



Учредитель издания – клиника «Наран». Выходит два раза в месяц с июня 2005 года

«НАРАН» – СОЛНЦЕ В МЕГАПОЛИСЕ

Читайте на стр. 4–5



В НОМЕРЕ: НЕ СТУДИТЕ «ОГНЕННЫЙ КОТЕЛ» ЖЕЛУДКА!

В трактате «Чжуд-Ши» желудок недаром называется «котлом для приготовления пищи». Пища, имеющая холодные свойства, остужает этот от природы горячий «котел», что приводит к тому, что жизненная сила его ослабевает. Угасание функциональных способностей желудка проявляется в постоянном чувстве озноба, холода, идущего изнутри. Кровь человека «охлаждается», и на основе этого развиваются болезни «холода»: атеросклероз, сахарный диабет, рак.

стр. 2

КАМНИ РАСТВОРЯЮТСЯ!

Комплексный курс терапии при желчнокаменной болезни включает внешние методы воздействия (массаж, иглоукальвание, моксотерапия) и применение тибетских фитопрепаратов, очищающих печень, желчный пузырь, кровь и растворяющих камни желчного пузыря.

стр. 3

ЛЕЧЕБНАЯ ПРОГРАММА «ЗДОРОВАЯ ЩИТОВИДКА»

При пониженной функции («холоде») щитовидной железы развивается гипотиреоз. Кроме увеличения массы тела при снижении аппетита, происходит огрубение черт лица, кожа становится сухой, желтушной («восковой»), нарушается четкость речи, выпадают волосы. Снижается артериальное давление (гипотония), может возникнуть затрудненность носового дыхания, у женщин нередко нарушается менструальный цикл.

стр. 3

ГОСТЕПРИИМНЫЙ ДОМ СОЛНЦА

Название клиники в переводе с бурятского означает «солнце», дающее свет и тепло жизни. Дух тибетской философии, спокойной созерцательности и сострадания ко всем живым существам неизменно присутствует в гармоничном оформлении интерьеров клиники, доброжелательном и уважительном отношении персонала. Все это настраивает наших пациентов на отдых, душевное спокойствие и умиротворение.

стр. 4–5

ДЕТЯМ СКИДКА – 50%
НА СЕАНСЫ КОМПЛЕКСНОГО ЛЕЧЕНИЯ

ПЕНСИОНЕРАМ
СКИДКА
ДО 50%
на сеансы
комплексного лечения

НЕ СТУДИТЕ «ОГНЕННЫЙ КОТЕЛ» ЖЕЛУДКА!



«У кого нет гастрита?» — сейчас расхожее выражение. По «популярности» это заболевание в России находится на втором месте после респираторных инфекций. В итоге более десяти процентов россиян страдают язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки. А эти недуги — прелюдия к развитию рака желудка.

Почему болит желудок и можно ли сохранить до старости его «огненную теплоту», а, значит, силу и цвет тела? Рассказывает главный врач клиники «Наран», кандидат медицинских наук Светлана ЧОЙЖИНИМАЕВА.

Желудок (лат. *ventriculus, gaster*) — полый мышечный орган, расположенный между пищеводом и двенадцатиперстной кишкой. Представляет собой мешкообразное расширение пищеварительного канала, в котором скапливается и переваривается проглоченная пища. Выделяемый железами слизистой желудка желудочный сок содержит пищеварительные ферменты, соляную кислоту и другие вещества, переваривает белки, частично жиры, оказывает бактерицидное действие. Кроме того, в желудке происходит механическое измельчение пищи. Объем пустого желудка составляет около 500 мл. После принятия пищи он обычно растягивается до одного литра, но может увеличиться и до четырех.

Особую важность работы желудка для организма подчеркивает тот факт, что здесь «встречаются» все три конституции человека: Слизь (слизистые поверхности, эндокринная и лимфатическая системы), Желчь (печень, пищеварение) и Ветер (нервная система). Каждая из трех конституций отвечает за свою часть работы по перевариванию пищи, выполняя свои специфические функции.

Измельчение пищи и превращение ее в однородную кашу происходит благодаря одному из пяти видов **Слизи** — «**Разлагающей**». Именно под ее воздействием происходит первичная обработка еды. Слизистая поверхность желудка выделяет пищеварительные ферменты, соляную кислоту и, конечно, слизь для увлажнения, скольжения пищевого комка и его свободного продвижения в двенадцатиперстную кишку.

Влияние конституции Ветер (нервная система) на пищеварение в желудке происходит посредством одного из пяти видов **Ветра** — «**Равного огня**» (с позиций современной медицины — посредством ветвей блуждающего нерва). Нервные окончания оплетают не только стенки желудка, но и его сфинктеры (жомы). В верхней части кардиальный сфинктер отделяет желудок от пищевода, в нижней части сфинктер «привратник» (пилорис) отделяет желудок от двенадцатиперстной кишки. Таким образом,

нервные окончания способствуют не только перистальтике и продвижению пищевой массы из желудка в двенадцатиперстную кишку. Они закрывают желудок «на замки», смыкая сфинктеры, благодаря чему пища остается в замкнутом пространстве — «мешочке», где и происходит переваривание, чтобы из пищи, состоящей из пяти первоэлементов, в конечном итоге образовалась кровь для питания и развития нашего тела. После 1,5–2 часов переваривания пищевая масса эвакуируется в двенадцатиперстную кишку, где уже в условиях щелочной среды посредством одного из пяти видов **Желчи** — «**Переваривающей**», проходит дальнейшую переработку (расщепление жиров).

Нормальная работа желудка прямо или косвенно влияет на состояние всех органов и систем организма, поскольку этот полый орган играет центральную роль в процессе пищеварения. Согласно тибетской медицине, желудок — это горячий янский орган, который питает жизненной энергией весь организм, но при условии, что его «огненная теплота» будет в норме.

«Огненная теплота» — это то состояние желудка, при котором он способен принять еду и довести ее до «созревания» — кашцеобразного состояния. Температура внутри желудка превышает 37 градусов, а при переваривании еще более повышается (в двенадцатиперстной кишке она превышает 40 градусов). В желудке, а еще больше — в двенадцатиперстной кишке, где пища «закипает», превращаясь в единую пищевую массу. В дальнейшем сок пищи отделяется от мутной гущи. В тонкой кишке гуща разделяется на две части: жидкую и густую. Из густой части образуются каловые массы, из жидкой — моча. Сок пищи под воздействием сил тепла (то есть — биохимических реакций) доходит до зрелости, и с током крови поступает в печень, где превращается в кровь. От огненного тепла желудка зависят здоровье, настроение, цвет кожи, долголетие, сила и тепло тела.

Таким образом, холодная (в прямом смысле — из холодильника, и в переносном — инь-

ская) пища не способствует лучшему перевариванию, снижая «огненную теплоту» желудка.

В трактате «Чжуд-Ши» желудок недаром называется «котлом для приготовления пищи». Пища, имеющая холодные свойства, остужает этот от природы горячий «котел», что приводит к тому, что жизненная сила его ослабевает. Угасание функциональных способностей желудка проявляется в постоянном чувстве озноба, холода, идущего изнутри. Кровь человека «охлаждается», и на основе этого развиваются болезни «холода»: атеросклероз, сахарный диабет, рак.

