



Программа
«Акупунктурное омоложение лица»
со скидкой 10%

ВАША КЛИНИКА «НАРАН»



НАРАН

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

ЗДОРОВЬЕ:

- ДИАГНОСТИКА
- ЛЕЧЕНИЕ
- СОВЕТЫ

ВЕСТНИК ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ

№ 03/04/05 (210/211/212) Март/Апрель/Май 2018 г. Выходит с июня 2005 г.

www.naran.ru

Звезда комедийного шоу
«Уральские пельмени» Максим Ярица:

**«МЕЧТА ВСЕЙ ЖИЗНИ –
ПОБЫВАТЬ В ТИБЕТЕ!»**

с. 5



Акция
«Крепкое здоровье»
с «НАРАН»
-28%
на комплексное
лечение

Слово главного врача

с. 2

**НЕ ВОЗМУЩАЙТЕ
ВАШ «ВЕТЕР»**

Главный виновник «ветреного возмущения» – любовь

Мужское здоровье

с. 4

**МУЖСКАЯ СИЛА
И «ХОЛОД» В ПОЧКАХ**

Мужское здоровье нуждается в тепле

Детки, не болейте!

с. 6

**ТИБЕТСКАЯ ФИТОТЕРАПИЯ
ИЗБАВИЛА ОТ НЕЙРОДЕРМИТА**

Из практики врачей клиники «НАРАН»

ПОЛЕЗНО!

с. 7

КУРИТЬ – НЕ МОДНО!

Антитабачная терапия с помощью микроигл

**ЦЕЛИТЕЛЬНОЕ МАСЛО
С БЕРЕГОВ БАЙКАЛА**



с. 5



**Реабилитация
после травм,
инсультов,
инфарктов**

с. 6

Клиника «НАРАН» – для тех, кто хочет жить не болея!

Бесплатные звонки по России, тел.: 8-800-555-42-00



Слово главного врача

НЕ ВОЗМУЩАЙТЕ ВАШ «ВЕТЕР»

ГЛАВНЫЙ ВИНОВНИК «ВЕТРЕННОГО ВОЗМУЩЕНИЯ» – ЛЮБОВЬ.

СИЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ И ПЕРЕЖИВАНИЯ СПОСОБНЫ ВЫЗВАТЬ НЕ ТОЛЬКО БУРЮ СТРАСТЕЙ, НО И ПОВЛЕЧЬ И ПРОБЛЕМЫ СО ЗДОРОВЬЕМ. Поговорим о том, как же влияет возмущение конституции «ВЕТЕР» на представителей всех трех конституциональных типов: «ВЕТЕР», «СЛИЗЬ» И «ЖЕЛЧЬ».

Среди страстей, возмущающих конституцию «Ветер», главной является любовная страсть. Врачи тибетской медицины считают, что «Ветер» рождается от страсти и занимает место в нижней части тела. В норме у взрослого человека два вида энергии – психическая и сексуальная, находятся в равновесии, однако с возрастом уровень сексуальной энергии постепенно снижается. Поскольку два вида энергии компенсируют и сдерживают одна другую по принципу противовеса, то угасание одной из них вызывает разбалансировку другой.

Известно, что чем более активной творческой и интеллектуальной жизнью живет человек, тем менее он подвержен любовным страстям. Такой переход сексуальной энергии в психическую называется сублимацией. Для многих молодых пар сексуальные отношения служат единственным средством примирения в семейных конфликтах. Но с годами

постель начинает связывать супругов все меньше, и если их при этом не объединяют общие интересы, если между ними нет дружбы и взаимного уважения, то главная составляющая их совместной жизни исчезает и их союз обречен.

К сожалению, часто в молодости люди склонны принимать за любовь вспышку страсти, острое сексуальное влечение. При этом они сгоряча заключают браки, которые вскоре распадаются. Нормальная сексуальная активность является показателем здоровья как у мужчин, так и у женщин. Чрезмерно интенсивная половая жизнь в молодости со временем приводит не только к потере полового влечения, но и к половому бессилию. Обычно у человека возможно свободное перетекание одной энергии в другую. Однако при наличии в организме патологических изменений картина меняется. В этом случае снижение сексуальной энергии приводит не к увеличению

психической энергии, а к ее разбалансировке, которая характеризуется неуправляемостью и хаотичностью.

Ослабление сексуальной энергии вызывает возмущение психической энергии и выход ее из-под контроля. И наоборот – ослабление психической энергии порождает всплеск сексуальной энергии.

ПРИЗНАКИ РАССТРОЙСТВА «ВЕТРА» (НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ)

Накопление «Ветра» зависит от питания и образа жизни, сезона года, времени суток и возраста человека. В первую очередь следует обратить внимание на нарушение сна – это один из первых признаков возмущения нервной системы, которое влечет за собой тахикардию, хаотичность мыслей, раздражительность, быструю смену

настроений, неуправляемую эмоциональность, многословие и т.д. Нервная система все более истощается (например, если человек в течение дня много говорил натащак, нервничал на работе и т.д.).

У «ЖЕЛЧЕЙ» ПРОПАДАЕТ АППЕТИТ

Если расстройство «Ветра» (нервной системы) происходит у человека, принадлежащего к конституции «Желчь», он начинает терять вес из-за душевного надлома. Люди «Желчь» отличаются плотным телосложением, амбициозностью, волей, решительностью, целеустремленностью, поэтому крушение амбиций, тяжелые неудачи они переживают очень болезненно, и при отсутствии душевной стойкости это приводит к усыханию тела (потере веса), которое возникает на фоне нервной анорексии (отсутствие аппетита).

«ВЕТРЫ» СЛОВНО УСЫХАЮТ

Если расстройство «Ветра» происходит у человека, принадлежащего к конституции «Ветер», то нервный стресс может привести его, худого и подвижного, к еще большему похудению: мышцы сохнут и как будто прилипают к костям. В этом случае, когда возмущение «Ветра» происходит на своей основе, человек не только усыхает, но и выгибается телом, наружу или внутрь – либо сгибается дугой, либо выгибается в виде лука: голова запрокидывается назад, спина вогнута, грудная клетка выпирает вперед колесом. Нередко усыхание, как и одере-

нение, охватывает только одну часть тела, например руку, которая становится тоньше другой, или ногу (при этом появляется хромота).

