



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

СЕКРЕТНЫЙ КЛЮЧ К ЗАМКУ ПОЗВОНОЧНИКА

Слово главного врача. с. 2




НАРАН

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

З Д О Р О В Ь Е :

- ДИАГНОСТИКА
- ЛЕЧЕНИЕ
- СОВЕТЫ

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

№ 04 (227) Апрель 2024 г. Выходит с июня 2005 г. www.naran.ru

«ВЫ ЯВЛЯЕТЕСЬ ДОСТУПОМ К ТАИНЕ МИРА И ЗЕМЛИ!»

с. 5

Яркая фигура в мире телевидения и культуры — Анна Николаевна Шатилова советский и российский диктор Центрального телевидения Гостелерадио СССР, теле- и радиоведущая, актриса; народная артистка РСФСР.



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

Наше здоровье

с. 3
**ШЕЙНЫЙ
ОСТЕОХОНДРОЗ**

Женское здоровье

с. 4
**УДАЛЯТЬ ЛИ
МИОМУ МАТКИ?
ЧЕМ ОНА ОПАСНА?**

Интересно

с. 5
**ЛЕЧИМ ПРОСТУДУ
БЕЗ АНТИБИОТИКОВ**

Из практики

с. 6
**ОМОЛОЖЕНИЕ ЛИЦА
ПО-ТИБЕТСКИ**



г. Москва,
ул. Ленинградское
шоссе д 13 к1

арка

Метро Войковская,
первый вагон из центра
выход №2

МЫ ОТКРЫЛИСЬ!!!

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

**ПРИГЛАШАЕМ ВСЕХ
В НАШУ НОВУЮ КЛИНИКУ!**



КЛИНИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ
НАРАН SINCE 1989

ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ РАЙОНА ВОЙКОВСКИЙ И СЕВЕРНОГО АДМИНИСТРАТИВНОГО ОКРУГА

СПЕЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ!
Сеанс комплексного лечения по 4000р вместо 6500р и в ПОДАРОК - бонус 1000р, который можно использовать для покупки фитопрепаратов и продукции фитобара

Начните новый 2024 г с укрепления здоровья и хорошего самочувствия!

подробности по тел.: +7 (495) 023-39-36



Слово главного врача

СЕКРЕТНЫЙ КЛЮЧ К ЗАМКУ ПОЗВОНОЧНИКА

Эмоции и чувства раскрашивают нашу жизнь. Обиды, желания – все они передают в организм импульсы, на которые он немедленно реагирует спазмами мышц. За 50 лет организм человека становится огромной, образно говоря, копилкой спазмов, которые неминуемо приводят к заболеваниям позвоночника

В современной медицине позвоночник рассматривается как остов человеческого организма. Именно через позвоночник проходит спинной мозг – отдел центральной нервной системы (ЦНС), в котором расположены проводящие нервные пути. Они передают импульсы от органов нашего тела в головной мозг и обратно. Если у человека поврежден спинной мозг вследствие травмы или опухоли, на уровне шейного отдела позвоночника, тогда вся вегетативная нервная система (ВНС) приходит в упадок. ВНС регулирует деятельность внутренних органов и органов чувств, обеспечивая важнейшие функции питания, дыхания, выделения, размножения, циркуляции крови и лимфы. Вегетатика – это то, что не связано с мозгом, но регулирует все наши жизненные процессы независимо от нашего сознания. При повреждении ВНС, человек превращается в растение: он может осознавать действительность, но команды из головы уже не идут в ВНС. Это очень прочная связь ЦНС и ВНС, и становится понятно бесценное значение позвоночника, который не просто стержень костной системы, но и является сосудом для спинного мозга. Если современная медицина делит позвоночник на отделы, в тибетской медицине это единый столб из золотых монет. И счет позвонков идет от первого «Атланта» последовательно: 1, 2, 3 и т.д. Если увидите где-то в статьях 17 или 19 позвонков, не удивляйтесь, это счет по тибетской медицине. Каждый позвонок в отдельности важен, как монетка из драгоценного металла. В тибетской медицине их 29, из них 7 шейных, 12 грудных, 5 поясничных, 5 крестцовых и копчик, состоящий из мелких звеньев 3-5 сросшихся позвонков.

Теория о прямохождении

Не соглашусь с теорией коллег современной медицины, что все заболевания позвоночника, якобы, зависят от прямохождения и немалых нагрузок. Множество примеров, когда человек всю свою жизнь занимался тяжелым физическим трудом, будучи землепашцем или горняком, и никогда не страдал от грыжи позвоночника. При этом, кто занимался всегда умственным трудом, например, писатель, тоже страдать может от этого недуга. Одинаково часто можно обнаружить симптомы остеохондроза или межпозвоночной грыжи, позвоночника, как у человека, занимающегося физическим трудом, спортсменов, так и людей умственного, интеллектуального, труда.

Периоды жизни

Тибетская медицина расставляет акценты в поисках первопричины болезней, в том числе и позвоночника, с точки зрения конституции человека. Имея врожденную конституцию «Ветер», «Слизь» и «Желчь», по мере взросления они могут меняться. ярко-выраженные природные конституции люди сохраняют меньше всего. Хотя, подчеркну, что все 3 регулирующие системы присутствуют в каждом из нас. Одна из них в определенные моменты проявляется ярче, в зависимости от рода деятельности, ментальности,

возраста, питания и периода жизни.

От 0 до 20–25 лет: период «Слизь», когда человек ест, чтобы расти и развиваться – это период роста человека;

От 20–25 до 60–65, для кого и до 70 лет: период «Желчи», когда человек должен себя найти, реализовать всю свою энергию, потенциал, в хорошем смысле слова «злость» – период активности;

Период «Ветра» – старость, старше 60–70 лет: характеризуется упадком сил, когда позвоночник человека изменяет форму, становится сгорбленным, сутулым, связки утрачивают эластичность, мышцы дряхлеют – период упадка энергии;

«Приглажайте» эмоции

«Ветер», с точки зрения физиологии, – это нервная система, головной и спинной мозг, то есть центральная и периферическая нервная системы. От того, как работает нервная система, зависит состояние позвоночника. Это наши каждодневная жизнь, связанная с эмоциями, наша психика, интеллект. От того, какая у нас работоспособность в этот период жизни, либо вы в возрасте «Желчи», «Слизь» или «Ветра», и какие эмоции преобладают в настоящий момент, это все «Ветер», то есть нервная система. Она включает в себя нашу кору и подкорку. Кора – это интеллектуальная мозговая деятельность, то есть психическая. А подкорка – это более древние образования мозга, контролирует эмоции, поведенческие реакции. В большей степени человек эмоционализирует. Почему тибетская медицина и современная психология призывают нас к стабильности психики и ее очищению? Мы не говорим: «Эмоции и еще раз эмоции!», мы говорим: «Сознание и еще раз очищение сознания!». Когда у вас чистое сознание, тогда и эмоции как бы «приглаживаются». Эмоции – это то, что как раз разрушает наш организм, хотя периодами они захлестывают человека, поглощают его полностью, придают яркость и красоту в определенные периоды жизни. Но при этом нередко отрицательные эмоции, такие как гнев, страх, ревность, зависть при их постоянном присутствии могут иметь необратимый, разрушительный характер. «Ветер» олицетворяет собой нервную систему и подражает в эмоционально-психической сфере такие чувства, как привязанность, страсти, цепляния, различные желания. Все вместе это и есть «Ветер». Человек из последних сил может цепляться за свою любовь к другому человеку, но он уже тебя не любит, а ты цепляешься, цепляешься... И это возбуждает нервную систему и твое «не чистое» сознание, оно загрязненное. Это может быть и привязанность к детям, к украшениям, привычкам к одной и той же еде мн. др. Бывает и доходящая до дикой грани привязанность. Ведь по сути, наши привязанности, как невидимая ниточка и вдруг ... она рвется. Что получается? Привязанность осталась, вы – здесь, связующей ниточки – нет, и это становится причиной нашего страдания. Это возбуждает нервную систему? Однозначно, да.