В тибетской медицине такое состояние называется «**ма-жу**». Оно является корнем всех внутренних хронических болезней, возникающих вследствие передания, употребления пресной еды, малоподвижного образа жизни, употребления несовместимых продуктов питания (кисломолочных продуктов с овощами и фруктами, молока с рыбой, гречки с мясом и т.д.), некипяченого холодного молока, вчерашней еды из холодильника, продуктов в сыром виде. Такое питание утяжеляет работу желудка, приводит к увеличению и чрезмерному накоплению Слизи в желудке, что ведет к образованию полипов и опухолей в желудке. Тибетские врачи считают, что при таком состоянии желудка, твердые частицы еды не перевариваются и обволакиваясь слизью превращаются в твердые, каменные опухоли.

Поэтому нельзя забывать, что желудок является одним из наиболее уязвимых органов, подверженных возмущению всех трех конституций.

К расстройству пищеварения приводит любое отклонение от нормы как в питании, так и в образе жизни, вызывающее возмущение любой из трех конституций: Слизь, Желчь, Ветер. Это с одной стороны злоупотребление сладкой, холодной (иньской) пищей, переедание, лень и недостаток физической активности, возмущающие Слизь, а с другой стороны — пристрастие к острой, горячей, жирной пище и алкоголю, гнев и раздражительность, присущие людям Желчи. А также провоцирующими факторами болезни желудка могут стать: низкая стрессоустойчивость, избыточная эмоциональная возбудимость, нервозность, питание всухомытку, курение, злоупотребление кофе и чаем, ведущие к расстройству Ветра.

В возникновении болезни желудка также следует подчеркнуть значение невнимательного отношения к акту жевания, поспешность в поглощении пищи, болезни ротовой полости.

Общие признаки болезней желудка: неоформленный стул — запор или понос с сильным неприятным запахом, который происходит от любой пищи, боль в области живота, бедра,



Прогревание полыньными сигарами и иглоукальвание — непременный атрибут комплексного лечения заболеваний желудка.

коленном суставе, упадок сил, землистый цвет лица. В тибетской медицине насчитывается 16 болезней желудка: 7 «горячих» и 9 «холодных». Течение заболеваний обычно затяжное.

Причинами «горячих» заболеваний являются отравления, инфекции, прободение стенки желудка, желчнокаменная болезнь, анорексия, истощающие болезни и др. Признаки: ощущение тяжести или боли в подложечной области, изжога, отрыжка с запахом тухлого яйца, метеоризм, отсутствие аппетита, мучительная тошнота. Облегчение наступает после рвоты. В более тяжелых случаях наблюдается общая разбитость, головокружения, рвота, боли в животе, понос, дегтеобразный стул.

К «холодным» заболеваниям относятся болезни, при которых переваривающая функция желудка понижена. Это состояние «ма-жу», атрофический гастрит, язва желудка, паразитирование в организме круглых червей, а также заражение патогенными микроорганизмами, образование полипов, рак желудка.

Общие признаки «холода» желудка — развитие болезни после психических травм, понижение аппетита, тошнота, отрыжка, вздутие живота, ощущение тяжести и переполнения в подложечной области, боли через полчаса после еды, понос непереваренной пищей и слизью и др.

Лечение. Ведущую роль в лечении болезней желудка отводят лечебным факторам, которые улучшают состояние нервной системы, то есть регулируют Ветер, что предотвращает прогрессирование заболевания и дает стойкое излечение. Это как внешние, так и внутренние методы воздей-

ствия: точечный массаж, прогревание горячими камнями, прижигание полыньными сигарами, иглоукальвание, и, конечно, фитотерапия. При «горячих» болезнях применяются препараты с выраженным жаропонижающим и антиспастическим эффектом, вяжущие, кровоостанавливающие, регулирующие пищеварение. Драгоценные пилюли «Ринчен Дзо-Тру Дашел» способствуют заживлению и рубцеванию язв, нормализуют работу ЖКТ, регулируют работу ЖКТ и кислотность желудочного сока.

Если болезнь «холодной» природы, назначаются препараты, эффективные при выраженном болевом синдроме и упорной изжоге, противовоспалительные и спазмолитические. При гастрите рекомендуются лечебные средства, действие которых заключается в рефлекторном уменьшении спазмов привратника и желудочной гиперсекреции.

Лечебную терапию необходимо сочетать с диетотерапией. Щадящий режим, спокойная обстановка и исключение из рациона холодных, сырых, кислых, жирных и жареных продуктов. Рекомендуется употребление «согревающих» продуктов, горячих супов, мясных блюд, приправленных солью, соевым соусом, перцем и имбирем и другими специями. Такая пища способствует выведению слизи из желудка и сохранению его «огненной теплоты».

Не забывайте, что именно здоровый желудок дает силу и цвет нашему телу, обеспечивает поступление в организм полноценной жизненной энергии. Берегите свой драгоценный «котел» и он исправно прослужит вам до глубокой старости!



Авторская методика клиники «Наран»: постановка медных банок на область живота — эффективное лечебное средство при гастритозе (опущении желудка)

КАМНИ РАСТВОРЯЮТСЯ!

— Мне предложили операцию по удалению камней в желчном пузыре. Несварение, жидкий стул, изжога стали постоянными явлениями. Очень прошу, расскажите подробнее о безопасных методах лечения ЖКБ.

Татьяна Пескова,
г. Москва



Отвечает врач филиала клиники «Наран» в Крылатском Светлана ЦЫДЕНОВА:

— Лечение желчнокаменной болезни в тибетской медицине включает внешние процедуры и прием фитопрепаратов. Конечно же, залог успеха в правильном питании и изменении отношения к жизни. Хочу рассказать о недавнем примере растворения камней у моей пациентки. 52-летняя Светлана Юрьевна конституции Желчь-Слизь обратилась в «Наран» с диагнозом: желчнокаменная болезнь,

калькулезный холецистит, хронический панкреатит. В анализах крови повышенный уровень сахара и холестерина. Пациентка жаловалась на жжение, тяжесть и боли в правом подреберье, вздутие живота, изжогу, расстройство стула, постоянный дискомфорт и приступы раздражительности. По данным УЗИ, в желчном пузыре находились два крупных камня размером 2,5 см и 1,8 см.

Из беседы выяснилось, что причиной заболевания было длительное неправильное питание и ежедневное воздействие вредных химических реагентов — Светлана Юрьевна работала в химчистке. Налицо было нарушение конституции Желчь, следствием которого стало ее нынешнее состояние.

Комплексный курс терапии при желчнокаменной болезни включает внешние методы воздействия (массаж, иглоукальвание, моксотерапия) и применение тибетских фитопрепаратов, очищающих печень, желчный пузырь, кровь и растворяющих камни желчного пузыря. Интенсивность этого процесса в значительной степени зависит от

диеты и режима питания. Пациентка теперь принимала пищу дробно и понемногу, с интервалами не более четырех часов. Это нужно было для того, чтобы желчь регулярно, порциями покидала желчный пузырь, и в нем не возникали застойные явления, способствующие образованию камней.