«СЛИЗИ» ЗАЕДАЮТ СТРЕСС

Если расстройство «Ветра» происходит у человека, принадлежащего к конституции «Слизь», то у него на нервной почве возможно опухание (отекание) какого-либо органа (всегда локально) – сустава, век глаз или мошонки, онемение отдельных участков тела, языка, кончика носа и т.д. Например, человек перенес нервный стресс и через месяц-другой стал чувствовать, что у него немеет язык. На почве нервного перенапряжения люди-«Слизь» (флегматики) еще больше страдают от ожирения вследствие возросшего стремления к «заеданию» стресса.

Ведя правильный образ жизни, соблюдая правильное питание в соответствии со своей конституцией, возрастом и сезоном года и применяя по мере необходимости фитопрепараты тибетской медицины и целебные процедуры, человек может сохранять все физиологические функции организма, полноту жизни, душевное и физическое здоровье даже в самом преклонном возрасте.

В следующем номере вы узнаете о том, как сберечь свое психоэмоциональное здоровье с помощью методов тибетской медицины.

Управляйте вашим «Ветром», и крепкого здоровья!



«ДИАГНОСТИКА В ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЕ, ИЛИ КАК НЕ ЗАБЛУДИТЬСЯ В ПУСТЫНЕ»

В продажу поступило дополненное переиздание книги основателя первой в России клиники тибетской медицины «Наран» Светланы Чойжинимаевой.

Это фундаментальный труд, посвященный древней науке врачей Тибета – как установить истинные причины заболевания. Врачи тибетской медицины направляют знания и опыт на борьбу не с симптомами, а источником болезни.

Врач современной медицины при повышенной температуре выписывает жаропонижающие средства, при нервном возбуждении – седативные, при кожных заболеваниях – гормональные мази. Все эти препара-

ты лишь заглушают отправляемые организмом сигналы SOS. В тибетской медицине большое внимание уделяется диагностике, как методу выявления первопричин возникновения заболевания у человека.

В древнейшем медицинском трактате «Чжуд-Ши» написано: «лекарь, не различающий признаков болезни, пар может принять за дым, а дождевую тучу принять за туман». Книга «Диагностика в тибетской медицине, или Как не заблудиться в пустыне» – совместный проект с ИД «Аргументы недели».

Приобрести новое издание возможно в любом из филиалов клиники «Наран» либо через интернет-магазин «Naranfito.ru».



Консультация бесплатно! 8-800-555-42-00



ТИБЕТСКАЯ МЕДИЦИНА ОФИЦИАЛЬНО ПРИЗНАНА В ИНДИИ

ДЕЛЕГАЦИЯ КЛИНИКИ «НАРАН» ПРИНЯЛА УЧАСТИЕ В III МЕЖДУНАРОДНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ В ВАРНАСИ

Основатель клиники «Наран» Светлана Чойжинимаева свое выступление на английском языке посвятила истории появления и развития медицины древнего Тибета в России, об одном из ее основоположников Петре Бадмаеве. В завершении своего доклада Светлана Чойжинимаева поблагодарила организаторов за приглашение, в частности главу Центрального совета тибетской медицины профессора Лобсанга Тензин Рагдо. В дар от коллектива клиники «Наран» председателю ЦСТМ передано уникальное издание – «Атлас тибетской медицины».

Тибетская медицина – наука, которая обратила на себя внимание многих учёных мира. Ежегодно проходит множество симпозиумов и форумов. Однако международная конференция в Варанаси проходит лишь в третий раз. Ведь основной организатор, единственный уполномоченный орган –

Центральный совет тибетской медицины. Его деятельность набирает обороты. С 2006 года ведется кропотливая работа процедуры регистрации практикующих врачей.

Работу ЦСТМ поддержало правительство Индии. По закону, если врач намерен вести практику тибетской медицины в этой стране, он обязан подтвердить диплом учебного заведения и пройти сертификацию. На конференции в Варанаси эксперты и спикеры из самых разных стран делились опытом медицинской деятельности и озвучивали с какими проблемами им приходится сталкиваться.

Участие представителей клиники «Наран» в III Международной конференции в Индии произошло по приглашению и стало добрым продолжением знакомства с главой Центрального совета тибетской медицины профессором Лобсангом Тензин Рагдо.



► Доклад С.Г. Чойжинимаевой на III Международной конференции по тибетской медицине в Варанаси

МЕЖДУНАРОДНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КЛИНИКИ «НАРАН»

Гарвард, октябрь 2017 – клиника «Наран» участник международного симпозиума по тибетской медицине.

Индия, г.Варанси, март 2018 – по приглашению Центрального совета тибетской медицины эксперт-докладчик от России на международной конференции «Сова Ригпа».

Наши советы

8 ПРИЧИН ЗАВТРАКАТЬ

1. ДЛЯ МОЗГА

Утреннее питание необходимо нашему мозгу для лучшей концентрации внимания и запоминания информации.

2. ДЛЯ ИММУНИТЕТА

Как доказали научные исследования, человек, привыкший завтракать, меньше подвергается стрессам и имеет более крепкий иммунитет по сравнению с людьми, которые отказываются от утренней трапезы.

3. ДЛЯ ПРОДУКТИВНОСТИ

Если вам предстоит напряженный трудовой день, хорошо позавтракайте и принимайтесь за работу. Знайте, что вы создали себе запас энергии, которая повысит вашу работоспособность на 30%.



4. ДЛЯ АКТИВАЦИИ ОРГАНИЗМА И КОНТРОЛЯ НАД ГОЛОДОМ

Не думайте, что вы поправитесь, если будете употреблять утром дополнительные калории. Наоборот, чем раньше вы позавтракаете, тем раньше ваш организм проснется и начнет работать. Утренние калории расходуются без остатка.

5. ДЛЯ ЭНЕРГИИ

Когда вы полдня ничего не едите, то лишаете себя энергетической подпитки.

6. ДЛЯ КРАСОТЫ

Если вы не завтракаете, то не даете проснуться обменным процессам и ваш организм, вместо того, чтобы активно взяться за работу по расщеплению жиров, откладывает все на «потом».

7. ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ НАЧАТЬ ДЕЛАТЬ ЗАРЯДКУ

Но как же заставить себя завтракать с утра пораньше, когда еще спать хочется? А вы постарайтесь выработать для себя и своей семьи специальную схему питания. Например, после утренней зарядки или пробежки организм и сам не откажется от чего-нибудь вкусенького, чтобы восполнить израсходованные калории.

