

КЛИНИКА



# Наран

работает  
с 1989 года

## Вестник тибетской медицины

Учредитель издания – клиника «Наран». Выходит два раза в месяц с июня 2005 года. [www.naran.ru](http://www.naran.ru)



Светлана  
ЧОЙЖИНИМАЕВА,  
основатель и главный  
врач клиники «Наран»

«Единственная в России официальная клиника тибетской медицины «Наран» в 2011 году отмечает свое 22-летие. Наши врачи сохраняют и продолжают традиции древней науки, предлагая индивидуальный подход и комплексное лечение без таблеток, гормонов и операций».

Фото Романа Кузнецова



Павел Пронин, мастер спорта, заслуженный тренер СССР

**Комплексное лечение  
дает впечатляющий  
результат!**



**ВНИМАНИЕ!**

В феврале пациенты, которые проходят комплексное лечение в клинике «Наран», получают уникальную возможность пройти дополнительную консультацию консилиума врачей под руководством профессора Дава – ведущего преподавателя Института тибетской медицины и астрологии Его Святейшества Далай-ламы XIV (Индия, г. Дхармсала).

Дополнительная информация по тел. (495) 221-21-84

**ПРАЗДНИЧНАЯ  
АКЦИЯ  
К ВОСТОЧНОМУ  
НОВОМУ ГОДУ**

с 1 по 15 февраля

4000-  
1700-  
для детей и пенсионеров  
за сеанс комплексного лечения

4000-  
-50%  
за сеанс комплексного  
лечения

Скидка распространяется на пациентов, обратившихся впервые, только при предъявлении купона

Стр. 2-3

**ЛУННЫЙ  
КАЛЕНДАРЬ:  
ПРОГНОЗ НА  
ГОД ЗАЙЦА**



Стр. 4

**МЯГКИЙ КЛИМАКС  
С ТИБЕТСКОЙ  
МЕДИЦИНОЙ**

Стр. 5

**ГЛАВНЫЕ  
ПРИЧИНЫ  
ПРОБЛЕМ  
СО СЛУХОМ**

Стр. 6

**РАССКАЗЫВАЮТ  
ПАЦИЕНТЫ  
«НАРАНА»**



ТАЙНОЕ  
ЗНАНИЕ

# Восточный прогноз на год Белого Зайца

В ночь со 2 на 3 февраля по лунному календарю наступит Год Белого Металлического Зайца (Кролика). Поздравляем наших читателей с восточным Новым годом, который в России именуется Сагаалган – праздник Белого месяца! Пусть год Зайца будет удачным и счастливым. Ведь этот замечательный безобидный зверек – примерный и любвеобильный семьянин и родитель. Многим энергетика этого года поможет стать терпимее к близким, внимательнее к потребностям наших вторых половинок, а главное – уделить должное внимание нашим детям.



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

Согласно тибетско-монгольской астрологии Зурхай (в переводе с монг. – «чертеж, вычисление»), каждый новый год связан не только с одним из 12 животных, но и одним из пяти элементов (стихий) – Огнем, Землей, Железом, Водой, Деревом. Животное года не только наделяет определенными качествами родившихся под ним, но и оказывает влияние на всех без исключения людей, независимо от их года рождения. В соответствии с этим, год Зайца (Кролика) в восточной астрологии считается годом легкой и беззаботной жизни. Это время для отдыха и семьи. Но сопутствующая году стихия Железа (Металла) сделает год более жестким, резким, энергичным и беспокойным. Вспомните, каким трудным и непредсказуемым выдался 2010-й – год Железного Тигра! Поэтому, наверное, стоит прислушаться к советам астрологов, чтобы смягчить непредвиденные сюрпризы судьбы, обратить внимание на здоровье, выбрать правильную дату для заключения брака или выгодной сделки, благоприятное направление для поездки или переезда.

Чтобы избежать возможных болезней и неудач, в дни Белого месяца люди отправляются к астрологу-зурхай.

Он вычерчивает подробный индивидуальный гороскоп, который учитывает все благоприятные и не очень влияния года, а также советует, как исправить ситуацию.

Мы остановимся лишь на некоторых аспектах, которые следует учитывать в новом лунном году.

## Ну, Заяц, погоди!

Прежде всего, обратите внимание на предупреждение для людей, вступающих в свой год, то есть тех, кто родился в лунные годы Зайца:

02.02.1927 – 22.01.1928;  
19.02.1939 – 07.02.1940;  
06.02.1951 – 26.01.1952;  
25.01.1963 – 12.02.1964;  
12.02.1975 – 01.02.1976;  
30.01.1987 – 17.02.1988;  
16.02.1999 – 04.02.2000.

Обычно человек радуется наступлению через каждые 12 лет своего года: «Наступил мой год! Теперь все у меня будет хорошо!», – восклицает он. Однако астрологи предупреждают, что это событие неоднозначное, с возможными серьезными проблемами. В такие годы следует внимательнее относиться к своему здоровью, проявлять большую осторожность в делах, избегать резких перемен и амбициозных планов. Дело в том, что с момента рождения и до 60-летнего возраста через каждые 12 лет человек входит в определенные этапы. В 60-летнем возрасте он как бы возвращается к точке своего рождения, и с этого момента начинается новый жизненный цикл. Годы, последователь-

но открывающие эти этапы, в монгольской традиции называются «Оорын жэл» (свой год):

год-сын – Хубуун жэл – соответствует 12-летнему возрасту;

год-друг – Нухэр жэл – соответствует 24-летнему возрасту;

год-враг – Аайсан жэл – соответствует 36-летнему возрасту;

год-мать – Эхэ жэл – соответствует 48-летнему возрасту;

фактический год рождения – Унхоор Оорын жэл – соответствует 60-летнему возрасту.

