



- ДИАГНОСТИКА
- ЛЕЧЕНИЕ
- СОВЕТЫ



Тибетские  
фитосборы и чаи



Интернет-магазин  
NARANFITO.RU  
8(495) 180-04-46

**ТОЛЬКО В «НАРАН»**

- 27 лет доверия
- Бесплатная консультация и диагностика
- Комплексное лечение хронических заболеваний
- Профессионализм и ответственность
- Семейное лечение
- Индивидуальный подход
- Специальные программы

**На дачу и в путешествие**



Семейная фитоаптечка - первая скорая помощь и для взрослых и для детей. Универсальная аптечка для всех членов семьи, независимо от возраста. Это натуральные SOS-препараты без побочных действий

NARAN.RU NARANFITO.RU

Ветеран российской космонавтики

«В «НАРАН» меня поставили на ноги!»

Стр. 5

## Виктор Пермитин:

Стр. 2

Слово главного  
врача  
**НЕ КОПИТЕ  
ЛЕТОМ «ЖАР»**

Стр. 3

Полезное  
**ОНКОЛОГИЯ -  
ЭТО НЕ ПРИГОВОР**

Стр. 4

Мужское здоровье  
**УРЕТРИТ? –  
РАССТРОИЛСЯ «ВЕТЕР»**

Стр. 7

Практика  
тибетской медицины  
**ДАЧНЫЕ «ПЧЕЛКИ»,  
НЕ ПЕРЕУСЕРДСТВУЙТЕ!**

Акция  
Солнечное лето  
с «НАРАН»  
**-50%**  
на комплексное  
лечение

**Встречай лето, зарядись энергией в «НАРАН»**

**Удивительное лекарство  
«Пантальфамарин»**

Механизм действия капсул:

- нормализуют обменные процессы в организме;
- активизируют иммунную систему;
- улучшают половую функцию мужчин и женщин;
- помогают восстановлению после перенесенных тяжелых заболеваний, травм и хирургического вмешательства;
- улучшают насосную функцию сердца;
- улучшают состояние при атеросклерозе, ишемической болезни сердца, нарушениях периферического кровообращения;
- повышают устойчивость к простудным и инфекционным заболеваниям;
- улучшают состояние больных диабетом I и II типа;
- снижают холестерин, улучшают работу печени и почек.

Состав: панты марала, витамин А, Е, В1, В2, В6

NARANFITO.RU

8 (495) 180-04-46



Комплексное лечение хронических заболеваний

По авторским методикам основателей клиники «НАРАН», к.м.н. Светланы и Баира Чойжинимаяевых

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



## Слово главного врача

### Не копите летом «жар»

Отдыхайте и ленитесь в тенёчке



Его Святейшество Далай-Лама XIV и Светлана Чойжинимаева, к.м.н., главный врач и основатель клиники «НАРАН»

В этой статье рекомендации нашим читателям, как правильно в летний период отдыхать и оздоравливаться. Многие жители России, да и других стран, ошибочно полагают, что с наступлением тепла нужно впитывать тепло, больше греться на солнце. Поэтому планируют свои отпуска на самое жаркое время года. И заветные «каникулы» от работы и суточных дел проводят под палящими лучами солнца на побережье моря. Однако, при этом пренебрегая чувством меры. Чрезмерное увлечение летним отдыхом, осенью может аукнуться болезнями «жара».

#### До первого пота

Летом солнце максимально активно. В природе в это время максимальна энергия Янь и минимальна энергия Инь. Происходит накопление янской энергии той, что мы теряли зимой. Но в этот период необходимо и сохранять в норме и поддерживать Инь. То есть побольше бывать на свежем воздухе. При этом поменьше находиться под прямыми лучами солнца, чтобы не создавать в организме избыток Ян и не перегреться, получить избыток «жара». Гар-

монично распределять физическую нагрузку, чтобы меньше потеть. С потом человек теряет энергию Инь – воду. В тибетской медицине, пот – это часть крови. Поэтому с потом, человек теряет и кровь, и воду, конечно, тем самым слабеет. А значит ослабевают и сердце, вследствие чего происходит избыток янской энергии сердца, возникает «жар» в сердце, который может привести к серьезным заболеваниям сердца, например, к инфаркту миокарда. Могут развиваться и другие синдромы: многолетняя бессонница, не поддающаяся лечению, различные невротические нарушения. Поэтому летом избегайте сильного потения.

#### Берегите почки

С самого начала лета начинается переход энергии из печени в сердце. В почках ее количество уменьшается и доходит до минимума, а в сердце максимально увеличивается. Поэтому летом людей беспокоит жара, плохой сон, раздражительность, излишнее беспокойство, нервозность, боли в пояснице, колени, появляются воспалительные процессы. В тибетской медицине считается, что сосудами нашего тела управляет сердце. По мере

накопления «жара» в летний период могут быть сосудистые проблемы, инфаркты и инсульты. Соответственно, сердце и сосуды нужно щадить и не перегружать, а почки – поддерживать, щадить и укреплять. Тем более, что именно они отвечают за удаление избыточного «жара» из организма. К истощению энергии почек могут привести избыток «холода» из-за долгого купания в холодной воде, физические нагрузки и усиление занятий сексом.

#### Не выпускайте ветер

В самом начале лета надо быть осторожными, например, не находиться вспотевшими на сквозняке. Когда поры кожи открыты, ветер «входит» в организм и появляются боли в сухожилиях, связках, тянущие ощущения в мышцах и чувство «холода» в костях и суставах, а также разного рода невралгии. «Жар» ускоряет все процессы в организме, а значит, ускоряет не только благоприятные, но и нежелательные, такие как старение тканей, органов и всех систем нашего тела. Конечно, надо всегда учитывать тип конституции человека. Поэтому «жар» более полезен для людей «Слизь» и «Ветер», у них много сухого или влажного холода внутри. Но крайне неблагоприятен для людей «Желчь». Поэтому люди чистой конституции «Желчь» и смешанной «Желчь – Слизь», «Желчь – Ветер» в летнее время очень подвержены заболеваниям сердца и сосудов, воспалению суставов и пищевым отравлениям. Посмотрите вокруг себя: вы обнаружите, что действительно среди людей, пострадавших от сердечно-сосудистых заболеваний, больше людей конституции «Желчь».

#### Питайтесь горько и сладко

Горький вкус пищи наиболее благоприятен в летний период. Он удаляет «жар» из организма. Полезен вяжущий и сладкий вкусы в еде. Соответственно, пищу с острым, кислым и избыточно соленым вкусом летом желательнее исключить из своего меню, кроме сезона дождей в летнюю пору.

#### Желчи – в августе и сентябре

Летом происходит резкий всплеск кишечных инфекций. Причиной часто называют несвежесть еды, незрелость фруктов и овощей. Тибетская медицина считает наоборот – это реакция организма на избыток «жара». Таким образом, он сам спасает себя от перегрева, выводя через диарею излишек «жара». В противном случае ему может грозить инфаркт или психо-неврологические проблемы. Поэтому и развивается пищевая токсикоинфекция, которая обычно никак не связана с плохими продуктами питания. Это естественная защита организма. Как это связано с летними поездками на юг? Вернувшись с отдыха, особенно маленькие дети начинают болеть простудными болезнями. Это происходит потому, что накопился сильный

жар, и он требует выхода. С точки зрения тибетской медицины, это тоже связано с тем, что дети находятся в возрасте «Слизь», едят много сладкого, что способствует накоплению воды, слизи, лимфы, жира в организме. Солнце прогревает тело детей и слизь приходит в движение. Достаточно всего лишь небольшого ветерка, который провоцирует простуду, и через несколько часов вся симптоматика простуды налицо – выделение Слизь через нос, глаза, рот. Это же наблюдается и у взрослых людей, имеющих от природы конституцию «Слизь». Хорошо совершать поездки в теплые края лучше в августе, который в тибетской медицине считается первым месяцем осени. Но жаркая погода и природа имеет положительное значение для людей «Слизь» и «Ветер», которые очень нуждаются в солнечных ваннах, глубоко прогревании организма. **Советы доктора тибетской медицины: «Что хорошо летом»:**

- Летом надо поздно ложиться (22-23 часа) и рано вставать (с 5 до 6 утра).
- Не рекомендуется ездить в теплые края людям доши «Желчь».
- Сердце и сосуды больше обычного щадить и не перегружать.
- Почки поддерживать и укреплять.
- Побольше бывать на свежем воздухе, но поменьше под прямыми лучами солнца, чтобы не было сильного повреждения жаром.
- Как можно меньше потеть.
- Не следует летом париться в бане.
- Чаще купайтесь в прохладной воде.
- Не находите на ветру, если сильно вспотели.
- Не попадайте под летние дожди, не лежите на сырой земле (особенно люди «Ветер» и «Слизь»).
- Не купайтесь, если сильно вспотели.
- Больше отдыхайте и ленитесь в прохладной тени.
- Физические нагрузки умеренные, максимум до «первого пота».
- Летом полезен дневной сон в период с 15 до 19 часов.
- Благоприятно делать массаж с кокосовым маслом.
- В пищу стоит употреблять горький, вяжущий и сладкий вкусы для удаления «жара» из организма.
- Острый, кислый и избыточно соленый вкусы исключить из рациона (кроме сезона дождей).
- Не допускайте раздражения и гнева и больших физических нагрузок, провоцирующих болезни сердца.
- В летний период советуется больше молчать, чем говорить (особенно для людей конституции «Ветер», «Ветер – Желчь», «Желчь»).
- Более чем когда-либо проявляйте радость, сострадание ко всем существам и сохраняйте чистоту и ясность ума.