8. ЗАВТРАК ПОДНИМАЕТ НАСТРОЕНИЕ

Ничто так не поднимает настроение с утра, как вкусный завтрак. Кроме того, утренняя трапеза в спокойной обстановке помогает справиться с мыслями и настроиться на предстоящий день.

Спрашивали? Отвечаем

АСТМА И ГОРМОНЫ

«Год назад врачи поставили диагноз «бронхиальная астма» и сразу прописали гормональный препарат. Ищу альтернативу как мне лечиться дальше, не хочу всю жизнь принимать гормоны».

*А.В. Воейкова,
г.Москва.*

Гормональные препараты не лечат астму, а лишь смягчают симптомы. При этом они наносят удар по сложной системе организма, которая включает гормональную регуляцию, обмен веществ, лимфатическую систему, мочеполовую сферу и мн. др.

В практике врачей «Нарана» во время лечения пациентов с бронхиальной астмой зачастую приходится устранять последствия гормональной терапии, что представляет не меньшую проблему. Между тем бронхиальная астма лечится традиционными методами тибетской медицины очень успешно.

Один из «компонентов» комплексного лечения – специальная фитотерапия, ока-

зывает очень мощный эффект изнутри: восстанавливает защитные функции слизистых поверхностей и очищает даже самые глубокие ответвления бронхиального дерева.

Тибетские фитопрепараты выводят избыточную слизь не только из дыхательных путей, но и из пищеварительного тракта, улучшают усвоение пищи и повышают энергетику организма.

Процедуры внешнего воздействия (массаж, вакуум-терапия и т.д.) усиливают действие фитотерапии и «закрепляют» достигнутый лечебный эффект. В этом изюминка комплексного подхода тибетской медицины.



Нина Вахрушева,
врач клиники «Наран»,
м. «Юго-Западная»,
г.Москва.
тел.: +7 (495) 180-04-43

У РЕБЕНКА САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

«Сыну 10 лет, диабет 1-го типа. Есть ли какие-то процедуры для лечения или профилактики осложнений и сколько нужно процедур пройти?»

*М.Н. Харитонова,
Санкт-Петербург.*

Стоит отметить, что сахарный диабет 1 типа (инсулинозависимый) именно как раз чаще всего встречается у юных пациентов.

Комплексное лечение методами тибетской медицины – это профилактическое лечение для предупреждения возможных осложнений. А при соблюдении всех назначений и рекомендаций врача, возможно и постепенно уйти от инъекций инсулина.

В каждом случае длительность курса комплексного лечения и подбор процедур

назначаются индивидуально. Как минимум это 9 сеансов, их интенсивность тоже определяет врач (в зависимости от возраста и состояния здоровья пациента). Как правило срок прохождения курса составляет от полутора до двух недель.

Чтобы определить тактику лечения, требуется пройти консультативный прием (включая опрос, осмотр) и диагностику по пульсу. Такой прием в нашей клинике осуществляется бесплатно.

Дальнейшее лечение для вашего ребенка будет с 50-процентной скидкой, в нашей клинике дети входят в льготную категорию пациентов.

Наши партнеры



Государственное бюджетное учреждение
Московский дом национальностей



БИБЛИО-ГЛОБУС
ВАШ ГЛАВНЫЙ КНИЖНЫЙ



МОСКОВСКАЯ
торгово-промышленная палата



МОСКОВСКИЙ ДОМ НАЦИОНАЛЬНОСТЕЙ

Тибетская медицина применима для людей любой национальности и возраста



ПРИ ГАСТРОПТОЗЕ ГОРМОНАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ – НЕ ПОМОЩНИК

**НАДСАДА, ОПУЩЕНИЕ ЖЕЛУДКА –
ТАК В БЫТУ НАЗЫВАЮТ ЗАБОЛЕВАНИЕ
ГАСТРОПТОЗ, ВОЗНИКАЮЩЕЕ ИЗ-ЗА
ОСЛАБЛЕНИЯ МЫШЦ БРЮШНОЙ ПОЛОСТИ
В СОЧЕТАНИИ С ГИПОТОНИЕЙ ЖЕЛУДКА**



Инна Манджиева,
врач клиники «Наран»,
м. «Таганская»,
тел.: +7 (495) 180-04-42

Многие молодые девушки и женщины, имеющие нарушения менструального цикла в виде альго-, олиго-, дисменореи лечатся зачастую безуспешно у гинекологов. Принимая гормоны 5-6 поколения, они надеются избавиться от болевых спазмов, ПМС, головных болей, сосудистой дистонии, дисфункции яичников. Однако прием гормональной терапии не оправдывает их надежд.

Почему? Ответ прост: лечение направлено не на устранение первопричины заболевания, а лишь на избавление от симптомов. В этом очень важное и решающее отличие работы врачей древнейшей медицины мира от коллег современной медицины.

В тибетской медицине комплексный подход, направленный на лечение всего организма в целом. Задача врача – выявить главную причину недомогания человека путем тщательного диагностирования. В тибетской медицине это означает: проведение полного осмотра пациента, сбор анамнеза, пульсовая диагностика.

Причины дисфункции яичников, вызванной опущением внутренних органов (гастроптоз, нефроптоз, колоноптоз) врачи клиники «Наран» выявляют уже на первой консультации.

НАДОРВАТЬ ПУП

Многие современные врачи не принимают во внимание такой диагноз, как гастроптоз, в своей практике. Современная медицина не дает рекомендаций, как лечить это заболевание. Хотя в старину и восточные лекари, и земские врачи на Руси прекрасно знали о надсаде, есть даже выражение «надорвать пуп», и речь как раз идет о гастроптозе.

Бурятские эмчи-лекари лечили это состояние глубоким болевым массажем в области спины, ягодиц, а затем также «вправляли» живот и в завершение процедуры, как бы фиксируя правильное положение, ставили глиняный горшок на живот и спину.

В клинике тибетской медицины «Наран» народные методы лечения птозов дополнили рефлексотерапией (иглокальванием, прогреванием сигарами, постановкой стеклянных, медных банок).

Довольно часто гастроптоз дает много осложнений, особенно если он случился в подростковом, юношеском возрасте. К ним относятся энурез, поллакиурия (учащенное мочеиспускание без симптомов цистита), нарушение менструального цикла у девушек (олигодисменорея, а иногда и аменорея – полное отсутствие месячных).

