



**НАРАН**  
www.naran.ru

**НАРАН – клиника тибетской медицины № 1 в России (основана в 1989 году)**

# ВЕСТНИК ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ

№ 11 (170) ноябрь 2014 г.  
Выходит с июня 2005 года

**Научно-популярное издание клиники тибетской медицины «Наран»**

**ЛЕЧЕНИЕ БЕЗ ОПЕРАЦИЙ, ГОРМОНОВ И ТАБЛЕТОК**

## 5 причин

для обращения в «Наран»

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

Слово главного врача

**РАК МОЖНО  
ПОБЕДИТЬ**

Стр. **2**

Анатомия болезни

**КАК УЗНАТЬ  
О «МЯТЕЖЕ  
ВО ДВОРЦЕ»**

Стр. **4**

Вопрос - ответ

**ТИБЕТСКИЕ МЕТОДИКИ  
ПОВЫШЕНИЯ  
ЛИБИДО**

Стр. **6**



**ЗВЕЗДА СЕРИАЛА «ФИЗРУК» НА КАНАЛЕ ТНТ**

**КАРИНА МИШУЛИНА:**

**“МЕНЯ ПОРАЗИЛО, ЧТО ВРАЧ ПОСТАВИЛА  
ТОЧНЫЙ ДИАГНОЗ  
ПО ОДНОМУ ПУЛЬСУ!”**



В ноябре 2014 года  
в клинику «Наран»  
ожидается приезд  
врача тибетской медицины  
из Индии,  
астролога  
**ЛОБСАНГА КЕКОКА**

Предварительная запись по тел.  
**+7 800 500 12 98**



В СТЕНАХ ДИПАКАДЕМИИ МИД РФ

С 15 ноября по 7 декабря 2014 года

**УНИКАЛЬНАЯ ВЫСТАВКА  
«АТЛАС ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ.  
ДРЕВНЕЕ ИСКУССТВО ИСЦЕЛЕНИЯ»**

Выставка организована клиникой тибетской медицины «Наран» и  
Благотворительным некоммерческим фондом Республики Бурятия «Жамсаран»

г. Москва, ул. Остоженка, дом 53/2 (м. Парк Культуры)

**Специальное предложение!**

с 1 по 15 ноября  
В честь 25-летия  
КЛИНИКИ ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ  
«НАРАН»  
скидка 25%  
на комплексное лечение

С 15 по 30 ноября  
Всем мамам и детям  
ко дню матери  
скидка 50%  
на комплексное лечение

16+

Консультация бесплатно. Тел. +7 (495) 221 21 84. Работаем без выходных с 9.00 до 21.00.

NARAN.RU





## В ФОКУСЕ



**Карина Мишулина,**  
актриса Московского академического театра сатиры,  
звезда сериала «Физрук» на канале ТНТ

## МЕНЯ ПОРАЗИЛО, ЧТО ВРАЧ ПОСТАВИЛА ТОЧНЫЙ ДИАГНОЗ ПО ОДНОМУ ПУЛЬСУ!

**– Как чувствует себя Ваша вторая половина?**

– Сейчас он проходит полностью курс лечения, ему лечат весь организм, не только одну спину. Мы очень довольны.

**– Работа актера, на самом деле, – это тяжелый труд, отнимающий много сил, энергии и нервов...**

– Она выматывает и отнимает здоровье. Но я думаю, что не только актерам, но и всем людям действительно стоит не запускать свои болезни, и лучше два раза в год в целях профилактики проходить такого плана процедуры, чтобы поддерживать себя в тонусе и не давать организму разрушаться.

– Я придерживаюсь правила: «Кто хочет – ищет средства, кто не хочет – ищет причины». Это меня подстегивает, когда я ленюсь. И еще, я не раз убеждалась, что мысли материальны, поэтому надо мыслить правильно, быть наполненным позитивом, делать добро, и тогда тебе все вернется бумерангом.

**– Расскажите немного о своих творческих планах.**

– Я служу в Московском академическом театре сатиры, который отмечает в этом году свой 90-летний юбилей. С утра до ночи репетируем. Сняли второй сезон сериала «Физрук». Есть еще планы. Как человек по-театральному суеверный, скажу только, что перспективы работы есть.



Евгений Кулаков и Карина Мишулина в сериале «Физрук»

Дочь известного актёра Спартака Мишулина Карина с 5-ти лет участвовала в постановках Театра сатиры. Окончила ВТУ имени Щепкина в 2000 году. Работает в антрепризной компании «Гончарова и Ко», в компании «Театральный марафон» и в компании Нины Литвиной «Актёр». С 2012 года – актриса Московского академического театра сатиры.

**– Карина, у нас лечится Ваш муж... Как Вы узнали о существовании нашей клиники?**

– Мне вас порекомендовал мой партнер по сериалу «Физрук» Женя Кулаков. Он тоже у вас лечится. Разговорились на съемках, и он говорит, что знает одну классную клинику, лечится там давно, и что ему там нравится. Попросила у него телефон клиники, и мы с мужем позвонили, записались на консультацию. Мой муж всегда считал, что у него проблемы со спиной из-за трещины в позвоночнике. Но на консультации в вашей клинике врач по пульсу определила, что проблема связана с нарушениями работы нервной системы, и никаких трещин в районе спины не имеется. Мы сходили на МРТ: диагноз совпал один в один, идеально совпал! То есть, все, что сказала врач тибетской медицины, полностью подтвердила МРТ. Нас это поразило – поставить точный диагноз по пульсу! Это просто чудо!

**– Вы, конечно, слышали о тибетской медицине?**

– Да, слышала. Я настороженно отношусь к нынешней медицине, и если совсем честно, я не верила в эффективность такого лечения, и даже побаивалась, когда сюда ехали.

**– А сами Вы будете лечиться у нас, Карина?**

– Не знаю еще, я думаю. Мне надо решиться, я долго раскачиваюсь.

**Карина приняла решение и сейчас проходит курс лечения в клинике тибетской медицины «Наран». И мы продолжаем нашу беседу.**

**– Карина, почему Вы все-таки решили пройти курс лечения, и сколько сеансов уже прошли?**

– Мой муж закончил лечение в клинике «Наран», у него есть результаты, спина стала намного лучше, это было убедительно. И я решила пойти на прием к врачу-консультанту. И знаете, мне поставили те же диагнозы (я о них знала), что и врачи аллопатической медицины, правда, добавились немного проблемы с почками. Это еще раз убедило меня в высоком профессионализме врачей клиники «Наран». На сегодняшний день я прошла четыре сеанса и, если честно, мне даже жалко, что сеансы скоро закончатся.

**– Как Вас лечили?**

– Массаж, банки, иголки, прогревания. Массаж очень хороший. Заметила, что улучшилось общее состояние организма, стало меньше раздражительности, усталости, утомляемости. Чувствую себя как будто отдохнувшей, посвежевшей, в общем, хорошо себя чувствую.