Тибетская медицина выделяет 84 тысячи разновидностей эмоций. Желания, цепляния, страсти – тоже из «Ветра». Если они осуществимые – они как бы «сгорают» и человек получает чувство удовлетворенности, сознание реагирует нормально. А если они неодолимые, непреодолимые и неисполнимые, что тогда? Происходит раздражающий импульс на нервную систему, а потом это опосредованно повлияет на позвоночник. Позже рассмотрим подробнее эту цепочку. Вот почему я всегда говорю, нужно рассматривать состояние здоровья в комплексе, без отрыва от нашей жизни от наших 3 конституций, которые мы имеем в нашем организме. У «Желчей» из эмоций преобладает гнев и его разновидности: брезливость, зависть, вспыльчивость, раздражительность, обидчивость, ревность, злость. Например, есть люди, которые ненавидят что-то отдельно: что проявляется в виде расизма, шовинизма. Широкий спектр отрицательных эмоций, свойственных для человека, наиболее характерны для людей типа «Желчи». Потому что у них горячая кровь, горячая натура. От того что они кипят изнутри они молниеносно реагируют на все: звук, каплю воды, внешний вид человека, различные запахи, стук в дверь. У этого человека полное неприятие окружающего мира таким какой он есть, поэтому он будет стремиться к идеализации обстановки вокруг себя: семьи, партнера, коллег. Не принимая людей, такими, какие они есть, он, в первую очередь, вступает в противоречие с самим собой. И это опять же наше подкорковое состояние, то есть лимбическая структура, это эмоции, которые «бьют» по нашему сознанию, засоряют его. И, образно говоря, оно засорено отрицательными эмоциями, которые в жизни проявляются различными психосоматическими патологиями. Такое состояние будет разрушать организм изнутри и будет вызывать опять же возбуждение всей нервной системы «Ветер»: движение энергии в организме затрудняется, образуются энергетические блоки, как внутри, так и снаружи человека. «Слизь» связана с неведением, а это означает засоренное сознание, которое связано в первую очередь, безусловно, с ленью человека. Он не просто не ведает, что творит, а чаще и не хочет этого знать. Множество людей, кому проще лежать на диване, пить пиво или бокал вина, выкурить сигарету, съесть что-то вкусненькое, сладкое, чтобы «утолить» апатию, поднять настроение. Неведение вызывает все остальные пороки в нашем организме, меняет наше поведение. Мы не ведаем, что едим, куда плывем, зачем обливаемся водой, моржуем, зачем спортом занимаемся. А если человек программирует свою жизнь, уравнивает нагрузки, у него выстраивается правильный образ жизни. Если неведение становится нормой жизни, тогда тоже возникают масса заболеваний, которые не только вызывают болезни «Слизь», но и «Ветра» и «Желчи». Потому что неведение и есть то, что является причиной всех наших страданий. Не ведаю что, сколько и как едим, пьем, вызывает несва-

рление, которое является корнем всех внутренних болезней.

Эмоции – спазм мышц – остеохондроз

И дорсопатия, и радикулит, и ишиалгия и другие заболевания позвоночника исходят из одного обобщающего заболевания – остеохондроз. Отрицательные эмоции, связанные с нашими врожденными конституциями, напрямую связаны с нашим телом, точнее сказать, с позвоночником. Еще раз отмечу, что не только физические нагрузки влияют на развитие заболеваний позвоночника. Если мы долго находимся в одной и той же позе, например, сидя к ряду 8–10 часов, и нет смены положения, но есть большая умственная нагрузка, связанная с большими эмоциональными переживаниями. Такой трудовое изнурение оставит отпечаток обязательно, особенно на позвоночнике! Именно статика психическая, эмоциональная и есть основная причина развития остеохондроза. Как? Абсолютно напряженную и с точки зрения тибетской медицины это легко объяснимо. Выше я подробно рассказывала, что возмущение «Ветра» у человека происходит из-за отрицательных эмоций. К примеру, эмоция страха. Страх – это выброс адреналина, агрессивного гормона, вызывающего спазм сосудов, а затем спазм мышц, причем происходит он резко, сильно и продолжительно. Такой спазм мышц вызывает ее укорочение. То же самое можно наблюдать при купании в холодной воде: моржевание или контрастном душе. Холод как влияет на мышцы? Спазмуют, соответственно укорачивает. Поели холодную еду из холодильника, промочили из-за легкой обуви ноги, тем самым впустили «холод» в организм. Тепло расширяет, холод сжимает. Это простой закон физики и работает он и на наше тело тоже. И это все с позиции тибетской медицины. Наша жизнь, состоящая из эмоций дома, на работе – это некая копилка спазмов, которые в один прекрасный день «выстреливают» заболеваниями на уровне шеи, грудного или поясничного отдела позвоночника.

Лженшения

Грыжи в шейном и поясничном отделе, вызывают наиболее яркие симптомы. В шейном отделе они проявляются в виде нарушения зрения, потемнения в глазах, шума в ушах, заложенности носа, сухости во рту, нарушения глотания, незаметного влияния на щитовидную железу, боли в шейном отделе, ограничения движений в области шеи или поясничной вправо, влево, назад, краснойтой лица и вплоть до травматического пареза черепно-мозговых нервов, который выразиться может в виде паралича или пареза лицевого или тройничного нерва. Миозит – одно из проявлений остеохондроза, развивается в результате переохлаждения, когда «продуло» одну из частей тела. Его симптомы: онемение или мурашки в отдельных пальцах, потеря тактильной чувствительности локально, а иногда и всей руки. Может проявиться в виде синдрома хронической усталости: нарушения сна, аппетита, человека как бы «зажало», и он не