СИМПТОМЫ

Какие симптомы имеют птозы (опущения) внутренних органов и у людей какого возраста чаще бывают? Дети, подростки и молодые девушки страдают от птозов, возникающих от поднятия непосильных для их веса и возраста тяжестей.

Опущение внутренних органов чаще происходит по причине усиленных занятий спортом, силовыми тренингами. У женщин чаще бывает птоз после родов.

Опущенные органы оказывают давление на органы малого таза, расположенные ниже. В таком случае лечение гормонами не поможет восстановить функцию яичников. Только методы комплексной терапии способствуют восстановлению функции яичников и избежать бесплодия.



► При пальпации определяется болезненность по ходу большой кривизны желудка, опущенного в данном случае на 6-7 см. Девушка страдает от олиго-, альго-, дисменореи, которую врачи лечат гормонами. Однако, лечение, назначенное гинекологами, не возымело эффекта. Девушка обратилась в клинику тибетской медицины «Наран» в Москве. Уже после первого сеанса комплексного лечения пациентка отметила улучшение самочувствия, исчезло ощущение постоянной ноющей, тянущей боли внизу живота.



МУЖСКАЯ СИЛА И «ХОЛОД» В ПОЧКАХ

**В ЧЕМ ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭТИХ ПОНЯТИЙ?
В ТОМ, ЧТО ЗДОРОВЬЕ МУЖСКОЕ
ОЧЕНЬ ХРУПКОЕ И НУЖДАЕТСЯ В ТЕПЛЕ,
ВО ВСЕХ СМЫСЛАХ ЭТОГО СЛОВА.**



Сергей Ким,
врач клиники «Наран»,
с. м. «Войковская»,
тел.: +7 (495) 180-04-40

«Поселиться» холод в почках способен двумя путями: через внешнее и внутреннее воздействие. В первом случае – суровый климат, как в России, ношение обуви не по сезону, моржевание, обливание. А во втором случае питье сырой холодной воды по 2-5 литров, питание продуктами из холодильника и др. Таким образом и происходит охлаждение почек, способствующее нарушению кровообращения, скорости кровотока и, как следствие, к возникновению развития кисты почек, пиелонефриту, циститу, МКБ.

Симптомы «холода» почек:

Ощущение холода в области поясницы, ягодиц, крестца, лобка, учащенное мочеиспускание, нарушения менструального цикла, проявления простатита, снижение либидо, постоянно холодные ноги.

«Холод» почек распространяется и на органы малого таза, т.е. речь идет о заболеваниях мочеполовой системы. Как правило, у пациентов с заболеваниями мужской половой сферы имеются и болезни почек: пиелонефрит, киста почек, гломерулонефрит, и др. К снижению функции почек может привести и опущение желудка (гастроптоз), кишечника (колоноптоз) и почек (нефроптоз). При опущении внутренних органов почки сдавливают яичковую вену, ухудшая кровоток в половых органах, с вытекающими отсюда последствиями.

Лечение тепловыми процедурами

Лечение в клинике «Наране» направлено в первую очередь на то, чтобы привести в равновесие физиологическую систему человека, «согреть» почки. Тем самым улучшить кровообращение в малом тазу и циркуляцию энергии между почками и предстательной железой, устранить воспаление и полностью восстановить функции предстательной железы. Следующим этапом является улучшение обменного процесса, кровоснабжения, питания половых органов и иннервации половой сферы. Курс лечения по программе «Мужское здоровье» состоит из девяти сеансов.

Длительность каждого сеанса: 1–1,5 часа.

Срок прохождения всего курса составляет обычно 3–4 недели.

**ПРОГРАММА «МУЖСКОЕ ЗДОРОВЬЕ» ДЛЯ ТЕХ, КТО ХОЧЕТ СОХРАНИТЬ СЧАСТЬЕ
ПОЛНОЦЕННОЙ ЖИЗНИ И СЕМЕЙНОЙ ГАРМОНИИ. КРЕПКОГО ВСЕМ ЗДОРОВЬЯ!**





Герой номера

Звезда комедийного шоу «Уральские пельмени» Максим Ярица:

«МЕЧТА ВСЕЙ ЖИЗНИ – ПОБЫВАТЬ В ТИБЕТЕ!»

Обязательный гость редакции «ВТМ», давний друг коллектива клиники тибетской медицины «Наран» в Екатеринбурге, резидент команды КВН «Уральские пельмени» Максим Ярица. Во время очередного визита артист комедийного шоу с удовольствием согласился дать интервью для читателей нашей газеты.

– Как состоялось ваше знакомство с тибетской медициной?

– Насколько помню, уже несколько лет назад кто-то из наших ребят рассказал, что есть классная такая клиника «Наран» и впоследствии мы подружился. И вы даже выступили нашими спонсорами. А потом мы стали всей командой к вам ходить, и прямо я лично был в полном восторге. Сейчас много открывается различных медицинских центров, и поначалу я подумал, что вот придумали красивое название – «Клиника тибетской медицины», для того чтобы пустить пыль. Но к счастью, все оказалось не так. Ваши специалисты грамотные, препараты ваши вкусные и работающие (*смеется*). Очень позитивно отношусь ко всем, в первую очередь к своему лечащему врачу Алексею Валерьевичу Минкееву. Лучшего профессионала я не встречал, а как он делает массаж! Регулярно у нас перелеты, поездки

на автобусе, по причине чего приходится много сидеть. Поэтому я такой любитель массажа и думаю, что понимаю в этом деле и могу оценить качество. То, как делает Алексей Валерьевич процедуры – сказка! Приходишь с болью, моментально перестает. Бывает, что нужно походить повторно, но чтобы после первого раза отпустило, для меня это нечто.

– Вы много путешествуете по странам Юго-Восточной Азии, ваше представление о буддизме?

– Я очень интересуюсь различными религиями, но буддизм для меня отдельно стоит. Если в Индии огромное количество направлений буддизма, в Китае – своя специфика, на мой взгляд, как раз в Тибете сохраняют традиционный, таким, какой он зародился много веков назад. И моя мечта всей жизни обязательно побывать в Тибете.

– У вас есть любимая процедура в клинике «Наран»?