## Новости клиники «НАРАН»

### Фитопродукцию «Наран» представили в Германии

Клиника тибетской медицины стала единственным участником из России на «Ярмарке земляков»



В городе Бад-Зальцфлен состоялось главное событие в русскоязычной среде Германии. Ежегодная «Ярмарка земляков» демонстрирует достижения наших соотечественников в Европе: продукты, товары, услуги. Насыщенная развлекательная программа и, конечно же, выступления именитых звезд российской и зарубежной эстрады. В этом году посетители имели возможность услышать живое исполнение популярных групп: «Mr. President», «Комиссар», «Маленький принц» и др. Кульминацией праздника стало выступление солиста легендарной группы 80-х «Modern Talking» Томас Андерса. Клиника «Наран» впервые представила для соотечественников в Германии эксклюзивную

продукцию – фитосборы и чаи, изготовленные по уникальным древним рецептам тибетских лекарей и полынные моксосигары. А также серию книг основателя и главного врача клиники «Наран» Светланы Чойжинимаевой. Выставочная экспозиция «Наран» привлекла огромное количество посетителей, которые имели возможность впервые познакомиться с тибетской медициной. Особый интерес вызвали оригинальные полынные моксосигары, действие которых представители «Наран» демонстрировали всем желающим. Кроме того, гости выставки смогли пройти диагностику по пульсу и консультацию главного врача-генерального директора клиники «Наран» Елены Бадмаевой.

Клиника «Наран» благодарит за предоставленную возможность, информационное сопровождение и содействие в организации выставки немецких партнеров, владельцев компании «Natura Spa» и телекомпании «R1» – Renschler Robert и Inna. А также выражает благодарность организаторам – деловым партнерам клиники «Наран» Андрею Герасимову и Сергею Шпакову. Отдельная благодарность за прекрасную организацию и проведение «Ярмарки земляков», директору «Russian TV – Channels in Europe via Satelliten» г-ну Алексу Бем.

В Италии состоялась презентация книги доктора Чойжинимаевой. Глава и основатель клиники «Наран» познакомила жителей Сицилии с основами тибетской медицины.

В городе Палермо Светлана Чойжинимаева представила свою брошюру «Питание и здоровье», переведенную на итальянский язык – «Alimentazione e salute», и новую книгу «Похудение по-тибетски. Как избавиться от лишнего веса, питаясь вкусно». Помимо книги, большой интерес во время встречи с врачом тибетской медицины, у сицилийцев вызвала продукция Naranfito – тибетские сборы, чаи для обмена веществ и разнообразные специи. – Презентация книги прошла на хорошем уровне – полное понимание и контакт с залом, благодаря переводчице Ольге Трофимовой. У сицилийцев большой интерес к тибетской медицине! – поделилась впечатлениями Светлана Чойжинимаева.



#### Уважаемые коллеги!

Коллектив клиники «Наран» сердечно поздравляет с профессиональным праздником – Днем медицинского работника!

Нет на свете профессии более благородной и важной, чем профессия доктора. Уважаемые врачи и медицинские сотрудники, примите искренние поздравления! Пусть ваши знания и опыт, сострадание и самоотверженность профессии возвращают пациентам самую большую ценность – здоровье!

Видеть боль людей других, Нужно быть с огромным сердцем. Пусть все те, кого Вы излечили, Вас не забывают никогда! Поклон медсестрам, докторам, Всем, кто дарит людям жизнь!



## Свекла – от прыщей, спаржа – при геморрое Каждый продукт питания обладает неповторимым вкусом и лечебным свойством

При пониженном давлении от сельдерея лучше отказаться. А тыква вредна тем, у кого слабое пищеварение. Необычные качества привычной нам еды. «ВТМ» продолжает серию познавательных, полезных публикаций о продуктах питания.

| Продукты                                      | Вкусы и свойства                               | Действия  | Противопоказания   |
|---|--|---|--|
| Капуста белокочанная                          | Сладкий (слегка сладкий и солёный), прохладный | Подавляет скопление газов и спазмы в животе, способствует сну, помогает при гастритах, для профилактики при болезнях сердца и рака. Блестящие большие листья можно использовать для лечения ран на коже, волдырей, нарывов и зуда.            | Вреден при болезнях сердца, высоком кровяном давлении, повышенном уровне холестерина в крови, избытке веса и болезнях горла. |
| Кукуруза                                      | Сладкий или вязкий, прохладный                 | Увеличивает кровь и 7 компонентов тела; разжижает кровь, лечит воспаления, уничтожает паразитов, увеличивает переваривающее тепло и действует как профилактическое средство против диабета и рака.  | Вредна при болезнях «слизи» и «холода».  |
| Цветная капуста                               | Сладкий, слегка прохладный                     | Улучшает кровь и телесные составляющие, успокаивает воспаления, поддерживает вес и действует как профилактика рака молочных желёз.  | Вреден при болезнях «слизи» (холода) и при пониженном давлении   |
| Древесный гриб                                | Сладкий, нейтральный                           | Помогает улучшить телесные составляющие, оживляет лёгкие, останавливает кровотечения и успокаивает боли.  | Нет каких-либо существенных побочных эффектов.   |
| Фасоль обыкновенная                           | Вязкий и сладкий, нейтральный и маслянистый    | Успокаивает нарушения «ветра», увеличивает жизненную физическую силу и семя.  | Вредна при болезнях «слизи» и «желчи», высушенная может быть трудна для пищеварения.   |
| Спаржа  | Сладкий и горький, нейтральный                 | При скоплении мокроты в лёгких, проблемах с дыханием, геморрое и паразитах в организме, помогает при образовании гноя и задержке мочи, даёт энергию печени и почкам, профилактическое средство от рака  | Вредит при слабом пищеварении и ощущении давления на грудь и верхнюю часть спины   |
| Амарант, используются вареные листья и стебли | Сладкий и гжучий, нейтральный                  | Снижает «жар», поддерживаемый «ветром», помогает потоотделению, лечит раны и успокаивает зуд, улучшает кровь, хорош для развития юношей и девушек, для лечения «белей».   | Вызывает подъём кровяного давления и понос.  |
| Подсолнух                                     | Сладкий, тёплый                                | Успокаивает вздутие и боли в желудке, лечит избыток слизи и мокроты, улучшает пищеварение, при поносе и рвоте, разжижает кровь, регулирует менструальный цикл, помогает при скоплениях слизи в лёгких, импотенции, способствует потоотделению | Может вызвать подъём температуры, жажду и запор  |
| Свёкла  | Сладкий, прохладный                            | Улучшает кровь, помогает при лихорадке, отравлениях и дизентерии, болезнях кожи, при прыщах и волдырях, хорошо при язвах и рвоте с кровью.  | Вредна при слабом пищеварительном огне, болезнях желудка и поносе от «холода».   |

Продолжение читайте в следующем номере газеты «ВТМ».

## Онкология – это не приговор

Опыт врачей «Наран» показывает, что с опасным заболеванием на ранних стадиях и в послеоперационный период можно справиться



Валерий Анбушинов, врач клиники «НАРАН», м. «Войковская» Тел.: 8(495)180-04-40

Тибетская медицина эффективна во многих случаях рака. Например, если мы имеем дело с новообразовавшейся опухолью, появившейся из-за неправильного питания и образа жизни, ее можно вылечить естественным образом, назначив питание и образ жизни, наиболее подходящий именно этому человеку. Методика лечения, используемая в «Наране», уже показала свою эффективность при лечении рака груди, шейки матки, желудка, кишечника. Подтверждены независимыми медицинскими анализами улучшения у пациентов со II-III степенью рака, продлевается жизнь у пациентов с тяжелыми формами онкологии, прошедших жесткие курсы химиотерапии и хирургического лечения. В этом случае тибетские лекарства будут очень полезны в восстановительный период. Чем раньше начато лечение, тем легче справиться с болезнью.

