

клиника



Наран

работает
с 1989 года

№16(77)
16-31 августа
2009

Вестник тибетской медицины

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



Пациентка клиники «Наран»

Таисия БУЯКЕВИЧ:

ТЕПЕРЬ ЖИВУ В ГАРМОНИИ С СОБОЙ И МИРОМ

фото Аркадия ФИЛАТОВА

Стр. 7

КУПОН

АКЦИЯ

«СОСЕДИ»

с 15 по 31 августа

для жителей районов: Таганский,
Крылатское, Отрадное,
Войковский, Мещанский

~~4000.-~~

2495.-

сеанс комплексного
лечения

Скидка действует при предъявлении купона

КУПОН

АКЦИЯ

«ГОТОВИМСЯ К ШКОЛЕ»

с 15 по 31 августа

~~2000.-~~

1475.-

сеанс комплексного
лечения
для детей

Желающим пройти лечение вместе с ребенком

скидка – 30%

Акция действует при предъявлении купона

В НОМЕРЕ:

**ЧТО ПОЛЕЗНО
НАШЕМУ
ЖЕЛУДКУ?**

Стр. 2

**ВРАЧУЕМ БОЛЬНОЙ
ПОЗВОНОЧНИК
ДОМА**

Стр. 3

**КАК ЛЕЧИТЬСЯ
В «НАРАНЕ»
ЕЩЕ ДЕШЕВЛЕ?**

Стр. 4-5

**СОВЕТЫ
ОПЫТНОГО
ТРАВНИКА**

Стр. 6

ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ КУХНИ

Почему свежие овощи и фрукты – не лучшая пища для нашего желудка?



Светлана ЧОЙНИМАЕВА,
к. м. н.,
главный врач
клиники «Наран»:

– Многие убеждены, что вегетарианская диета и полный отказ от мяса – панацея от всех болезней и заслон от онкологических проблем в будущем. Но любые крайности чреваты проблемами. Не так давно ушла из жизни преподаватель физиологии питания. Умная и уважаемая женщина умерла в возрасте 52 лет... от рака желудка. Она давно и убежденно практиковала сыроедение и всегда призывала к этому своих студентов.

Или вот очень известный пример. В 1995 году в госпитале в Сан-Франциско в возрасте 61 года умер народный любимец, актер Савелий Крамаров. После операции по удалению раковой опухоли на толстой кишке. Поклонники актера знают, что Крамаров много лет придерживался вегетарианской диеты, серьезно заболел о своем здоровье, увлекался хатха-йогой, не курил, не употреблял алкоголь, ел пищу без соли и острых приправ, ложился спать строго по заведенному расписанию.

От рака молочной железы умерла Линда Маккартни – вегетарианка и борец за права животных.

Этот список можно продолжать, но остановлюсь на двух случаях из моей врачебной практики, которые подвигли меня написать эту статью.

В клинику «Наран» обратился успешный столичный художник. В последние годы Вадим сильно расплодился и стал на этой почве большим поборником вегетарианской диеты и здорового образа жизни. Бегал по утрам, питался исключительно кашами, свежесваренными соками и овощными салатами. Другим рассказывал, что такая диета помогает ему чувствовать себя молодым и стройным.

Накануне своего 55-летия он внезапно попал в «Склиф». Вдруг потемнело в глазах и появилось предобморочное состояние, когда он находился за рулем на оживленной автостраде. Благо, помогли сотрудники ГИБДД,

Врачи вначале заподозрили худшее – онкологию. Анализы показали очень низкий уровень гемоглобина в крови – 76 г/л (что почти в два раза ниже нормы у мужчин), ослабленный иммунитет, апатию и усталость. Вадим пожаловался, что последние два года совсем утратил интерес к женщинам и сексу, да и с творчеством не ладилось.

После массы обследований онкологию не выявили. Но предупредили, что постепенно все идет именно к этому. Вадим обратился в клинику «Наран». И очень удивился, узнав, в чем корень его бед. На консультации он узнал, что именно отказ от мяса и сыроедение стали причиной анемии, хронического гастрита и других телесных страданий.

Увлечение «здоровым образом жизни» у другой нашей пациентки и вовсе закончилось печально. Обратилась она к нам, к сожалению, поздно. Все свободное время Лидия Сергеевна проводила на даче, ухаживала за грядками, обливалась холодной водой по утрам, летом с удовольствием готовила салаты и окрошку.

Зимой у 57-летней женщины обнаружили мастопатию. Лидия Сергеевна решила лечиться народным методом – прикладыванием на грудь капустного листа. При этом она полностью изменила питание – перешла на свежие овощи и фрукты, ягоду, пила сырое козье молоко. Вскоре под капустными листьями на груди «вызрели» незаживающие язвы. Женщина решила, что болезнь «выходит наружу», помчалась к врачам. На этот раз они обнаружили приличных размеров опухоль, которая уже дала метастазы во внутренние органы...

Помню, как сидя у меня на приеме, уже зная свой приговор, Лидия Сергеевна удивлялась: что она сделала не так, забываясь о своем здоровье?

Что же действительно не так? Ведь так сложилось, что свежие овощи, фрукты, кисломолочные продукты, каши, черный хлеб, зелень, квас – это то, без чего не обходятся лето россияне. Общепризнано, что это самые легкоусвояемые, полезные, диетические и «очищающие от шлаков» продукты. Поэтому их едят в неограниченных количествах – на завтрак, обед, ужин, перекусывая на ходу.

А что в это время происходит с нашим желудком?

Согласно тибетской медицине, *желудок – горячий орган*. Он питает жизненной энергией весь организм, но при условии, что его «огненная теплота» будет в норме. Температура, обеспечивающая нормальный мета-

болизм, равняется примерно 38°C, а при переваривании еще более повышается (в двенадцатиперстной кишке она превышает 40°C). Только при этом условии желудок способен довести еду до «созревания» с помощью движения энергии, осуществляющей нормальную перистальтику, а также своевременно вырабатывать соляную кислоту и ферменты для переваривания пищи.

В двенадцатиперстной кишке 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. Согласно тибетской медицине, именно от огненного тепла желудка зависят здоровье, настроение, цвет кожи, долголетие, сила и тепло тела.

Таким образом, «холодная» пища, употребляемая ежедневно, отнюдь не способствует лучшему перевариванию, снижает, *гастрогенность* «теплоты» желудка. Это все равно, что *тщательно*

пытаться приготовить еду на едва тлеющем костре, подбрасывая в него сырые дрова. Непригодными «дровами» для желудка становятся не только охлажденные в холодильнике продукты, но и продукты, обладающие «холодными» свойствами. Это сырые овощи и фрукты, хлебобулочные изделия, кисломолочные напитки и молоко (особенно козье), пресная еда, продукты брожения – пиво, квас, несвежие или несовместимые продукты и т.д. Даже вода комнатной температуры ниже температуры желудка, а, значит, охлаждает его. Постоянное употребление этих продуктов приводит к ослаблению жизненной силы желудка. Вы замечали, что попив кефира, квасу, поев окрошки или свежих яблок, первые признаки несварения – неприятное брожение в желудке, урчание и метеоризм? А также чувство озноба или холода, идущего изнутри?

Именно от неправильного питания развивается состояние, которое называется в тибетской медицине «*ма-жу*». Кровь постепенно «охлаждает-

ся», падает гемоглобин, ухудшается кровоток. В желудке в результате нарушения нормального движения энергии накапливается большое количество слизи, препятствующей выработке ферментов и соляной кислоты, а также нормальной перистальтике желудка. Развиваются такие болезни, как *хронический гастрит, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, полипы, неспецифический язвенный колит, рефлюкс-эзофагит, хронический гастродуоденит* и др. Все это – прямой путь к онкологии. Среди онкологических болезней *рак желудка* находится на втором месте по частоте случаев заболевания и смертности.