в состоянии двигаться, что-либо делать. Один из самых основных симптомов – это, безусловно, боль. Сильная, ноющая, постоянная и не стихает даже при приеме таблеток и заставит человека пойти к врачу. В грудном отделе грыжа обычно не «выпирает» наружу, это объясняется нашим анатомическим строением и симптомами заболевания малозаметны. Молочные железы, легкие, бронхи, сердце, желудок, пищевод слева, а с правой стороны желчный пузырь, печень, тонкий кишечник, толстый кишечник – все это органы, которые питаются и иннервируются от сегмента спинного мозга в грудном отделе. Нередко люди обращаются с жалобами на сердце, плохой сон, перепады артериального давления, давящие боли в области сердца. И кардиограмма подтвердит признаки проблем с сердцем, врач западной медицины не сомневаясь поставит диагноз «ишемическая болезнь сердца, особенно, если человек в возрасте от 45 лет. Его поставят на учет как «сердечника». Но, в действительности, у него может быть идеальное сердце. Даже если допустить, что кардиограмма покажет экстрасистолы и другие изменения, нужно понимать, что за свои 50 лет человек может накопить огромное количество спазмов. Он адвокат, юрист, менеджер, артист, учитель, неважно, его жизнь эмоционально окрашена. Соответственно, каждая эмоция отразилась спазмами в мышцах спины, и они-то и вызвали изменения в работе сердца. Идет как бы опосредованное влияние ветвей блуждающего нерва через спинной мозг и так или иначе будут наблюдаться симптомы похожие или даже действительно отражающие работу сердца. Врачу ничего не остается, как поставить диагноз ИБС. А пациенту – принимать препараты. На мой взгляд, ошибка современных врачей, когда они ставят диагноз, основываясь только на субъективных и инструментальных данных, не учитывая состояние позвоночника. Врачи тибетской медицины всегда обращают самое пристальное внимание на позвоночник. Обследуя пациента, если мы видим очень сильный, явный спазм в мышцах спины, особенно в грудной межлопаточной области, врач легко находит болезненные зоны, которые при пальпации болезненные и уплотнены. Такое состояние пациента – прямой путь на лечение к врачу тибетской медици-



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

ны, чтобы избежать более тяжелых осложнений.

Ключ к замку

Например, спазмы в мышцах спины у человека конституции «Слизь», у которого в организме достаточное количество воды, лимфы, жира, слизи. Накапливаясь в трахее и бронхах, слизь их постепенно «завивает». При «благоприятных» условиях (простуде, ОРВИ, чаще всего и переохлаждении организма) – спазм скелетных мышц грудной клетки и гладкой мускулатуры бронхов. Все это приведет к обструкции бронхов. В результате спазмы и скопление слизи проявят себя приступом бронхиальной астмы, когда дышать полной грудью нет возможности. Напуганный человек идет к врачу, испытывая новые эмоции – страх. И возникает замкнутый круг. Чаще всего современные врачи его еще больше замыкают, ставя ложный диагноз и назначая современные фармпрепараты, которые зачастую содержат гормоны, антибиотики, бронхолитики и мн. др. И человек в этом случае становится действительно жертвой. Хотя замочек очень просто отмыкается. Если мы видим человека конституции «Слизь», у которого обнаруживается и много слизи, спазм мышц спины, ключик какой? Необходимо избавиться от спазмов извне, освободить зажатые мышцы, чтобы возобновить циркуляцию энергии. Тогда «освободятся» и бронхи, и мышцы, и человек начнет легко дышать, отхаркивать мокроту и быстро поправится. Как отражаются спазмы на желудке? Например, студенты испытывают колоссальный стресс при поступлении, оказавшись в новой среде, затем в период сессии, к тому же если они живут в общежитии и иначе питаются, в отличие дома. Это уже не домашняя мамина пища, преимущественно питание становится холодным: бутерброды и т. д. Из-за отсутствия факторов снова вызывается спазм в мышцах спины, проявляясь болями в желудке. Как снять острый приступ боли? Нажимаем на точку с левой стороны, соответствующую желудку на уровне 6 грудного позвонка – спазм уходит и отпускает боль. Не потребуются папазол, ношпа, анальгин или спазган. Спазмы мышц аукаются заболеваниями сердца, затем – бронхов, а далее – желудка. Вывод – замочек оказался без секретов и ключик совершенно прост.

Будьте здоровы!

КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА «СПИНА БЕЗ БОЛИ»

С позиций тибетской медицины, позвоночник – «драгоценный столб из золотых монет» – представляет собой главный энергетический канал организма, состояние которого влияет на функционирование всех органов и систем. Корень проблем современных людей – неправильная осанка и боли в спине. Из-за проблем с позвоночником появляются головные боли, раздражительность, быстрое переутомление, снижается зрение, ослабевает внимание, возникают проблемы с дыханием и другими жизненными процессами. С годами заболевание может привести к серьезным осложнениям: коарктации, нарушениям работы почек, желудочно-кишечного тракта, легких, сердечно-сосудистой системы. Тибетская медицина способна помочь в лечении деформированного остова человека, используя только безопасное комплексное лечение и фитосборы, тем самым предупредить рецидив – повторное развитие заболевания. Врачи клиники «Наран» берутся за сложные случаи, даже когда пациент уже перенес хирургическое вмешательство и у него установлены эндопротезы. Тибетская медицина обладает многовековыми знаниями. Эти практики направлены на то, чтобы избавить пациента от болезненных симптомов и болей в спине, мышечных спазмов, ограничения подвижности.



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



Наше здоровье

ШЕЙНЫЙ ОСТЕОХОНДРОЗ

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

В современном мире проблемы шейного остеохондроза и нарушения мозгового кровообращения становятся все более распространенными. Шейный остеохондроз, характеризующийся дегенеративными изменениями в шейном отделе позвоночника, может привести к сжатию сосудов и нервных окончаний, что в свою очередь может нарушить нормальное кровообращение в мозге. Из-за этого возникают серьезные проблемы с мозговой деятельностью и общим здоровьем человека. Тибетская медицина, олицетворяющая древние знания и практики, предлагает свою интерпретацию этой проблемы. В соответствии с тибетской медицинской традицией, здоровье человека зависит от гармонии тела и различных энергетических потоков в нем. Шейный остеохондроз в тибетской медицине интерпретируется как нарушение баланса энергии в области шеи, вызванное различными факторами, такими как неправильная диета, неблагоприятные погодные условия, недостаток физической активности и психологические факторы, такие как стресс и тревога. Согласно тибетской медицине, когда энергия заблокирована или неравномерно распределена в определенных частях тела, это может привести к нарушению кровообращения и препятствовать нормальному потоку крови в мозг. Это нарушение энергии приводит к накоплению токсинов и негативных воздействий в головном мозге, которые могут привести к серьезным заболеваниям в будущем, таким как инсульты, болезнь Альцгеймера и др.