**– Какое впечатление произвела на Вас наша клиника?**

– Удивительное впечатление оставляет клиника. Не для красного слова скажу, что у вас очень теплая, позитивная, располагающая атмосфера. Какая-то домашняя обстановка. Мне очень приятно. Даже люди в белых халатах не вызывают чувства страха. А мой доктор Алтанцог обладает такой энергетикой и позитивом, что не хочется уходить из ее кабинета. Мне кажется, что таких врачей, как она, сегодня мало. Я думаю, что врач, в первую очередь, должен быть Человеком с большой буквы, которому можно довериться, с которым тебе будет не страшно. Доктор Алтанцог – это человек-позитив. Любое твоё сомнение, страх она тут же гасит и иглолки ставит не больно (улыбается).

**– Карина, есть ли у Вас девиз или credo, которое Вас вдохновляет?**



Доктор Алтанцог и Карина Мишулина

**– Что Вы пожелаете нашим читателям?**

– Здоровье не купишь, поэтому за ним следить надо смолоду. Желаю позитива, не впадать в депрессию и негативные состояния. Каждый волен верить, во что он хочет верить, но вера в добро, в высшие добрые силы должна быть, тогда будет легче жить и преодолевать трудности. Главное, не отчаиваться. Надо понимать, что все испытания даются не просто так. Выход есть всегда.

И посоветовала бы читателям газеты «Вестник тибетской медицины» почаще приходиться в «Наран», потому что здесь можно очень сильно напитаться позитивом. Это прекрасно, что в Москве есть клиника, которая реально помогает людям.

Беседу вели Агдар Дондоков,  
Долгор Аустермонас

## ПРАКТИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ



**Лина Ли,**  
главный врач-консультант клиники «Наран»

### ИЗБАВИТ ЛИ НОЖ ОТ ХРАПА?

Несколько лет назад у нас в стране стали проводиться операции по удалению части язычка, спадающей во время сна на язык и являющейся причиной храпа. После операции месяцев на 3-6 храп исчезает, но спустя некоторое время появляется

вновь. Что такое храп? Это нарушение дыхания во сне. Храп замедляет дыхание, а, значит, клетки мозга и других органов недополучают кислород, а это приводит к развитию многих болезней, например, гипертонии, ишемии головного мозга, инфаркта, стенокардии. Иногда храп, вызывающий длительное апноэ (остановка дыхания), может привести к летальному исходу во время сна.

С точки зрения тибетской медицины, храп возникает в верхней части тела, в том числе, носоглотке, в которой накапливается много слизи из-за неправильного питания (употребления большого количества сырой пищи, сладкой еды, которая способствует увеличению веса). Слизь накапливается в области малого язычка, верхнего нёба, и во время сна, когда носоглотка расслабляется, слизь свисает как занавеска с бахромой, мешая прохождению воздуха по носоглотке, вызывая шум при дыхании, иногда прерывая дыхательный процесс в виде апноэ (остановки

дыхания). Храп характерен, в основном, для полных людей и является следствием «возмущения» регулирующей системы «слизь». Если вы начнете правильно питаться, снизите вес, то храп постепенно исчезнет. Я рекомендую избегать оперативного пути избавления от храпа. В клинике тибетской медицины «Наран» храп лечится. Лечение комплексное, оказывает внутреннее и внешнее воздействие посредством фитопрепаратов, глубокого точечного массажа, вакуум-терапии, стоун-терапии, иглорефлексотерапии и других методов тибетской медицины.

Некоторое время назад благодаря широкоразвернутой рекламной кампании избавления от храпа операционным путем, люди стали ложиться под нож, чтобы избавиться от храпа. Не избежала этой участи и наша пациентка Ольга М., которая страдала храпом такой силы, что многоколенные переливы с посвистами слышались далеко за пределами ее опочивальни.

После вождельной операции храп ис-

чез. Целых три месяца ее близкие наслаждались благословенной ночной тишиной! И вдруг, на четвертый месяц, уютный сонный покой, ставший привычным, вновь прорезали знакомые звуки с присвистами, возобновившиеся, казалось, с удесятельной силой.

Ольга М., обладательница 100 кг живого веса, по классификации тибетской медицины принадлежит к конституции «слизь». Ни один из врачей-аллопатов и оперировавший ее хирург, естественно, не сказали и не могли сказать Ольге М., что для избавления от храпа необходимо изменить образ жизни и питания, сбросить вес хотя бы на 20 кг, что привело бы к гармонизации всего организма и избавлению от храпа. Пребывая в неведении, Ольга М. вела прежний образ жизни, что и до операции. И только лечение в клинике «Наран» началось с коррекции образа жизни и питания. Через 2 месяца упорного труда врача и пациентки храп был ликвидирован, пациентка похудела на 12 кг.

## АНАТОМИЯ БОЛЕЗНИ

Елена Бадмаева, врач клиники «Наран», г. Москва, м. Войковская

КАК УЗНАТЬ  
О «МЯТЕЖЕ ВО ДВОРЦЕ»?

В классическом трактате «Чжуд-ши» тело человека сравнивается с дворцом

## Расстроенное душевное состояние – признак заболевания

Тибетская медицина считает физическую и духовную стороны человека цельной, монолитной, неразрывной. Она твердо стоит на позициях, что нельзя вылечить тело человека, не исцелив его разум и душу. Поэтому во время опроса врач тибетской медицины изучает состояние ума и души пациента не менее пристально и внимательно, чем состояние его тела, признаки пульса, характер выделений и т.д. Когда на прием приходит больной, мы смотрим не только на состояние его тела, но, в первую очередь, на состояние его ума. Чтобы лечить тело, нужно лечить душу. В этом состоит духовная основа тибетской медицины, без понимания которой никакое исцеление невозможно.

## Состояние психики как диагностический признак

Душевное состояние человека так же, как и физическое состояние, может указывать на расстройство здоровья и служить предвестником развития заболевания в будущем. В частности, в трактате «Чжуд-ши» сказано, что если больной злится на доктора, который его лечит, и на лекарства, который тот ему прописывает, то это может быть признаком разрушения тела и близкой смерти («Тантра Объяснений»). Подобное поведение пациента относится к разряду «изменений обычного» и означает перемены в психическом состоянии под влиянием болезни. Помимо негативного отношения к врачу, «изменения обычного» включают беспричинную злобу на окружающих, друзей и близких, постоянное смятение души и ума, внезапную перемену привычек, вкусов, манеры поведения и образа мыслей, возникшие новые проявления страсти, гнева и невежества. Все это крайне тревожные симптомы, предвещающие смерть от болезни.

Таким образом, недовольство, проявля-

емое пациентом по отношению к врачу и лечению, может служить диагностическим признаком того, что болезнь перешла в крайне тяжелую форму. Такое недовольство зачастую бывает неосознанным и неконтролируемым, когда пациент в глубине души понимает, что врач искренне стремится ему помочь, используя для этого все свои знания и опыт и применяя лекарства, которые, действительно, могут исцелить больного, но неуправляемая эмоциональность заставляет его говорить несправедливые и злые слова, гневаться и негодовать. Болезни не возникают из ниоткуда, они продукт нашего неведения, это кармический акт.