### Препараты Природы

Тибетская медицина различает 11 разновидностей опухолей: опухоли каменные, кровяные, гнойные, кисты и другие. Попавшие с пищей в желудок песчинка, волосок или непрожеванные частицы пищи обволакиваются слизью, как клеем, твердеют со временем и образуют волосаную, каменную или гнойную опухоль, что и подтверждают современные онкологи и современная диагностическая аппаратура.

Пациенту назначается особое питание, соответствующее его конституции, и комплексная терапия. Особую роль играют противоопухолевые многокомпонентные тибетские препараты. Кроме рассасывающего действия, они снимают интоксикацию организма, повышают сопротивляемость, восстанавливают энергию тела, приводят в гармонию три физиологические системы «ветер», «желчь» и «слизь». В состав сборов входят такие сильные природные средства, как

мумие, ладан, миробалан хебула, хрен дикий, аконит, тысячелистник шестилыственный и сотни других наименований. И, конечно, мощнейшим и неоценимым по своему противоопухолевому действию средством являются тибетские драгоценные пилюли.

### Если операция уже была ...

В клинику «Наран» часто обращаются пациенты, перенесшие сложные операции и химиотерапию. После травмирующих вмешательств ситуация сложная: общая интоксикация организма, снижение иммунитета, болезненное состояние на фоне присоединения вторичных инфекций. Тем не менее, при общих усилиях врача и пациента реабилитация проходит успешно. Тибетская медицина не предлагает изнурительных диет: она советует, как правильно сочетать одни продукты с другими при учете функций трех регулирующих систем организма

«ветер», «желчь» и «слизь». А также после анализа жалоб и сбора анамнеза, наличия или отсутствия несварения (с тибетского состояние «ма-жу»), которое часто является причиной опухолевых процессов. Очень важно, чтобы человек научился разбираться в природе того, что он поглощает ради поддержания жизни и здоровья.

### Причины в «мажу»

Онкоболезни, как правило, не развиваются внезапно, как это случается с болезнями «жара» (инфаркт миокарда, инсульт, острые инфекции и пр.). Во многих случаях онкология является конечной стадией хронических болезней, а с точки зрения тибетской медицины – вследствие несварения («мажу»), которое является корнем всех внутренних болезней. Это длительно существующие гастриты, эрозии, полипы, запоры, кисты, воспаления, нажитые в результате употребления недоброкачественной и несовместимой пищи. А также вследствие инфекций, психических травм, переживаний, упадка духа, гиподинамии,

сырости и холода. Важным в лечении онкологических заболеваний являются меры, направленные на улучшение пищеварения, следовательно, на повышение качества крови и устранения несварения. Опухолевый процесс характеризуется тем, что на фоне затяжных хронических патологий в любом полом или плотном органе или ткани образуется ненормальная составная часть. Свернувшись в ком, она всасывает и втягивает в себя питательные субстанции из крови. Постепенно новообразование «закупоривает» пути движения энергии по сосудам и нервным окончаниям, могут вызывать местный тромбоз в органах и тканях, вызывать местное воспаление (способствовать скоплению гноя, воспаления).

### Питайтесь правильно

В питании важно, чтобы все используемые продукты были натуральными и совместимыми друг с другом.

При приготовлении пищи рекомендуется использовать сочетание разнообразных лечебных вкусов в виде аппетитных цветных соусов к блюдам. Добавляя в еду различные специи и пряности, которые устраняют симптомы несварения. Важно следить за современной эвакуацией кишечника и мочевого пузыря, за кровью и лимфообращением, чему будут способствовать активный образ жизни: занятия физкультурой, йогой, ходьба, обязательны массажи и иглоукалывание, посещение бани. Не менее важно устранять застой желчи, лимфы, с помощью фитосборов.

Помните: Все вкусы широко используются в тибетских драгоценных пилюлях, в состав которых входят сильные природные средства: мумие, ладан, миробалан хебула, тысячелистник шестилыственный и сотни других наименований. Кроме рассасывающего, противоопухолевого действия, они снимают интоксикацию организма, повышают сопротивляемость, приводят в гармонию три регулирующие системы человека – энергии «ветер», «желчь» и «слизь».

### Ранняя диагностика

В лечебной практике «Наран» применяют современный метод диагностики рака, который разработал доктор медицинских наук Михаил Кутушов. Аппарат, который производит контроль верности на резонансных частотах нормальных белков соединительной ткани, выявляет предраковое состояние (которые были подтверждены современной медициной) и позволяет подобрать тибетские фитосборы индивидуально для каждого пациента. Тибетская фитотерапия в состоянии вывести из организма опасные токсины и разрушить раковые клетки. Мы можем на ранних стадиях посредством тибетских фитосборов остановить и подавить активный рост клеток, переходящих за норму (не секрет, что раковые клетки находятся в дремлющем состоянии у каждого человека).

Выявление онкологии на ранних стадиях дает шанс на победу, как в лечении, так и в профилактике этих заболеваний.

Опухоли – это болезни «холодной» природы!

# Гиперплазия эндометрия – лечение без гормонов и операции!

Причинами большинства женских недугов, по мнению врачей Тибета, является дисбаланс «Ветра», «Слизь» и «Желчи»



Изоolda Ни, врач клиники «НАРАН», м. «Юго-Западная», тел: 8(495)180-04-43

Нарушение обменных процессов может быть вызвано в этих случаях конфликтностью, повышенной возбудимостью, другими негативными эмоциями, проблемной интимной жизнью. А также слишком маленьким сроком кормления грудью, неправильным питанием: избытке «холодных» или «горячих» продуктов, которые являются причиной увеличения «грязной» крови по «холодному» или «горячему» типу.

## Что это?

Матку изнутри выстилает особый слизистый слой, его называют эндометрием. Под влиянием интенсивного размножения прецидуального эндометрия и его железистых элементов появляются патологические эндометриоидные клетки, которые приводят к утолщению и увеличению слизистого слоя. Чаще всего данное заболевание встречается у женщин, которым исполнилось 40 лет и больше, но случаи его появления у более молодых особ женского пола также нередки. Различают несколько

разновидностей: диффузная, очаговая, атипическая.

## Бессимптомное заболевание

Симптомы, к сожалению, не специфичны, и зачастую возникают и при других женских недомоганиях:

- нерегулярный менструальный цикл;
- отсутствие возможности забеременеть;
- кровяные выделения между менструациями;
- возможны маточные кровотечения (в случае развития заболевания по типу «жара» у представительниц дош «Желчь», «Желчь-Ветер», «Желчь-Слизь»).

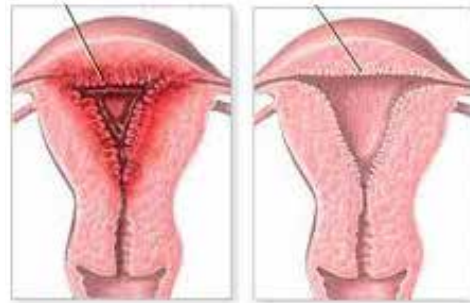
Причем характерно, что в некоторых случаях гиперплазия эндометрия внешне не проявляется никак, протекая абсолютно бессимптомно.

## Причины возникновения

Учитывая возможность бессимптомного течения этой болезни, можно сказать наверняка: существенную роль при постановке диагноза в данном случае играет правильный подход к диагностике. Диагностика в клинике «НАРАН» представляет собой комплекс таких методик, как:

- Восточная пульсодиагностика, когда внимательно слушаешь пульс пациента в разных точках, врач может определить, в каком состоянии находятся «доша» и внутренние органы человека. Опытному специалисту не составит труда по результатам тибетской пульсовой диагностики предсказать болезнь задолго до проявления внешних симптомов или на самой ранней ее стадии;

- Осмотр. Такого рода заболевания предполагают обязательный предварительный осмотр и анализ данных УЗИ.



Гиперплазия эндометрия      Нормальный эндометрий

- Опрос. Беседа пациента и врача позволяет последнему сделать точные выводы о скрытых причинах заболевания.

