатся ваши богатства!

Пусть синее небо вас благословит!

Пусть мать-земля вас счастьем одарит!

Мой край родной

Я не забыл свои начала,

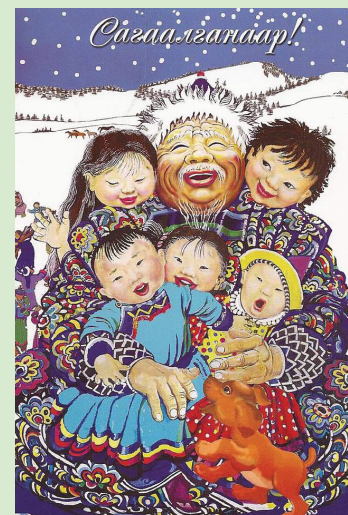
Я вскормлен молоком твоих долин,

И песня предков колыбель мою качала.

С Белым месяцем Вас и меня!

Пусть в ваших домах царит мир и спокойствие и всегда горит огонь благополучия!

Счастья вам и здоровья!





БАЙКАЛЬСКИЕ СБОРЫ – В КАЖДУЮ СЕМЬЮ



Баир ЧОЙЖИНИМАЕВ, доктор тибетской медицины, основатель клиники «Наран», фитотерапевт, травник занимался изучением лекарственных растений и минералов более 30 лет и успешно применял их в своей медицинской практике.

«ЖИВАЯ» ТРАВА БАЙКАЛА

Я родился и вырос у берегов священного озера Байкал, самого чистого и прекрасного в мире. В самые трудные времена мои предки не покидали этих благословенных мест, поскольку озеро кормило, охраняло и лечило. Намоленная, волшебная земля всегда рождала чудодейственные целительные травы, о которых рассказывают предания. Этими «живыми» травами бурятские знахари и шаманы издавна лечили смертельные недуги. И только во времена моей юности необычными растениями – шлемником байкальским, зверобоем, аиром, горечавкой, бузиной, кашкарой, девясилом и сотнями других по-настоящему заинтересовались ученые и фитотерапевты. Я лично собирал травы, пытался изучать их свойства, правила сбора и заготовки по немногочисленным в те времена источникам, а больше всего у тибетских лам-лекарей, в совершенстве постигших эту науку.

Оказалось, что простенькие и незамысловатые растения обладают мощными иммуностимулирующими, противовоспалительными, регенерирующими и кровоочистительными свойствами. Сотрудники Бурятского института естественных наук разработали рецепты

фитосборов с учетом географических и климатических особенностей нашей страны и наиболее распространенных заболеваний. И те древние знания, опыт поколений, перешагнули к нам, в современность, в виде сборов лекарственных трав по тибетским рецептам, которые собираются вручную на побережье Байкала. Это доступные по цене и чрезвычайно эффективные средства при простудных заболеваниях, сердечно-сосудистых заболеваниях, нервных расстройствах, болях различной этиологии, нарушениях работы ЖКТ, желчнокаменной болезни и гепатитах, патологиях почек, женской и мужской половой сферы. Всего не перечислить. Достаточно убедиться на собственном опыте, чтобы стать приверженцем тибетской медицины, имеющей глубокие корни.

При воспалительных заболеваниях, начинающейся простуде, ангине, бронхиальной астме, артритах, сахарном диабете, хеликобактере

УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНЫЙ СБОР от доктора Баира Чойжинимаева

Сбор противовоспалительный № 2 (универсальный)

Показание к применению: обладает выраженным противовоспалительным, болеутоляющим, успокаивающим свойством, а также оказывает антибактериальное, противовирусное, иммуностимулирующее действие. Эффективен как отхаркивающее и ранозаживляющее средство. Применяется при заболеваниях органов дыхания, мочеполовой системы, а также системы кровообращения, ЖКТ и других.

Способ применения: 1 ч. л сбора поместить в эмалированную посуду залить 200 г кипятка и кипятить 5–7 мин на медленном огне. Настаивать при комнатной температуре 45 мин. Процедить и принимать по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 мин до еды.

Состав: лист какалии копьевидной, корень девясила, корень аира, лист кашкары (черногрия), трава полынь холодная, трава чабрец, лист грушанки, горечавка бородачатая.

Курс лечения: 21 день.

МЕДВЕЖИЙ ЖИР

Содержащиеся в медвежьем жире полиненасыщенные Омега-3 и Омега-6 жирные кислоты способствуют снижению содержания в крови холестерина, оказывают сосудоуспокаивающее и антиаритмическое действие, а также, как и присутствующий в значительном количестве в медвежьем жире витамин Е, улучшают реологические свойства крови и препятствуют образованию тромбов.