## Сновидения – сигналы о нарушении здоровья

Поскольку в тибетской медицине врачеванием изначально занимались эмчи-ламы, то есть, лица духовного звания, которые, помимо сугубо медицинских знаний, обладали знанием духовной стороны жизни человека, то, диагностируя ту или иную болезнь, они определяли изменения в состоянии человека как на физическом, так и на ментальном уровне. В частности, большое значение придавалось тому, какие сны в последнее время чаще всего видит пациент. При этом различаются сны шести видов: «снится то, что видел, что слышал, что испытал или принимал, что делал, о чем молился, и сны, навеянные болезнью» («Чжуд-ши», «Тантра Объяснений»). Этим

последним сном в тибетской медицине уделяется особое внимание: одни сны служат признаком выздоровления, а другие сны, напротив, означают ухудшение состояния больного и даже угрозу его близкой смерти. Так, если человек видит себя в красивых, нарядных одеждах, то это к болезни, а если видит себя во сне в рваных, бедных одеждах – это хороший, добрый признак. Если пациент видит во сне божество, например, Будду или Христа, или ему снится, что он одет в белые одежды, держит в руке зонтик или опахало, взбирается в гору, едет верхом на лошади, слоне, быке или льве, переплывает озеро или реку, принимает знаки уважения от божества или своих родителей, что он на природе, в лесу – это все хорошие признаки, свидетельствующие, что человек будет здоров и проживет долгую жизнь. Если же он видит во сне, что из его сердца вырос лотос, колючая пальма, или что он падает в пропасть или спит на кладбище, что он тонет в реке или вязнет в болоте, что он торгует, бреет голову, что его заглатывает большая рыба, что он сидит голышом или пьет вино с покойником – это предвестие болезни или смерти. Если такие сны снятся больному человеку, то выздоровление едва ли возможно, если же они снятся здоровому человеку, то он может спастись, очистив свой разум и душу, совершив добрые деяния, очищая его карму.

## Ритуальная медицина: лечение души и тела

С душевным состоянием человека связана и такая область тибетской медицины, как ритуальная медицина. В некоторых случаях помочь больному могут не ле-

карства, а очищение его ума, духа и биополя и защита от внешних негативных явлений с помощью мантр (молитв). Эта часть тибетской медицины называется ритуальной медициной. В ней известны случаи выздоровления даже при такой тяжелой болезни, как шизофрения. В этом отношении необходимо упомянуть явление, о котором людям хорошо было известно с глубокой древности и которое называется в простонародье «сглазом».

Известно, что в прежние времена было не принято показывать ребенка чужим людям в течение первых недель после его рождения. И неспроста. Это связано с тем, что биополе младенца в семь раз слабее, чем у взрослого человека, поэтому новорожденные особенно чувствительны к чужим взглядам, мыслям (так называемым мыслеформам), которые разрушают энергетическую его оболочку и вторгаются в его ауру. После этого ребенок не может заснуть, кричит и плачет без внешней видимой причины, отказывается от еды, у него может появиться отрыжка, запор и т.д.

И наоборот, человек с положительной энергетикой, например, человек духовного сана, может повлиять благотворно на податливое биополе ребенка. Чувствуя это, дети интуитивно тянутся к добрым людям, в то же время контакт с человеком недобрый, затаившим дурные мысли и обладающим негативной энергетикой, вызывает у них плач и испуг.

«Сглазить» можно и взрослого человека, если он слаб характером и обладает слабой энергетической защитой, причем сделать это можно не только открытым пожеланием зла, но также и похвалой, если она произнесена неискренне, с тайной завистью, злобой, недоброжелательством. В этом случае человек может заболеть без видимой внешней причины, и никакие лекарства не в силах улучшить его состояние, более того, болезнь вообще не поддается диагностированию обычными средствами. Помочь больному может целительное воздействие со стороны сильного биополя врача тибетской медицины или буддийского монаха посредством чтения специальных мантр (молитв) и совершения особых ритуалов.

## МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ В КЛИНИКЕ «НАРАНА»

## Используйте знания тибетской медицины для себя и своей семьи



## Понятие о трех жизненных началах человека «ветер», «желчь» и «слизь»

Если на Западе медицина – это наука о болезнях, то на Востоке, в частности, в Тибете, медицина – это наука о здоровье. Казалось бы, небольшой нюанс, но именно этим определяется то, что врач тибетской медицины лечит не болезнь, а больного. В этом принципе заключен величайший смысл. Тибетская медицина никогда не рассматривает болезнь какого-либо органа или системы органов как нечто обособленное, отдельное от всего организма. Именно нарушение равновесия в организме – единой биоэнергетической системе – является причиной всех заболеваний.

В тибетской медицине здоровье человека определяется как равновесное состояние трех регулирующих систем (конституций): «ветер», «желчь» и «слизь», и своевременное выведение нечистот (кала, мочи, пота). «Желчь» отвечает за пищеварение и согревание организма и анатомически включает печень и желчный пузырь; «слизь» отвечает за рост и гормональную регуляцию и включает в себя органы, выстланные слизистыми и серозными оболочками и продуцирующими слизь (мукоид, коллоид), а также гормоны, то есть лимфатическую и эндокринную системы; «ветер» отвечает за нервную регуляцию и включает в себя центральную и пе-

риферическую нервные системы. Если эти три конституции будут находиться в равновесии, болезней не будет.

## Четыре метода лечения тибетской медицины

**Изменение образа жизни (сознания).** Если мы внесем изменения в наш образ жизни соответственно нашей конституции «ветер», «желчь» и «слизь» через соблюдение обычных норм поведения (отказ от курения, алкоголя в больших количествах, умеренной сексуальной активности, соблюдение правильного режима сна и отдыха, очищение сознания от разрушительных эмоций, выполнение рекомендаций врача), то болезни могут быть устранены.

**Коррекция питания согласно конституции человека** является обязательным и очень действенным методом лечения. Врачи нашей клиники подберут нужное меню и режим питания индивидуально для каждого пациента согласно его природной конституции. Отличительными особенностями такой диеты и питания являются не только подбор продуктов питания, но и шести вкусов (кислый, соленый, горький, жгучий (острый), сладкий и вяжущий), которые необходимы для лечения заболевания. Влияние

вкусов на выздоровление неосценимо, так же как и подбор пищи по содержанию «теплых» и «холодных» элементов.

**Фитотерапия (применение фитосборов – лекарственных средств).** При приеме назначенных врачом фитопрепаратов необходимо строго соблюдать время приема, которые ориентированы на время активности меридианов, энергетически связанных и отвечающих за работу 12 внутренних органов. Продолжительность фитотерапии длится в среднем 21 день на курс лечения. Обычно врач назначает от 2 до 4, иногда (при необходимости) до 5 фитосборов, в зависимости от тяжести заболевания, от наличия сопутствующих недугов. При таких системных заболеваниях, как сахарный диабет, псориаз, ревматический полиартрит, гипертоническая болезнь, фитотерапия назначается на более продолжительное время (до 2-4 курсов приема) и производит превосходный медицинский эффект. Прием фитосборов не пожизненный, как это часто бывает при назначении врачом синтетических химических лекарств.

**Внешние методы воздействия на организм** – это комплекс процедур, включающий в себя энергетический точечный массаж, игло-рефлексотерапию, моксотерапию, вакуум-терапию, стоун-терапию, масляные компрессы «хорме», которые назначаются врачом индивидуально для каждого пациента. Продолжительность процедур составляет от 1 до 2 часов.



ПРАКТИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ



Масса читательских отзывов поступила в нашу редакцию на статью «Спасение есть – и это «Наран». Для меня открылся другой мир» о пациентке клиники Виктории Ненашевой. Эта очаровательная и мужественная женщина проделала далекий путь в Москву с Дальнего Востока, таким же непростым и долгим был и ее путь к исцелению.