## Мы лечим

Неоспоримое преимущество врачей «НАРАН» в том, что с помощью методов тибетской медицины эндометриоз может быть вылечен полностью, без оперативного вмешательства (выскабливания) и гормональной терапии. Прежде всего тибетский врач порекомендует пациенту пересмотреть свое отношение к питанию и общему образу жизни. В рационе женщины, страдающей данным заболеванием, должна преобладать сочная пища, обязательно одобренная специями, «средние» и «теплые» продукты: картофель, фасоль, баранина, говядина, гречка, морковь, тыква и другие. Обязательно нужно держать в тепле поясницу (это будет также и профилактикой): носить шерстяной пояс, длинную теплую одежду, особенно в прохладное время года. Можно прогреть нижнюю поясничную часть спины, прикладывая к ней теплые мешочки с песком, солью или крупами. Немаловажное значение в комплексном лечении женских болезней имеет и фитотерапия. Причем иногда она может быть даже основой лечения.

## Из внешних методов врачи клиники «НАРАН» часто используют:

- гирудотерапию, устраняющую застои крови;
- вакуум-терапию, снимающую застой;
- моксотерапию, прогревающую организм;
- иглорефлексотерапию, нормализующую работу внутренних органов, в частности, почек;
- стоунтерапию, возвращающую и сохраняющую тепло;
- монгольские прижигания, стимулирующие биоактивные точки на меридианах почек и печени и другие.

Персонально разработанная личным врачом программа лечения без побочных эффектов, без применения антибиотиков и гормональных средств, исключая хирургическое вмешательство, помогает пациенту избавиться не только от симптомов самого заболевания, но и полностью устранить его первопричину.

## ДЛЯ ГАРМОНИИ ЖЕНСКОГО НАЧАЛА

**1. Лечебные тампоны "Beautiful Life"**  
Избавят от гинекологических заболеваний, лечат геморрой, заживляют раны, при недержании мочи, цистите и т.д. Очищают естественным путем от накопившихся болезнетворных бактерий и вирусов. Безопасны, нетоксичны.

- **Лечебные прокладки.** Антибактериальное и противовирусное действие. Оздоровливают микрофлору наружных половых органов. Обладают заживляющим действием. Лечебная активность одной прокладки сохраняется в течение 24 часов.

2. "8 марта" – лечебные прокладки
3. "Цзы Мэй Шу" – прокладки на критические дни. Уникальный фитослой содержит экстракты целебных трав.
4. "Секреты Лан" – прокладки на критические дни
5. Ежедневные прокладки "Секреты Лан"



# Уретрит? – Расстроился «ветер»

Причиной воспаления мочеиспускательного канала могут быть как внешние, так и внутренние «враги»



Майлас Бай Бо, врач клиники «НАРАН», м. «Войковская», тел: 8(495)180-04-40

## Симптомы уретрита

Симптомы: рези, жжение, боль, зуд при мочеиспускании, кровянистые или гнойные выделения из уретры (имеют неприятный запах, встречаются чаще всего утром), слипание отверстия мочеиспускательного канала (обычно утром), его покраснение, чувство неполного опорожнения мочевого пузыря и удовлетворения от мочеиспускания.

## Причины

Из внешних недугов уретрита стоит выделить как половые инфекции, так и банальные простудные, возникшие под воздействием сырости, холода и ветра (сквозняки). Инфекционный уретрит может возникнуть при заражении венерическими заболеваниями, передающимися половым путем или может возникнуть при тонзиллите, кариесе.

Внутренними причинами уретрита являются неправильная «грязная» кровь, возникшая вследствие неправильного питания, которое возмущает основную конституцию человека: «Ветер», «Желчь» и «Слизь». С точки зрения современной медицины, в таком случае возникает неинфекционный аутоиммунный уретрит: когда повреждается мочеиспускательный канал (травматический уретрит), при аллергии (аллергический уретрит), нарушениях обмена веществ, термических и химических ожогах.

С точки зрения тибетской медицины, основной причиной уретрита является расстройство «Золотого треугольника здоровья» – то есть «Ветер» (нервная система), «Желчь» (печень, кровь) и «Слизь» (гормональная и лимфатическая системы).

В трактате Чжуд-Ши сказано: «...здоровье – это равновесие трех конституций». Возбуждение холодной конституции «ветер» расстраивает другую холодную конституцию – «слизь», к которой относится и мочеполая система, при этом подавляется горячая конституция «желчь» – пищеварение. В результате стрессов, переохлаждений и питания холодными продуктами наша кровь охлаждается. Вся кровь многократно в течение дня проходит через почки, охлаждая и их. Это и есть пусковой механизм зарождения болезней мочеполой сферы.

Уретрит может быть сопутствующим заболеванием сахарного диабета, особенно второго типа. Диабет II типа – это болезнь холода, при которой замедляется обмен веществ, происходит накопление в организме холодных субстанций – сахара и жира. Все это разносится с током крови по всему организму, в том числе и в органы малого таза – одних из самых кровенаполняемых. «Грязная» кровь способствует склеиванию сосудов, атеросклерозу, уменьшению их просвета, а значит, их кровонаполнению и, как следствие, нарушение мочеиспускания и снижению эрекции.

## Лечение уретрита

В первую очередь, для излечения недуга необходимо скорректировать питание, при необходимости снизить вес, избавиться от избыточного жира и сахара в крови, урегулировать половые отношения, если превышает допустимые нормы. Прием фитосборов способствует снятию воспаления и инфекции, устраняет «холод» почек. Внешние процедуры, такие как точечный массаж, иглоукалывание, моксотерапия, стоунтерапия, улучшают крово- и лимфообращение, устраняют застой в органах малого таза. Основной иммунитет и здоровья является гармоничное состояние всех трех регулирующих систем: «ветер», «желчь» и «слизь». Восстановление равновесия является главной целью применения фитопрепаратов и внешних методов в тибетской медицине и необходимым условием полного излечения любых заболеваний, в том числе болезней мужской половой сферы.

## В клинике «НАРАН» назначается комплексное лечение:

Внешние инвазивные: иглоукалывание, точечный массаж, кровопускание, гирудотерапия и не инвазивные процедуры, которые приводят в равновесие внутреннюю конституцию человека, повышают сопротивляемость организма внешним негативным факторам, укрепляют иммунитет.

Антибактериальная и противовоспалительная терапия с помощью натуральных тибетских фитосборов («Норов», «Ару-18», «Сождид-11» и др.), байкальских трав (Противовоспалительный универсальный) и других натуральных лекарственных средств (прокладки Цзы мэй шу) и др. Индивидуальные рекомендации для восстановления высокой устойчивости иммунитета, которой можно добиться с помощью правильного питания, контроля стрессовых ситуаций, избавления от вредных привычек.

## Профилактика

Известно, что болезнь легче предотвратить, чем лечить. Поэтому, прежде всего, необходимо соблюдать гигиену половой жизни.

## Из врачебной практики

**Григорий Иванович, 65 лет, обратился в клинику, будучи прооперирован по поводу рака мочевого пузыря. Начальным симптомом заболевания стало частое мочеиспускание с появлением в конце капелек крови. При первом обследовании в онкологическом центре были диагностированы уретрит и аденома простаты 1-й степени. Повторное обследование было проведено через год и обнаружено (при цистоскопии) наличие опухоли в мочевом пузыре. На фоне послеоперационной химиотерапии изменились показатели крови. Григорий Иванович потерял аппетит, стал быстро худеть, страдая при этом частыми вздутиями живота, отрыжками, запорами, стул был нерегулярным, мочеиспускание учащенным. Обследование в клинике «НАРАН» показало, что причиной заболевания стало опущение желудка, который придавил нижележащие органы, в том числе толстый кишечник. Произошло нарушение кровотока с развитием застойных явлений в области малого таза, что привело к разрастанию простаты и раку мочевого пузыря. Помимо внешних методов воздействия пациенту были назначены препараты, обладающие противоопухолевым действием, очищающие кровь, нормализующие конституцию «желчь» и повышающие уровень тепла в почках: «Ару-18», «Брега-13» и другие.**

На фоне комплексного лечения опущение желудка было устранено, анализы крови существенно улучшились, состояние предстательной железы пришло в норму.

**Лечение без химии, гормонов и операций**

## Ветеран космонавтики России Виктор Пермитин: «Болезнь отступила»

«Современные таблетки имеют побочный эффект, а тибетская медицина – нет», – говорит пациент клиники «Наран»



Виктор Пермитин, пациент клиники «Наран» на Войковской, тел: 8 (495)180-04-40

**В**иктор Евгеньевич, у вас как у ученого-исследователя, много лет проработавшего на знаменитом космодроме Байконур, был положительный опыт, связанный с древней наукой исцеления?