По прошествии нескольких курсов фитотерапии контрольное УЗИ показало, что объем камней уменьшился вдвое! Та часть, что не растворилась, стала более рыхлой и крошащейся. Лечение продолжается.

КОВАРНЫЙ ОСТЕОХОНДРОЗ

— По вечерам немеет левая рука, щемит в сердце, беспокоит шум в ушах и головные боли. Рентгеновский снимок показал защемление нерва шейного отдела позвоночника и наличие сложной межпозвонковой грыжи. Неужели в 40 лет я стану инвалидом?

Ренат,
г. Санкт-Петербург



Комментирует врач филиала клиники «Наран» в Санкт-Петербурге Сэсэг БУДАЕВА:

— Многообразие симптомов остеохондроза бесконечно. Могут беспокоить колющие или ноющие боли в области сердца, отдающие в левую руку, вызывая в ней тяжесть и онемение. Наблюдаются сердцебиение, потливость, головокружение, ломота в теле, нарушается сон. Коварство остеохондроза в том, что он может не проявляться вообще достаточно длительное время, приводя по мере развития к поражению все большего количества межпозвонковых дисков. По опыту клиники «Наран», именно спазм и напряжение мышц спины приводят к осложнению остеохондроза в виде грыжи дисков. В них развиваются воспалительные процессы, они разрыхляются и растрескиваются. Грыжа может развиваться на любом уровне позвоночника: шейном, грудном или поясничном. Межпозвонковый диск, увеличенный в объеме и воспаленный, начинает воз-

действовать на окружающие ткани: сдавливает спинномозговые нервы, межпозвонковые сосуды, а иногда и сам спинной мозг. У человека появляются резкие боли в спине, мышечные спазмы, а затем развивается атрофия мышц, парезы и параличи конечностей, нарушение функций тазовых органов.

Очень часто достаточно лечения консервативными методами, без оперативного вмешательства: при помощи массажа, мануальной и вакуум-терапии, иглоукальвания, согревающих процедур и фитопрепаратов, улучшающих циркуляцию крови и проведение нервных импульсов. Все это в комплексе снимает мышечные спазмы, избавляет кровеносные сосуды и нервные окончания от избыточного давления, атрофии, застойных явлений. При этом устранение мышечного спазма нередко приводит к тому, что диск сам собой вправляется на место и грыжа полностью исчезает.

Итак, если у вас болит спина, вы чувствуете усталость и недомогание в течение рабочего дня — не отчаивайтесь! На помощь придут безопасные и приятные методы тибетской медицины.

Лечебные программы в «Наране»

ЗДОРОВАЯ ЩИТОВИДКА

Вы ловите себя на том, что часто раздражаетесь без видимых причин, обижаетесь и плачете по пустякам? Быстро устаете, а ночью ворочаетесь без сна, вас мучит потливость, чувство нехватки воздуха и учащенное сердцебиение? Ногти ломаются, волосы выпадают, и весь белый свет не мил?

— Проблемы с щитовидкой! — авторитетно заявляет подруга.

Что это значит? Рассказывает врач клиники «Наран» Эрдни Тундеев.

В традиции тибетской медицины щитовидная железа относится к конституции Слизь (эндокринная и лимфатическая системы), отвечающей за рост и развитие организма. Щитовидка способствует усвоению пищи, дыханию, росту, половому созреванию, деторождению, умственному развитию человека, влияет на его эмоциональное состояние. То есть без нормальной ее работы человек попросту превратится в инвалида.

В тибетской медицине различают восемь заболеваний щитовидной железы, возникающих вследствие расстройств конституций Ветер, Слизь, Желчь. К возмущению этих систем приводят нервные стрессы и негативные эмоции, неправильный образ жизни и характер питания (переедание, злоупотребление алкоголем, острой, кислой, горькой и жирной пищей). Дополнительные негативные факторы — хронические воспалительные заболевания носоглотки, ларингиты, тонзиллиты, фарингиты, а также профессиональные нагрузки на голосовые связки (у актеров, дикторов, преподавателей) и т.д.

Особую роль в развитии заболеваний щитовидной железы играет эмоциональный фактор (возмущение конституции Ветер). Затаенные, невыс-



казанные обиды, подавляемые слезы, которые «комом» встают в горле, вызывают спазм шейного нервного узла, отвечающего за иннервацию щитовидной железы, а также питающих ее кровеносных сосудов.

Недостаточная работа щитовидки в детском возрасте — это недостаточный рост и психическое развитие. У взрослого это: вялость, сонливость, избыточное накопление жира и жидкости в организме, пониженная температура тела, слизистый отек. Заболевание щитовидной железы в таком случае протекает по сценарию «холода». При пониженной функции («холоде») щитовидной железы развивается гипотиреоз. Недостаток тиреоидных гормонов оказывает влияние практически на все органы и системы организма. Кроме увеличения массы тела при снижении аппетита, происходит огрубение черт лица, кожа

становится сухой, желтушной («восковой»), нарушается четкость речи, выпадают волосы. Снижается артериальное давление (гипотония), может возникнуть затрудненность носового дыхания, нарушение слуха, хрипота; у женщин нередко нарушается менструальный цикл, появляется отечность, болят суставы. Кроме того, при возмущении конституции Слизь происходит проникновение (с кровотоком) и накопление в щитовидной железе слизи с развитием плотного, твердого зоба, имеющего постоянную тенденцию к медленному росту — «зоб от слизи».

Усиленная работа железы — это избыточное выделение гормона тироксина, в результате чего большой возбужден, сердцебиение учащено, повышен аппетит и температура тела (до 37,2–37,4°C), но в результате усиленных и бесполезных энергетических затрат пони-

жен вес тела. Это заболевание по сценарию «жара». При возмущении конституции Желчь и поражении щитовидной железы желчь развивается мягкой, не выступающей наружу «зоб от желчи».

Зоб может быть токсическим и нетоксическим. Токсический зоб (Базедова болезнь) связан с гиперфункцией («жаром») щитовидной железы — повышенной выработкой тиреоидных гормонов и ее следствием — тиреотоксикозом.

При тиреотоксикозе резко возрастает интенсивность метаболизма, человек стремительно худеет. В процесс вовлекаются сердечно-сосудистая и центральная нервная система; нарушается терморегуляция. Заболевание приводит к поражению печени, к развитию недостаточности надпочечников, нарушению менструального цикла у женщин вплоть до прекращения

менструаций (аменорея), способствует развитию сахарного диабета, сердечной недостаточности, атеросклероза, мерцательной аритмии.

Увеличенная щитовидная железа давит на глотку и трахею, следствием чего могут стать частые простуды, ангины, осиплость голоса. Но главная опасность состоит в возможном перерастании диффузного зоба в узловой, называемый в тибетской медицине «зловещим», с последующим развитием ракового заболевания. В трактате «Чжуд-Ши» сказано: «Зловещий зоб предвещает несчастье». Характерная особенность узлового зоба — болезненность и наличие острых краев, которые нащупываются при пальпации. Такой зоб необходимо лечить незамедлительно.