Сегодня мы разговариваем с ее лечащим врачом Светланой Катышевой, которая стала для Ненашевой ее ангелом-хранителем.

– Светлана Босхамджиевна, расскажите, пожалуйста, насколько редким является болезнь Вашей пациентки, в каком состоянии она поступила в клинику?

– Нельзя сказать, что это был какой-то уникальный неизлечимый случай. Другое дело, что состояние больной было сильно запущено. На протяжении последних трех лет Виктория тщетно пыталась излечиться. Ее мучали острые кишечные и желудочные боли, спазмы и запоры, глубокая депрессия, сильные боли в спине, головокружение и т.д. Традиционные методы лечения не приносили ожидаемого результата. Ситуация только усугублялась – букет болезней только прибавлялся. Со временем пациентка стала испытывать непрерывные боли в спине. Она находилась в сильнейшем депрессивном состоянии, осложнявшемся упадком жизненных сил, снижением иммунитета, бессонницей, раздражительностью и т.д. Виктория замкнулась в себе, перестала общаться. Как говорят, пришла беда – отворяй во-

ОБУЗДАТЬ «ВЕТЕР»

Масса читательских отзывов поступило в нашу редакцию на статью «Спасение есть – и это «Наран». Для меня открылся другой мир» (газета № 10 (169) октябрь 2014)

рота. Болезненное состояние сказалось на личной жизни и на работе. Виктория попала в какой-то замкнутый круг, вырваться из которого не было возможности. Но однажды в ее руки попала книга Светланы Чойжинимаевой, которая стала спасительной весточкой. Ненашева написала письмо нашему главному врачу, которая взялась помочь попавшему в трудную ситуацию человеку. Наша клиника оплатила проезд Ненашевой из Комсомольска-на-Амуре до столицы, а также все расходы по проживанию и лечению. С первого дня ее окружили вниманием и заботой, теплота и внимание в сочетании с самыми эффективными методами лечения сделали свое дело. Буквально за двадцать дней мы не только поставили ее на ноги, но и вернули радость человеческой жизни.

– Какова была клиника болезни, и какие методы были применены Вами для лечения?

– Конституция больной была сильно нарушена. Как я полагаю, сбой сперва получила система «ветер» (нервная система) по причине проблем на работе. Виктория работала бухгалтером в налоговой инспекции. Нервная и напряженная работа негативно сказались на общем тоне организма. Выход мог быть очень простым – вовремя прописанные травяные чаи помогли бы иммунной системе восстановить равновесие и избежать негативных последствий. Но, увы... «Ветер», в свою очередь, поднял «желчь», что усугубило дисбаланс в организме. В результате это дало сбой в работе органов ЖКТ, одних из самых уязвимых в организме человека. Именно по такому классическому сценарию происходит заболевание человека. После тщательной диагностики передо мной стояла задача обуздать «ветер». В первую очередь, через коррекцию образа жизни – правильное питание и режим. Подавить «ветер» помогли соленая, слад-

кая и острая пища. А также правильный сон – в период с 21 часов вечера после захода солнца и до 9 утра. Для гармонизации энергии применялись и 5 упражнений из тибетской гимнастики. Комплексное лечение включало не только применение фитопрепаратов, но и все имеющиеся методы рефлексотерапии, такие как иглоукальвание, стоунтерапия и другие. К примеру, иглоукальвание как один из методов лечения через воздействие на меридианы и энергетические каналы человека выравнивает состояние не только души, но и тела. То есть, приводит в баланс внутреннее и внешнее состояние человека. Безусловно, мы не обошлись и без применения психотерапевтических сеансов. Больному разъясняются философские аспекты тибетской медицины, ее морально-нравственные постулаты о драгоценности жизни, о причинно-следственных связях. Весь комплекс мер, предпринятых врачами клиники, дали свой неизменный исцеляющий результат. Виктория постепенно вернулась к жизни, болезнь отступила перед ней. В итоге, чтобы поставить пациентку на ноги, нам понадобилось 20 дней.

– Каково самочувствие Вашей пациентки сейчас?

– Ненашева вернулась к себе домой, где продолжает принимать наши фитосборы. Она часто звонит к нам в клинику, получает устные консультации. Конечно, Виктория до лечения и после – это два разных человека. За время пребывания в нашей клинике она сильно изменилась, она не только расширила свой кругозор и стала убежденным сторонником, можно сказать, фанатом тибетской медицины, но и обрела свою новую семью. До сих пор мы с теплотой вспоминаем ее звонкий смех в коридорах клиники, который наполнял врачей оптимизмом, а наших пациентов – надеждой.

Беседовал Бато Багдаев



ТИБЕТСКИЙ АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ

НОВАБРЬ 2014 ГОДА

Благоприятные дни для стрижки волос

1, 2, 3, 5, 6, 10, 13, 14, 18, 19, 25, 26, 27, 28, 29, 30

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

Благоприятные дни для поездок

1, 2, 10, 16, 17, 19, 20, 23, 25, 30

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

Благоприятные дни для приема лекарств

1, 2, 9, 11, 14, 18, 19, 21, 23, 24, 25

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

«Дни Будды»

2, 6, 17, 22, 29

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.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

БОЙТЕСЬ БОЛЕЗНЕЙ «ЖЕЛТОЙ» ВОДЫ

Лимфедема меняет человека изнутри

Лимфедема (лимфостаз) – это заболевание, при котором нарушается отток лимфы от лимфатических капилляров и сосудов до основных лимфатических коллекторов и грудного протока.

Болезни «желтой воды» в тибетской медицине делятся на две группы: болезни светлой «желтой воды» и болезни темной «желтой воды». Первая группа относится к болезням холода, вызванным воздействием на «желтую воду» возмущенных «ветра» (пневмы) и «слизи» (флегмы). Вторая группа – это болезни жара, вызванные воздействием на «желтую воду» «желчи» и крови.

Причины лимфедемы

Причинами лимфедемы могут стать операции по поводу онкологических заболеваний: лимфостаз верхних конечностей вследствие рака молочной железы, опухоли грудной полости; лимфостаз нижних конечностей вследствие рожистого воспаления нижних конечностей, опухолевых заболеваний органов малого таза, ожирения.

Другой, более распространенной, причиной лимфедемы является нарушение конституции «слизь», происходящее из-за неправильного питания, малоподвижного образа жизни, а также стрессов и различных хронических заболеваний. То, что стресс является пусковым механизмом любого заболевания, факт уже до-

казанный. В результате лимфатические пути засоряются и суживаются, нарушается система очистки организма, ткани разбухают от избытка воды и продуктов распада.

Клинические проявления

Лимфедема возникает в результате нарушения тока лимфы в тканях, чаще всего у женщин. Выражается она в значительном увеличении объема ног. На начальной стадии заболевания ноги отекают в конце дня, а к утру отечность спадает. И это уже серьезный повод обратиться к врачам.