– Вся моя сознательная жизнь прошла на Байконуре и в командировках. Я работал в летно-испытательной службе, где проходили подготовку космонавты и методисты, готовившие экипажи. Нам постоянно приходилось сталкиваться как с проблемами

техническими, так и медицинскими. Очень часто мы сами себе поднимали жизненный тонус, используя точки акупунктуры. Помните, у нас даже было пособие-справочник по иглоукальванию и прижиганию. Мы с моим другом Виктором Савиных, космонавтом, дважды Героем Советского Союза интересовались необычными методами лечения, как и все медики, «обслуживающие» космонавтов. Это были 70-80-е годы. Осенью 1975 года, после запуска программы «Союз-Аполлон», я получил тяжелейшую травму позвоночника на работе, мне прописали постоянное ношение «пояса штангиста». Врач-невропатолог помогла мне восстановить спину с помощью иглоукальвания. После этого случая я уверовал, что иглоукальвание имеет большой смысл и значение.

– Применялись ли когда-нибудь восточные методики лечения космонавтами во время полета?

– Вспоминается интересный случай, произошедший с моими старыми друзьями, космонавтами космонавт Владимиром Джанибековым и Виктором Савиных. Это произошло 11 февраля 1985 года, когда подмосковный Центр управления полетами (ЦУП) потерял связь с орбитальной космической станцией «Союз-7». Перед двумя космонавтами стояла задача оттаивать замерзшую станцию день за днем. Естественно, в таких суровых условиях экипаж начал

покашливать. И тогда я подумал о том, как помочь ребятам не заболеть окончательно. Общими усилиями специалистов московского Института рефлексотерапии для космонавтов разработали акупунктурный пистолет и рекомендации для лечения в условиях невесомости. Все это дало положительный результат, экипаж чувствовал себя хорошо.

– Как вы узнали о клинике «Наран»?

– Много лет назад, от хороших знакомых. После травмы, у меня вдруг начали опухать ноги. Ни поликлиника, ни инфекционная больница не могли помочь мне. К тому же, на моем здоровье сказались постоянные нервные напряжения – я работал ученым секретарем Объединённого научного совета РАН по вопросам геоинформатики. Тогда врач клиники «Наран» Елена Сергеевна Бадмаева вылечила меня и поддержала добрым словом. О клинике я вспомнил через несколько лет, когда мой организм вновь пошел вразнос – ноги опухли так, что появилась краснота с синевой – бурый цвет. На этот раз на ноги меня поставил ваш профессионал Сергей Сергеевич Ким. Болезнь постепенно, но отступила. Мне жаль, что наша современная медицина утрачивает старинные методы лечения, как например, йодотерапия, которую использовал знаменитый хирург Пирогов. Ведь всем известно, современные таблетки имеют побочный эффект, а тибетская медицина – нет. Спасибо вам большое!

### Возьмите с собой на дачу и в путешествие

Семейная фитоаптека – первая скорая помощь и для взрослых, и для детей. Универсальная аптечка для всех членов семьи, независимо от возраста, – это натуральные SOS-препараты без побочных действий. В их состав входят только природные компоненты. Они эффективны, не токсичны. Их безбоязненно можно давать малышам. Отправляясь на отдых на побережье тёплого моря, в путешествие в неизведанные уголки страны и просто на семейный пикник на дачу или в загородный дом, мы всегда берём с собой "на всякий случай" лекарства. Отдельно для взрослых и отдельно для детей. Теперь достаточно просто взять с собой компактную семейную фитоаптечку

Приобрести можно в фитобарах всех филиалов клиники «Наран» или через интернет-магазин

«Naranfito.ru»

Тел.: 8-800-333-14-00



## Межпозвоночная грыжа лечится без операции

Хирургическое вмешательство не избавляет от повторного развития болезни



Марина Джигаева, врач клиники «Наран», м. «Красные Ворота», тел: 8(495)180-04-41

**С**тандартное медицинское лечение грыжи позвоночника подразумевает, что пациенту рано или поздно придется прибегнуть к вмешательству нейрохирурга. Однако оперативное внедрение не всегда приносит желаемый результат. Опасность межпозвоночной грыжи в том, что она способна появиться повторно, уже на другом участке позвоночника. Тибетская медицина способна помочь в лечении деформированного остова человека, используя только безопасное комплексное лечение и фитосборы, тем самым предупредить рецидив – повторное развитие заболевания. Наше преимущество – врачи клиники «Наран» берутся за сложнейшие случаи. Даже когда пациенту уже проведено хирургическое лечение и установлены эндопротезы.

**В комплексе – эффективнее и выгоднее**

Тибетская медицина обладает многовековыми знаниями и бережно сохранными навыками восточных врачей. Эти практики направлены на то, чтобы избавить пациента от болезненных симптомов межпозвоночной

грыжи: болей, мышечных спазмов, ограничения подвижности. За 27 лет успешная практика врачей клиники тибетской медицины «Наран» именно в лечении межпозвоночной грыжи не операбельным путем. В «Наран» применяется комплексное лечение, основанное на древних канонах тибетских докторов. А также авторских методиках, разработанных основателем и главным врачом клиники Светланой Чойжинимаевой.

Комплексный подход врачей клиники «Наран» заключается в сочетании внешних методов лечения с коррекцией пищевых привычек, образа жизни и фитотерапией.

Глубокий точечный массаж регулирует энергетику организма, устраняет энергетические блоки и самое главное – способствует снятию мышечных спазмов, которые являются причиной образования грыж.

Вакуум-терапия создает дополнительный приток крови, стимулирует обменные процессы в межпозвоночных дисках, очищает ткани от токсинов, улучшает работу лимфатической системы.

Иглоукальвание способно без задержек снять болевой синдром, расслабить спазмированные мышцы, высвобождая зажатые позвонками нервные окончания.

Компрессы «Хормэ» ликвидируют застойные процессы в позвоночнике и восстанавливают его лабильность.

Кинезиотерапия щадяще воздействует на спину и возвращает подвижность ослабленному связочному аппарату. Гирудотерапия обладает уникальными свойствами: гирудин рассасывает частички отмершего дискового хряща.

Моксотерапия активизирует приток питательных веществ, усиливает прилив крови к спазмированным мышцам, способствует устранению воспаления.

Фитотерапия особенно эффективна на ранних этапах развития болезни. Она успокаивает нервную систему, благотворно действует на сами нервные корешки, устраняют мышечные спазмы и улучшают проведение нервных импульсов.

### Результаты лечения в «Наран»

Лечение межпозвоночной грыжи не требует оперативного вмешательства. Восстанавливаются функции поврежденных дисков, размеры грыжи уменьшаются до безопасных, облегчаются симптомы, включая боли в пояснице, спине, шее, онемение, дисфункции мочеполовой сферы, головные боли. Повышается или полностью восстанавливается физическая работоспособность, улучшается качество жизни.

### Профилактика осложнений



Врачи клиники «Наран» проводят комплексное лечение даже пациентам, которым уже проведены операции и установлены эндопротезы.

### Наши преимущества:

Обладатель главной медицинской премии России – «Призвание».

27 лет работы в области тибетской медицины. Более 50 опытных врачей, владеющих всеми методами тибетской и восточной медицины, имеющих высшее медицинское образование и большой стаж работы.

Пациента ведет один врач по принципу «семейный доктор», независимо от заболевания.

Диагностика и консультация бесплатно!

Звоните по тел: 8-800-555-42-00

## Детки, не болейте!

### У ребенка ДЦП – боритесь сразу!

С первых дней жизни малыша врачи тибетской медицины готовы взяться за комплексное лечение



**Дашдондог Батзая**, врач клиники «Наран», м. «Таганская», тел.: 8(495)180-04-42

Врачи клиники «Наран» из собственного многолетнего опыта подчеркивают – очень важно как можно раньше приступить к борьбе с заболеванием. Именно комплексное лечение направлено на борьбу с контрактурами, патологическими позами, мышечными атрофиями, а также на предупреждение артропатий, миофиброзов, на развитие как двигательной, так и доречевой психической активности и обучение правильно произношению слов.

#### Родовая травма

Первые признаки поражения нервной системы могут быть явными сразу после рождения, а признаки развития ДЦП могут обнаруживаться еще в грудном возрасте. В современной медицине вопросы ни этиологии – причины, ни патогенеза – развития заболевания, ни терапии ДЦП, на сегодняшний день не решены до конца. Прогноз зависит от разновидности церебрального паралича и его тяжести. Симптомы ДЦП колеблются от едва заметной неуклюжести до тяжелой мышечной спастичности (напряженности), которая мешает движениям рук и ног и приковывает ребенка к инвалидному креслу. Среди ряда факторов, вызывающих появление ДЦП, часто поражение позвоночника становится основной причиной. Через нашу клинику прошло несколько десятков таких детей, и мы уверены, что лечение проведено правильно. Результатом, как правило, было полное избавление ребенка от недуга и будущей инвалидности. Что же может быть причиной поражения позвоночника у малышей? Конечно, травма до, во время или после родов.