– Забавно, ранее я пробовал иглокалывание, но на мне оно не работало. В вашей клинике, иголки ваших врачей работают (*смеется*). Думаю, все зависит от специалистов, их профессионализма и у «Нарана» это есть. Иногда приходится обращаться в другие медцентры, но до «Нарана» еще



далековато всем. Вы – шикарная клиника! Ну а друзьям, кто прочтет, не подумайте, что я пытаюсь вас завлечь, просто мы прекрасные друзья с коллективом клиники «Наран». Здесь работают умные грамотные люди, хорошие специалисты и лечат грамотными способами и грамотными лекарствами.

НАША СПРАВКА

Будущий резидент «Уральских пельменей» Максим Ярица родился в июне 1973 года в Казахстане, в курортном городке Щучинске.

В 1990 году стал студентом электротехнического факультета Уральского технического университета. Но две попытки окончить вуз на этом факультете оказались неудачными. Получить высшее образование Ярица смог на факультете информационных компьютерных систем.

В студенческие годы Максим увлекся игрой в КВН благодаря основателю «Уральских пельменей» Дмитрию Соколову. Так начались творческая биография Максима Ярицы и участие в играх КВН.

Сейчас команда «Уральских пельменей» уже немыслима без Ярицы. Максим чаще всего изображает сердитых и деловитых персонажей, туристов, а на новогодних выпусках – Дедов Морозов. После завершения участия команды в играх КВН Максим Ярица остался в этой блестящей компании и участвует во всех проектах творческого объединения.

Был ведущим шоу «МясорУПка», которое транслировалось на канале «СТС», снялся в юмористических сериалах «Уральские пельмени», «Южное Бутово» и «Слава богу, ты пришел!». Появился Максим и в проектах «Прожектор-перисхилтон» и «Comedy club». Один из лучших номеров Максима Ярицы – «Французы и русские на отдыхе», где задействованы Юлия Михалкова и Сергей Нетиевский.

Звезда шоу «Уральские пельмени» совместно с коллегами занимается благотворительной деятельностью.

УНИКАЛЬНОЕ МАСЛО ИЗ «СИБИРСКОГО АНАНАСА» В КЛИНИКЕ «НАРАН»

Облепиха – популярная целебная ягода, которая обладает общеукрепляющим, болеутоляющим, бактерицидным и противовоспалительным действием. Поистине, облепиха – дар природы, о пользе которого можно говорить бесконечно.

Из облепихи делают сок, варят компоты, добавляют в соусы, сушат и даже маринуют. Но самая полезная часть ягоды – косточки, которые отжимают и получают насыщенное витаминами и микроэлементами масло.

«Сибирский ананас» – так с любовью называют облепиху жители Байкальского региона – Бурятии. За свои вкусовые качества, богатство витаминами, минералами и полезными веществами бурятская облепиха получила мировое признание владельцев ягодных питомников из Японии, Финляндии, Канады, Америки, Монголии, Китая и ближнего зарубежья.

По заказу клиники «Наран» из далекой Бурятии начаты поставки экологически чистого натурального

облепихового масла. Его применение чрезвычайно полезно для всех систем организма человека. Состав поистине универсален, так как обладает противобактериальным, укрепляющим, регенерирующим и обезболивающим действием.

Масло из бурятской облепихи экологически чистое и подходит как для наружного, так и для применения внутрь.

Приобрести натуральное облепиховое масло из Бурятии можно в фитоаптеках клиники «Наран» либо в интернет-магазине NARANFITO.RU. Задайте ваши вопросы об уникальном масле с берегов Байкала по тел: 8 800 333-14-00.

ПРИМЕНЯЮТ ОБЛЕПИХОВОЕ МАСЛО ПРИ СЛЕДУЮЩИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ:

сахарный диабет и ожирение;
авитаминоз;
при заболеваниях глаз;
лечение полости рта и верхних дыхательных путей;
для улучшения пищеварения;
заболевания женской и мужской половой системы;
при заболеваниях уха;
ожоги и обморожения;
в целях профилактики.

ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА МАСЛА

Регенеративное. Облепиховое масло – скорая помощь при язве и гастродуодените. Оно устраняет даже застарелые рубцы и оказывает ранозаживляющее действие. Понижает кислотность и предупреждает появление желчнокаменной болезни.

Противовоспалительное. С помощью облепихи можно ускорить заживление пораженных участков кожи и полости рта.

Сосудоукрепляющее. Повышает эластичность сосудов, укрепляет стенки, предупреждает появление тромбов и воспалительных процессов.

Общеукрепляющее. Регулярное применение масла из облепихи укрепляет иммунитет.

Онкопротекторное. Используют для профилактики онкологических заболеваний.

Бактерицидное. Защищает от микробов и бактерий.

Болеутоляющее. Используют для лечения нарывов, заживления открытых ран, в послеоперационный период для болеутоляющего эффекта и ускорения затягивания швов.

Радиопротекторное. Выводит радионуклеотиды из организма человека, проживающего в особо загрязненной местности.



СОВЕТЫ ПО ПРИМЕНЕНИЮ ДЛЯ ЛИЦА

Облепиховое масло в количестве нескольких капель рекомендуется добавлять в ежедневную порцию дневного крема, ухаживая за проблемной и сухой кожей.

УХОД ЗА НОГТЯМИ

Укрепить ногти и устранить их ломкость поможет следующая процедура. Облепиховое масло необходимо втирать в ногти один раз в день, курс два месяца.

УКРЕПЛЕНИЕ И ПИТАНИЕ ВОЛОС

Такую процедуру рекомендуют делать, если есть тенденция к выпадению волос. За час до мытья головы втирать в корни волос облепиховое масло. После втирания масла голову укрывают сначала пленкой, потом полотенцем. Применение данной маски способствует усилению роста волос и их укреплению.



ЦЕЛИТЕЛЬНОЕ МАСЛО С БЕРЕГОВ БАЙКАЛА



Детки, не болейте!

ТИБЕТСКАЯ ФИТОТЕРАПИЯ ИЗБАВИЛА ОТ НЕЙРОДЕРМИТА

ДЕСЯТИЛЕТНИЕ МУЧЕНИЯ ДЕВОЧКИ ЗАКОНЧИЛИСЬ БЛАГОДАРЯ ПОМОЩИ ВРАЧЕЙ ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ



Аюна Журкова,
врач клиники «Наран»,
м. «Юго-Западная»,
тел.: +7 (495) 180-04-43

Родители 14-летней Алены перепробовали все современные мази и лекарства, чтобы помочь своей дочери избавиться от неприятного кожного заболевания – нейродермита. Впервые болезнь проявилась у девочки уже в 4-летнем возрасте, сначала в области суставов на локтях, а впоследствии и на внутренней стороне коленных суставов, на лодыжках и шее.