Тибетские врачи считают, что при состоянии «*ма-жу*» твердые частицы еды не пере-



Мы едим то, что мы едим

вариваются, и, обволакиваясь слизью, превращаются в «каменные» опухоли. Затем этот процесс распространяется на тонкий и толстый кишечник, другие органы, где также создается благоприятная почва для опухолевых процессов.

«Холод» распространяется на весь организм, становясь причиной атеросклероза, сахарного диабета, астмы, пневмонии, полиартрита и других болезней. Эти недуги стали уже «национальными» российскими болезнями. Ведь на самом деле мы и есть то, что мы едим. Если мы подаем организму некачественное топливо, он обязательно начнет давать сбой во всех системах.

Общие признаки «холода» желудка, которые должны вас насторожить – понижение аппетита, тошнота, отрыжка, вздутие живота, ощущение тяжести и переполнения в подложечной области, боли через полчаса после еды, понос непереваренной пищей и слизью, запор, ощущение холода в желудке, конечностях, озноб.

Надо ли говорить, что полный переход на вегетарианскую ди-

ету еще быстрее приводит к угасанию функций желудка и накоплению слизи в желудке?

Все знают, что для полноценной работы всех систем организму необходим животный белок, незаменимые аминокислоты и другие вещества животного происхождения. Более того, многим людям исключительное вегетарианство может быть категорически *противопоказано морфогенетически*. По той причине, что они являются потомками линии традиционных мясоедов. Мясо ели все их самые далекие предки и мясная пища является наиболее соответствующей их морфогенетике.

Если говорить с точки зрения тибетской медицины, особенно нуждаются в мясной пище представители «холодных» конституций Ветер (нервная система) и Слизь (лимфатическая и эндокринная системы). Первые – худощавые, нервные и впечатлительные люди. Нарушение этой конституции провоцирует заболевания сердца, гипертонию, невралгию, тики, заикания, душевные болезни, онкологию. Вторые – флегматичные, рыхловатые, склонные к полноте. Признаки нарушения Слизь – ожирение, сахарный диабет, заболевания сердца, почек, гайморит, артрит, кокартроз, бронхиальная астма, аллергические риниты, полипы, опухоли.

Вегетарианская «холодная» диета лишь усиливает возмущение Ветра и Слизь. Мясные же блюда, напротив, имеют «горячую» природу, особенно свежесваренные баранина, говядина и мясо птицы, сдобренные различными приправами. В тибетской медицине такое питание является одним из

главных компонентов лечебной терапии при болезнях «холода». Любой квалифицированный терапевт или гастроэнтеролог подтвердит, что при гастроэнтероколитах и энтеритах (состояниях «*ма-жу*») мясо для больного является не столько пищей, сколько лекарством.

Мясо жизненно необходимо нашему организму для стабильного поддержания метаболического огня. Особенно это важно для растущего детского организма. Детям вегетарианство противопоказано!

Поэтому в питании важно не ударяться в крайности, проводить принцип умеренности, отдавая предпочтение натуральным продуктам и растительного, и животного происхождения. И обязательно подвергать их термической обработке, сдабривать и украшать приправами и специями. Поверьте, это сделает вашу жизнь намного приятнее.

Полную консультацию по вопросам лечения болезней желудка в тибетской медицине вы можете получить у врача по тел. 221-21-84.



Желудок – самый горячий орган

Лечим в «Наране»

Советы Светланы ЧОЙЖИНИМАЕВОЙ:

ГИБЧЕ ПОЗВОНОЧНИК – ДЛИННЕЕ ЖИЗНЬ

«Уважаемая Светлана Галсановна! Меня очень волнует вопрос лечения остеохондроза и межпозвоноковой грыжи. Каким образом можно избавиться от остеофита? И еще один вопрос: если идет процесс фибрирования легочной ткани после пневмонии, то каким образом с помощью средств тибетской медицины можно убрать эти проблемы?»

С. М. Каменщикова,
г. Москва

Отвечает к. м. н. Светлана ЧОЙЖИНИМАЕВА:

– Последствия проблем с позвоночником проявляются на трех уровнях. Первый уровень – корешковый (болевого). Защемление нервных корешков вызывает боли и спазмы в мышцах спины, шеи, головы, в руках и ногах. Второй уровень – висцеральный. На этом уровне проблемы, связанные с позвоночником передаются практически во все внутренние органы, а также органы чувств, получающие через позвоночник команды от головного мозга. И третий уровень – сосудистый, характеризующийся ощущением мурашек в руках и ногах, быстрого перехода то в жар, то в холод. То есть неполадки с позвоночником могут влиять на функционирование сосудистой системы.

У нашей читательницы возникли проблемы на двух уровнях – болевом и висцеральном, что и привело к склерозированию легочной ткани, возможно после перенесенного бронхита, воспаления легких. На этом же уровне из-за проблем в грудном отделе позвоночника могут возникнуть еще и сердечные недомогания – сердцебиения, боли в сердце, ИБС.

Как решить эту проблему, пока еще не поздно? Первое – скорректировать свое психологическое состояние, привести его в максимально уравновешенному. От этого, как ни странно, зависит состояние мышц спины, а следовательно, и позвоночника. Тибетские монахи даже в солидном возрасте сохраняют удивительную гибкость позвоночника.

Второе: надо помнить, что в основе нарушения обменных процессов лежит мышечный спазм. Чтобы его снять, необходим массаж спины. Обязательно надо хорошо промассировать ягодицы, поясничную область, пройти по грудному отделу и закончить шейным. Спину предварительно обильно смазать подогретым растительным маслом.

Хороши также растяжки, висы на турнике, но делать их надо пос-

ле разогрева мышц спины при помощи того же массажа или аппликатора Кузнецова.

Лежать на аппликаторе нужно по 30 минут 2 раза в день. Можно даже подкладывать его под спину, сидя на диване перед телевизором. Он хорошо расслабляет мышцы и снимает спазмы, улучшает сон.

Для этих же целей можно поставить банки на спину. Ставят их по всей длине позвоночного столба, симметрично, с обеих сторон, всего 8–10 банок. Такие процедуры делают через день, 7, 9 или 11 раз. Курс повторяем раз в квартал.

Простая и очень эффективная процедура – баночный массаж. Раздевшись до пояса, следует лечь на живот. Желательно, чтобы поверхность кровати была относительно твердой. Обильно натереть спину подогретым растительным маслом, лучше кунжутным.

Далее делаем легкий массаж – похлопывания, затем пощипывания и, наконец, надавливания костяшками пальцев, причем идем сверху вниз. Затем берем медицинскую резиновую банку, смазываем ее спиртом, поджигаем и тут же прикладываем горлышком к спине. В результате создавшегося вакуума банка мгновенно «присосется» к коже. Начинаем «возить»

его по всей поверхности спины вверх-вниз, обрабатывая все области от шеи до ягодиц. Достаточно 7 или 11 раз. Баночный массаж способствует длительной молодости и сохранению хорошего здоровья, поскольку чем гибче позвоночник, тем длиннее жизнь.

При регулярном выполнении этих процедур и корректировке

питания у автора письма значительно уменьшатся проблемы с легкими, пройдет пневмосклероз, улучшится работа сердца, щитовидной железы.

Если вас интересует весь лечебный комплекс процедур на позвоночник, приходите или звоните в «Наран». Покажем, расскажем, бесплатно проконсультируем!



Позвоночник взывает о помощи!

Вопросы к врачу тибетской медицины

ГЕРПЕС НАМ НЕ СТРАШЕН!

«Круглогодично страдаю от герпетических высыпаний на лице и гениталиях. Есть ли способы избавиться от этой неприятной болезни с помощью тибетской медицины?»