#### Чем раньше – тем больше шансов

Хороший лечебный эффект при комплексном лечении дает иглоукалывание, а также баночный и вакуумный массаж. Вкупе с точечным массажем это позволяет улучшить координацию мышц. Для снятия гипертонуса мышц также хорошо применять прогревающие процедуры полынными сигарами и прогревание байкальскими камнями,

нефритом и жадеитом. При прогревании камнями тепло глубоко проникает в мышцы и внутренние органы, изгоняет «холод» из организма и хорошо релаксирует мышцы. Хороший результат при гипертонусе мышц дают теплые травяные ванны. Особенно полезен при нарушениях работы опорно-двигательного аппарата отвар фитосбора «Пять амрит», или «Табан аршан» (побеги миринарии длиннолистной, можжевельника сибирского, багульника болотного, травы полыни и чабреца). Отвар насыщает организм кислородом, благоприятно действует на обмен веществ, а также снимает отеки, боли в суставах и рефлекторные мышечные спазмы. Прекрасный лечебный эффект при детском церебральном параличе дает многокомпонентный фитопрепарат «Самнор». В его составе 15 лекарственных растений и минеральных веществ. Препарат улучшает циркуляцию крови, стимулирует энергию, проведение нервных импульсов в организме, улучшает двигательную активность парализованных или пораженных парезом конечностей. Повышает проходимость сосудов, активизирует кровоток. Следует также отметить эффективные при этом заболевании препараты серии «Агар», «Бимала», «Сам-Кьонг» и другие, используемые в комплексной терапии.

Если вы заметили, что с вашим ребенком происходит неладное: нарушение глотания, частая икота, судорожные движения руками, или они висят, словно плети, а также другие тревожные симптомы, постарайтесь своевременно пройти обследование и начать лечение. Это можно сделать уже в шесть месяцев, не дожидаясь, когда ребенку исполнится год-полтора. В Китае в клиниках восточной медицины практикуют лечение детского церебрального паралича, уже с пяти месяцев. Чем раньше будет начато лечение, тем больше шансов на выздоровление, тем быстрее можно победить болезнь. По сути, этот диагноз означает каждодневный подвиг матери во имя своего ребенка. И, поверьте, ваши усилия того стоят.



#### Восточный детский гороскоп Крыса (Мышь) – 1996, 2008

В восточном гороскопе это один из самых привлекательных знаков. На Востоке верят, что он символизирует богатство и удачу и приносит счастье своему окружению. Родившихся в этот год отличает неутомимость. Эти дети рождены под знаком шарма и агрессивности. Обычно они очаровательные индивидуальности, при этом любят общаться, миролюбивы, и им лучше всего быть с другими. В противном случае они замыкаются в себе или нападают на других детей, внушая им страх. Особенно нуждаются в том, чтобы их любили, баловали, даже если это для них вредно.

Не переносят насмешек. Они азартны, мгновенно постигают лазейки, позволяющие обойти установленный порядок, и при этом честны. Любят делать запасы, накопления, ребенок часто заводит себе кошелек, куда складывает деньги. Эти дети сообразительны, разбираются в искусстве и могут о нем поговорить, у них врожденный вкус. В спорте им нравятся такие игры, где нужны ловкость и хорошие манеры, волейбол, крикет ит.п.

Со временем их характер закаляется вплоть до твердолобия.

В этот год родились:

Уильям Шекспир, Петр I, Лев Толстой, Жорж Санд, Джек Лондон, Марлон Брандо, Жан Рено, Антонио Бандерас, Ванесса Паради, Кэмерон Диаз.

Продолжение в следующем номере.

## Тяжелые нагрузки грозят гастроптозом

Опущение желудка, или надсаду, можно излечить методами древних лекарей



**Михаил Гунаев**, врач клиники «Наран», м. «Таганская», тел.: 8(495)180-04-42

Профессиональные врачи клиники «Наран» справляются с надсадой, заболеванием, известным еще со времен наших далеких предков. Что это за болезнь и как ее лечат врачи тибетской медицины клиники «Наран».

#### Наш метод – без операции

Врачи «Наран» следуют методам врачевания древней тибетской медицины и успешно излечивают опущения внутренних органов без оперативного вмешательства. Лечение птозов внутренних органов (гастроптоз, колоноптоз, нефроптоз, опущение и загиб матки), разработано основателями клиники «Наран» Баиром и Светланой Чожинмаевыми. Будучи врачами, они совместили знания, полученные в институте, с методами народных целителей и глубокими знаниями восточной медицины (китайской акупунктуры и тибетского

массажа). В результате такого симбиоза получилась авторская, очень эффективная методика лечения опущения внутренних органов. Лечение проводится мягко, естественно, не нарушая деятельность других внутренних органов человека. Тибетская медицина отмечает, что нарушение нормального положения органов чаще наблюдается у людей конституции Ветер – худощавых, не склонных к избыточному весу.

#### Причины гастроптоза

Основная причина приобретённого гастроптоза – резкое ослабление тонуса мышц брюшной стенки. Это может произойти вследствие быстрой потери веса, после удаления большой опухоли или откачивания жидкости из брюшной полости, а у женщин также после затяжных или стремительных родов. Кроме того, женщины рискуют приобрести опущение желудка, когда ежедневно поднимают тяжёлые сумки, маленьких детей, а мужчины – во время занятия тяжёлой атлетикой, фитнесом, перестановкой и подъемом мебели, строительства. Поднимание тяжестей приводит к растяжению связок, фиксирующих желудок, и ослаблению тонуса мышечной стенки желудка и других органов (почек, кишечника, матки, печени). В результате желудок смещается ниже своего обычного положения.

#### Осложнения

##### У женщин:

Происходит давление на нижележащие органы: кишечник, мочевой пузырь, матку и яичники. Менструальный цикл болезненный и нерегулярный. Беременность может закончиться выкидышем. Развивается бесплодие и заболевания мочеполовой сферы. Беспокоят геморрой, запор. Прежде чем лечить названные заболевания, проконсультируйтесь на предмет опущения у врача тибетской медицины.

##### У мужчин:

Простатит, уретрит, хронические запоры. Многолетний опыт «Наран» показывает, что у значительного числа пожилых мужчин, обратившихся в клинику с аденомой простаты, было обнаружено опущение желудка. Предшествующее лечение у урологов, проктологов, гастроэнтерологов, нефрологов и др. оказалось безрезультатным. Поскольку истинная причина заболевания – гастроптоз – не была установлена.

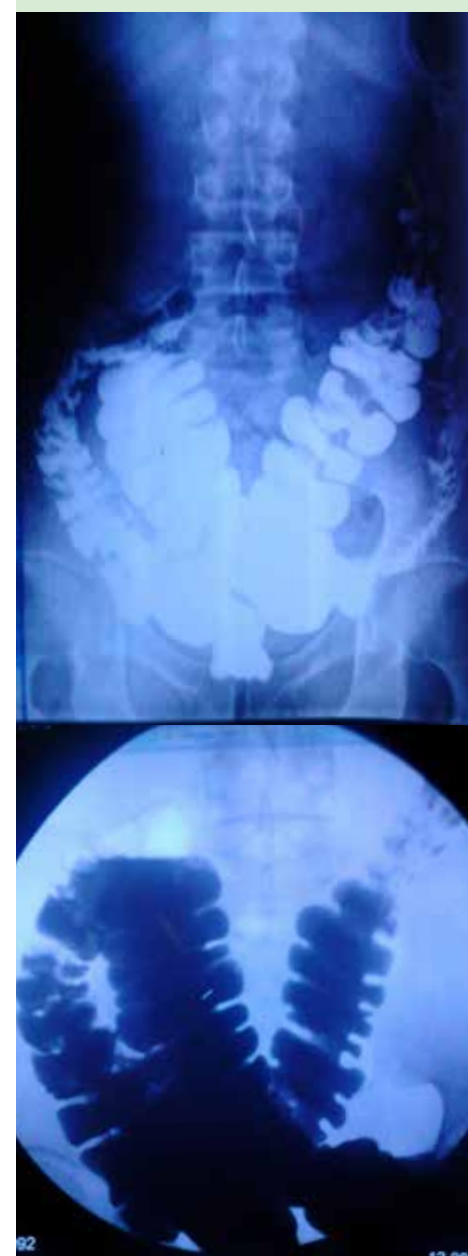
#### Симптомы гастроптоза

Отрыжка, изжога, тяжесть в желудке после еды, дурной запах изо рта, нарушения стула в виде запоров или поноса. Гастроптоз может сопровождаться изменениями аппетита – появляется отвращение к пище или, наоборот, развивается «волчий аппетит» на фоне потери веса и нездоровой худобы. Учащается мочеиспускание. Клинические проявления гастроптоза схожи с другими заболеваниями желудочно-кишечного тракта – гастритом, язвенной болезнью, пищевым отравлением, колитом, острым аппендицитом, циститом, начальной стадией рака, поэтому не всегда правильный диагноз может быть установлен сразу.