Лечебная программа «Здоровая щитовидка»: точечный массаж, вакуум-терапия, различные прогревания, а также тибетская фитотерапия направлены на устранение первопричины болезни — нарушение конституций Слизь, Ветер, Желчь. Используются препараты, обладающие очищающим, противовоспалительным и противоопухолевым действиями, в состав которых входят: различные соли, ммин (тмин), софора, имбирь, корица, костус, меконopsis, цельнолистный, нашатырь, миробалан, хебула, мумие и другие лекарственные компоненты. Естественная, природная терапия очищает ткани и клетки организма от патологической структурной информации, накопленной в течение жизни, способствует рассасыванию узлов, что позволяет избежать гормонального лечения и хирургического вмешательства, быстро и эффективно восстанавливает нарушенные функции щитовидной железы.

Стоимость 9 сеансов программы — 15 600 рублей.

ГОСТЕПРИИМНЫЙ ДОМ

В этом году первая и крупнейшая в России клиника традиционной тибетской медицины «Наран» отметит свое 20-летие. Главная цель деятельности «Нарана» — возрождение, сохранение и развитие древней медицинской науки, имеющей общечеловеческую ценность и несущей людям чистую радость исцеления. Залог успеха нашего лечебного учреждения основан на таких вечных ценностях, как постоянное совершенствование знаний, опыта, индивидуальный подход к каждому пациенту, внимательность и профессионализм врачей, высокая эффективность процедур и тибетских фитопрепаратов — экологически чистых лекарственных средств, качественное улучшение психического и физического здоровья пациентов.



Среди пациентов клиники — граждане стран СНГ, США, Великобритании, Канады и др.

Клиника «Наран» основана в Бурятии, в Улан-Удэ, в 1989 году. В 1998-м клиника начала работать в столице по соглашению между Правительствами Москвы и Республики Бурятия. Сейчас действуют шесть столичных филиалов, работает клиника в Санкт-Петербурге. И это не предел. Огромная популярность методов лечения, практикуемых в «Наране», и их высокая результативность в избавлении от хронических заболеваний способствуют постоянному расширению клиники. Вскоре в Москве появятся еще несколько филиалов, планируется открытие клиник в столице Чехии — Праге, а также в Финляндии.

В клинике работают 90 врачей (среди них 3 кандидата медицинских наук), российские и зарубежные специалисты высочайшей квалификации, прошедшие стажировку на базе учебных центров Тибета, Китая, Монголии, Бурятии. Возглавляет клинику ее основательница, заслуженный врач республики Бурятия, кандидат медицинских наук, автор многочисленных трудов по тибетской медицине Светлана Чойжинимаева.

Название клиники в переводе с бурятского означает «солнце», дающее свет и тепло жизни. Особую, проникновенную атмосферу буддийского Востока, царящую в стенах «Нарана», отмечают многие пациенты. Дух тибетской философии, спокойной созерцательности и сострадания ко всем живым существам неизменно присутствует в гармоничном оформлении интерьеров клиники, отсутствии суетливости, нервозности, доброжелательном и уважительном отношении персонала. Все это настраивает наших пациентов на отдых, душевное спокойствие и умиротворение. Предлагаем вам ближе познакомиться с каждым из действующих сегодня филиалов клиники «Наран».

Клиника «Наран» на «Войковской»: ЛЕГЕНДАРНАЯ

Старейшая из клиник «Нарана» расположена в 7–10 минутах ходьбы от станции метро «Войковская» по адресу: 5-й Войковский проезд, 12. Здесь начиналась легендарная история «Нарана» в Москве. Именно в этом здании 11 ноября 1998 года открыла свои двери первая в России клиника традиционной тибетской медицины.

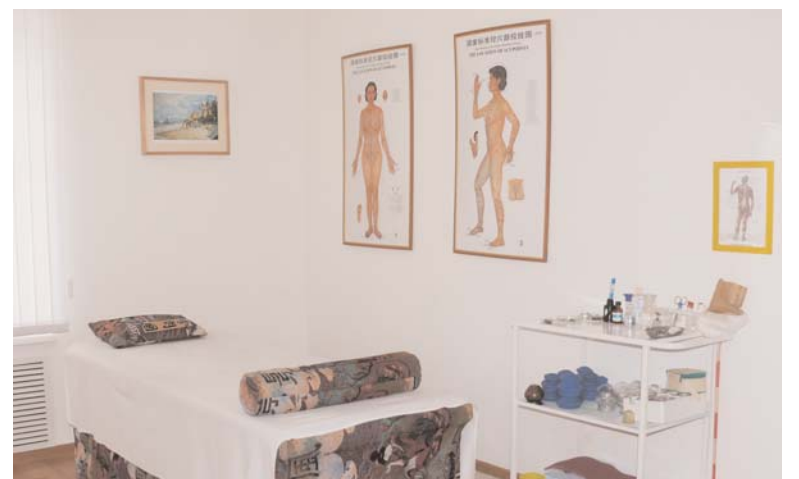
Основатели «Нарана» — врачи Светлана и Баир Чойжинимаевы тогда вели прием в трех кабинетах на «Войковской». Но это не помешало им провести большую исследовательскую и практическую работу, основываясь на многовековом опыте тибетских врачей, и разработать качественно новые подходы к лечению хронических заболеваний. Восточные методы были собраны в единое целое и стали основой комплексного оздоровления человеческого организма без химических препаратов и оперативного вмешательства. На практике новая методика давала поразительные результаты. Поток пациентов возрастал, люди приходили по рекомендациям своих родных, друзей и знакомых.

Сегодня клиника имеет огромную известность в Москве и за ее пределами. Здесь действуют 3 консультационных и 14 лечебных кабинетов. Заведует филиалом чуткий и опытный врач Александр Андреевна Чумбаева. При клинике на «Войковской» уже много лет активно работает учебно-методический центр по подготовке врачей тибетской медицины на базе высшего медицинского образования — своеобразная «кузница кадров» «Нарана».

Нарма Тюрбева,
управляющая филиалом

Клиника «Наран» на «Проспекте Вернадского»: УЮТНАЯ

Клиника расположена в 5–7 минутах ходьбы от станции метро «Проспект Вернадского» по адресу: ул. Удальцова, 23. Второй филиал распахнул свои двери для всех желающих 12 декабря 2006 года. На сегодняшний день это — самая маленькая клиника «Наран» по своим размерам, при этом одна из самых активных. В ближай-



В уютном кабинете звучат мелодичные тибетские мантры



Дружный и жизнерадостный коллектив клиники «Наран» на «Проспекте Вернадского»

ших планах — расширение филиала. Сейчас он расположен на 1-м этаже высотного жилого дома. Здесь действует один консультационный и пять лечебных кабинетов, работает дружный и жизнерадостный коллектив врачей. Заведует лечебной частью внимательный и доброжелательный врач Батор Дашиевич Цыренов. Пациенты признаются, что наш филиал на Удальцова, словно теплый маячок в океане мегаполиса, притягивает своей аурой домашнего уюта и спокойствия. Милости просим!