Сыпь в виде крапивницы и постоянный зуд, с каждым разом охватывали все большую площадь на теле ребенка. Пораженные участки кожи сильно краснели, шелушились, покрываясь чешуйкой. Девочка очень сильно переживала, стесняясь в летнее время носить вещи с короткими рукавами и длинной.

Аптечные мази давали кратковременный эффект, и спустя некоторое время нейродермит снова покрывал тело подростка. Родители возили Алену на море, в надежде, что южный климат и морская вода помогут. Однако все было безрезультатно.

Случайно узнав о клинике тибетской медицины «Наран», родители отправили письмо с просьбой дать рекомендации. Поскольку семья проживает в Сибири, врачи клиники «Наран» провели онлайн-консультацию, внимательно изучив снимки с изображением кожных покровов девочки.

Алене назначили фитотерапию, которая включала несколько тибетских фито-

препаратов и специальные тибетские лечебные мази. На протяжении нескольких месяцев родители приобрели через интернет-магазин «Naranfito.ru» назначенные препараты. Эффект превзошел все ожидания родителей и юной пациентки.

Благодарная семья отправила врачам клиники «Наран» свежие снимки, на которых видно, что кожа у девочки практически чистая.

Комментарии специалистов клиники «НАРАН» о лечении: «Алене еще какое-то время потребуется продолжить фитотерапию, однако уже сейчас видна положительная динамика, и уверены, в будущем все будет хорошо».



ДО ЛЕЧЕНИЯ



ПОСЛЕ ЛЕЧЕНИЯ

РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ ТРАВМ, ИНСУЛЬТОВ И ИНФАРКТОВ

Людам, перенесшим данные заболевания, на этапе восстановления требуется профессиональная помощь. Эффективность устранения последствий заболеваний полностью зависит от качественной, поэтапной комплексной реабилитации. Важно помнить, что чем раньше начата восстановительная терапия, тем больше шансов на успех!



Евгения Бастуева,
врач клиники «Наран»,
м. «Красные ворота»,
тел.: +7 (495) 180-04-41

1 этап

Консультация, осмотр.

Лечебный массаж различными техниками.

Опытный специалист работая с пациентом, в ходе сеанса подробно разъясняет цель применяемого массажа. Пациент получает подробные рекомендации по питанию, психоэмоциональному поведению, выполнения лечебно-физкультурных упражнений. Воздействие массажа и характера массажных приемов (давление рук, продолжительность массажа и т. д.) зависят от степени тяжести заболевания. Эффективность массажа очень высока и оказывает стойкий лечебный эффект: снимается мышечная спастика, улучшается лимфо и кровообращение, восстанавливается подвижность суставов, уменьшается выраженность болевого синдрома, улучшается нервная проводимость, восстанавливается эластичность связок и тканей мышц.

Массажные приемы помогают улучшить работу внутренних органов, предупредить образование пролежней.

Курс от 7 – 11 сеансов.

Длительность 1–1,5 часа

2 этап

Курс комплексного лечения методами тибетской медицины.

На втором этапе для дальнейшей реабилитации используются методы: иглорефлексотерапия, вакуум-терапия, прогревание полынными моксосигарами, хорме и мн. др., Воздействуя в комплексе внешние процедуры снимают мышечные спазмы, нормализуют регуляторно-обменные процессы, активизируют внутренние резервы организма, повышают иммунитет человека. Метод фитотерапии восстанавливают функции органов изнутри, стабилизируют самочувствие, устраняя причины заболевания. Без аллергии и привыкания. У пациента появляются ощущение здоровья, бодрости и сил. Процесс выздоровления происходит естественно и плавно.

Курс от 9 – 11 сеансов.

Длительность 1 – 1,5 часа.

Программа подходит для пациентов:

Перенесших инсульты;

Инфаркты;

После снятия гипсовых повязок, контрактур.

30 МИНУТ НА СНЯТИЕ УСТАЛОСТИ

Полезно

Вспомните, как часто нас всех во время плотного рабочего графика посещает мысль: «Вот бы сейчас массаж головы или шеи...» Но не всегда темпы нашей жизни позволяют выделить для себя любимых время для расслабляющих процедур. А порой многие из нас, признайтесь, ленятся. Хотя бывает достаточно уделить себе полчаса.

Что такое экспресс-помощь?

Профессиональный массаж головы, шеи, спины, рук с использованием специального кресла идеально позволяет провести комфортную процедуру для пациентов разного роста, возраста и телосложения. Общее время такой медицинской процедуры – 30 минут.

Показания: синдром хронической усталости, чувство сдавления и боль в области шейно-воротниковой зоны, частые головные боли, бессонница, мигрень, головокружение, дистония и мн. др.

Эффект: оказывает общий оздоравливающий эффект, восстанавливает нарушенное кровоснабжение, убирает застои, мышечные спазмы, энергетические блоки, возвращает ясность сознания, улучшает память.



Лечение без химии, гормонов и операций



На благо наших пациентов

КУРИТЬ – НЕ МОДНО!

АНТИТАБАЧНАЯ ТЕРАПИЯ С ПОМОЩЬЮ МИКРОИГЛ

Ушная раковина уникальна по своему строению и имеет сложную чувствительную иннервацию. На поверхности ушей расположены представители всех внутренних органов человеческого тела и более 200 точек, с помощью которых можно оказывать воздействие.

Методы борьбы с вредными привычками у врачей тибетской медицины ненавязчивые и без побочных эффектов. Аурикулотерапия – в определенные биоактивные точки, располагающиеся на ушной раковине, устанавливаются микроиглы. Все это время в головной мозг будут передаваться импульсы.

Микроиглы провоцируют корпоральное выделение эндорфинов и энкефалинов – веществ, защищающих организм и создающих иллюзию продолжающегося действия никотина. Такие иглы пациенты могут носить длительное время (около месяца), и организм достаточно легко, без напряжения, привыкает существовать без сигарет. Это помогает полностью бросить курить.