Причины шейного остеохондроза

Психосоматические факторы, такие как тревоги и стрессы, в сочетании с сидячим образом жизни, являются существенными источниками хронического напряжения в мышцах шеи. У людей с тонкой физической конституцией, особенно склонных к дисбалансу внутренних энергий, эти факторы могут быть особенно разрушительными в силу сниженной стрессоустойчивости. Долгие часы работы за компьютером накладывают огромную статическую нагрузку на шею и спину, вызывая перенапряжение мышц и ухудшение кровоснабжения. Психологические аспекты, такие как стрессы и тревожность, играют ключевую роль в формировании спазмов мышц шеи. Жители больших городов часто ощущают напряжение в области шеи, приподнятые плечи, что может быть связано с подсознательной готовностью к защите от возможных угроз окружающей среды. В бесконечной схватке между стрессом и защитой нашего организма, к сожалению, стрессовые воздействия часто превосходят возможности нашего естественного защитного механизма. Стресс может нанести серьезные повреждения нашему физическому и эмоциональному здоровью, воздействуя на наш организм как меч, проникающий сквозь защиту щита. Наши тело и разум не всегда могут справиться с натиском стресса, что приводит к различным негативным последствиям для нашего общего благо-

получия. Поэтому важно обращать внимание на уровень стресса в нашей жизни и предпринимать меры для его снижения и контроля, чтобы обеспечить нашему организму возможность эффективно защищаться и адаптироваться к неблагоприятным условиям.

Симптомы и болезни возникающие при шейном остеохондрозе.

Шейный остеохондроз может проявляться различными симптомами, включая боль и ограничение подвижности в области шеи, плеч и рук. Пациенты могут испытывать онемение, покалывание или слабость в руках, а также головные боли, мигрени, часто локализующиеся в затылочной области. Нередко возникают также шум в ушах и головокружения. Важно отметить, что шейный остеохондроз может приводить к развитию более серьезных осложнений, таких как межпозвоночная грыжа, сдавление спинного мозга или сосудов шеи, что может вызывать симптомы, связанные с нарушением нервной или кровеносной системы, включая ослабление мышц, нарушение чувствительности и даже паралич. Поэтому важно своевременно обращаться к врачу при первых признаках остеохондроза для диагностики и назначения соответствующего лечения, чтобы предотвратить возможные осложнения и обеспечить сохранение здоровья шейного отдела позвоночника.

Лечение

Лечение в тибетской медицине часто включает в себя комплексный подход, включающий физические упражнения, массаж, иглоукалывание, диету, фитопрепараты и техники релаксации. Целью такого подхода является восстановление баланса энергии в теле и улучшение кровообращения, что способствует общему улучшению здоровья и благополучию пациента. *К сожалению, наблюдается, что превентивные методы, такие как йога и медитация, зачастую оказываются недостаточно эффективными в предотвращении спазмов в шейном отделе позвоночника. Для некоторых людей необходимо более интенсивное воздействие, такое как глубокий точечный массаж и иглотерапия, чтобы снять напряжение и восстановить функциональность мышц и суставов. Эти методы могут помочь в улучшении кровообращения, снятии спазмов и уменьшении боли в шее, обеспечивая более значимое облегчение для тех, кто страдает от шейного остеохондроза и связанных с ним проблем.*

Таким образом, связь между шейным остеохондрозом и нарушением мозгового кровообращения может быть рассмотрена с точки зрения тибетской медицины как результат дисбаланса энергии и потоков крови в организме. Подход тибетской медицины к лечению этих проблем подразумевает гармонизацию энергетических процессов и восстановление естественного кровообращения для достижения общего здоровья и благополучия.

Головные боли, мигрени, нарушение сна или слуха, болезни глаз, невралгии или угри; боли в горле или аллергии Всё это может быть следствием развивающегося шейного остеохондроза



Для того, чтобы предотвратить осложнения и прочно забыть о боли в шее, в голове и других проявлениях остеохондроза, достаточно хотя бы раз в год проходить комплексный курс глубокого энергетического массажа, иглоукалывания, прижигания полынными моксами, гирудотерапии и других методов восточной медицины, позволяющих сбросить позвоночник.

Тибетская медицина применима для людей любой национальности и возраста



Женское здоровье

ТОЛЬКО ДЛЯ ЖЕНЩИН! ЛЕЧИМ ВОСПАЛЕНИЯ!

Вас беспокоят гинекологические проблемы?

ЭРДИН-ГОРЯЕВА ЗОЯ, врач клиники «Наран»,
тел.: +7 (495) 021-39-39

Что предлагает врач в поликлинике? Антибиотики, заместительная гормональная терапия – в лучшем случае, а в худшем – удаление матки и придатков... сотни лет тибетские врачи обходились без таких жестоких методов лечения, сохраняя женское здоровье как величайшую ценность. Многовековые знания этой удивительной науки легли в основу эффективных органосохраняющих и щадящих методов лечения женских заболеваний в клинике «Наран».

Итак, что вас тревожит?

Холод внизу живота

жалобы: ощущение холода, боли внизу живота или в области поясницы, кровотечения, неустойчивый менструальный цикл.

Возможный диагноз:
миома матки

Миома матки – доброкачественное новообразование, развивающееся из мышечных и соединительных тканей матки. Это одна из самых распространенных опухолей женских половых органов – примерно треть женщин обращаются к гинекологу с этой проблемой. Миома может возникать снова у 7–28% больных, перерождаются в злокачественную опухоль. Если раньше считали, что миомой матки страдают в основном 40-летние женщины, то сегодня проблема еще более актуальна, так как все чаще миому обнаруживают у восемнадцатилетних и двадцатилетних. Она может стать серьезным препятствием для зачатия и вынашивания ребенка. В значительной степени на развитие этой доброкачественной опухоли оказывают влияние воспалительные заболевания и аборт.

Лечение. Согласно тибетской медицине, матка, функция которой заключается в регуляции менструации и вынашивании плода, связана с почками, которые снабжают кровью и энергией все органы малого таза. Поэтому правильный менструальный цикл и развитие плода зависят от жизненной энергии почек. При снижении функций почек, хронических заболеваний почек в результате внешней и внутренней потери жизненного тепла («холода» почек) нормальный кровоток в области малого таза нарушается, возникает застойные явления, это неизбежно влияет на состояние матки и маточных придатков. В слои матки проникает желчь из крови (у женщин конституция Желчь), накапливается слизь (у женщин конституция Слизь). При этом с кровью, лимфой или при половых контактах в матку попадает патогенная микрофлора. Так возникает замкнутый круг, когда воспаление и инфекции провоцируют быстрое развитие опухоли, ее перерождение в злокачественную. Внешние процедуры (точечный массаж, иглокальва-

ние, прогревание и др.) направлены на восстановление нормального кровообращения и циркуляции энергии в меридиане почек, имеют очищающее и рассасывающее действие. Фитотерапия обычно включает несколько курсов испытанных многокомпонентных средств, содержащих естественные фитостероиды, улучшающих функцию яичников и щитовидной железы, восстанавливающих естественный гормональный баланс женского организма. Лечение обычно продолжается 2–3 курса.

Тяжесть внизу живота

жалобы: тяжело протекающие или болезненные месячные протяженностью более семи дней, чувство тяжести внизу живота.