Лимфедема проявляется отеками верхних или нижних конечностей, нарушением питания кожных покровов, появлением трофических нарушений на коже. С развитием болезни снижается умственная и физическая работоспособность, появляется тяжесть в голове, тупая головная боль, а также боли в крупных суставах. Зачастую отхаркивается слизь, появляется зябкость в теле, нарушается пищеварение, понижается аппетит. Но при этом усиливается вечерний аппетит, переходящий в склонность к перееданию. При лимфедеме снижаются обмен веществ и внутренняя теплота организма, что становится причиной суставных, пояснично-крестцовых болей, может вызвать ожирение, зоб, диабет, спровоцировать появление различных опухолей. Запущенная лимфедема усугубляется трофическими язвами из-за

нарушения микроциркуляции в тканях и появления уплотнений (фиброза). Частые рожистые воспаления при лимфедеме приводят к осложнениям вплоть до сепсиса и летального исхода.

Лечение лимфедемы (лимфостаза)

Операция при лимфедеме в большинстве случаев не дает большого эффекта, потому что удаляется только следствие заболевания, а причина, вызвавшая сбой в организме, остается. Тибетская медицина дает рекомендации по изменению образа жизни, образа мышления, коррекции питания. Она рекомендует изменить питание: употреблять янскую пищу (с теплыми элементами), избегать «холодных» продуктов, которые, в совокупности с внешним охлаждением, вызывают возмущение конституции «слизь». Тибетская медицина помогает привести в порядок нервную систему, оказывает положительное влияние на слизееобразование, лимфатическую систему, пищеварительную систему (повышает «огненную» теплоту желудка), очищает кровь. Полностью излечиться от лимфедемы невозможно, но тибетская медицина значительно улучшает качество жизни больного, уменьшает, а часто полностью убирает лимфатический отек и поддерживает достигнутый результат.

Изоolda Ни, врач клиники «Наран», г. Москва, м. Юго-Западная

СЛОВАРИК

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



Представитель конституции «ветер»

В здоровом теле регулирующие системы «ветер, желчь и слизь» уравновешены. Переизбыток одного доша вносит дисбаланс в работу организма, что приводит к различным специфическим расстройствам и заболеваниям. Итак, «ветер, желчь и слизь» пребывают как потенциальные причины болезней, пока в них нет изменений. Как только равновесие между ними нарушается, это приводит к болезням. «Пока в доша нет изменений, они не проявляют себя как причины болезней, но как только равновесие между ними нарушится, они делают сутью болезней («Чжуд-Ши», Тантра Объяснений).



Представитель конституции «желчь»



Представитель конституции «слизь»

## ВОПРОС – ОТВЕТ

Посоветуйте, пожалуйста, мне 24 года, замужем, живем 5 лет, мужу 41 год. Принимаю противозачаточные средства. И я чувствую, что у меня резко снизилось либидо (желание секса). **ВООБЩЕ НЕ ХОЧУ!!!** Желание возникает все реже и реже. Что можно сделать в этой ситуации? Есть ли какие-то методики, которые помогут «разрулить» положение?

Алена М., Тульская область

**ОТВЕЧАЕТ МАРИНА ДЖИГАЕВА,**  
врач клиники «Наран», г. Москва, м. Красные Ворота



Добрый день! Недавно мне поставили диагноз «Нейроциркуляторная дистония», мне 21 год, я студент. О такой болезни не слышал. У меня частые головокружения, потеют руки и ноги, бывают страхи, плохо сплю, аппетит плохой, похудел за год на 5 кг.

Николай И., г. Санкт-Петербург

**ОТВЕЧАЕТ СВЕТЛАНА ЛХАСАРАНОВА,**  
врач клиники «Наран», г. Москва, м. Войковская



## ТИБЕТСКИЕ МЕТОДЫ ПОВЫШЕНИЯ ЛИБИДО

Сексуальное желание, или по-другому, либидо, является важнейшей многофакторной функцией человеческого организма.

Причинами снижения либидо могут выступать сниженный уровень тестостерона (часто наблюдается у мужчин ближе к пожилому возрасту или вследствие перенесенного заболевания), воспалительные или опухолевые процессы в головном мозге, травмы головного мозга, некоторые заболевания психики, гормональный сбой, ожирение, лекарственная или иная интоксикация, сильный стресс и др.

Тибетская медицина считает, что отсутствие желания может быть вызвано слишком насыщенной или, напротив, недостаточно активной половой жизнью, нездоровым режимом дня, негативными эмоциями, возмущением «ветра», «желчи» или «слизи», болезнью надпочечников или почек, неправильным питанием. Провоцирующие факторы уменьшения желания могут быть

– Применение фитотерапии, включающей в себя фитостерогены, улучшающие функции яичников, нормализующих выработку собственно женских половых гормонов.

– Восстановление правильного кровообращения, приводящего к гармонии Инь и Ян почек.

– Иглокалывание, возобновляющее здоровую циркуляцию энергии в области малого таза.

– Аурикулотерапия, избавляющая от астении.

– Точечный массаж, нормализующий энергетический обмен между предстательной железой и почками.

– Вакуум-терапия, регулирующая недостаток или переизбыток энергии Ци.

– Массаж, позволяющий обрести утраченное нервное равновесие.

– Гирудотерапия, обновляющая «плохую» кровь.

**Что есть, чтобы повысить либидо?**

Повышению либидо способствует употребление еды, сдобренной хреном, жгучим перцем, чесноком. Весьма полезный в этом плане имбирь. Например, восточные люди уверены, что чай с имбирем очень благотворно влияет на организм человека и в сексуальном плане. Кроме того, он препятствует появлению лишнего веса. Стоит обратить внимание также на кардамон, корицу и даже обычный лук. Добавьте в рацион морепродукты, полиненасыщенные жирные кислоты, которые в них содержатся, могут существенно повысить либидо у женщин. Сильными афродизиаками, т.е. веществами, стимулирующими или усиливающими половое влечение или половую активность, выступают авокадо, бананы, инжир, орехи и черный шоколад. Также повышению либидо очень способствует применение методов фитотерапии. Помощниками в этом деле станут женьшень, дикий ямс, алоэ и дамиана. По поводу способа применения этих трав рекомендуется обязательно посоветоваться с врачом.

**Еще не все потеряно!**

Снижение полового влечения часто становится причиной серьезных разногласий в семье, многих проблем психологического характера, депрессий, тревог и стрессов. Тибетская медицина знает причины снижения либидо и эффективно справляется с ними. Обращайтесь за помощью в «Наран», где вам всегда помогут.

**Тел. 8 (800) 500 12 98**

## ВЕГЕТО-СОСУДИСТАЯ ДИСТОНИЯ – ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Вегето-сосудистая дистония (ВСД, она же – нейроциркуляторная дистония, НЦД) – это свойственные отечественной медицине устаревшие названия вегетативной дисфункции.

Этот синдром включает в себя разнообразные по происхождению и проявлениям нарушения вегетативных (относящихся к работе внутренних органов) функций, обусловленные расстройством их нервной регуляции. Вегетативная нервная система сохраняет и поддерживает постоянство внутренней среды организма (температуру тела, артериальное давление, частоту сердечных сокращений, частоту дыхания, потоотделение, скорость обмена веществ и т.д.) и мобилизует функциональные системы организма для адаптации к условиям внешней среды (физической и умственной работе, к стрессу, к перемене погоды, климату и т.д.).