И. К., г. Москва



Отвечает главный врач клиники «Наран» на «Проспекте Мира» Олег БИЛДУШКИН:

– Герпес – вирусное заболевание, поражает кожу, глаза (конъюнктивит, кератит), слизистые оболочки половых органов, центральную нервную систему (энцефалит, менингит). Имеются следующие разновидности:

• **Простой герпес** – при попадании в организм вирус сохраняется в течение всей жизни. Герпесу предшествуют зуд, жжение кожи, иногда озноб, недомогание. Затем высыпают пузырьки на воспаленной основе.

• **Опоясывающий герпес** вызывается вирусом ветряной оспы. Характеризуется болью по ходу нерва, головной болью. Через несколько дней на участке кожи по ходу нерва появляются высыпания в виде сгруппированных пузырьков сначала с прозрачным, а позже – гнойным кровянистым содержимым. Увеличиваются лимфатические узлы, повышается температура тела, нарушается общее самочувствие. Невралгические боли могут держаться до нескольких месяцев.

Согласно исследованиям ученых Колумбийского университета, герпес является стимулирующим фактором для развития болезни Альцгеймера (вирус простого герпеса обнаруживается в мозге почти 70% пациентов с болезнью Альцгеймера).

Развитию заболевания способствует переохлаждение, стрессы. Возможен

герпес и в жаркое время при перегревании организма. С точки зрения тибетской медицины, к вирусу наиболее чувствительны люди с расстройством всех трех жизненных начал – Ветра, Желчи, Слизи, что ведет к быстрому снижению сопротивляемости организма. В клинике «Наран» выработана методика лечения герпетической инфекции, которая прошла многолетнюю апробацию и доказала свою эффективность. После лечения вам уже не понадобятся дорогие аптечные таблетки и мази, подавляющие симптомы герпеса, конечно, при условии соблюдения в будущем правильного образа жизни и питания.

Лечение в «Наране» включает иглокальвание биологически активных точек, которое имеет противовоспалительное и противовоспалительное действие, активизирует выработку антигистаминных веществ в организме. Прогревание полынными сигарами и точечный энергетический массаж повышает защитные силы организма, активизирует выработку специфических антител к вирусу. Закрепить достигнутый эффект позволяет назначение противовирусного препарата «Норов-7», а также фитопрепаратов, улучшающих проведение нервного импульса (серии «Самнор», «Агар»). Прекрасными иммуностимуляторами являются общеукрепляющие сборы байкальских трав, которые вы можете приобрести в фитобаре «Нарана» и пить в любое время года. Благоприятно воздействуют на очаги поражения тибетские противовирусные мази, очищающие кожу и кровеносные сосуды.

Комплексное лечение позволит надолго забыть об обострениях герпеса, а также других простудных заболеваниях.

СИСТЕМНЫЙ ЛИПОМАТОЗ: «НЕЛЮБИМОЕ» ТЕЛО

«Какие методики используются в тибетской медицине для лечения системного липоматоза внутренних органов, особенно печени, поджелудочной железы, почек?»

С. Зимина, г. Санкт-Петербург



Отвечает главный врач клиники «Наран» в Санкт-Петербурге Аюна БАЛЬЖИЕВА:

– Липоматоз (жировая инфильтрация) внутренних органов, или появление липом в подкожно-жировой клетчатке (неважно, где) имеет причиной одни и те же процессы, а именно: нарушение жирового обмена. Жировые накопления в печени, почках, сердце, мышечной ткани, во внутренних органах (желудке, кишечнике и т. д.) довольно распространенное явление. Скажем, печень, пораженная липоматозом, на разрезе напоминает мускатный орех, да и называется «мускатная печень». Такая же картина при ожирении других органов. Пациенты с подобными диагнозами приходят к нам в клинику почти каждый день – сейчас это очень распространенное явление. Причем среди пораженных липоматозом встречаются подростки и даже дети.

С точки зрения тибетской медицины, в этом виноваты сбои в системах Желчи и Слизи. Первая регулирует белковый, углеводный, жировой, гормональный и другие обмены. А застой Слизи тормозит водный обмен и, что научно доказано, распад жиров в организме. Их расстройства обусловлены в первую очередь неправильным питанием. Это касается и тех, кто считает себя худым, и тех, кто мог похвастаться «железным» пищеварением, поглощая жареную картошку, сладости, фаст-фуд, холодные молочные коктейли, пиво (всем тем, что перенапрягает печень и способствует на-

коплению и застою избыточной слизи в организме). То, что было под силу внутренним органам в 20–25 лет, в 50 становится просто опасно. Они попросту «устают», перенапряженные нелюбовью и небрежным отношением к себе.

Для лечения этих состояний в тибетской медицине практикуется массаж внутренних органов наподобие антицеллюлитного. Массировать надо всю область живота, от реберных дуг сверху до паховой области снизу. С помощью такого массажа можно поправить состояние внутренних органов, улучшить циркуляцию крови и энергии (что одно и то же). При правильном выполнении массажа живота уже к пятому сеансу вы почувствуете значительное облегчение, и боли уйдут, наладится перистальтика всего ЖКТ.

Снизить вес и наладить водно-жировой обмен также помогут иглокальвание, ауркулотерапия, точечный и баночный массаж. Безопасно выводят слизь, жир и лимфу из организма и налаживают водно-солевой баланс тибетские растительные препараты. И, конечно, в первую очередь необходимо наладить правильное питание, рекомендованное типам Желчь и Слизь.

«Здоровье гораздо более зависит от наших привычек и питания, чем от врачебного искусства».

Д. Леббок

* * *

«Самые здоровые и красивые люди – это те, которых ничего не раздражает».

Г. Лихтенберг



ВСЕМ И КАЖДОМУ –

Уже 20 лет клиника тибетской медицины «Наран» возрождает в России благородные традиции врачевания, основанного на милосердии и сострадании. Еще один шаг на этом пути – создание новых льготных программ. Теперь абсолютно все социально незащищенные группы населения – учащиеся, студенты, пенсионеры, безработные, домохозяйки смогут по доступным ценам получить качественное и эффективное лечение методами тибетской медицины.

НОВИНКА!

Программа «Школьник» (16 тыс. рублей) В ШКОЛУ – КАК НА ПРАЗДНИК!

11 сеансов комплексного лечения по новой программе «Школьник» подарят вашему ребенку отличную закалку, заряд здоровой активности и хорошие оценки на весь учебный год.

Как настроить мысли на школьные будни, подготовку уроков, написание контрольных? Как заново без стрессов влиться в коллектив сверстников, уберечься от неизбежных инфекций и выдержать нелегкие учебные нагрузки?

Конец лета и начало осени – идеальное время для того, чтобы решить все эти проблемы и забыть о них на весь год. Кроме разнообразного и сбалансированного питания, упорядоченного режима дня, как учащимся начальных классов, так и старшеклассникам необходимо обеспечить хороший иммунитет, нормальную работу органов пищеварения, хороший сон и ясную голову. Таблетки в этом деле не помогут, особенно если ваше чадо страдает от хронических заболеваний.

Мы предлагаем пять волшебных методов для оздоровления детского организма: точечный энергетический массаж, иглоукалывание, прогревание полыньными сигарами, баночный массаж, стоун-терапия.

11 сеансов комплексных процедур помогут избавиться от следующих хронических заболеваний:

- тонзиллита, фарингита, гайморита, отита;
- логоневроза, энуреза, тиков, гиперактивности, рассеянного внимания, головной боли, синдрома повышенного внутричерепного давления, головокружений, обморочков и др.;

- остеохондроза, сколиоза, кифоза, вегето-сосудистой дистонии, головных болей, синдрома хронической усталости;

- ожирения, гастрита, опущения желудка, дискинезии желче-

- выводящих путей, запора, диареи;

- аллергических дерматитов, бронхиальной астмы, псориаза, экземы, нейродермита, юношеских угрей и др.

История болезни

НОВОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕГКОГО ДЫХАНИЯ



Пациентка. 7-летняя Сонечка пришла на прием с мамой и бабушкой. Она единственный ребенок в семье. В сентябре этого года пойдет в первый класс.