Возможный диагноз:
фиброз матки

Фиброз – состояние, при котором на стенке матки появляются доброкачественные новообразования или кисты. Мнение о том, что фиброзы – прерогатива женщин старшего возраста, ошибочно. Часто это заболевание диагностируется у женщин в возрасте от 30 до 40 лет. Обычно кисты вырастают до размера 4 см в диаметре, но могут увеличиваться и до более крупных размеров. Кисты могут быть причиной обильных кровотечений при месячных, поскольку они раздражают стенки матки, прорастают в ее кровеносные сосуды, что в дальнейшем приводит к анемии. Если же кисты разрастаются и перекрывают выход фаллопиевых труб или родового канала, следствием может стать вторичное бесплодие, выкидыши на ранних сроках беременности или преждевременные роды.

Лечение. С точки зрения тибетской медицины, причина болезни связана с «истощением» почечной энергии и нарушением кровотока. Почки обесценивают тепло и управляют обменом веществ во всех органах малого таза: мочевом пузыре, прямой кишке, а также матке и яичниках у женщин. «Холод» почек провоцирует накопление слизи в матке и образование полостей со слизью и жидкостью – кист. Необходимо «согреть» почки с помощью «горячих» тибетских сборов и внешних тепловых процедур, стимулировать нормальное кровоснабжение матки, снять отеки после воспаления, свести к минимуму спаечные процессы.

Боль

жалобы: боль во время полового акта. Острые боли, начинающиеся за две недели до менструаций и сопровождающие ее.

Возможный диагноз:
эндометриоз

Подобные боли обычно являются типичными симптомами эндоме-

триоза – дисфункции, при которой ткань, выстилающая стенки матки, разрастается настолько сильно, что выходит за ее пределы. Клетки слизистой во время месячных вместе с потоком крови проникают в яичники и фаллопиевы трубы и там аномально разрастаются. На протяжении цикла слизистая начинает набухать, трескаться и кровоточить. Но если отток крови затруднен, застоявшиеся кровяные массы начинают раздражать окружающие ткани, со временем провоцируя появление кист и рубцов. В итоге это приводит к бесплодию, развитию миомы матки и других осложнений.

Лечение. Врач тибетской медицины прежде всего обратит внимание на ваш тип конституции, состояние почек и печени. Нарушение кровообращения в малом тазу напрямую связано с накоплением и сгущением плохой «холодной» крови. Чаще этому подвержены женщины с преобладающей конституцией «Слизь» (причины – переохлаждение, употребление «холодных» продуктов, запущенные воспалительные процессы в почках и половых органах). В результате снижения энергетического баланса в матке и придатках развивается патологическое разрастание слизи в органах малого таза, ее проникновение в соседние органы и ткани. Назначаются фитотерапия, иглокальвание, гирудотерапия, точечный массаж. Лечение направлено на разжижение и очищение крови, удаление слизи и стимулирование кровообращения в органах малого таза.

Частое мочеиспускание

жалобы: частые позывы мочеиспускания, боли в тазовой области.

Возможный диагноз: **цистит**

Если вас мучают симптомы воспаления в мочеиспускательном канале, но не помогают антибиотики, надо провериться на цистит. Причиной может быть хроническое воспаление выстилающей оболочки мочевого пузыря, в результате чего токсичные вещества, содержащиеся в моче, раздражают окружающие органы.

Лечение. В тибетской медицине первопричиной болезни считается разрушение защитных свойств слизистой оболочки мочевого пузыря в результате снижения почечной энергии – «холода» почек, ведущего к замедлению оттока мочи. Необходимы комплексные меры. Во-первых, прием антибактериальных, противовоспалительных, иммуностимулирующих и устраняющих «холод» препаратов. Укрепляет мышцы тазового дна и зажимает шейку мочевого пузыря иглокальвание, прогревание целебными камнями и полынными сигарами. Точечный энергетический массаж всего тела с акцентом на пояснично-крестцовую область и низ живота устраняет застой в органах малого таза и брюшной полости, приводит в нормальное положение опущенные желудок, толстый кишечник, матку и мочевой пузырь. Назначаются фитопрепараты, обладающие противовоспалительным, рассасывающим эффектом. Они способствуют устранению симптомов цистита, нормализуют менструальный цикл.

УДАЛЯТЬ ЛИ МИОМУ МАТКИ? ЧЕМ ОНА ОПАСНА?

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

МИОМА матки – доброкачественная опухоль матки, связанная с самым главным слоем матки – мышечным.

Мышца матки настолько эластична, пластична, упруга, что во время беременности увеличивается в размерах в десятки раз! При этом МАТКА очень хорошо кровоснабжается. – arteria uterina – маточная артерия, которая оплетает всю толщу матки (мышечный слой), а также кровоснабжает влагалище, яичники. Кроме сосудов (артерий и вен), матка имеет сеть лимфатических сосудов, огромного количества нервных сплетений. Маточная артерия отходит от брюшной аорты и в этом кроется как добро (питание будущего плода), так и зло (опасность метроррагий – кровотечений).

МАТКА имеет широкую сеть лимфатических сосудов, которые сообщаются с паховыми лимфоузлами. Через эти лимфатические сосуды происходит очищение МАТКИ от «грязи»: микробов, вирусов, воспалительных элементов.

Воспаления МАТКИ могут быть как инфекционной природы, так и неинфекционной, то есть аутоиммунные воспаления.

Вследствие попадания разных инфекций, как передающихся половым путем, так и другие виды инфекций, развиваются воспаления матки. Впоследствии эти незначительные казались бы воспаления, перерастают в Опухоли. Одни из них расположены внутри мышц Матки – интрамуральные миомы, другие – снаружи – субсерозные опухоли или интритри – субмукозные миомы матки.

Женщины 3 типов природной конституции, каждая по своему имеет свой тип МИОМЫ матки.

О типах природной конституции прочитайте, пожалуйста, на сай-

те: naran.ru. [Пройдите тест на определение вашей конституции](#)

Возраст женщин для развития Миомы не имеет значения. Теперь можно обнаружить МИОМУ даже у 20 летних девушек, не рожавших. Благо, что диагностика стала намного сильнее и полнее.

МИОМА матки опасна кровотечениями, возникающими как во время родов, так и во время менструаций. Особенности кровоснабжения МАТКИ создают опасные ситуации.

Чтобы избежать таких осложнений необходимо избавиться от МИОМЫ, так как сосуды-артерии пронизывают всю толщу мышечного слоя Матки, и при определенных ситуациях это может закончиться сильнейшим кровотечением, опасным для жизни женщины.

Лечить женщин с МИОМОЙ матки необходимо индивидуально, с учетом её природного типа конституции: ВЕТЕР, ЖЕЛЧЬ, СЛИЗЬ, или их сочетания и комбинации между собой, что встречается чаще всего! *Сразу отметим, что женщины типа ЖЕЛЧЬ, Желчь-Ветер, Желчь-Слизь наиболее часто подвержены маточным кровотечениям.* У женщин типа ЖЕЛЧЬ от природы густая, вязкая кровь. Любые стрессовые ситуации могут закончиться маточным кровотечением. Менструальный цикл становится испытанием для них: сильной ПМС, частые боли внизу живота, обильные месячные с выделением густых кровянистых сгустков, «печёночными» кусками.