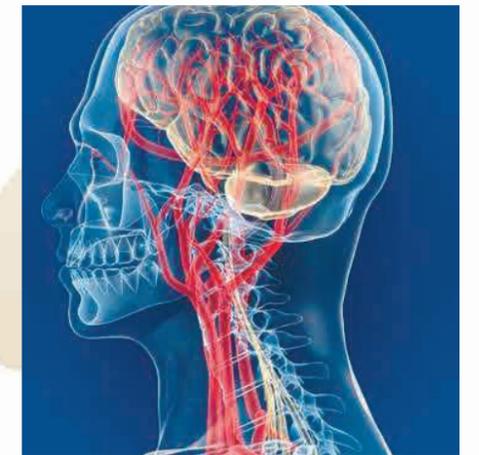
**Симптомы вегето-сосудистой дистонии**

Связаны с нарушением контролируемых функций вегетативной нервной системы в одной или сразу в нескольких системах организма. Симптомы нарушений в сердечно-сосудистой системе проявляются повышением артериального давления и гипотонией, тахикардией, болями в левой половине грудной клетки. Желудочно-кишечная система заявляет о патологиях изжогой, болями в животе, тошнотой, запорами, поносами; в дыхательной системе: ощущение нехватки воздуха, одышка, удушье, затрудненный вдох, учащенное дыхание и форсированное дыхание (гипервентиляционный синдром); в терморегуляционной системе: субфебрилитет, ознобы, повышенная потливость, волны жара и холода; в вестибулярной системе: несистемное головокружение, предобморочные состояния; в мочеполовой системе: учащенное мочеиспускание, зуд и боли в области гениталий. При вегето-сосудистой дистонии вегетативные нарушения обязательно сочетаются с эмоциональными расстройствами: тревога, беспокойство, повышенная раздражительность, утомляемость, сниженная работоспособность, внутреннее напряжение, сниженный фон настроения, плаксивость, расстройства сна и аппетита, различные страхи, выделение обильного пота на ладонях и подошвах ног. Зачастую больной находится в постоянном внутреннем напряжении и прислушивается ко всем неприятным внутренним ощущениям; иногда вегето-сосудистая дистония приобретает характер панических атак или обмороков; часто неприятные симптомы с каждым днем усиливаются и присоединяются новые неприятные ощущения.

**Взгляд на проблему**

С точки зрения тибетской медицины, вегето-сосудистая дистония – это не что иное, как возмущение самой важной регулирующей системы организма «ветер», то есть всей нервной системы (центральная нервная система и периферийная, вместе – вегетативная). Как известно, к «воз-

мущению ветра» приводят неправильный образ жизни и питания. Так, возмущения могут быть в любом возрасте: от младенчества до пожилого возраста. Три яда души – неведение, гнев и привязанности – наносят непоправимый вред всему организму в целом, и нервной системе, в частности. Неумение контролировать себя, неумение освободиться от отрицательных эмоций (раздражение, обиды, ревность, пустая мечтательность, возвышение себя над другими, подозрительность и мн. др.), неправильный образ жизни, нарушение суточных биоритмов, сна, подъема, прием еды в сыром виде, на бегу, всухомытку, питание бутербродами, обливание холодной водой, неумный секс, большое психическое и умственное переутомление на работе и в учебе) приводят к возмущению «ветра», т.е. к вегето-сосудистой дистонии. Откровенно говоря, такой диагноз ставят каждому второму молодому пациенту и каждому третьему пожилому человеку, при этом конкретных рекомендаций по образу жизни, питанию и лечению не бывает.



Вегето-сосудистая дистония эффективно излечивается методами и средствами тибетской медицины. Сначала устраняют нарушения процессов переваривания пищи и только затем приступают к нормализации кровообращения, что весьма существенно, поскольку питание тканей и органов здоровой кровью будет важнейшим фактором, способствующим восстановлению здоровья, а нарушения нормального кровообращения вызывают как хронические, так и быстроразвивающиеся патологии в результате просачивания крови из сосудов и т.п.

*В клинике «Наран» к такому заболеванию относятся очень серьезно, так как оно может стать прелюдией более сложных и более тяжелых болезней. Лечение, как и любого другого заболевания, комплексное, оно включает в себя коррекцию образа жизни (поведения, мышления, режима сна и отдыха, распределения нагрузок), изменение питания согласно природной конституции, обязательный прием фитосборов для коррекции пока еще функциональных нарушений в организме, внешние процедуры (точечный массаж, рефлексотерапия, стоун-терапия и мн. др.). Все перечисленные методы проводятся индивидуально для каждого пациента.*



органическими или психогенными. Потеря полового влечения у женщин значительно чаще связана с психоэмоциональными явлениями, чем у представителей сильного пола.

**Симптомы и диагностика снижения либидо**

Обычно низкий уровень сексуального желания характеризуется уменьшением или полным прекращением сексуальных фантазий, отсутствием мыслей о сексе в течение длительного времени, редким (по сравнению с привычным) проявлением интереса к реальному или потенциальному партнеру. Диагностировать данный недуг можно с помощью выслушивания пульса, позволяющего определить дисбалансом какой именно конституции вызвано заболевание. По результатам осмотра, опроса и пульсовой диагностики специалист назначит комплекс необходимых лечебных мер.

**Тибетские методы повышения сексуального влечения:**

– Коррекция питания в зависимости от доминирующей и возмущенной в данный момент одной из регулирующих систем организма «ветер», «желчь» или «слизь».



## БУДДИЗМ

### ВИЗИТ БУДДИЙСКИХ СЯЩЕННОСЛУЖИТЕЛЕЙ В КЛИНИКУ «НАРАН»

В октябре 2014 года, после торжественного собрания и молебна по случаю начала строительства буддийского храма на Поклонной горе, делегация священнослужителей – лам Санкт-Петербургского дацана во главе с настоятелем Будой Бадмаевым, а также Санал-лама из Калмыкии посетили клинику тибетской медицины «Наран».



В ходе встречи была достигнута договоренность о необходимости проведения заседаний с участием священнослужителей и врачей клиники «Наран» с целью рассмотрения философских вопросов тибетской медицины и буддийского учения. Главный врач клиники Светлана Чойжинимаева отметила, что лечение пациента без духовной буддийской наполненности, без глубокого изучения принципов причинно-следственной связи (Дэмбрэл) не дает нужного эффекта.

В ходе встречи была достигнута договоренность о необходимости проведения заседаний с участием священнослужителей и врачей клиники «Наран» с целью рассмотрения философских вопросов тибетской медицины и буддийского учения. Главный врач клиники Светлана Чойжинимаева отметила, что лечение пациента без духовной буддийской наполненности, без глубокого изучения принципов причинно-следственной связи (Дэмбрэл) не дает нужного эффекта.

### НАЧАЛО СТРОИТЕЛЬСТВА БУДДИЙСКОГО ХРАМА НА ПОКЛОННОЙ ГОРЕ В МОСКВЕ

10 октября 2014 года в 12-00 ч. на Поклонной горе в г. Москве состоялось торжественное собрание по случаю начала



строительства буддийского храма, где приняли участие сотрудники Администрации Президента России, Правительства г. Москвы, представители буддийского духовенства Бурятии, Тувы и Калмыкии, а также представители клиники тибетской медицины «Наран» Биликто Дугаров и Эрдэни Саидов. Главный врач и учредитель клиники тибетской медицины «Наран» Светлана Чойжинимаева отметила, что клиника «Наран» будет оказывать все-

скую помощь и поддержку в строительстве буддийского храма на Поклонной горе в г. Москве.