Анамнез и жалобы. С 5-летнего возраста у Сони бронхиальная астма. Она типичный «ветерок» – девочка худенькая, подвижная, эмоциональная. Все началось с того, что каждую весну у нее обострялся вазомоторный ринит. Врачи считали его аллергическим, поскольку по времени он совпадал с началом периода цветения. Из-за скопления слизи в носоглотке носовые ходы были постоянно закрыты, что привело к накоплению слизи в бронхах и вызвало развитие бронхиальной астмы. Приступы удушья купировали ингалятором. При этом родители даже не подозревали о том, что прописанное девочке средство – препарат гормональный.

Родители выработали собственное «лечебное» питание – усиленно поили Соню свежевыжатыми соками, кефиром и козьим молоком, кормили кашами на молоке, йогуртами.

Лечение. Врач Татьяна Галсанова (клиника «Наран» на «Таганской») прежде всего начала лечебную терапию с коррекции питания. Ребенку было рекомендовано давать горячую пищу: нежирные мясные бульоны и блюда, слегка приправленные специями, причем курицу и свинину заменить бараниной и говядиной, а вместо фруктовых соков готовить имбирный напиток. О молочных продуктах маме посоветовали забыть.

Результат. Уже через неделю у ребенка облегчилось дыхание, а на фоне проведенного курса комплексной терапии полностью отпала необходимость в ингаляциях. Соня прибавила в весе, стала спокойнее и с удовольствием готовится с мамой к 1 сентября.

межпозвоночная грыжа, радикулит);

- почек и мочеполовой системы (хронические нефриты, цистит, простатит, нарушения менструального цикла);

- эндокринной системы и кожи (ожирение, недостаточный вес, сахарный диабет, зоб, угревая сыпь, аллергические дерматиты).

Эффективное лечение при этих патологиях предлагает программа «Студент», специально ориентированная на молодых и занятых людей. Вам гарантирован индивидуальный подход, наблюдение врача и 11 сеансов комплексной терапии, включающей точечный энергетический массаж, иглоукалывание, прогревание полыньными сигарами, гирудотерапию, баночный массаж, стоун-терапию.

Тибетская медицина позволит вам соответствовать повышенным требованиям, справиться с психологическими нагрузками и достойно выдержать экзамен на зрелость.

Программа «Студент» (18 тыс. рублей) ОТ СЕССИИ ДО СЕССИИ... БОЛЕТЬ НАМ НЕКОГДА

Впереди у тысяч российских студентов время напряженной учебы, лабораторные работы и курсовые проекты, бессонные ночи зачетных и экзаменационных недель, производственная практика.

К сожалению, из-за нерегулярного питания, плотного графика

занятий, неправильного образа жизни и вредных привычек, а также некоторого легкомыслия, присутствующего у юности, студенты часто болеют. По данным социологических и медицинских исследований, особенно часто юноши и девушки страдают от заболеваний:

- нервной системы (неврозы, невралгии, бессонница, тики, хроническая усталость, перепады давления, ВСД);

- органов дыхания и пищеварения (гастрит, опущение желудка, холецистит, панкреатит);

- костно-мышечной системы (распространенный остеохондроз,



Программа «Менеджер» (22 тыс. рублей) СИЛА ДУХА И ТЕЛА ЗА 9 СЕАНСОВ!

Офис-менеджер – одна из самых востребованных профессий в современном мире. Работа с людьми и ответственность за прибыли компании, жесткая конкуренция и финансовый кризис делают эту профессию одной из самых стрессовых. Появляются заболевания, характерные для этой категории служащих. Одни страдают постоянными головными болями, другие – непроходящими болями в спине, у третьих – синдром хронической усталости, бессонница, хаотичность мышления, неуправляемая эмоциональность, снижение либидо и потенции. Даже появился термин «синдром менеджера».



Постоянные мысли о работе, озабоченность, страхи и амбиции, чувство неуверенности, долгие часы за компьютером в офисе приводят к растормаживанию нервной системы (конституция Ветер), проблемам с печенью (конституция Желчь): она начинает вырабатывать избыточное количество желчи и холестерина комплексом. В организме увеличивается уровень «грязной» крови, развивается атеросклероз. Спазмы сосудов при стрессах резко увеличивают вероятность инсульта или инфаркта.

Специально для офисных работников создана программа «Менеджер».

Врач тибетской медицины порекомендует индивидуальное питание, основы самомассажа и медитативного расслабления, дыхательные упражнения. Великолепный эффект при «синдроме менеджера» дают такие процедуры, как точечный энергетический массаж, иглоукалывание, прогревание полыньными сигарами, вакуум-терапия, прогревание целебными камнями.

Эти процедуры очищают кровь и печень, активизируют циркуляцию энергии, возвращают гибкость суставам, а мышцам – упругость, человек чувствует себя комфортно и спокойно, уходит напряженность и раздражительность. Выдержанный, терпеливый и выносливый – теперь вы настоящий профи!

История болезни

СТРЕСС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ

Пациент. Вячеслав, 36 лет, тип конституции Ветер-Желчь, заместитель управляющего солидного банка, три года не был в отпуске.

Анамнез и жалобы. После потрясений, связанных с финансовым кризисом, в общем-то успешный и самодостаточный Вячеслав стал домашним тираном. Он перестал нормально спать и есть, мучился от внезапных приступов дурноты, сильной тахикардии, перепадов давления. На грани истерики он вызывал «скорую», однако кардиограмма не выявляла никаких отклонений. Ему советовали обратить внимание «на голову».

Вячеслав даже съездил на юг, чтобы спокойно отдохнуть, но приехал еще более уставшим и разбитым. На работе его буквально снедало беспокойство и страхи, смятение и растерянность. Похоже, это состояние становилось хроническим.

Лечение. Доктор Бай Бо Майлас (клиника «Наран» на «Таганской») порекомендовал пациенту изменить питание и образ мыслей, практиковать гимнастику тибетских лам «Око возрождения». Назначил фитопрепараты, корректирующие конституцию Ветер, успокаивающие и седативные, облегчающие приступы сердцебиения. Снять напряжение и расслабить тело позволили иглоукалывание, глубокий точечный массаж, различные прогревания.

Результат. Через два месяца Вячеслава было не узнать. Жизнерадостный и уверенный в себе человек привел на прием к полюбившемуся врачу супругу и дочь. Он рассказал, что теперь старается меньше думать о работе, больше времени посвящать семье и разнообразному досугу. «Для меня теперь нет ничего важнее душевного спокойствия и радости на лицах близких», – признался Вячеслав.

ДОСТУПНОЕ ЛЕЧЕНИЕ!



Программа «Повышаем иммунитет» (18,5 тыс. рублей) ХОРОШЕМУ ИММУНИТЕТУ ВСЕ ВОЗРАСТЫ ПОКОРНЫ

Если вас постоянно беспокоят простуда и ОРЗ, резко упал гемоглобин, обострились хронические болячки, вас мучит усталость, ломота в мышцах и суставах, раздражительность и несварение желудка – укрепляйте иммунитет вместе с врачом тибетской медицины.

Программа клиники «Наран» разработана специально для укрепления иммунитета и профилактики заболеваний в любом возрасте. В тибетской медицине одной из самых эффективных процедур является моксотерапия (мокса – полынная сигара или конус из полыни) для прогревания (прижигания) биологически активных точек на поверхности тела. Метод прогревания полынными сигарами обладает мощным иммуностимулирующим действием, мобилизует внутренние резервы организма, изгоняет «холод» почек и улучшает проведение нервных импульсов.

Энергетический точечный массаж в тибетской медицине назначается при болезнях ветра, «жесткости» кожи и тела, истощении крови и семени, упадке сил и в качестве омолаживающего средства. Массаж с втиранием лечебных масел улучшает пластичность мышц, снимает усталость, устраняет ригидность и боли в спине, стимулирует кровообращение и работу внутренних органов, помогает при отечности ног, вызванной перенапряжением, в сочетании с другими методами способствует исцелению от хронических заболеваний, улучшает сон, «гонит» жир и избыточную жидкость из организма. Активизируются зре-



ние, слух, обоняние, осязание, вкус. Проведение такого массажа даже один раз в год способствует повышению работоспособности, сохранению здоровья, обретению долголетия.