У женщин типа СЛИЗЬ чаще всего МИОМЫ бывают большие, на всю толщу мышечного слоя и матка диффузно увеличивается в размерах. Выделения и месячные у женщин типа Слизь, Слизь-Ветер и Слизь-Желчь часто длительные, мажущие, с обильным содержанием слизи – мукоиды.

В лечении МИОМ матки врачи тибетской медицины руководствуются:

1. *Типом конституции.*
2. *Размерами миомы (иногда*

миомы встречаются гигантских размеров!)

3. *Возрастом пациентки.*
4. *Состоянием яичников (есть ли месячные).*
5. *необходимостью сохранения органа для беременности.*

Как всегда мы применяем КЛ (комплексное лечение). Оно состоит из 4 методов:

1. *Коррекция Образа жизни (сон, устранение стрессов и негативных эмоций, которые усиливают, ускоряют рост Миомы матки. Порой именно стрессы являются причиной появления МИОМЫ матки), особенно это касается женщин типа Ветер, Желчь и их сочетания.*
2. *Питание для каждого типа женщин должно быть – СВОЁ. Если женщина по типу ЖЕЛЧЬ и ест много мясной, жирной, острой, горячей пищи, то о каком рассасывании Миомы может идти речь?! То же самое для женщин типа Слизь, которые предпочитают еду с «холодными» элементами, которая способствует росту опухолей.*
3. *Фитотерапия МИОМЫ – это ключевое лечение. Сколько женщин прошли фитотерапию у нас, не счесть! Фитосборы способствуют выведению излишков слизи-мукоиды из матки, миоматозных клеток, что способствует рассасыванию миомы матки.*

Эффективность лечения фитопрепаратами доказывается контрольными УЗИ, МРТ. Есть женщины, которые даже рожали после и во время фитотерапии!

4. *Внешние процедуры являются также эффективными методами избавления от МИОМЫ матки. Несколько лет назад врачи современной медицины причисляли все методы восточной медицины к противопоказаниям для лечения Миом матки. Но время всех расставляет по своим местам! В странах Востока: Китае, Корее, Вьетнаме, Таиланде, Монголии, Тибете и тд всегда лечили МИОМЫ матки с помощью внешних процедур. Это и иглокальвание, точечный меридианный массаж, вакуум – терапия и многое другое.*



Лечение без химии, гормонов и операций



Интересно

ЛЕЧИМ ПРОСТУДУ БЕЗ АНТИБИОТИКОВ

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

В осенние ночные заморозки и сырость вы встретили с высокой температурой, заложенным носом и изнуряющим кашлем? Сможет ли выстоять ваш хрупкий организм, перед лицом более серьезной болезни?

В среднем за год человек болеет простудой три раза. Если вы болеете чаще, стоит задуматься об этом серьезно. Насморк, ОРВИ, грипп, ангину и бронхит мы привыкли зачищать горстями аптечных таблеток, не задумываясь о последствиях. О том, что ослабленный иммунитет («аукнется») осложнениями и непрерывным сидением на больничном... Между тем обезопасить себя можно без всякой химии — с помощью «закаливания» по-восточному. «Холодным» болезням, к которым относится простуда, особенно подвержены люди-Ветры (худощавые, нервные, возбудимые) и люди-Слизи (рыхлые, тучные, вялые), а также дети и пожилые люди с ослабленным иммунитетом. Каждый знает, что противостоять болезням могут только закаленные люди. Современные люди в большинстве своем считают, что закалка — это воздействие на организм холодом, например, обливание ледяной водой или моржевание. Далеко не каждый здоровый человек решится на такой «подвиг». Между тем, много веков назад тибетские врачеватели доказали,

ли, что длительное и регулярное воздействие холодом губительно для многих людей. Особенно это касается представителей типа Ветер и Слизь, то есть примерно двух третей человечества! Холод внешний ведет к накоплению в организме холода внутреннего, который становится причиной развития многих тяжелых хронических заболеваний — сердечно-сосудистых патологий, бронхиальной астмы, сахарного диабета, экземы, псориаза, рака, ревматизма, полиартритов и т.д. А ведь закаливание нацелено на повышение сопротивляемости организма, его устойчивости к любым неблагоприятным факторам среды. Например, чтобы закалилось железо — чтобы оно стало твердым и стойким к жару, холоду и коррозии, его нагревают до сверхвысоких температур. А возможности человека в закаливании поистине безграничны. Закаляться можно не только солнцем, воздухом, водой, но и пищей, травами, медитацией, прогреванием горячим песком и камнями, полынными сигарами, массажем.

Мы с вами можем и должны управлять собственным телом и великой силой, гласящей внутри каждого из нас, — жизненной энергией. Для этого у нас на вооружении есть методы тибетской медицины. Все премудрости этой науки вам продемонстрируют врачи клиники «Наран» на сеансах комплексного лечения.



В начале этого года нашу клинику посетила легендарная личность. Элегантная и обаятельная, с уверенным, спокойным и удивительно красивым голосом, с теплой и доброй энергией, лицо и голос нашей страны — Шатилова Анна Николаевна.

Анна Николаевна Шатилова — советский и российский диктор Центрального телевидения Гостелерадио СССР, теле- и радиоведущая, актриса; народная артистка РСФСР.

После проведенного сеанса комплексного лечения она поделилась с нами секретом своей жизненной энергии и бодрости. Рассказала про точки в шейном отделе, на которые воздействует самостоятельно каждое утро много лет. Анна Николаевна является человеком любознательным и поэтому задавала глубокие, интересные вопросы нашим врачам. Состоялся разговор об истоках тибетской медицины и ее истории в России. Шатилова отметила, что была рада

познакомиться с тайной Тибета и с нашим коллективом. “Вы являетесь доступом к тайне Мира и Земли!” — сказала она.

Анна Николаевна - яркая фигура в мире телевидения и культуры, ее голос стал символом для многих поколений. Мы гордимся тем, что такая выдающаяся личность выбрала именно нас!

Мы ценим доверие, которое Анна Николаевна оказала нашим специалистам, и благодарны за возможность помочь ей в заботе о здоровье. Ее посещение стало особым моментом для всех нас, и мы верим, что «Наран» и наша комплексная программа соответствовала всем ее ожиданиям.

Желаем Анне Николаевне крепкого здоровья, долголетия и дальнейших творческих успехов! Благодарим за теплую атмосферу во время визита и за вдохновение, которое она подарила нашей команде.



Из практики

ОМОЛОЖЕНИЕ ЛИЦА ПО-ТИБЕТСКИ

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

Омоложение не только отдельно лица, но и всего организма должно происходить одновременно. Без комплексного подхода эффективность будет временной и продержится несколько дней / недель. Это проверено практически любой женщиной, которая постоянно сидит на «подколках», посещая салоны по несколько раз в году. Морщины появляются от:

1. Отёков на лице, после их ухода. Чаще у женщин типа СЛИЗЬ (флегма, капха, бадкан).