В ходе торжественного собрания выступавшие отметили, что в годы Великой Отечественной войны представители буддийских регионов России героически и с честью встали на защиту нашей Родины. Небольшая по населению Бурятия, находившаяся в глубоком тылу, вдали от боевых действий, в Восточной Сибири на берегу Байкала, в то время она называлась Бурят-Монгольская АССР, послала на защиту Родины свыше 120 тысяч человек – более трети из них не вернулось на родную землю. Тысячи воинов Бурятии с самого начала войны вступили в схватку с врагом в составе трех стрелковых и трех танковых дивизий Забайкальской 16-ой армии. За годы войны 37 уроженцев Бурятии, а также славных сынов бурятского народа из Агинского и Усть-Ордынского Бурятских автономных округов были удостоены высокого звания Героя Советского Союза, 10 воинов стали полными кавалерами ордена Славы.



были удостоены высокого звания Героя Советского Союза, 10 воинов стали полными кавалерами ордена Славы.

## НОВОСТИ

### БУДДИЙСКАЯ ТАНКА 18 ВЕКА ВЕРНУЛАСЬ В БУРЯТИЮ

В Бурятию вернулся очередной памятник буддийского искусства, вывезенный из республики в 30-ые годы прошлого столетия, когда были подвергнуты массовому разграблению монастыри и храмы. Уникальная танка «Цзонхава и его 1000 эманаций» является работой неизвестного бурятского монаха-живописца 18 века.

Танка была передана в клинику «Наран» Людмилой Иосифовной Дубовской. Таким образом, московская пациентка клиники выполнила последнюю волю своего супруга, известного столичного коллекционера, который перед смертью завещал вернуть икону на родину в один из бурятских дацанов.

Возвращение реликвии на родину стало возможным при содействии главного врача и основателя клиники тибетской медицины «Наран» в г. Москве Светланы Чойжинимаевой и юриста клиники Биликто Дугарова.

Принять драгоценный дар в центральный офис клиники «Наран» на Войковской прибыл Дид Хамбо-лама Буддийской традиционной Сангхи России Дашинима Содономдоржиев. Как заявил представитель духовенства, вновь обретенная икона будет отреставрирована на факультете живописи Буддийского университета, и впоследствии выставлена



для почитания в иконостасе главного соборного храма Иволгинского дацана Дзогчен-дугане.

Вместе с древней иконой представителя Сангхи также передана танка Будды Медицины Манла, написанная в Индии по заказу Светланы Чойжинимаевой. Рукописная икона Лазуритового Будды выполнена по всем канонам буддийского искусства минеральными красками, в состав которых входят в том числе драгоценные металлы и камни. Танка украсит возрожденный родовой храм врача-мецената в Загустайском дацане «Дэчен Рабжалинг», расположенном в Селенгинском районе Республики Бурятия.

В ходе визита также достигнута договоренность между духовенством и врачами о дальнейшем сотрудничестве. В частности, в лечении бесплодия и других болезней, с которыми жители столицы нередко обращаются в московское представительство Сангхи России.

Дид Хамбо-лама в стенах учреждения провел молебен в честь духовных покровителей Москвы. Как разъяснил буддийский монах, одним из них является Даниил Московский, четвертый сын Александра Невского от второй жены, монгольской принцессы-чингизидки, впоследствии ставшей православной подвижницей под именем Васса. Сегодня духовное покровительство у Святого Даниила получают москвичи-выходцы из Бурятии. По словам ламы, в этом проявляется единство и взаимопроникновение двух традиционных религий России – буддизма и православия.

### ПЕРСОНАЛЬНАЯ ВЫСТАВКА РОССИЙСКОГО РЕЖИССЕРА СЕРГЕЯ СОЛОВЬЕВА

Галерея искусств Зураба Церетели



Сергей Соловьев и Светлана Чойжинимаева

Одними из приглашенных на это мероприятие стали сотрудники клиники тибетской медицины «Наран» во главе с ее главным врачом и основателем Светланой Чойжинимаевой.



Светлана Чойжинимаева и модельер Вячеслав Зайцев

## ЭТО ВАЖНО

### Социальные программы клиники «Наран»

**Клиника тибетской медицины «Наран» - это не только образец успеха, но и пример социально ответственного медицинского предприятия нового образца.**

На протяжении всей 25-летней деятельности клиника тибетской медицины «Наран» вносит свой посильный вклад в решение социальных проблем не только российской столицы, но и страны в целом. Медицинское обслуживание за эти годы в стенах учреждения получили более 200 тысяч человек.

Работа клиники носит яркую социальную направленность. В частности, включает в себя профилактику и лечение заболеваний социального характера, таких как сахарный диабет, туберкулез, онкология, сердечно-сосудистая патология, бесплодие и многие другие.

Много усилий прилагается для пропаганды здорового образа жизни, в том числе через выступление в СМИ, выпуск собственной газеты «Вестник тибетской медицины», издаваемой почти полумиллионным тиражом ежемесячно с 2005 года и распространяемой бесплатно. Основателем и главным врачом клиники Светланой Чойжинимаевой издано более двух десятков научно-популярных книг на медицинскую тематику.

В клинике налажено производство фитопрепаратов на основе уникальных тибетских рецептов, а также по рецептам, разработанным доктором Баиром Чойжинимаевым.

Врачи клиники успешно справляются с социальными недугами, такими как табакокурение, алкоголизм и наркомания.

Особое место в деятельности клиники уделяется решению вопросов доступности медицинского обслуживания для социально незащищенных слоев населения.

За счет собственных финансовых средств предоставляются льготное и бесплатное обслуживание медицинским работникам, детям, ветеранам войны, пенсионерам и инвалидам по заболеваниям.

### Специальные программы:

**«Детки, не болейте»** Профилактика заболеваний детей от 1 года до 14 лет.

**«Мужское и женское здоровье»** Специализированное лечение заболеваний.

**«Забота о родителях»** Лечение болезней старшего поколения от 60 лет.

**«Вернем здоровье и надежду!»** Улучшение здоровья и качества жизни людей с хроническими болезнями (сахарный диабет, туберкулез, онкология, сердечно-сосудистые заболевания и др.).

**«Как бросить курить?»** Антитабачный проект.

**«Худеем правильно»** Борьба с избыточным весом.

**«Подарите жизнь!»** Излечение от бесплодия.

Более подробно о программах

**NARAN.RU**



# НАРАН

клиника  
основана  
в 1989

**ЗАПИСЬ НА КОНСУЛЬТАЦИЮ**  
**8 (800) 500 12 98**

звонок по России бесплатный

## КОМПЛЕКСНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

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

## СБОРЫ ПО РЕЦЕПТАМ ДОКТОРА БАИРА ЧОЙЖИНИМАЕВА

### СБОР ГИПЕРТОНИЧЕСКИЙ №1

#### ОТВАР, УСТРАНЯЮЩИЙ ЖАР КРОВИ

**Показания к применению:** гипертоническая болезнь 1-2 степени, артериальная гипертензия, атеросклероз и другие заболевания сердечно-сосудистой системы с повышенным артериальным давлением.