При иглоукальвании в организме вырабатываются особые вещества: энкефалины, эндорфины, гистаминоподобные и другие вещества, которые в комплексе обладают ярко выраженным противовоспалительным и обезболивающим действием. Иглоукальвание помогает при болезнях суставов, позвоночника, легких, сердца, печени, селезенки, желудка, тонкого и толстого кишечника, болезнях лимфы и крови, при несварении. В трактате «Чжуд-Ши» говорится, что эта процедура отлично помогает при 11 видах скранов (*опухолей – тиб.*), возникших вследствие накопления «холода» в организме. Иглоукальвание помогает даже в тех случаях, когда другие методы лечения не могут помочь.

Одна из уникальных по своим релаксирующим свойствам процедур – **прогревание горячими минералами**, или стоун-терапия – также входит в программу. Научно доказано, что лечение горячими камнями стимулирует энергетические центры тела, благотворно воздействует на сердечно-сосудистую систему, способствует нормализации давления, снимает мышечные и головные боли, психологическое напряжение, позволяет решать проблемы с пищеварением, лечит бессонницу. Процедура стоун-терапии бесконечно комфортна для пациента и способствует выработке эндорфинов – «гормонов счастья». В клинике «Наран» используют черные и серые камни озера Байкал и полудрагоценные цветные минералы: нефрит и жадеит, лазурит и чароит. Согласно древним знаниям, все эти камни – резервуары, в которых скопилось благотворная энергия земли.

Уникальные программы клиники «Наран»

№№	Название	Кол-во сеансов	Цена в руб.
1	«Бросаем курить»	21 день	6500
2	«Худеем правильно - 1»	21 день	6500
3	«Худеем правильно - 2»	9	15500
4	«Антистресс по-тибетски»	9	15000
5	«Здоровый кишечник»	5	7900
6	«Лечим усталость»	9	15000
7	«Спина без боли»	11	19500
8	«Камни растворяются»	9	17500
9	«Женское здоровье»	9	18900
10	«Повышаем иммунитет»	11	18500
11	«Жизнь без аллергии»	9	15200
12	«Избавимся от головной боли»	9	15300
13	«Стройная осанка»	11	13200
14	«Глубокий и здоровый сон»	9	13800
15	«Гипертония без таблеток»	9	14300
16	«Геморрой без операций»	9	15800
17	«Без болей в суставах»	11	15800
18	«Детки, не болейте!»	9	13500
19	«Здоровая щитовидка»	9	15600
20	«Мужское здоровье»	9	21900
21	«Сахарный диабет»	9	18300
22	«Чистая кожа»	11	17300
23	«Ухо, горло, нос»	9	15600
24	«Дышим свободно»	11	16500
25	«Здоровый кишечник»	9	17800
26	«Здоровье родителей»	9	17000
27	«Вернем бодрость духа и тела»	5	7000
28	«Голова без боли»	9	17500
29	«Для молодых мам»	11	20900
30	«Релакс-программа»	а) 60 мин. б) 30 мин. в) 40 мин.	1500 900 1100
31	«Менеджер»	9	22000
32	«Студент»	11	18000
33	«Школьник»	11	16000



Программа «Женское здоровье» (18,9 тыс. рублей) СКАЖЕМ «НЕТ» ОПЕРАЦИЯМ И ГОРМОНАМ!



Специальная программа предназначена для лечения женских болезней и их профилактики. В тибетской медицине различают более 30 видов заболеваний женской половой сферы – на основе расстройств конституций Слизь и Ветер развиваются болезни «холода», на основе возмущения Желчи – болезни «жара». В молодом возрасте в развитии женских гинекологических заболеваний главную роль играют переохлаждения, нарушение режима питания и образа жизни после родов, инфекции, стрессы и нервные переживания. Особенно уязвим женский организм в период менопаузы, когда происходит психическая и физическая перестройка организма. Благодаря многовековому опыту, накопленным знаниям и широкому выбору средств, врачи клиники «Наран» добились высокой эффективности лечения различных гинекологических заболеваний. Безопасное и деликатное решение женских проблем: *нарушений менструального цикла, аднексита, эрозии шейки матки, эндометрита, эндометриоза, миомы матки, кист яичников, бесплодия.*

Программа включает: *консультацию врача, точечный массаж, иглоукальвание, стоун-терапию, вакуум-терапию, прогревание полынными сигарами, фитопрепараты.*

Стоимость программы (9 сеансов) – 18 900 рублей.

История болезни

ДАВЛЕНИЕ СНИЗИЛОСЬ, ПОВЫСИЛСЯ ТОНУС!

Пациентка. Ирина Игоревна, 52 года, преподаватель музыки, разведена, есть дочь-студентка. Много времени уделяет престарелым родителям.

Анамнез и жалобы. Легкая гипертония была диагностирована 10 лет назад. Назначены бета-блокаторы, но Ирина Игоревна не сторонница химических препаратов. Она обратилась к гомеопатам.

Спустя 8 лет при обследовании у нее обнаружили глаукому и высокое давление (180/110 мм рт.ст.). Наблюдались и симптомы менопаузы: боли в пояснице, головокружение, приливы. При эмоциональных и физических перегрузках возникал шум в ушах, одышка и сердцебиение. На этот раз Светлана Игоревна решила обратиться к тибетской медицине.

Лечение. Лечащий врач Светлана Горяева (клиника «Наран» в Отрадном) основное внимание направила на гармонизацию конституции Желчь, улучшение работы печени и почек. Назначены фитопрепараты, стимулирующие эндокринную функцию яичников и гипофиза, расширяющие периферические кровеносные сосуды, коронарные артерии, очищающие кровь и усиливающие кровоток. Точечный массаж и иглоукальвание оказали общеукрепляющее, очищающее и усиливающее кровоток действие, помогли расслабиться и снять напряжение.

Результат. В первый месяц у пациентки прекратились приливы, стали реже приступы сердцебиения, исчезло головокружение. Давление снизилось до 155/95 мм рт.ст. После двух курсов комплексного лечения давление стабилизировалось на уровне 140/85 мм рт.ст., значительно улучшилось зрение. Уже полгода Ирина Игоревна принимает байкальские травяные сборы, параметры давления сохраняются на нормальном уровне. Она полна сил и строит грандиозные планы на будущее.

«ЖИВАЯ» ТРАВА БАЙКАЛА



Баир ЧОЙЖИНИМАЕВ, доктор тибетской медицины, более 30 лет занимается изучением и успешным применением в лечебной практике лекарственных растений и минералов. Автор и разработчик различных сборов из байкальских трав.

– Я родился и вырос у берегов священного озера Байкал – самого чистого и прекрасного в мире. Даже в трудные времена мои предки не покидали этих благословенных мест, поскольку озеро кормило, охраняло и лечило. На намоленной веками земле растут чудодейственные травы, о которых рассказывают предания. Этими «живыми» травами бурятские знахари и шаманы издавна лечили смертельные недуги.

И только в 70–80-е годы прошлого столетия необычными растениями – шлемником байкальским, зверобоем, аиром, горечавкой, бузиной, кошкаррой, девясилом и другими по-настоящему заинтересовались ученые и фитотерапевты. Я сам с молодых лет собирал травы, изучал их свойства, правила сбора и заготовки по немногочисленным в те времена источникам, а больше всего у тибетских лам-лекарей, в совершенстве постигших эту науку.