2. От сухости кожи (всего тела и лица, в частности). Характерно для женщин типа ВЕТЕР (пневма, ватта, рлунг).

3. От снижения тургора кожи при недостатке коллагена и эластина и белков, отвечающих за тургор кожи.

4. Слишком водянистой (влажной) кожи, часто у женщин типа Слизь (флегматик, капха).

Немыслимое количество кремов и других косметических средств ненадолго и ненавсегда избавляют женщин от морщин и старения кожи. Лучший способ борьбы со старением не только кожи лица, но и организма в целом – ЗНАТЬ свой Природный тип конституции! Итак, тип кожи и скорость старения кожи зависят только от природного (генетического) типа кожи, унаследованного от предков. Зная СВОЙ тип конституции (доша), можно легко регулировать свой Образ жизни и Питание, которые являются основой ЗДОРОВЬЯ и Причинами болезней. Одним женщинам нужно улучшить общее состояние и КОЖУ – соответственно, изменив Вкусы в еде, что поможет избавиться от лишних килограммов, излишков жидкостей в организме, ускорить общий метаболизм. У таких женщин плохо уходит вес, отёки на ногах и лице подолгу остаются. Обычное явление для таких женщин – появление второго подбородка и нависание брылей, сморщивание шеи. И это женщины типа СЛИЗЬ (флегматики, капха, бадкан). Им подойдет например, гирудотерапия. Женщины от природы, худые, тонкокостные, нервного склада ума, лёгкие в общении, имеют сухую и шелушащуюся кожу, в которой мало эластина и коллагена. Кожа у них в мелкую сеточку морщин, которые появляются очень рано, после 30-35 лет. Старение кожи происходит быстро и безвозврат-

но. Это тип женщин ВЕТЕР (пневма, ватта, рлунг). Только через правильное Питание можно улучшить состояние не только кожи, но и всего организма. Очень часто этот тип женщин – вегетарианки, что ещё больше усугубляет состояние их кожи. У женщин типа Желчь наилучшая кожа, она эластична, плотная, не склонна к сморщиванию. Такой тип женщин употребляет в еду много мяса, жиров, то есть продуктов, богатых коллагеном; что сохраняет им кожу надолго гладкой и эластичной. Это в основном женщины восточного типа. Но... зачастую они страдают от повышенной пигментации и сильных заломов кожи (носогубки, межбровные морщины), которые появляются «благодаря» их властному и сильному характеру, сильным эмоциям. В молодости у них часто появляются гнойные угри. Каждый тип женщин может найти свой золотой ключик к омоложению. И он есть – такой ключик. Натуральные методы оздоровления, а значит и омоложения лежат в основе красоты и молодости! К таким методам относятся: КЛ (комплексное лечение): Коррекция Образа жизни и Питания; Фитотерапия для коррекции возмущенной доша (типа конституции).

Внешние процедуры (массаж всего тела, постановка игл в области тела и лица), гирудотерапия, вакуум-массаж и мн. др. Наилучшие врачи косметологи, работающие и имеющие опыт в тибетской медицине ведут прием в нашей клинике «НАРАН» и достигают замечательных и стойких результатов в вопросах оздоровления и красоты.

ОТЁКИ БЫВАЮТ РАЗНЫЕ

С точки зрения современной медицины можно выделить более 2 десятков видов ОТЁКОВ. В первую очередь они связаны со следующими нарушениями:

1. Функций внутренних органов: сердца, почек, печени, лёгких.
2. Изменений со стороны сосудов: артерий, вен, лимфатических сосудов.
3. Тяжёлыми отравлениями / интоксикациями.
4. Другими причинами.

Я расскажу о наиболее часто

встречающихся ОТЁКАХ у женщин после 35-49 лет, не связанных с органическими нарушениями внутренних органов.

Тибетская медицина, исходя из теории о 3 (трех) регулирующих системах организма человека, выделяет ОТЁКИ, связанные напрямую с изменениями / возмущениями в этих самих системах регуляции. **И этих систем регуляции 3 (три):**

1. Система ВЕТЕР – соответствует нервной системе человека.

2. Лимфатическая и гормональные системы – это СЛИЗЬ.

3. Это система пищеварения, крови и сердца, соответствует регулирующей системе ЖЕЛЧЬ.

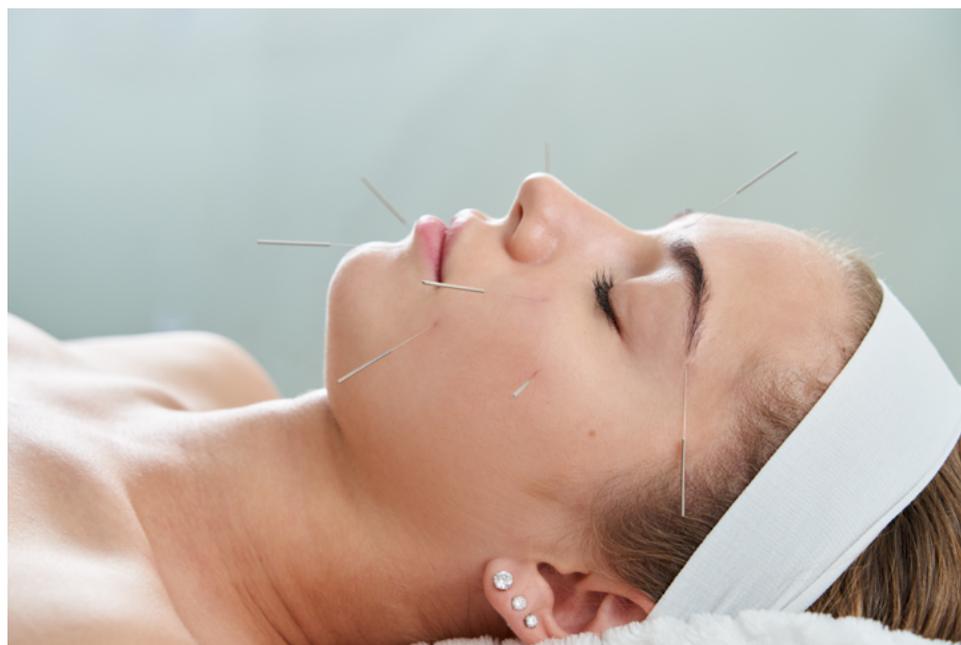
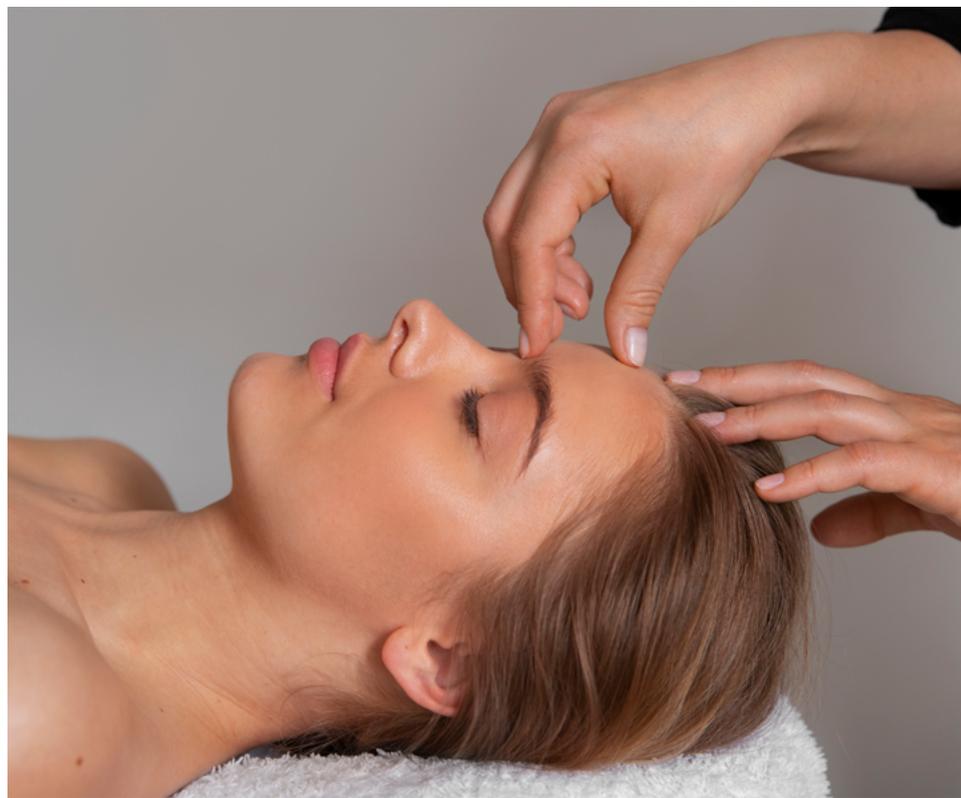
Изменения / возмущения в этих трех системах происходят по самым обычным, простым причинам. **И эти причины: неправильный Образ жизни и Питания, которые приводят к нарушению функции как внутренних органов, сосудов, тканей: мышц, сухожилий, лимфы.**