#### Лечение опущения внутренних органов

Надсада – заболевание, известное с древности. Следует обязательно соблюдать режим питания. Пища должна быть лёгкой, но сытной. Рекомендуется дробное питание – 5-6 раз в день небольшими порциями. Физические нагрузки на время лечения надо ограничить. Консультация и диагностика гастроптоза у врачей клиники «Наран» бесплатно. Используются метод аускультативной перкуссии, пальпации и сбора анамнеза.

На фото справа: снимки пациента клиники «Наран» с диагнозом «гастроптоз» и «колоноптоз».





## ПРОДУКТ МЕСЯЦА

### Акция от фитобара «НАРАН»

#### При покупке фитопродукции «Продукт месяца» получите подарок



«Секреты красоты»: Маски для кожи век, крема серии «Nopisagi», кокосовое масло, эликсиры «Лаоли» или «Чьяванпраш»



«Накопление энергии Ци»: Тибетский сбор №40, «Чьяванпраш», «Stresscom», эликсир «Маточное молочко»



Фирменные сувениры: Лунный календарь, магнит, брошюра о питании (на выбор), конверт «Фэн-шуй»

**-10%**

### Тибетский астрологический прогноз

ИЮНЬ 2016 г.

**Благоприятные дни для стрижки волос**  
1, 2, 7, 10, 12, 15, 16, 18, 19, 24, 27, 28, 30

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

**Благоприятные дни для поездок**  
2, 6, 7, 13, 14, 18, 19, 22, 24, 26, 28, 29

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

**Благоприятные дни для приема лекарств**  
5, 12, 20

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

«Дни Будды»  
5, 12, 20

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.

«День открытых дверей»  
4, 11, 18, 25 июня

**Бесплатные лекции о тибетской медицине во всех филиалах клиники «Наран».**

Темы:

Нарушение мозгового кровоснабжения. Ишемический и геморрагический инсульты. Реабилитация и методы лечения в "Наран".  
Болезни почек. Хронический гломерулонефрит. Методы лечения в "Наран".  
Болезни крови. Анемия. Виды анемии. Профилактика и лечение.  
Болезни печени. Гепатиты (А, В, С). Лечение методами тибетской медицины.

телефон:  
**8(800)555-42-00**

### 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 одного доша вносит дисбаланс в работу организма. Как только равновесие между ними нарушается, это приводит к болезням.

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

«Чжуд-Ши», Тантра Объяснений



**Биокурунговит** восстанавливает микрофлору кишечника. 1 стакан надежно подавляет гнилостные процессы в пищеварительном тракте. Нагрузка на поджелудочную железу, печень, почки уменьшается в десятки раз. Диетологи рекомендуют в ежедневный рацион детей.

**Программа «Школьник»**  
Только с 1 по 30 июня специальная акция - скидка 20% для учащихся с 1 по 11 классы! 9 сеансов комплексного лечения по программе «Школьник» восстановят вашему ребенку физическую и психическую гармонию, дадут заряд здоровой активности и летнего позитива. Подарите вашему ребенку любовь и заботу!

**Купон скидки на комплексное лечение**  
Вырежь купон! Предоставь в любой из филиалов «Наран» и получи указанный бонус

**-50%**

## Дачные «пчелки», не переусердствуйте!

Чрезмерные нагрузки на приусадебных работах приводят к возмущению всех трех конституций: «Ветер», «Желчь» и «Слизь»



Нина Вахрушева, врач клиники «Наран», м. «Юго-Западная», тел: 8(495)180-04-43

Тем самым могут спровоцировать проявление заболеваний. Восточные врачеватели объясняют – за зиму организм человека как бы «остывает». Особенно, если его работа не сопряжена с ежедневным физическим трудом. Резкое начало активной деятельностью в саду немедленно дает нагрузку на весь организм, что и приводит к возмущению дош «Ветер» и «Желчь». Увлеченно трудясь на свежем воздухе, многие не могут правильно оценить свое физическое состояние. Такое легкомыслие нередко приводит к опасным критическим проявлениям возмущенных конституций.

### Гипертоники, сердечники

Работа в согнутом положении с опущенной вниз головой представляет реальную угро-

зу для тех, у кого повышенное артериальное давление и проблемы с сердцем. Возмущенная «желчь» немедленно даст ответную реакцию. Увлечение садовыми работами, обычная физическая нагрузка, могут вызвать подъем давления, вплоть до гипертонического криза. Наиболее опасно возникновение сердечно-сосудистых заболеваний для типа «желчь» и ее сочетаний со «слизью» и «ветром». Иногда боли в области сердца некоторые дачники списывают на усталость и могут не заметить при этом начало сердечного приступа. Такой категории садоводов рекомендуется работать с помощью садовых инструментов, чтобы не наклоняться. А высаживать рассаду и пропалывать грядки лучше сидя на невысоком табурете.

### «Ветер» в суставах

Людам доши «Ветер» присущи слабые связки. Из-за перенапряжения мышц и связок спины, поднятия тяжестей, может возникнуть перенапряжение сухожилий и связок, воспаление плечевого сустава. Самый распространенный недуг дачников – остеохондроз, когда внезапно настигает резкая боль, «прострел» в пояснице и человек застывает в полусогнутой позе и не может больше двигаться. При перемещении тяжестей лучше всего воспользоваться дачной тележкой, сумкой на колесиках, избегать резких поворотов и наклонов, избегать сквозняков и переохлаждения.

### Профилактика

- избегать пребывания на садовом участке, когда солнце наиболее активно – с 12 до 16 часов;
- защищать голову шляпой или панамой, но-

сить свободную одежду из натуральных тканей светлых тонов;

- во время работы регулярно менять положение тела;
- не работать согнувшись в пояснице или вниз головой;

### Будьте настороже

Прекратите работу, если появилась давящая тупая боль в груди, отдающая в лопатку и руку, головная боль, судороги, мелькают «мушки» перед глазами, появляется липкий пот, учащается пульс.

Прежде чем поехать на дачу, врачи тибетской медицины «Наран» рекомендуют вам независимо от возраста, пройти бесплатную консультацию в наших клиниках. Заядлые садоводы должны иметь в арсенале «Дачную фитоаптечку» от «Наранфито». В ней все средства натуральные, природного происхождения и без побочных эффектов:

- Сердечно-сосудистый сбор – «Тибетский сбор № 32»;
- Растительный нитроглицерин для профилактики стенокардии «Гушим»;
- Сбор, очищающий кровь и печень, «Тибетский сбор № 41»;
- Успокоительный (расслабляющий) «Тибетский сбор № 18»;
- От болей в спине и суставах - «Tsa-Juk» мазь для лечения нервно-паралитических заболеваний, при радикулите, боли и ломоте в пояснице; при посттравматической боли – «Тяньхэ Чжуйфэн черный пластырь»;
- Противовоспалительный (за 1 день справляется с симптомами простуды) – «Байкальский сбор № 9».

### Универсальный бальзам

Действие: обладает местным анальгетическим и противовоспалительным эффектами. Повышает местный иммунитет, препятствует проникновению вирусов через слизистую носа и гортани, восстанавливает механизм саморегуляции, улучшает кровообращение, оказывает бронхорасширяющее действие.



### Розовое масло

Действие: обладает антисептическим, ранозаживляющим, противовоспалительным, обезболивающим, согревающим действиями. Втирать в болезненные участки легкими массажными движениями до впитывания масла. При порезах, ожогах, язвах, кровотечении промокнуть ватный тампон в масло и приложить к пораженному участку, предварительно очистив рану.



### Лечебные пластыри

Показания к применению: костные и мышечные боли, сильные ушибы и вывихи, ревматические боли, боли в суставах, ноющие боли в мышцах, плеврит, артрит, в т.ч. ревматоидный, межреберная невралгия, миозит, миалгия. Наклеить на проблемное место, предварительно обезжирив кожу теплой водой или спиртосодержащим раствором. Время наложения: до 12 часов.