Оказалось, что байкальские растения, выросшие в суровом сибирском климате, обладают вдвойне более мощными иммуностимулирующими, противовоспалительными, регенерирующими и кровоочистительными свойствами. В комплексных сборах эти качества многократно усиливаются. Например, разработанный мною противовоспалительный сбор №1 по-

казал поразительные результаты при лечении вирусных и бактериальных инфекций, воспалительных процессов при радикулитах, заболеваниях суставов, гинекологических и урологических патологиях. Также рекомендую фитосборы по тибетским рецептам, разработанные сотрудниками Бурятского института естественных наук. Хочу подчеркнуть, что при отсутствии нежелательных побочных эффектов и целебном комплексном действии на организм, байкальские травы доступны по цене буквально всем и каждому! При простудных и сердечно-сосудистых заболеваниях, нервных расстройствах, болях различной этиологии, нарушениях работы ЖКТ, желчекаменной болезни и гепатитах, патологиях почек, женской и мужской половой сферы, смело обращайтесь в фитобар клиники «Наран» за «живыми» травами!



ЛЕЧЕБНЫЕ АРОМАТЫ ТИБЕТА

Издавна в буддийских монастырях воскурляли ароматные благовония, которые очищали ауру, успокаивали нервы, изгоняли злых духов и были полезны при любых недугах. Сеанс ароматерапии с тибетскими ароматическими свечами создаст в вашем доме неповторимую восточную атмосферу и поможет в излечении целого ряда заболеваний. В состав пяти видов свечей входят самые разные целебные растения: жасмин крупноцветковый, полынь арги, сандал белый,

яблоня азиатская, коричное дерево.

Свечи серые для защиты функций печени и питания селезенки: улучшают работу ЖКТ, помогают при вялом пищеварении, освобождают печеночные протоки от застоявшейся желчи, уменьшают проявления дисбактериоза.

Свечи зеленые для успокоения кашля и астмы: снимают бронхоспазм, способствуют выделению густой, вязкой мокроты, уменьшают судорожный кашель и ощущение першения в горле.

ПРОСТАТИТ: КАК РЕШИТЬ ПРОБЛЕМУ?

«Мне 32 года. В прошлом году у меня обнаружили хронический простатит (неинфекционный). Я немедленно прошел полный курс урологического лечения. Но вскоре опять появились неприятные симптомы – жжение, болезненное мочеиспускание, из-за проблем в интимной жизни пришлось расстаться с девушкой. И хотя я исправно тил таблетки, ничего не менялось.

Рядом с моим домом расположена клиника «Наран», где я ре-

шил пролечиться альтернативными методами. Удивлению моему не было предела, когда буквально через полмесяца я ощутил, что здоровье приходит в норму. В буквальном смысле я воспрял духом и телом. Хочу от души порекомендовать мужчинам прекрасный препарат «Шей Ли Шен Тянь» – лекарственное средство на основе личинок муравьев для устранения эректильной дисфункции. Он очень эффективен и абсолютно безопасен для здоровья.

Очень приятно, что в клинике царит доверительная и комфортная обстановка, а врачи – деликатны и мудры. Спасибо, что не дали мне разувериться в себе!»

Алексей С., г. Москва



«ЗОЛОТАЯ КАРТА» ДЛЯ ГРУДИ



Состав: тибетский шафран, корень дудника китайского, корень астрагала, смола босвеллии, смола коммифоры мирра, корень володушки, корень рапontiкума, тысячелогол посевной, гирчовник влагилищный, ликвидамбар восточный, сафлор красильный и др.

Действие: благодаря своему составу прокладки усиливают кровообращение в молочных

железах, оказывают рассасывающее и противоопухолевое действие, успокаивают боль, способствуют поддержке и исправлению формы груди.

Показания к применению: гиперплазия молочных желез, мастопатия, долевая гиперплазия груди, мешотчатая опухоль, фибромиома. Показаны при неизвестных уплотнениях в груди, а также при прочих воспалительных заболеваниях, болях, отеках и покраснении молочных желез.

Рекомендуется использовать прокладки при усыхании, деформации, дряблости молочных желез, в том числе после грудного вскармливания.

Способ применения: для наружного применения. Приложите прокладку к проблемной зоне. Прокладки используются в течение 7–14 дней.

ПРИ БОЛЯХ В СУСТАВАХ

Лечебные наколенники «Да Чанг Джин» изготовлены из натуральных материалов. Лечебная прокладка наколенника состоит из 33 ингредиентов и является эффективным средством для лечения заболеваний коленных, голеностопных, локтевых и других суставов, хорошо устраняет местную боль, затруднение сгибания и разгибания конечностей, улучшает циркуляцию крови, способствует восстановлению структуры хрящевой ткани. Наколенники рекомендуются при вывихах, растяжениях, бурситах, артритах и артрозах.

Лечебные пластыри «Да Чанг Джин» применяются для устранения местной боли в суставах, затруднениях при



сгибании и разгибании суставов, припухлостях, онемении или ограниченных движениях, вызываемых холодом и повышенной влажностью. Пластыри способствуют циркуляции крови, восстановлению тканей суставов при вывихах, ушибах, повреждениях соединительной ткани костей.

ДИАБЕТ – РЕЗУЛЬТАТ ХАЛАТНОСТИ К СЕБЕ

«Врачи поставили мужу диагноз «сахарный диабет второго типа». При росте 173 см он весит около 90 кг. Заболевание возникло на фоне сильного стресса. Уровень сахара 14 ммоль/л. Он постоянно мерзнет, легко выходит из себя, ослаблен беспрерывным приемом медикаментов. Что вы нам посоветуете?»

Н. Семенова, г. Зеленоград

Отвечает главный врач клиники «Наран» на «Войсковой» Александр ЧУМБАЕВА:

– Сахарный диабет – это результат долго накапливаемых организмом функциональных, а затем и органических нарушений вследствие нервных стрессов и деструктивных эмоций, неправильного образа жизни и характера питания. Другими словами – небрежного и халатного отношения к своему организму.

У вашего супруга, скорее всего, развился диабет по сценарию «холода». Он обычно характеризуется общим упадком жизненной энергии в организме – инь-состоянием. Более подвержены ему люди конституции Слизь, страдающие от алиментарного ожирения (почти 90% больных диабетом второго типа имеют избыточный вес), как следствия пере-

едания, тяги к сладким продуктам, недостатка физической активности, чувствительные к переохлаждению.

Сахарный диабет – не приговор, и не следует культивировать страх перед этим серьезным, но вполне излечимым заболеванием. По опыту клиники «Наран», болезнь можно не только остановить, но даже повернуть вспять. Людям конституции Слизь рекомендуется избегать лени, уныния, тепло одеваться, питаться дробно, не принимать несовместимые продукты и продукты с «холодными» свойствами, есть медленно, тщательно пережевывая, чтобы насыщаться и получать удовольствие от небольших порций.

Выбор методов лечения зависит от конкретного сценария развития болезни.

Из фитопрепаратов, в частности, используются: «Пору», «Чинни-Ару», «Танчен-25», «Юн-АА-9», «Юрил-13», «Сэр-Кьонг», «Руда-6», «Руда-8», тибетский антидиабетический сбор «Зориг», аюрведическое средство «Диа-Слим» и другие. Они назначаются при учащенном мочеиспускании и помутнении мочи, появлении на коже нары-

вов, язв, кожном зуде, при сильной слабости, потливости, пересыхании горла, жажде. Также эти препараты стимулируют функции поджелудочной железы, очищают печень, сосуды, желчевыводящие пути, улучшают липидный обмен, предотвращая появление атеросклеротических бляшек, обладают противовоспалительным и противоопухолевым действием.

Активным образом при лечении диабета используются массаж, иглоукалывание, прогревание полынными сигарами. Эти процедуры оказывают благоприятное влияние на меридиан селезенки и поджелудочной железы. Состояние избытка или упадка энергии в этом меридиане, согласно тибетской и китайской науке врачевания, и предопределяет течение болезни.