В совокупности все эти изменения в организме длятся продолжительное время, постепенно приводя к застойным явлениям в организме, а далее и к ОТЁКАМ.

Особенно часты такие проблемы у людей природного типа СЛИЗЬ (флегматик, капха, бадкан). В силу характерного для них пищевого поведения: употребления большого количества продуктов с холодными элементами (хлебных изделий), сырых овощей и фруктов, различных жидкостей, в большом количестве молочных продуктов, в их организме накапливаются излишки жира, слизи – мукоиды, лимфы, воды. Обычно пища имеет пресный, сладкий вкус, впоследствии она вызывает состояние Несварения. А вот Несварение «является корнем всех внутренних болезней человека»- трактат Чжуд-Ши, 11 век.

В силу тяжести все эти вещества: слизь, жир, лимфа и вода легко проникают в сосуды, в межклеточное пространство и таким образом образуют ОТЁКИ. Их можно заметить под глазами, на щеках и под щеками – это брили; в подбородочной области и шее; на ногах – в области голеностопных суставов.

Такие ОТЁКИ наиболее часто встречаются у женщин типа СЛИЗЬ после 35-40 лет.



КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА «ОМОЛОЖЕНИЕ ЛИЦА ПО-ТИБЕТСКИ»

РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ ЛЕЧЕНИЯ

Процедуры проводятся для снижения видимых признаков старения. Результат зависит от типа эпидермиса, его состояния, степени повреждения.

Программа омоложения лица по-тибетски дает следующий результат:

уменьшение морщин, глубоких складок; улучшение цвета кожи, сокращение пигментных пятен, неровностей; повышение тонуса, упругости; снижение отечности, улучшение кровоснабжения; общее ощущение свежести, бодрости, расслабления.

В целом, результаты данной процедуры могут сохраняться на довольно длительный срок. Для достижения наилучшего эффекта рекомендуется повторять лечение на регулярной основе.

Лечение без химии, гормонов и операций



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

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

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

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

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

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

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



С благодарностью к «Наран»

Михаил Южный

Российский профессиональный теннисист, заслуженный мастер спорта, кандидат педагогических наук.



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



«Источник тепла»:

носки, наколенники, пояса, изготовленные из монгольской верблюжьей шерсти

скидка
-15%



«Противовирусный набор»:

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

скидка
-15%



Набор «Будь здоров»:

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



Фирменные сувениры:

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

Тибетская медицина применима для людей любой национальности и возраста



ПРЕДЪЯВИТЕ СКИДОЧНЫЙ КУПОН НА КОМПЛЕКСНОЕ ЛЕЧЕНИЕ! ВЫРЕЖЬТЕ КУПОН,

предоставьте в филиале клиники «Наран» в Войковской и получите указанный бонус

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



ТИБЕТСКИЙ АСТРОПРОГНОЗ

АПРЕЛЬ 2024 г.

БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ДЛЯ СТРИЖКИ ВОЛОС
1, 2, 5, 6, 11, 13, 14, 16, 18, 19, 21, 22, 23, 27, 28, 30

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
2, 3, 4, 6, 9, 11, 13, 14, 21, 22, 25, 27, 28, 29

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

БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ДЛЯ ПРИЕМА ЛЕКАРСТВ
8, 23

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

«ДНИ БУДДЫ»
8, 23

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

Ортопедический пластырь марки «Бэнг Дэ Ли» направлен на снятие позвоночных болей, лечение и профилактику болезней всех отделов позвоночного столба

Состав: миллетия сетчатая, цистанхе солончаковая, дринария, циботиум, дудник крупнопильчатый, сафлор, гинура перистонадрезная, хохлатка сомнительная, борнейская камфора.

Показания к применению: продукт имеет защитную функцию, устраняет боль, гипертоноз, уменьшает опухоль, лечит цервикальную спондилопатию, пролапс поясничного межпозвоночного диска, ревматический артрит, плечелопаточный периартрит, травмы от падения.

Способ применения: пластырь накладывается на чистую кожу на три дня, после снятия пластыря участок необходимо промыть. Интервал между применениями составляет 3-5 часов, на курс лечения необходимо 5 пластырей. Для достижения лучшего результата рекомендуется пройти 2-3 курса лечения.

Противопоказания: не накладывать пластырь на открытые раны, а также не рекомендуется людям, подверженным амергии.



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

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

shop@naranfito.ru, WWW.NARANFITO.RU
8 (800) 300 64 91, +7 (495) 432-39-99

СЛОВАРИК

В тибетской медицине организм человека – это единая система, основа которой – три жизненных начала (конституции, 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 одной доши вносит дисбаланс в работу организма. Нарушенное равновесие приводит к болезням.

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

«Чхун-Ши», Тантра Объяснений

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

ЛУННЫЙ АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ КАЛЕНДАРЬ НА 2024 ГОД

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

Клиника «НАРАН» – 34 года успешных результатов

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

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

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

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

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

NARAN.RU NARANFITO.RU

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

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

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

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