Герел Горяева,
управляющая филиалом



Каждое воскресенье в клиниках на «Таганской» и «Проспекте Мира» проходят бесплатные лекции по основам тибетской медицины

СОЛНЦА В МЕГАПОЛИСЕ



Умиротворяющая обстановка располагает к душевным беседам

Клиника «Наран» на «Смоленской»: РЕСПЕКТАБЕЛЬНАЯ

Клиника находится в 7–10 минутах ходьбы от станции метро «Смоленская» (Филевская линия) по адресу: Панфиловский переулок, 6. Филиал клиники «Наран» на «Смоленской», третий по счету, начал свою деятельность 15 января 2007 года. Здесь, на 1-м этаже жилого четырехэтажного дома действуют один консультационный и 8 лечебных кабинетов. Опытный коллектив врачей возглавляет одна из

запись на индивидуальную консультацию (бесплатно). Двери народной клиники всегда открыты для всех желающих!

Людмила Бадмаева,
управляющая филиалом

Клиника «Наран» на «Проспекте Мира»: ГОСТЕПРИИМНАЯ

Клиника находится в 7–10 минутах ходьбы от станции метро «Проспект мира» (радиальная) по адресу: ул. Гиляровского, 50. Пятый филиал «Нарана» открылся 15 декабря 2007 года. Здесь, на 1-м этаже элитного жилого дома действуют 11 кабинетов — 10 лечебных и один консультационный. Заведует лечебной частью один из самых уважаемых и заслуженных врачей клиники Олег Николаевич Билдушкин.

Каждое воскресенье в клинике проходят Дни открытых дверей — практикующие врачи читают лекции по основам тибетской медицины (запись на лекции производится по телефону (495) 221-21-84). После лекции вы можете задать интересующие вас вопросы специалисту или записаться на индивидуальную бесплатную консультацию. Просторный и светлый филиал на «Проспекте Мира» по праву называют гостеприимным домом для всех, кому нужны совет и помощь специалистов.

Марина Ункавжинова,
управляющая филиалом

Клиника «Наран» в Крылатском: МОЛОДАЯ

Клиника расположена в 7–10 минутах ходьбы от станции метро «Крылатское» по адресу: Осенний бульвар, д. 12, корп. 10. На сегодняшний день шестая клиника — самый молодой филиал «Нарана» в Москве. Начал действовать 1 декабря 2008 года. Клиника расположена на 1-м этаже жилого дома, здесь функционирует один консультационный и работает

пять лечебных кабинетов. Заведующая лечебной частью — молодой, одаренный врач — Виктория Михайловна Утнасунова.

Новая клиника сразу привлекла внимание жителей микрорайона и уже начинает пользоваться популярностью. Поток пациентов возрастает, часто люди приходят по рекомендациям своих родных и друзей, уже прошедших лечение в других филиалах «Нарана». Сделайте правильный выбор!

Эльвэг Эрендженгов,
управляющий филиалом

Клиника «Наран» в Санкт-Петербурге: СЕВЕРНАЯ

Клиника «Наран» в Санкт-Петербурге открылась 15 марта 2008 года. Уже к осени, благодаря качественному и эффективному лечению, филиал обеспечил большой приток пациентов. Питерцы приходят по совету друзей и знакомых и никогда не уходят разочарованными. Большие скидки на комплексное лечение сделали его доступным для всех слоев населения. Мы с гордостью можем сказать, что у нас лечились депутаты Законодательного Собрания Санкт-Петербурга, руководители различных предприятий, доктора и кандидаты наук, врачи, преподаватели, дети и пенсионеры. Клиника расположена в жилом здании и занимает три этажа. Действует один консультационный, и семь лечебных кабинетов. Заведует лечебной частью опытный и грамотный специалист — Оюна Руслановна Балжжисева.

Лия Ильина,
управляющая филиалом



старейших врачей клиники Елена Этьевна Немеева.

Расположенная в самом центре Москвы, клиника на «Смоленской» отличается атмосферой особой солидности и респектабельности. Среди наших пациентов немало известных людей, политиков и бизнесменов, звезд эстрады. Добро пожаловать!

Ирина Шабасева,
управляющая филиалом

Клиника «Наран» на «Таганской»: НАРОДНАЯ

Клиника расположена в 5–7 минутах ходьбы от станции метро «Таганская» (радиальная) по адресу: ул. Народная, 20. Центральный филиал клиники «Наран» начал действовать 11 июня 2007 года. Здесь находится административный центр медучреждения и редакция популярной просветительской газеты «Вестник тибетской медицины». Клиника на «Таганской» занимает два этажа, действуют два консультационных и 19 лечебных кабинетов. Медицинский персонал клиники возглавляет талантливый руководитель и врач Лидия Намыровна Оникова. Каждое воскресенье на «Таганской» практикующие врачи «Нарана» читают лекции по различным аспектам врачебной науки Тибета. Запись на лекции производится по многоканальному телефону (495) 221-21-84. После лекции вы можете задать интересующие вас вопросы специалисту, при желании возможна



На приеме у главного врача клиники «Наран» на «Проспекте Мира» О. Н. Билдушкина



В каждом филиале клиники работает фитобар, где вам предложат ароматный зеленый чай и экзотический имбирный напиток. Там же вы найдете большой ассортимент целительных средств восточной медицины из Индии, Китая и Тибета, экологически чистых и безопасных



Итоги работы клиники «Наран» в 2008 году:

- За прошедший год в семи филиалах «Нарана» прошли лечение более 30 тысяч человек, более половины из них обратились к нам впервые
- Открыты два новых филиала — в Санкт-Петербурге (ул. Разъезжая, д. 4) и в Москве (Осенний бульвар, д. 12, корп. 10).
- Вопреки экономическим катаклизмам мы сохранили ценовую политику, которой «Наран» верен на протяжении нескольких лет.
- Мы продолжаем традиции истинно народной клиники! Более 50% наших пациентов — льготники. Благодаря 30 льготным лечебным программам по самым демократичным ценам и скидкам (до 60–70% от стоимости курса комплексной терапии) лечение в «Наране» доступно всем!
- Продолжаем научно-исследовательскую работу и практические изыскания в области тибетской медицины. В 2008 году на базе клиники защищена одна кандидатская диссертация, а в 2009 году готовятся к защите три кандидатские и одна докторская диссертации.

Фитобар клиники «Наран»

«ДИА-СЛИМ» СНИЖАЕТ САХАР!

«Диа-Слим» — стакан из дерева виджаясар «Диа-Слим Тамблер» — эффективное аюрведическое средство профилактики и лечения сахарного диабета и ожирения. Вещество, перешедшее из древесины в воду, способствует снижению избыточного веса и выведению холестерина, регулирует уровень сахара в крови и очищает кровь.