Лицо «Нарана» в августе

Таисия БУЯКЕВИЧ:**«ПРИШЛА С «БУКЕТОМ» БОЛЕЗНЕЙ, А УШЛА С ЦВЕТАМИ»**

– Мой врач – просто душечка, а «Наран» – самая лучшая клиника, – восхищается Таисия Буякевич. После курса комплексной терапии она похудела на 13 кг, обрела покой, гармонию, и способность «играть закатать сразу 14 банок варенья за один раз».

– Ни одна проблема в «Наране» не остается без внимания, – говорит Таисия Степановна. – Мой лечащий врач, Татьяна Галсанова, очень внимательный и вдумчивый человек. Все заметит, рас-

спросит, даст дельный совет или назначит дополнительную процедуру. Я обращалась к Татьяне Юрьевне и по поводу мужа, и по поводу сына, сама прошла уже три курса лечения – считаю, что это уже показатель.

Еще мне нравится пить тибетские фитопрепараты, потому что они немного с горчинкой. С удовольствием пью байкальские травяные сборы, очень помог очищающий сбор и эликсир для сосудов сердца. Маме возила фитопрепараты – у нее сахарный диабет. Очень эффективно действовал – сильно снизился сахар.

Фитотерапия помогла справиться с целым букетом недугов и попутно решила некоторые проблемы. Например, когда я впервые обратилась в «Наран», у меня не было цели похудеть, но на бесплатной консультации мне сказали, что это возможно. Похудела аж на 11 кг! После второго курса похудела еще на 2–3 кг.

Очень приятно и неожиданно было так кардинально сбросить вес. После каждого посещения я сбрасывала примерно 2 кг. К мо-

ему сожалению, Татьяна Юрьевна сказала: «Хватит худеть, это может навредить!»

В конце мне поставили иглы, чтобы не хотелось есть. Ведь организм, когда худеет, постоянно требует пищи.

Еще я как-то пожаловалась на боли из-за женских проблем. И Татьяна Юрьевна провела сеанс иглоукальвания, после которого неприятные покалывания прекратились сразу и до сих пор меня не беспокоят.

Раньше бывало, там кольнет, тут потянет, а сейчас работаю на даче – и нет прежних проблем. Например, вчера играючи собрала ягоды и сварила варенье на всю зиму.

После того, как стала приходить сюда, стала ко многим вещам относиться спокойнее. Например, если раньше незавершенные дела на даче раздражали, то сейчас с мужем можем расслабиться, устроиться на качелях и просто вдыхать полной грудью изумительные ароматы цветов, которых у нас очень много. Я выросла в Таджикистане, среди роз, и это –

запах моего детства. У нас на даче 70 кустов роз, беседка и прудик с кувшинками и лилиями. Как хорошо и спокойно мне теперь там! Муж смеется: «Если бы ты могла, ты бы и бананы посадила!» Хочу сказать, что сейчас я живу в ладу и гармонии с собой и миром.



Комментирует врач клиники «Наран» на «Таганской» Татьяна ГАЛСАНОВА:

– Таисия Степановна Буякевич (конституция Слизь) обратилась к нам в апреле 2008 года с многочисленными диагнозами: хронический холецистит, дискинезия желчевыводящих путей, хронический гастродуоденит. Рецидивирующий полипоз кишечника, миома матки, распространенный остеохондроз, мастопатия, диффузно-узловой зуб, нарушение жирового обмена, полип шейки матки.

Жаловалась на тяжесть в правом подреберье, тошноту, изжогу, горечь во рту, периодическую

смену жидкого стула запорами, боли в правом тазобедренном суставе, в пояснице, избыточный вес.

Были назначены комплексное лечение и фитотерапия. Были прописаны фитопрепараты серии «Гургум» «Сэрдог», «Джонши» и др. Таисия Степановна перенесла несколько операций по удалению полипов, однако спустя некоторое время они вновь выросли. После лечения в «Наране» полипы больше не беспокоят.

После курсов комплексного лечения и нескольких сеансов гирудотерапии масса тела значительно снизилась.

Таисия Степановна часто звонит, а чаще – приходит в клинику, чтобы проконсультироваться лично. Строго выполняет все рекомендации после лечения, данные мной с учетом ее конституции, а именно: правильное распределение сна и рабочего времени, увеличение физической нагрузки, особый рацион питания. Желаю оставаться Таисии Степановне такой же жизнерадостной и обаятельной!

Конкурсы**СПАСИБО КЛИНИКЕ «НАРАН», ЕЕ ТАЛАНТЛИВЫМ ВРАЧАМ!**

К финалу близится конкурс, объявленный в преддверии знаменательного юбилея – 20-летия клиники «Наран». Читатели «ВТМ» и пациенты клиники порадовали прекрасными стихами, слоганами и фотографиями. Сегодня мы с удовольствием публикуем некоторые из них.

Немало прекрасных стихов о тибетской медицине и клинике «Наран» прислала Татьяна Мамедова из Санкт-Петербурга. Татьяна Юрьевна прошла курс лечения в питерском филиале клиники в феврале–марте 2009 года. Вот лишь некоторые отрывки из ее творчества:

* * *

*На берегах Невы прекрасной,
Воспетою лирой
 сладкогласной,
Я волею судеб родилась.
Здесь жизни ниточка
 вилась...*

*Наш город степен и красив,
Да климат очень уж сварлив.
Он и холодный, и сырой,
И даже летом редок зной.*

*И от такой «морской» погоды
Взросли во мне плохие всходы –
Вдруг позвоночник зашалил.
Терпеть, бывало, нету сил...*



«В гармонии со всеми живыми существами» – фото прислала amrita

*Существовала, не жила!
Лекарства сутками пила.
Увы! Ничто не помогало –
Я всю надежду потеряла...*

*Но вот однажды мне судьба
Подарок вдруг преподнесла.
И оказалась то газета
Про медицину из Тибета.*

*И ту газету я прочла
И в ней спасенье обрела!
И вам хочу я рассказать
Все то, что каждый
 должен знать.*

* * *

*Прочла газету как роман
И поняла – мой путь
 в «Наран».*

*И вам совет сейчас я дам –
Идите по моим следам.*

*С болями дома не сиди –
В «Наран» за помощью иди.*

*Тебя здесь встретят
 как родного.
Как своего, не как чужого.*

*Проявят чуткость и заботу,
Возьмутся быстро за работу.*

*Массаж и иглотерапия есть...
Всех процедур не перечесть.*

*Не поленись, на сайт зайти –
Там все, что хочешь для души.*

*И вот, смотри, ты вновь
 здоров
Заботой добрых докторов.*

*Спасибо клинике «Наран»,
Ее талантливым врачам!*

Особая благодарность Олегу Федоровичу Зотову, приславшему целое эссе, посвященное Солнцу и «Нарану».

*«Исцеляется душа,
 заживают раны
Под лучами доброты в кли-
нике «Наран»».*

Такой теплый и душевный слоган прислала Валентина Романовна Кульбачук, которая прошла лечение у врача Татьяны Васильевны Булатовой в клинике на «Проспекте Мира».

*Как предки просили
 у солнца ответа,
Мы ищем в «Наране»
 совета и света.*

Это творение принадлежит перу Татьяны Романовой.

Большое спасибо 15-летней Юлечке Ткаченко из г. Ростова-Дону за милое двустишие:

*Клиника тибетской
 медицины «Наран» –
Луч солнца в жизни
 наших мам.*

Ждем ваши новые творения до 1 сентября 2009 года на e-mail: aunareklama@naran.ru. Напоминаем, что победители конкурсов награждаются дипломами и именными сертификатами на курс бесплатного комплексного лечения в клинике тибетской медицины «Наран».

Подробности на сайте www.naran.ru.

Клиника «Наран» также объявляет конкурс «Каникулы». Лето подходит к концу. И у каждого оно свое, яркое, незабываемое, сочное! Пусть лето подольше остается в наших сердцах и греет в холодную зимнюю пору! Присылайте фотографии с изображением ваших детей на каникулах на e-mail: aunareklama@naran.ru. Лучшие фотографии будут размещены на сайте www.naran.ru.