**Механизм действия:** способствует понижению артериального давления, расширяет периферические сосуды, обладает спазмолитическим действием, успокаивает нервную систему, улучшает работу сердца, уменьшает или устраняет головную боль, шум в ушах, головокружение, боли в области сердца, связанные с повышением артериального давления.



### СБОР ЖЕЛУДОЧНЫЙ №1

#### ОТВАР, УСТРАНЯЮЩИЙ НЕСВАРЕНИЕ

**Показания к применению:** гастриты, запоры, воспаления слизистой оболочки кишечника, боли в области живота, воспаления желчного пузыря.

**Механизм действия:** оказывает спазмолитическое, противовоспалительное, седативное и мягкое слабительное действие.

### ТИБЕТСКИЙ СБОР № 43

#### ПРИ МУЖСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

**Показания к применению:** аденома предстательной железы, простатит, уретрит, пиелонефрит.

**Механизм действия:** целенаправленно действует на улучшение функции предстательной железы, оказывает сильнейшее противовоспалительное действие, облегчая тем самым симптомы простатита, затрудненное мочеиспускание и снимая боли в области мочеоточника и предстательной железы. Благоприятно влияет на микроциркуляцию, улучшает кровообращение в области малого таза.

## ПИЛЮЛИ «ЦИ» – ЖЕМЧУЖИНА ВОСТОЧНОЙ ФАРМАКОПЕИ

**Показания к применению:** заболевания желудочно-кишечного тракта и их профилактика. Ослабление функции желудка, поджелудочной железы, селезенки; быстрая утомляемость, гипотония; прогрессирующая мышечная слабость, опущение внутренних органов (гастроптоз, выпадение прямой кишки, опущение матки); эрозивные и язвенные поражения желудка, дуодениты, ферментопатия, хронические энтероколиты, дисбиозы кишечника; в комплексном лечении хронических заболеваний легких с затяжным течением, пародонтозе; в гинекологической практике применяются при обильных белях белого цвета.

**Механизм действия:** пилюли улучшают работу желудка, поджелудочной железы, кишечника. Нормализуют ферментативную и секреторную активность ЖКТ, предохраняют от повреждения слизистую оболочку желудка. Укрепляют мышцы и связки, предупреждают опущение внутренних органов. Стимулируют обмен веществ, укрепляют иммунитет, повышают уровень гемоглобина в крови, улучшают настроение, обладают омолаживающим эффектом. Используются при усталости, слабости, опущении матки, пониженном аппетите, вздутии живота, затянувшейся диарее, обезвоживании, вызванных пустотой селезенки и желудка.



На правах рекламы. Консультация врача необходима. Лицензия ЛО-77-01-008188

## Филиалы клиники «Наран»

### МОСКВА

м. «Войковская»,  
платформа «Ленинградская»  
5-й Войковский проезд, д. 12  
Тел. +7 (495) 374-73-92

### м. «Красные Ворота»

Большой Козловский переулок, д. 4  
(территория Дипакадемии МИД)  
Тел. +7 (495) 236-84-84

### м. «Юго-Западная»

проспект Вернадского, д.105, к. 4  
Тел. +7 (495) 374-69-31

### САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

м. «Проспект Просвещения»  
проспект Просвещения, д. 33,  
корп. 1

Тел. +7 (812) 595-03-80

### м. «Чернышевская»

ул. Таврическая, 9  
Тел. +7 (812) 577-13-67

### КАЗАНЬ

Остановки Университет (Ленинский сад)

ул. Галактионова, 3  
Тел. +7 (843) 236-41-92

### Остановки Фатыха Амирхана

ул. Чистопольская, 72  
Тел. +7 (843) 560-42-55

### ЕКАТЕРИНБУРГ

ул. Горького, 65 (2 этаж)

Тел. +7 (967) 639-76-25,  
8-800-775-38-80

[WWW.NARAN.RU](http://WWW.NARAN.RU)

**АССОРТИМЕНТ**  
фитобара клиники  
«Наран»  
и многое другое  
на сайте

**NARANFITO.RU**  
**SHOP-TIBET.RU**

Курьерская доставка по Москве,  
наложенный платеж по России

тел.: +7 (495) 255 10 89

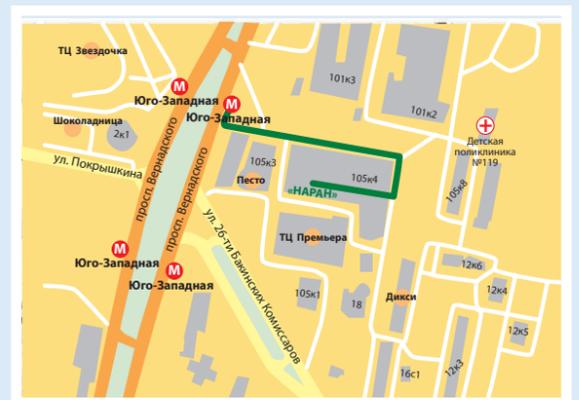
## КАК ДОБРАТЬСЯ ДО ФИЛИАЛОВ КЛИНИКИ «НАРАН» (г. Москва)



м. «Войковская», платформа «Ленинградская»  
5-й Войковский проезд, д. 12,  
Запись на консультацию: (495) 374-73-92,  
(499) 74-74-961, (495) 221-21-84, (964) 78-33-222  
Отдел маркетинга: (499) 156-29-87



м. «Красные Ворота»  
Большой Козловский переулок, д. 4  
(территория Дипакадемии МИД)  
Запись на консультацию:  
(495) 374-69-25, (495) 221-21-84, 8 (903) 288-81- 80



м. «Юго-Западная»  
проспект Вернадского, д.105, к. 4  
Запись на консультацию:  
(495) 374-69-31, (495) 221-21-84,  
(495) 374-69-32, (906) 758-28-11

## КЛИНИКА «НАРАН» – 25 ЛЕТ СТАБИЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ БЕЗ ОПЕРАЦИЙ, ГОРМОНОВ И ХИМИИ

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

Свидетельство о регистрации  
ПИ № ФС77-52718 от 08 февраля 2013 г.  
ООО «Зеленый лотос»

Все права защищены и охраняются законодательством РФ.  
Учредитель – ООО «Зеленый лотос» (клиника тибетской медицины «Наран»).

Председатель редакционного совета  
**Светлана Чойжинимаева**  
Главный редактор **Долгор Аустермонас**  
Дизайн, верстка **Евгений Виноградов**

Адрес редакции:  
125171, Москва, ул. 5-й Войковский проезд, д. 12  
+7 (499) 156-29-87

E-mail: [clinica@naran.ru](mailto:clinica@naran.ru)

Газета выходит 1 раз в месяц

Отпечатано в ОАО «Красная Звезда»  
123007, г. Москва Хорошевское шоссе, 38  
Тел.: (495) 941-28-62, (495) 941-34-72,  
(495) 941-31-62,

<http://www.redstarph.ru>

E-mail: [kr\\_zvezda@mail.ru](mailto:kr_zvezda@mail.ru)

Заказ № 5694 Тираж 180 000 экз.

Подписано в печать 21.10.2014 года.

Цена свободная