Аурикулярные иглы закрепляются миниатюрным телесного цвета лейкопластырем и совершенно незаметны со стороны.

Длина игл обычно от 3 мм до 1,5 см. Изготавливаются они из стали, серебра, золота. Для каждого человека подбирается определенная комбинация точек внутри ушных ра-



ковин, на которые и ставится от 3 до 8 микроигл.

Индивидуально, в зависимости от персональных особенностей пациента, его конституционального типа «Ветер», «Слизь», «Желчь», подбираются фитопрепараты, назначаются строго индивидуально.

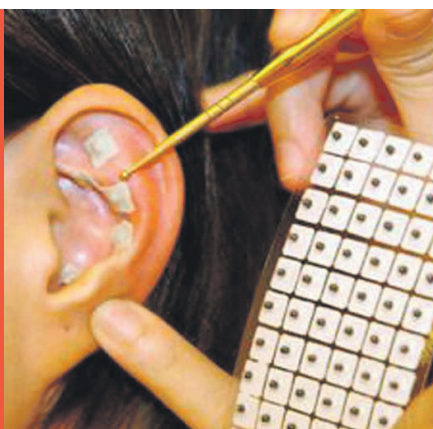
Постановка микроигл не нарушает привычного распорядка пациента, ему лишь

ПРОГРАММА «БРОСИТЬ КУРИТЬ»

1. Предварительная консультация по питанию и образу жизни;
2. Сеансы аурикулотерапии – постановка микроигл внутри ушной раковины и два сеанса коррекции;
3. Два специальных фитопрепарата.

нужно посетить сеансы коррекции. Наконец, когда врач уже выполнила свою миссию, все иголки снимаются. Видит, что аурикулотерапия

Впервые французский ученый обнаружил, что ухо похоже на эмбрион человека. Только расположен этот эмбрион вверх ногами, т.е. голова – это мочка уха, ноги – это верх уха, и между ними позвоночник.



ОНКОЛОГИЯ НЕ ТЕРПИТ ПРОМЕДЛЕНИЯ

ЧЕМ РАНЬШЕ ВЫЯВЛЕНО ЗАБОЛЕВАНИЕ, ТЕМ БОЛЬШЕ ШАНСОВ НА УСПЕХ



Лариса Тапхарова,
врач клиники «Наран»,
м. «Войковская»,
тел.: +7 (495) 180-04-40

Тибетские медики всегда имели четкое представление о раковых заболеваниях и относили их к невоспалительным («холодным») болезням, развивающимся на фоне состояния «мэ-ням» – «угасания огня, энергии» (снижение, потеря функции органов и систем).

Раковые заболевания описывались вместе с тяжелыми истощающими, хроническими, почти не излечивающимися заболеваниями. Болезни регулирующей системы «Слизь» считаются «холодными». Например, из описанной в 7 главе III тома «Чжуд-ши» клинической картины патологии системы «Слизь» (тиб. «бад-кан») можно с наибольшей уверенностью отнести к предраковому состоянию желудка болезнь под названием «бад-кан подложечки».

Тибетская медицина также считает, что одной из причин онкологии может явиться длительная интоксикация

организма «плохой кровью», образующейся при той или иной форме состояния ма-жу, или интоксикация извне в результате воздействия экологических факторов и т.п., а также длительный дисбаланс трех конституций человека «Ветер», «Желчь», «Слизь». Поэтому для профилактики онкологических заболеваний тибетская медицина придерживается позиции устранения «ма-жу», восстановления равновесия между тремя конституциями.

Общий подход при лечении онкологии подразумевает торможение роста опухоли, устранение интоксикации, восстановление иммунитета посредством устранения «ма-жу» и дисбаланса между конституциями «Ветер», «Желчь», «Слизь» подходящими лекарствами, выбор которых зависит от пораженного органа или ткани, стадии болезни, состояния организма и других факторов.



Как выявить онкологию на ранних стадиях?

28-летний опыт работы клиники «Наран», в том числе и с онкологическими заболеваниями, уверенно говорит о том, что на ранних стадиях онкологию можно победить. Тибетские врачеватели на протяжении двух с лишним тысячелетий формировали собственный свод средств и способов исцеления.

Тибетская медицина приобрела уникальный характер благодаря использованию местного лекарственного сырья, которое доступно только

в условиях высокогорья. Здесь произрастают многие растения, ценные свойства которых давно известны тибетским целителям. Необычайно широк и спектр минеральных компонентов.

Тибетские травы растут в районах с резкими суточными перепадами температур, под воздействием сильнейшей солнечной радиации, поэтому они обладают уникальными специфическими свойствами. На высоте свыше 3,5 тыс. км, где находится, например, столица Тибета Лхаса, произрастает более двух тысяч эндемичных растений.

Тибетская фитотерапия в состоянии вывести из организма опасные токсины и разрушить раковые клетки!

Комплексный подход – очень важный и основополагающий в лечении онкобольных. Как звенья одной цепи, все методы тибетской медицины: внешние процедуры воздействия (глубокий точечный массаж, вакуумный массаж и мн. др.) в сочетании с фитотерапией, способны на ранних стадиях остановить и подавить активный рост онкозаболевания.

Тибетская медицина применима для людей любой национальности и возраста



ПРЕДЪЯВИТЕ
СКИДОЧНЫЙ КУПОН
НА КОМПЛЕКСНОЕ
ЛЕЧЕНИЕ!
ВЫРЕЖЬТЕ
КУПОН,
предоставьте в любом
филиале клиники «Наран»
и получите указанный бонус

Акция
«Крепкое здоровье»
с «НАРАН»
-28%
на комплексное
лечение



ТИБЕТСКИЙ АСТРОПРОГНОЗ

АПРЕЛЬ/МАЙ/ИЮНЬ 2018 г.

БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ДЛЯ СТРИЖКИ ВОЛОС
4, 7, 8, 11, 12, 18, 20, 21, 23, 25, 26, 28
4, 6, 7, 8, 11, 12, 18, 20, 22, 24, 25, 27, 28
2, 5, 6, 7, 10, 11, 16, 18, 19, 21, 23, 24, 26, 27

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

БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ДЛЯ ПОЕЗДОК
1, 2, 6, 7, 8, 12, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 24, 25, 26, 29, 30
1, 2, 6, 7, 8, 12, 13, 14, 18, 19, 20, 23, 24, 25, 29, 30, 31
4, 5, 6, 7, 11, 12, 16, 17, 18, 22, 23, 24, 28, 29, 30

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

БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ДЛЯ ПРИЕМА ЛЕКАРСТВ
16, 23, 29 / 15, 22, 29 / 13, 21, 28

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

«ДНИ БУДЬИ»
16, 23, 29 / 15, 22, 29 / 13, 21, 28

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

Приглашаем на вебинары о различных заболеваниях от клиники «Наран» в интерактивном режиме. Два раза в месяц вы сможете принять участие и послушать лекции докторов тибетской медицины, а также задать все интересующие вас вопросы по следующим темам:

11 апреля 15:00
Болезни костно-суставной системы при возмущении конституции «Ветер»: артриты, артрозы, полиартрозы

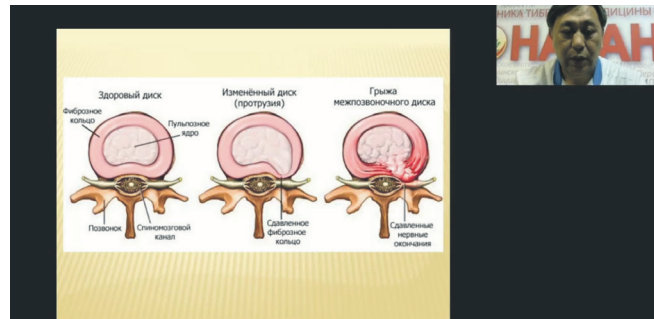
25 апреля 15:00
Болезни костно-суставной системы при возмущении конституции «Желчь»: подагра, ревматоидный артрит, полиартриты

9 мая 15:00
Об уникальных свойствах полынных моксосигар

23 мая 15:00
Гастроптоз – причина мужских и женских болезней

13 июня 15:00
Не дайте «Слизи» застояться, или Как бороться с ожирением

27 июня 15:00
Бессонница, или Болезнь возмущенного «Ветра»



Расписание вебинаров
смотрите на сайте www.naran.ru



NARANFITO

Товары для здоровья от интернет-магазина «NARANFITO» теперь можно приобрести в торговой точке компании-партнера – Экологический центр «Сибирь».

Экологический центр «Сибирь», г. Москва, м. «Новые Черемушки», ул. Профсоюзная, 56, ТЦ «Новые Черемушки», 1 вагон из центра, выход направо. Тел.: 8-965-383-78-26, 8-965-211-37-78



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

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

lotos@naran.ru, WWW.NARANFITO.RU
8-800-333-14-00, +7 (495) 180-04-46, +7 (985) 641-83-69

СЛОВАРИК

В тибетской медицине организм человека – это единая система, основа которой – три жизненных начала (конституции, доша): «Ветер», «Желчь» и «Слизь»

Представитель конституции «Ветер» Представитель конституции «Желчь» Представитель конституции «Слизь»

В здоровом теле регулирующие системы «Ветер», «Желчь» и «Слизь» уравновешены. Переизбыток одной доши вносит дисбаланс в работу организма. Нарушенное равновесие приводит к болезням.

Клиника «НАРАН» – 28 лет успешных результатов

МОСКВА

м. «Войковская»
5-й Войковский проезд, д. 12,
тел.: +7 495 180-04-40

м. «Красные Ворота»
Большой Козловский пер., д. 4
(Дипломатическая академия МИД),
тел.: +7 495 180-04-41

м. «Таганская»
5-й Котельнический переулок, д. 12,
тел.: +7 495 180-04-42

м. «Юго-Западная»
пр-т Вернадского, д. 105, корп. 4,
тел.: +7 495 180-04-43

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

м. «Проспект Просвещения»
пр-т Просвещения, д. 33, корп. 1,
тел.: +7 812 241-16-12

м. «Чернышевская»
ул. Таврическая, д. 9,
тел.: +7 812 241-16-14

КАЗАНЬ

Остановка
«Площадь Свободы»
ул. Пушкина, д. 56 «В»,
тел.: +7 843 249-00-30

ЕКАТЕРИНБУРГ
ул. Белинского, д. 86,
тел.: +7 343 300-999-0

ВЕНА (АВСТРИЯ)
Austria, Wien, 1010, Wollzeile, 30-5,
тел.: +43 664 5833030

NARAN.RU NARANFITO.RU

<https://www.facebook.com/naranclinic/>
Тибетская медицина. Клиника Наран

<https://vk.com/secretoftibet>
Тибетская медицина. Клиника Наран

Первое медицинское интернет-радио
NARANFM.RU

Как пройти к филиалам клиники «Наран» (г. Москва)

м. «Войковская»
Первый вагон из центра. Из стеклянных дверей налево по переходу. Выход на улицу – направо. От Ленинградского шоссе – прямо.

5-й Войковский проезд, 12
+7 495 180-04-40

м. «Красные Ворота»
Последний вагон из центра, выход направо, вход на территорию Дипломатической Академии МИД России. Бесплатная автопарковка.

Большой Козловский пер., 4
+7 495 180-04-41

м. «Таганская»
(кольцевая), выход налево, к церкви Николая Чудотворца, далее вниз по 5-му Котельническому пер., по правую руку от музея «Бункер-42». Вход со стороны Москвы-реки.

5-й Котельнический пер., 12
+7 495 180-04-42

м. «Юго-Западная»
Последний вагон из центра, выход направо, серая высотка с магазинами «Дикси» и «Пятерочка»

пр-т. Вернадского, 105, корп. 4,
+7 495 180-04-43

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

Все права защищены и охраняются законодательством РФ. Учредитель – ООО «Зеленый лотос» (клиника тибетской медицины «Наран»). Председатель редакционного совета: Светлана Чойжинимаева. Главный редактор: Туяна Цыренжапова. Дизайн, верстка: Алексей Степанов

Адрес редакции: 125171, Москва, ул. 5-й Войковский проезд, д. 12, +7 495 180-04-40. E-mail: clinica@naran.ru. Газета выходит 1 раз в три месяца. Некоторые фотоматериалы взяты из открытых источников в Интернете

Отпечатано в АО «Прайм принт» 141700, МО, г. Долгопрудный, Лихачевский проезд, 5В. Тел.: +7 (795) 789-45-25. Заказ 805. Тираж 150 000 экз. Подписано в печать 26.03.2018. Цена свободная