ПРИ КОЖНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ



Мазь «999» быстро успокаивает кожный зуд, обладает подсушивающим действием. Эффективен при нейродермите, псориазе, многолетних кожных экземах неясной этиологии, атопическом дерматите и др.

Тоник «Дракон», в состав которого входят медоцвет, одуванчик, китайские лекарственные травы, применяется при аллергии, экземе, псориазе, нейродермите, атопическом дерматите, трофических язвах, а также при лечении эрозии шейки матки.

ЛЕГКОЕ ДЫХАНИЕ С «ХАМАРЭ»

Это — высокоэффективное средство на основе трав, разработанное учеными-врачами тибетской медицины для профилактики и лечения острых и хронических воспалительных заболеваний слизистых оболочек носа и носоглотки. «Хамарэ» обладает противовоспалительным, антимикробным, иммуностимулирующим, антисептическим и болеутоляющим действиями, разжижает слизистые массы, ускоряет отделение слизи.



Необычайная эффективность порошка в борьбе с простудными заболеваниями делает его особенно актуальным в период межсезонья!

Показания: хронический вазомоторный ринит, аденоиды носа, гайморит, синусит, полипы носа, ларингит, тонзиллит.

Способ применения: профилактическое и лечебное действие порошок оказывает при вдыхании 2–3 раза в день, а также непосредственно на ночь.

Комплексное лечение

в клинике тибетской медицины «НАРАН»

Общая характеристика

Индивидуальное лечение, направленное на общее оздоровление организма. Охватывает весь комплекс хронических заболеваний.

Врачи нашей клиники помогут вам при:

- головной боли и болях в спине
- неврозах, невритах, заикании
- хроническом рините, бронхиальной астме, аллергозах
- гипертонии, заболевании сердца
- сахарном диабете, ожирении
- желче- и мочекаменной болезни
- простатите, аденоме простаты
- миоме матки, эндометриозе, бесплодии
- нейродермите, псориазе
- системных заболеваниях и др.

Что включает?

Индивидуально подобранные курсы фитотерапии + комплексные сеансы, которые включают: Энергетический точечный массаж • Иглорефлексотерапию • Аурикулотерапию • Моксотерапию • Стоун-терапию • Вакуум-терапию • Гирудотерапию • Баночный массаж

Эффективность

Основной эффект лечения: полное избавление от хронических заболеваний или достижение длительного периода ремиссии, повышение устойчивости к заболеваниям, прилив бодрости и энергии, достижение душевного равновесия, гармонии, спокойствия

**БОЛЕЕ ПОДРОБНУЮ ИНФОРМАЦИЮ
О ЛЕЧЕНИИ ВЫ МОЖЕТЕ УЗНАТЬ
ПО ТЕЛ. 221-21-84**

МЯГКОЕ ОЧИЩЕНИЕ КОЖИ

Туалетное мыло «Herb-bath» создано на основе натуральных гималайских растительных компонентов и масел. Экологически чистое мыло производится в Непале, где растет до 700 видов полезных растений. В состав мыла «Herb-bath» входят такие растения, как псоралея лецинолистная, бакопа монье, кедр гималайский, кориандр, индийский тмин, фенхель, солодка голая, красное сандаловое дерево, имбирь, эмблика лекарственная, зеленый чай, а также масло мяты, ниима, мед и другие компоненты.

В ассортименте 10 наименований мыла:

«Амала» — растение, богатое витамином С. Освежает и тонизирует;

«Зеленый чай» — восстанавливает и омолаживает кожу, устраняет различные высыпания;

«Кофе» — смягчает и разглаживает морщины, подходит для сухой и нормальной кожи;

«Скраб с кофе» — активные вещества удаляют омертвевшие клетки кожи, не нарушая ее естественный поверхностный слой;

«Лимон» — обладает эффективным тонизирующим и освежающим действием, сужает поры, идеален для жирной кожи;



«Алоэ вера» — защищает от солнечных лучей, помогает при обветривании, раздражении и шелушении;

«Ниим» — масло ниима обладает противовоспалительным и регенерирующим действием;

«Мед» — расслабляющее, обновляющее и смягчающее действие;

«Мята» — смягчающий, освежающий и тонизирующий эффект для чувствительной кожи.

«ЯНГЕРОН» — СРЕДСТВО ДЛЯ МУЖЧИН

«Янгерон» — стимулятор потенции немедленного действия! Удивительный эффект при половом бессилии мужчин, надежное излечение снижения либидо у женщин!

В состав высокоэффективного тибетского фитопрепарата «Янгерон» входят натуральные лекарственные растения: женьшень, бесцветник, корень белого атрактилиса, семена малины, кора коричневого дерева, плод торилиса, радиола удлиненная и другие. Достижению немедленного эффекта способствуют икариин — вещество, выделенное из бесцветника, активные пептиды, биоактивные полисахариды, а также другие компоненты, нормализующие кровообращение в половых органах, стимулирующие и усиливающие сексуальное влечение у мужчин и женщин.



Пчелиное маточное молочко является секретом аллотрофических желез рабочих пчел. Содержит незаменимые аминокислоты, биологически активные вещества (ферменты, факторы роста, половые гормоны), витамины, фолиевую кислоту, биотин и др. Из микроэлементов особый интерес представляет железо, марганец, цинк, кобальт, необходимые для нормального кровотока. Экстракт женьшеня и

УКРЕПЛЯЕТ, ОМОЛАЖИВАЕТ, ТОНИЗИРУЕТ

мед многократно усиливают целебные свойства маточного молочка и являются дополнительными источниками макро- и микроэлементов, биологически активных веществ. Препарат является высокоэффективным тонизирующим средством, особо почитаемым в Китае. Повышает жизненный тонус, иммунитет, омолаживает и укрепляет организм, препятствует перерождению клетки в раковую. Обладает мощным бактерицидным и бактериостатическим действием, оказывает антиоксидантный, противовоспалительный и противоопухолевый эффект. Улучшает кровоснабжение, обмен ве-

ществ, стимулирует кровотока, восстанавливает функции печени и селезенки, нормализует деятельность нервной системы, половую функцию.

Состав: экстракт женьшеня, маточное молочко, китайский лимонник, мед.

Показания к применению: плохой аппетит, бессонница, неврастения, слабость, утомление, анемия, дистрофия, атеросклероз, ишемическая болезнь сердца, ревматоидный артрит, заболевания кишечника, печени, почек, язвы желудка, пневмонии, туберкулез, астма, опухолевые заболевания и т.д.

«ЦАРЬ-ЛЕКАРСТВО ОТ КАШЛЯ»

Рецепт эликсира от кашля «Кэ Лин» создан во времена династии Тан (618–907г.г.) и известен в Китае как «Царь-лекарство от кашля». После приема препарата кашель любой этиологии проходит практически за три дня. Кроме противокашлевого эффекта эликсир имеет отхаркивающее, бронхолитическое (расширяет бронхи при спазме) и противовоспалительное действие — общее и местное.

Состав: ширококолокольчик крупноцветковый, истод тонколистный, стебля клубневая.