Счастье исцеления**ЛЕЧУСЬ С УДОВОЛЬСТВИЕМ!**

оказывают пациентам, вызывает чувство признательности и благодарности. Особое спасибо хочу выразить своему лечащему врачу Рыгзынову Бато Юрьевичу за его высокий профессионализм, умелые руки, доброжелательность. Общение с ним неизменно приводит к улучшению настроения, а лечение приносит удовольствие. Желаю вам, дорогой Бато Юрьевич, всяческих успехов и чтобы в вашей семье было все хорошо».

**Галина Григорьевна
Сотникова,
г. Санкт-Петербург**

«Как хорошо, что у нас в Питере открылась клиника «Наран», куда могут прийти люди, которым наша официальная медицина уже помочь не в состоянии. Большое спасибо всем, кто здесь работает. Внимательное, чуткое отношение, приятный прием, который здесь

принимает, а лечение приносит удовольствие. Желаю вам, дорогой Бато Юрьевич, всяческих успехов и чтобы в вашей семье было все хорошо».

ВОДОПАД ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ

«Низкий поклон всему коллективу клиники «Наран». После лечебного сеанса совсем не хочется покидать это спокойное, уютное место. Энергия добра окружает здесь каждого входящего. Я счастлива бывать здесь, ведь водопад положительных эмоций льет-

ся от каждого сотрудника клиники. Желаю благ всем и каждому, бесконечного процветания «Нарану!»

**Наталья Борисовна
Колупаева,
«Книга пациента»
клиники на «Таганской»**

Внимание!**Всем заинтересованным лицам!**

Институт тибетской медицины и астрологии Его Святейшества Далай-ламы (Мен-ци-кханг) в лице его ректора, профессора Дава, и полномочного представителя Его Святейшества Далай-ламы XIV в России и странах СНГ Наванга Норпа официально заявляет о том, что Институт, являющийся сегодня Мировым центром тибетской медицины, никаких договоров и соглашений по патронату с клиникой «Тибет» в Москве не имеет.

КЛИНИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ



наран

работает с 1989 года

Комплексное лечение хронических заболеваний

Заболевания органов дыхания

- Хронический ринит, синусит, гайморит
- Хронический бронхит
- Бронхиальная астма
- Хроническая пневмония, альвеолит

Сердечно-сосудистые заболевания

- Гипо- и гипертония
- Вегето-сосудистая дистония, кардионевроз
- Ишемическая болезнь сердца
- Варикозное расширение вен, геморрой

Заболевания мочеполовой системы

- Хронический пиело- и гломерулонефрит
- Хронический цистит, уретрит
- Мочекаменная болезнь
- Энурез, нефроптоз
- Хронический простатит, аденома
- Хронический аднексит, эндометрит, эндометриоз
- Киста яичников, миома матки, мастопатия, фиброаденома молочных желез
- Нарушение менструального цикла, бесплодие

Заболевания кожи и опорно-двигательной системы

- Экзема, псориаз, акне, угревая сыпь
- Нейродермит, зуд, атопический дерматит
- Остеохондроз, грыжа дисков
- Артроз, артрит, коксартроз
- Подагра

Заболевания нервной системы

- Головная боль различной этиологии
- Дистония, депрессия, глубокое расстройство сна
- Невриты, невралгии
- Заикание, тики
- Болезнь Паркинсона
- Эписиндром
- Болевые синдромы

Заболевания эндокринной системы

- Сахарный диабет I-II типов (сценарий «холода» и «жара»)
- Избыточный вес, ожирение
- Зоб (диффузный, узловой)
- Другие заболевания эндокринной системы

Заболевания желудочно-кишечного тракта

- Хронический гастрит, дуоденит, холецистит, панкреатит, гепатит (сценарий «холода» и «жара»)
- Язвенная болезнь
- Желчнокаменная болезнь
- Расстройство толстого и тонкого кишечника (болезнь Крона, запоры)
- Опущение желудка, кишечника

Хронические заболевания уха, горла, носа, глаз

- Конъюнктивиты, блефариты
- Нарушение зрения (катаракта, глаукома)
- Нарушение слуха, отиты
- Аллергические риниты, гаймориты, тонзиллиты
- Аденоиды и полипы носовой полости

КОНСУЛЬТАЦИИ БЕСПЛАТНО

Часы работы: 9:00-21:00 (без выходных)

Тел. (495)221-21-84

www.naran.ru

Адреса филиалов клиники «Наран» в Москве:

м. «Проспект Вернадского», ул. Удальцова, д. 23	Тел. (495)510-39-61
м. «Проспект Мира», ул. Гиляровского, д. 50	Тел. (495)688-42-69
м. «Смоленская», Панфиловский пер., д. 6	Тел. (495)605-04-90
м. «Таганская», ул. Народная, д. 20	Тел. (495)221-21-84
м. «Крылатское», Осенний бульвар, д. 12, корп. 10	Тел. (495)415-34-35
м. «Отрадное», ул. Пестеля, д. 11	Тел. (499)904-16-11
м. «Войковская», 5-й Войковский пр-д, д. 12	Тел. (499)747-49-61

Адрес клиники «Наран» в Санкт-Петербурге:

м. «Достоевская», «Владимирская», ул. Разъезжая, д. 4 Тел. (812)454-00-74

Адрес клиники «Наран» в Ростове-на-Дону:

ул. 5-я Линия, д. 9, 1 этаж Тел. (863)219-07-78

Адрес клиники «Наран» в Казани:

м. «Площадь Тукая», ул. Астрономическая, д. 8/21 Тел. (843)292-19-13



В клинике «Наран» ведет прием тибетский монах, астролог **Кончок Чинле**. Он прошел обучение в Институте тибетской медицины и астрологии (г. Дхармсала, Индия), изучал священные тексты, на которых основывается тибетская буддийская астрология.

Астролог Чинле поможет преодолеть неблагоприятный кармический круговорот внешних и внутренних обстоятельств (сансару), вернуть

удачу и процветание. При тяжелых болезнях совершит очистительные ритуалы, прочтает исцеляющие мантры, избавит от порчи и сглаза.

Кончок Чинле также составит точный гороскоп новорожденного, индивидуальный гороскоп, определит благоприятные даты свадеб, зачатия ребенка, начала строительства дома, дальних поездок и деловых переговоров, других важных событий.

Тибетский астропрогноз с 1 по 31 августа

Удачные дни: 9, 19, 23

Благоприятные дни для стрижки волос:
1, 3, 4, 5, 10, 13, 14, 17, 23, 25, 26, 28, 31

Для начала приема лекарств: 3, 10, 27

Для выезда в дорогу:

3, 4, 8, 10, 12, 14, 15, 17, 25, 29

Неблагоприятные дни: 2, 21, 30

Дни открытых дверей в «Наране»

Каждое воскресенье любой желающий может прийти в клинику «Наран», чтобы прослушать бесплатные лекции, посвященные азам тибетской медицины. На лекциях вы сможете узнать много нового и интересного о том, как распознавать, предупреждать и лечить хронические заболевания с помощью методов тибетской медицины, познакомитесь с основами правильного питания и здорового образа жизни.

Об этом в интересной и доступной форме расскажут практикующие врачи, которым можно задать все интересующие их вопросы, в том числе возникшие в ходе лечения.

Лекции проводятся в филиалах клиники «Наран» на «Войковской», «Таганской», «Проспекте Мира», в Крылатском.

График проведения лекций и темы уточняйте, пожалуйста, по тел.

(495)221-21-84

Дополнительная скидка на лечение в эти дни – 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») Председатель редакционного совета — С. Чойжинмаева Главный редактор — Е. Санжаина Верстка — М. Лезина 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 10.08.2009.

Заказ № Цена свободная