## На благо наших пациентов

### Метод лечения движением.

### Именно так переводится с древнегреческого кинезиотерапия



В клинике «Наран» его применяют с элементами мануальной терапии. Это лечение, направленное на улучшение и восстановление объема движений в суставах опорно-двигательного аппарата и позвоночника. Методики, применяемые кинезиотерапевтами клиники тибетской медицины «Наран», обеспечивают снятие болевого синдрома, улучшение или восстановление двигательного стереотипа. Кинезиотерапия в комплексе с мануальной терапией в клинике «Наран» – это целая система воздействий руками на организм человека. Сама процедура немного напоминает массаж, однако, отличается от него дозированием силы воздействия. Во время сеанса врач ограничивается лишь небольшим участком

тела, не затрагивая большие площади. Благодаря такому методу можно избавиться от некоторых патологий в мышечных тканях. Воздействуя на мышечную систему, мы запускаем механизмы саморегуляции в организме. Ведь человеческий организм – это единая саморегулирующаяся система. По окончании процедур вы почувствуете значительное облегчение, у вас исчезнет скованность в мышцах и суставах, не будет беспокоить чувство стянутости в позвоночнике. При этом в результате проведенных терапевтических сеансов улучшается и само кровообращение, что положительно сказывается на состоянии внутренних органов. Постепенно проходят боли, дискомфорт, у вас появляется прилив энергии. Во время лечения требуется строгое выполнение всех указаний врача. Тогда эффект кинезиотерапии превзойдет все ожидания.

**Нелли Кан**, врач клиники «Наран», м. «Войковская», тел: 8(495)180-04-40



### Электропунктура от невралгии, невритов и постинсультных симптомов



В клинике «Наран» используется один из современных методов рефлексотерапии – электропунктура, когда на определенные биологически активные точки идет воздействие электрическим током. Данный метод входит в комплексное лечение и уже зарекомендовал себя в клинической практике успешными результатами. Электропунктура превосходно снимает мышечные спазмы, улучшает местное кровообращение, кровоснабжение тканей, активизирует восстановительные процессы заживления и обновления тканей. А также оказывает обезболивающий, противовоспалительный эффек-

ты, улучшает прохождение нервных импульсов, нормализует работу внутренних органов. Правильно подобранная сила тока и частота электрических импульсов позволяет использовать процедуру при лечении различных заболеваний. Опытные врачи «Нарана» с учетом всех правил и нюансов данного метода применяют электропунктуру для лечения самых различных заболеваний. Например, воздействие постоянным током отрицательной полярности дает возбуждающий, тонизирующий эффект, а воздействие постоянным током положительной полярности – успокаивающий, седативный эффект. Использование тока высокой частоты быстро снимает острые боли, а при использовании низкочастотного тока достигаются лучшие результаты при хронических болях в спине. Хорошие результаты получены в ходе лечения пациентов с невралгией, невритами и послеинсультными симптомами.

**Санал Бюрчиев**, врач клиники «Наран», м. «Красные Ворота», тел: 8(495)180-04-41



## С благодарностью к «НАРАН»

### Теперь хожу без тросточки!

**83-летняя Евгения Мясникова излечилась от узловой эритемы.** Жительница Москвы уже и не надеялась на выздоровление. – В какой-то момент, когда мне нужна была помощь, в руки попался «Вестник тибетской медицины» со статьей врача «Наран» на Войковской **Светланы Лхасарановой**, и вот я здесь! Я очень верю своему доктору и сама помогаю ей своим оптимизмом, – говорит пациентка. В клинику тибетской медицины она обратилась с жалобами на очень сильное головное жжение. И как сама считала, что у нее нейродермит. – Только после беседы с врачом Светланой Лхасарановой убедилась в том,

что я ошибалась. На самом деле у меня плохо работала печень. Раньше я читала о тибетской медицине, но напрямую соприкоснуться с ней не приходилось. Я много лечилась, в 2000 году прошла серьезную операцию по удалению прямой кишки, но, как видите, еще жива. На сегодняшний день я пришла в клинику 7 лечебных сеансов, и после каждого визита к врачу чувствую себя прекрасно, поскольку здесь лечат весь организм. Особенно меня радует то, что теперь хожу без тросточки, бросила ее после 4 сеансов. Мне нравится, как проводится комплексное лечение в клинике: массаж, иглоукалывание, вакуум-терапия

и другие сопутствующие процедуры. Отсюда я выхожу здоровым человеком, – с улыбкой говорит она.

**Евгения Мясникова** прошла комплексное лечение и курс фитотерапии. Натуральные фитопрепараты помогли очистить кровь, печень, кожу и избавиться от узловой эритемы.

– В «Наране» всегда прекрасная атмосфера, приходишь в фойе, и тебе сразу улыбаются и с тобой приветливо разговаривают, потом поднимаешься к доктору, а там еще лучше, я очень довольна лечением. Так что если когда-нибудь мне понадобится помощь, я приду только сюда!



**Евгения Мясникова**, пациентка клиники «Наран» на Войковской, тел: 8 (495)180-04-40

### Ваши специалисты помогли изгнать бессонницу!



**А с ней ушли суставные боли, боли в спине и плечах.** – В клинику «Наран» я обратилась с проблемой – в течение нескольких месяцев меня мучила бессонница, суставные боли, особенно в спине и в плечах, – делится **Галина Захарова**. – По-видимому, причина моих болей коренилась в моей работе, которая требовала большого умственного напряжения и ответственности. В течение многих лет я работала инженером на военном заводе. И вот наконец-то после курса лечения в «Наране» – 9 сеансов внешних процедур и фи-

тотерапии – я вновь «почувствовала» свое тело, появилось ощущение легкости во всем организме, ушли боли под желудком, и вернулось жизнерадостное настроение. Мой лечащий врач **Вадим Баирович Доржиев** – настоящий профессионал своего дела, душевный, тактичный, интеллигентный человек. С ним очень интересно беседовать, и пациента лечит от души. Стоит отметить, врач Вадим Баирович и массажист **Мэргэн** – это сложившийся тандем, как люди и как специалисты они приносят вдохновение. Теперь планирую

прийти в «Наран» через полгода, на профилактический курс лечения. Несмотря на то, что мне 82 года, я всегда стараюсь держаться жизненного принципа: «Не хныкать, настраивать себя на позитив и общаться с интересными людьми». Думаю, что благодаря этому настрою я и нашла «Наран».

На фото слева: **Галина Захарова** с лечащим врачом **Вадимом Доржиевым** и ассистентом-массажистом **Мэргэном Гармажаповым**, клиника «Наран» на м. «Войковская», тел: 8(495)180-04-40

## Клиника «НАРАН» – 27 лет успешных результатов

### МОСКВА

м. «Войковская»,  
5-й Войковский проезд, 12  
+7 (495) 180-04-40  
м. «Красные Ворота»  
Большой Козловский пер., 4  
(Дипакадемия МИД)  
+7 (495) 180-04-41  
м. «Таганская»  
5-й Котельнический пер., 12  
+7 (495) 180-04-42  
м. «Юго-Западная»  
пр-т Вернадского, 105, корп. 4  
+7 (495) 180-04-43

### САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

м. «Проспект Просвещения»  
пр-т Просвещения, 33, корп. 1  
+7 (812) 241-16-12  
м. «Чернышевская»  
ул. Таврическая, 9  
+7 (812) 241-16-14  
м. «Звенигородская»  
ул. Звенигородская, 9  
+7 (812) 418-38-37

### КАЗАНЬ

Остановка «Университет»  
(Ленинский сад)  
ул. Галактионова, 3  
+7 (843) 249-00-30  
Остановка  
«Социальный юридический институт»  
ул. Восстания, 60  
+7 (843) 249-00-31

### ЕКАТЕРИНБУРГ

ул. Белинского, 86  
+7 (343) 300-999-0

### ВЕНА (АВСТРИЯ)

Austria Wien  
1010 Wollzeile 30-5  
Телефон: +43664 5833030

**NARAN.RU**

facebook.com/groups/naranclinic  
Наран. Красота и Здоровье  
vk.com/sekretoftibet  
Наран. Секреты тибетской медицины

Первое медицинское  
интернет-радио  
**NARANFM.RU**



## Как пройти до филиалов 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



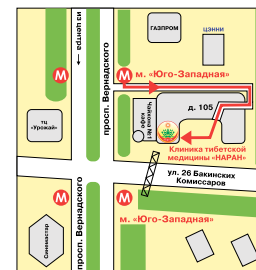
**м. «Красные Ворота»**  
Последний вагон из центра, выход направо, вход на территорию Дипломатической Академии МИД России

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