Показания к применению:

- при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей;
- при хронических неспецифических заболеваниях легких;
- при бронхиальной астме (как вспомогательное средство);



- при повышенной нагрузке на голосовые связки;
- при рините и синусите (местно).

ПРОКЛАДКИ ДЛЯ ЖЕНЩИН И МУЖЧИН

Лекарственные прокладки «Саньбафулэ» — эффективное лечебное средство от женских и мужских заболеваний.

Основные лечебные свойства:

- оздоровление микрофлоры;
- нормализация функций органов малого таза и промежности;
- антибактериальный, противовирусный, противовоспалительный эффект;
- репаративное (заживляющее) действие.

Гигиенические защитные прокладки пропитаны настоями и экстрактами 38 лечебных трав, они несут в себе природную энергетическую информацию, которая и обуславливает их оздоровительное действие.



Прокладки «Саньбафулэ» используются как местное средство при лечении различных гормональных нарушений женской половой сферы, воспалительных заболеваний органов малого таза, вирусных поражениях гениталий и органов малого таза, нарушениях менструального цикла, зуде наружных половых органов, первичном и вторичном бесплодии, спаечных процессах в полости малого таза, эндометриозе, молочнице и т.д.

Прокладки прекрасно зарекомендовали себя при лечении даже сугубо мужских заболеваний, таких как острый и хронический простатит, орхоэпидимит. Их используют для лечения острого тромбоза, геморроидальных узлов, причем купирование болевого синдрома достигается в течение нескольких часов, уменьшается отек, снимается воспаление, рассасываются тромбы.

Счастье исцеления

ДО СКОРОЙ ВСТРЕЧИ В «НАРАНЕ»!

— Я обратилась в клинику «Наран» (ул. Гиляровского, 50) по совету дочери, которая уже два года является пациенткой клиники и очень довольна предложенным ей лечением и его результатами. Прежде всего хочу высказать искреннюю благодарность моему лечащему врачу Инне Джимбеевне Манджиевой, у которой я прошла первый курс комплексного лечения. Уважение и глубокую симпатию вызывают высокий профессионализм врачей, внимание к проблемам пациента, доброжелательность, желание помочь и найти решение медицинских проблем, забота, выдержанность и корректность в обращении со своими пациентами. Эти качества — главный залог доверия и желания продолжать лечение.

Почему я выбираю «Наран»? На это есть ряд причин:

- Врач лечит не конкретную болезнь или недуг, а именно человека, учитывая его индивидуальные особенности и природную конституцию.
- Эффективные и безопасные фитопрепараты, которые можно приобрести по рецепту здесь же, в клинике.

- Подробная и абсолютно бесплатная консультация в любой удобной для вас форме, в том числе по телефону.
- Всегда можно перенести сеанс лечения или изменить его график;
- Возможность приобрести дополнительную литературу по тибетской медицине, прослушать лекции или прочитать материалы, опубликованные в простой и интересной форме в газете «Вестник тибетской медицины». Перед глазами всегда примеры и рекомендации по лечению различных заболеваний, безусловно имеющие в своей основе научный подход.
- Доброжелательность персонала клиники, что особенно приятно. При встрече с любым работником клиники вы встречаете улыбку.
- Тишина, атмосфера спокойствия, отсутствие очередей и четкое соблюдение графика приема пациентов и, конечно, чистота служебных помещений и кабинетов, удобное расположение клиники.
- Предоставление 50-процентных скидок на обслуживание пенсионеров, что, безусловно, расширяет сегмент



Татьяна Владимировна и ее лечащий врач Ирина Джимбеевна

посетителей клиники, так как в Москве более 4 миллионов пенсионеров, которым действительно нужна квалифицированная помощь и у которых есть друзья, родственники и соседи.

Желаю дальнейшего развития сети клиник «Наран» в Москве и за ее пределами, активного продвижения услуг клиники среди разных слоев населения, успехов в профессиональной деятель-

ности и процветания. До скорой встречи в «Наране»!

Татьяна МАЗУРЯК,
зав. кафедрой
Международной Высшей
Школы бизнеса

ВНИМАНИЕ И ЗАБОТА — ВНЕ КОНКУРЕНЦИИ

Она очень обрадовалась звонку из «Нарана»: «А я о вас всегда помню! Как только дни станут длиннее, и на улице потеплеет, я приду в гости». Уже пять лет подряд 75-летняя Юлия Алексеевна Строкова раз в год исправно проходит курс комплексной тибетской терапии, чтобы поддержать молодость духа и боевой задор, которым природа сполна наградила эту замечательную женщину.

Юлия Алексеевна много пережила и немало повидала на своем веку: голод и холод в военном детстве, многочисленные лишения и потери. Об этом она не любит говорить. Как, впрочем, и о своих хворах и недугах.

— Я благодарю Бога, что, несмотря на возраст, нахожу силы общаться с людьми, радоваться теплым солнечным дням и даже иногда... плавать в бассейне, — говорит неунывающая пенсионерка.

И, действительно, придя в первый раз в «Наран», она первым делом поинтересовалась, есть ли бассейн. Бассейн в клинике на «Войковской» не оказалась, но Юлия Алексеевна не ушла. Потому что сразу влюбилась в особую атмосферу, царившую в этой клинике.

— Пришла я на массаж, а взамен получила нечто безмерно большее. Да, действительно, был чудесный массаж, и горячие камешки, обернутые в полотенце, и прогретый песок в мешочках, а также ароматные полынные сигары, и совсем



Юлия Алексеевна собирается продолжить лечение у врача Сергея Кима

нестрашное иглоукалывание. Такого удовольствия я давно не получала. А после сеанса меня усадили в мягкое кресло отдохнуть и налили ароматный чай. Где, в какой поликлинике ощутишь такое внимание и заботу? Мне, честно говоря, приходилось больше сталкиваться с хамством и равнодушием.

Эта клиника вне конкуренции. Да и клиникой в обычном смысле здесь не пахнет. Цветы, аквариум, рыбки, тихая музыка, внимание и доброжелательность персонала — словно в санатории побывал! После «Нарана» я просто оживаю! Здесь я как родная, меня знают, привечают, звонят... Вы не представляете, как это важно для одинокой пожилой пенсионерки...

Своего нынешнего врача Сергея Кима его пациентка с

любовью называет Сереженькой. Помнит и своих предыдущих врачей по именам. Все они у Юлии Алексеевны «изумительные». Потому что относятся к своей работе «честно и порядочно, а не так, чтобы лишь отделаться».

Очень грустно Юлии Алексеевне в непогожие и пасмурные дни. Кружится голова, одолевают старые болячки. Она ждет весны, чтобы с радостью пройтись по тихим аллеям, сходить в бассейн и навестить своего врача в «Наране». Сергей Сергеевич обещал продолжить лечение, как только она сможет приехать.

А сейчас она зажигает дома полынную сигару, как учил ее врач, и с удовольствием окунается в ее по-летнему жаркое тепло.