Механизм действия: способствует укреплению иммунитета, устранению психоэмоциональных и неврологических расстройств; повышает содержание в крови гемоглобина, устойчивость организма к возбудителям инфекционных заболеваний; оказывает бактерицидное действие, предупреждает и купирует развитие воспалительных процессов. Смягчает кашель, облегчает отхождение мокроты, благотворно влияет на голосовые связки, улучшает обменные процессы в головном мозге, состояние слизистых оболочек глотки и гортани. Оказывает седативное действие. Способствует улучшению функционального состояния мужской и женской репродуктивных систем, очищению организма от шлаков, токсинов, солей тяжелых металлов и других вредных веществ. Снижает риск развития онкологических заболеваний.

При наружном применении медвежий жир: способствует устранению боли в мышцах, позвоночнике и суставах. Ускоряет заживление повреждений кожи, предупреждает появление рубцов и шрамов.

Ольга Кучина, 63 года, г. Москва

Моя бабушка-сибирячка всегда говорила, что медвежий жир для лечения туберкулеза легких, пневмонии, хронических заболеваний печени очень полезен. Я считаю, что медвежий жир защищает печень от поражения антибиотиками, в том числе от действия химических препаратов (онкология). Недавно приобрела для мужа. Медвежий жир средство вернейшее и спасает даже от злейшего бронхита. И никакой химии, всё натурально. И внуков от простуды спасать – милое дело.



НЕОБЫКНОВЕННЫЙ Горячий лед

НОВИНКА ФИТОБАРА!

*Новейшие разработки российских ученых
Эффективно! Качественно! Действенно!*

Показания к применению: артралгия, артрозы, коксартрозы, артриты, остеохондрозы (крестцово-поясничного, шейно-воротничкового, грудного отделов позвоночника), периартриты, головные боли, цистит, подагра и др.)

КАМФОРА – оказывает согревающее действие, способствует улучшению кровоснабжения и питания тканей, ослаблению болей.

МЕНТОЛ – оказывает охлаждающее и анальгезирующее действие, стимулирует восстановительные процессы в тканях.

ВОДОРОСЛИ – обладают свойством улучшать отток жидкости, благотворно воздействовать на сосуды.

ВЕРБЕНА – облегчает дренаж, способствует устранению явлений отека, снимает воспаления слизистых оболочек и кожи.

БУЗИНА ЧЕРНАЯ – обладает выраженным дренажным эффектом, противостоит задержке воды в тканях.

ГВОЗДИЧНОЕ ДЕРЕВО – воздействует на микроциркуляцию в тканях, обладает обезболивающим воздействием.

БОЛЕЕ ТРЕХСОТ ТРАВ И ФИТОСБОРОВ

из Тибета, Индии, Алтая и Забайкалья!

ЗАХОДИТЕ НА САЙТ

SHOP-TIBET.RU

Лечебные средства тибетской медицины можно заказать в интернет-магазине клиники «Наран»

www.naran-fito.ru

или по телефону 8 (499) 156 29 87

(курьерская доставка по Москве, наложенный платеж по России)

КОМПЛЕКСНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

- 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, гастроптоз, колиты, синдром хронической усталости, заболевания сердца и сосудов, грыжи и радикулиты, подагра, расстройство стула, опущение органов.

Филиалы клиники «Наран»

МОСКВА

м. «Войковская»,
5-й Войковский проезд, д. 12
Запись на консультацию:
(499) 74-74-960, (499) 74-74-961,
(964) 78-33-222
Отдел маркетинга: (499) 156-29-87
Администрация: (499) 150-74-10
м. «Красные Ворота»
Большой Козловский переулок, д. 4
(территория Дипакадемии МИД)
Запись на консультацию:
(495) 236 84 84, 221-21-84, 8-903-288-81-80

м. «Проспект Вернадского»
ул. Удальцова, д. 23
Запись на консультацию:
(495) 510-39-61, (495) 510-39-62,
(906) 758-28-11

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

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

КАЗАНЬ

Остановка Университет,
Ленинский сад,
ул. Галактионова, 3
Запись на консультацию:
(843) 236-41-92, 8(967) 367-07-05
Запись на консультацию через автоответчик (843) 236-41-93.
Администрация: (843) 236-30-31

ЕКАТЕРИНБУРГ

ул. Горького, 65 (2 этаж)
Запись на консультацию:
8 (967) 639-76-25, 8 (343) 270-60-08
8 (343) 237-24-54, 8-800-555-86-82

WWW.NARAN.RU

Консультация бесплатно. Работаем без выходных с 9.00 до 21.00

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

Свидетельство о регистрации
П/И № 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 –
С. Чойжинимаева
Главный редактор – **Долгор Аустермонас**
Дизайнер – **Анастасия Царькова**

Адрес редакции:
125171, Москва, ул. 5-й Войковский проезд, д. 12
8 (499) 156 29 87

E-mail: clinica@naran.ru
Газета выходит 1 раз в месяц

Отпечатано в ООО «ВМГ-Принт»
Россия, г. Подольск, ул. Комсомольская, д. 1
Заказ № Тираж 120.000 экз.

Подписано в печать
22.01.2014 года
Цена свободная