Евгения САНЖАИНА

ВРАЧУЮТ УМ, ДУШУ И ТЕЛО

«Давно хочу выразить через газету искреннее восхищение и благодарность за тот ежедневный труд, который руководство и коллектив клиники «Наран» осуществляют, руководствуясь главным принципом буддийской нравственности — помощью и состраданием ко всем страждущим. В наше беспокойное время, когда люди особенно нуждаются в доброте и поддержке, врачи клиники всегда готовы принять человеческое участие в проблеме пациента, оказать многоплановую профессиональную помощь даже тем, от кого отказалась официальная медицина.

Клинику тибетской медицины можно по праву назвать оазисом гармонии в мегаполисе, где большинство людей находится в постоянном цейтноте, испытывая большие психологические перегрузки. В своих книгах главный врач клиники «Наран» Светлана Чойжинимаева пишет, что причиной всех болезней тибетские врачи считают неведение — когда человек от незнания своей истинной природы идет на поводу

своих привязанностей, пристрастий и страстей. Неправильное мышление подталкивает к неразумным действиям, неправильному образу жизни и питания, что и становится причиной недугов тела и духа. Врачи «Нарана» деликатно и тонко умеют врачевать ум, тело и душу, и таким образом лечить не только симптомы болезни, но и их причины, которые порой кроются очень глубоко внутри нас. В этих стенах начинаешь понимать, что боль и страдания даны нам для того, чтобы исправить ошибки, совершенные ранее, стать терпеливее и терпимее, обрести внутреннюю силу.

Тибетская медицина учит не только тому, как избежать болезней, но и как сделать свою жизнь и жизнь окружающих счастливой. К сожалению, современной медицине этих высот еще только предстоит достигнуть».

Е. П. Иванова, к. м. н., докторант Московского государственного медико-стоматологического университета.

ВАШ ТРУД ДОСТОИН УВАЖЕНИЯ!

*Прошедший год, как запевала,
Пропев, собрался уходить.
Нужны нам в жизни перевалы,
Чтоб дали видеть впереди.*

*20 лет «Нарану» —
это много или мало?
Лишь частичка
в проложенный путь,
Не всегда были розы в дороге,
Но с нее никуда не свернуть.*

*Ваш труд достоин уважения,
Достоин он наград, похвал.
Не каждый, не каждый
может
Вернуть больным здоровья
дар.*

*Мы вам за это говорим
«спасибо»,
За ваш нелегкий,
нужный труд!
За всех больных,
что вы лечили,
И тех, кто после нас
придут!*

*Пусть каждый день
и каждый час,
Удачу вам преподнесет,
Пусть светлой будет
жизнь у вас,
И сердце щедрым будет!*

Любовь БОРТНИКОВА,
г. Москва

Первая и крупнейшая клиника тибетской медицины в России



Наран

работает с 1989 года



Только у нас!

Все методы тибетской медицины в одном сеансе

комплексного лечения:

- Опрос, пульсовая диагностика
- Фитотерапия по традиционной технологии
- Аурикулотерапия, микроиглотерапия
- Энергетический точечный массаж
- Иглорефлексотерапия, цуботерапия
- Прогревание полынными сигарами (моксотерапия)
- Постановка банок и баночный скользящий массаж
- Стоун-терапия (литотерапия)
- Кинезитерапия: мягкая мануальная терапия

Часы работы: 9.00-21.00 (без выходных)

КОНСУЛЬТАЦИИ БЕСПЛАТНО

Тел.: (495)617-08-93, 221-21-84

www.naran.ru

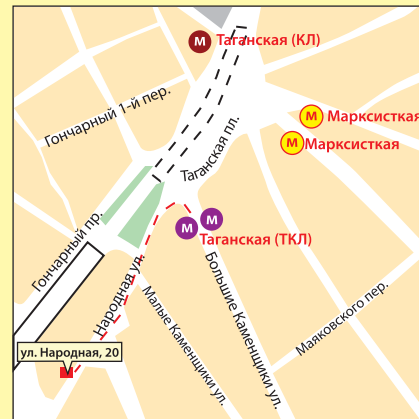
Филиалы клиники «Наран» в Москве



м. «Войковская»,
5-й Войковский пр-д, 12



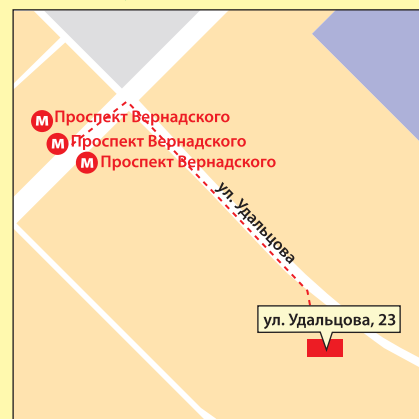
м. «Смоленская»,
Панфиловский пер., 6



м. «Таганская»,
ул. Народная, 20



м. «Проспект Мира»,
ул. Гиляровского, 50



м. «Пр. Вернадского»,
ул. Удальцова, 23



м. «Крылатское»,
ул. Осенний бульвар, д. 12, корп. 10

Тибетский астропрогноз с 1.02 по 28.02

Удачные дни: 3, 5, 9, 19, 24, 25
 Благоприятные дни
 для стрижки волос: 3, 4, 5, 7, 8, 9, 13, 16, 17, 20, 21, 22
 для начала приема лекарств:
 1, 8, 10, 13, 17, 18, 20, 22, 23, 24
 для выезда в дорогу:
 2, 4, 7, 9, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 21, 22, 24
 Неблагоприятные и «пустые» дни: 5, 10, 17, 22
 Травмоопасные дни: 9, 20, 21

Дни открытых дверей в «НАРАНЕ»

**Лекции в клинике
на «Таганской»**

1 февраля: «Варикозное расширение вен».
Айдаев А.Г.
8 февраля: «Холод почек».
Хонинов М.В.
Начало в 15.00.
Вход свободный. Запись по тел.:
(495)912-63-36, 221-21-84

**Лекции в клинике
на «Проспекте Мира»**

1 февраля: «Искривление позвоночника».
Найминов Н.Г.
8 февраля: «Синдром хронической усталости».
Ергонова О.А.
Начало в 11.00.
Вход свободный. Запись по тел.:
(495)688-42-69, 221-21-84

Дополнительная скидка воскресного дня — 5%

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

Свидетельство о регистрации ПИ №ФС1-01931 от 4.10.05 г.

© ООО «Наран Информ»
Все права защищены и охраняются законодательством РФ.

Учредитель —
ООО «Наран Информ»
(клиника традиционной тибетской медицины «Наран»)
Шеф-редактор —
С. Чойжинимаева
Главный редактор —
Е. Санжаина
Верстка — Т. Апрыткина
Корректор —
О. Михайлова
Дизайнер — Л. Петренко
Газета выходит
2 раза в месяц.
Общий тираж —
1 400 000 экз.

Адрес редакции: 125171,
г. Москва,
ул. Народная, д. 20
Тел. (495) 221-21-84
(многоканальный)

Наш сайт: www.naran.ru
E-mail: mail@naran.ru

Газета отпечатана
в типографии
ООО «ВМГ-Принт»

Подписано в печать
26.01.2009.

Заказ №
Цена свободная