Каковы характеристики этих периодов?

*Год-сын, 12 лет:* возможны значительные физические изменения. Состояние характеризуется неуравновешенностью, изменчивостью отношений с другими людьми, к себе и к окружающему миру. В этом возрасте не следует допускать физических и эмоциональных перегрузок.

*Год-друг, 24 года:* взаимодействие с годом рождения позитивное. Физическое состояние организма устойчивое, но возможны психологические перегрузки, перепады настроения. Человек может быть подвержен влиянию неблагоприятных факторов извне, поэтому следует укреплять духовную силу и избегать резких перемен в образе жизни.

*Год-враг, 36 лет:* влияние носит отрицательный характер. Появляются болезни, преследуют неудачи в делах, материальное положение становится нестабильным. В этот год следует быть



особенно осторожным, избегать серьезных перемен в жизни, максимально уменьшить степень риска, не планировать никаких значительных дел. Все усилия в этом году должны быть направлены на то, чтобы удержать достигнутое.

*Год-мать, 48 лет:* физическое и душевное состояние устойчивое, однако не исключено некоторое снижение биоэнергии. Этот год несет стабильность, безопасность, и к его концу положение становится надежным, однако не следует чрезмерно расслабляться и впадать в излишнюю беспечность. Также не следует поддаваться сильным эмоциям, стрессам, особенно женщинам. Возможны некоторые проблемы со здоровьем.

*Фактический год рождения, 60 лет:* это как бы второе рождение человека, возвращение к самому себе. Следует избегать резкого изменения образа жизни, а также места жительства, особенно – климатических условий. Возможны серьезные проблемы со здоровьем.

Итак, особенно осторожными в год Кролика должны быть сами представители этого знака.



**Крысе (Мыши)**  
в этом году стоит быть осторожной и ничем не выделяться, поскольку год не самый для нее лучший.



**Для Быка**  
год тоже не идеальный, но куда более благоприятный, чем предыдущий.



**Тигру**  
в этом году вполне можно отдохнуть и расслабиться.



**Заяц (Кролик)** – см. главу «Ну, Заяц, погоди!»



**Дракон**  
получит все возможности и условия для того, чтобы блистать в обществе.



**Змея**  
получит возможность отдохнуть и подумать о любви. У нее будет успех...



**Для Лошади**  
год благоприятен во всех отношениях – флирт, работа, развлечения.



**Коза**  
пользуется успехом, ее всюду приглашают, она в центре внимания. Очень хороший год.



**Дела Обезьяны**  
великолепны, все благоприятствует начинаниям.



**Петуху (Курице)**  
стоит быть начеку и ничего не предпринимать. Не самый благоприятный год.



**Собака**  
отдыхает заслуженно. Она почти счастлива, Кролик принесет ей мир. Этим стоит воспользоваться, чтобы вступить в брак.



**Свинье**  
живется неплохо. Но лучше избегать любых судебных разбирательств.

## Ворота судьбы

Согласно тибетско-монгольской астрологии раз в 12 лет перед каждым человеком открываются так называемые Ворота судьбы. Существует шесть различных ворот, расчет их ведется для мужчин и для женщин по-разному.

Ворота судьбы	Пол	Возраст
Ворота прибыли	м	0, 12, 24, 36, 48, 60, 72, 84, 96
	ж	5, 17, 29, 41, 53, 65, 77, 89
Ворота разлуки	м	7, 19, 31, 43, 55, 67, 79, 91
	ж	0, 12, 24, 36, 48, 60, 72, 84, 96
Ворота смерти	м	10, 22, 34, 46, 58, 70, 82, 94
	ж	2, 14, 26, 38, 50, 62, 74, 86, 98
Ворота земли	м	9, 21, 33, 45, 57, 69, 81, 93
	ж	3, 15, 27, 39, 51, 63, 75, 87
Ворота неба	м	8, 20, 32, 44, 56, 68, 80, 92
	ж	4, 16, 28, 40, 52, 64, 76, 88
Ворота убытка	м	11, 23, 35, 47, 59, 71, 83, 95
	ж	1, 13, 25, 37, 49, 61, 73, 85

**Ворота прибыли:** год будет благополучным в отношении материального достатка, и представится возможность разбогатеть.

**Ворота разлуки** означают возможность расставания с близкими друзьями, с супругом или супругой.

**Ворота смерти** могут преподнести серьезные испытания, болезни, возможны раздоры и конфликты, существует опасность быть ограбленным, убитым. Следует опасаться интриг и сплетен.

**Ворота земли:** возможны различные болезни и вред от посторонних людей. Нежелательно заниматься земляными работами, а также рубить деревья.

**Ворота неба:** следует остерегаться высоты, избегать высотных, а также строительных работ. В торговле будет мало удачи.

**Ворота убытка.** Возможны денежные убытки, тревога и смятение в душе, плохое настроение.

В этих прогнозах, однако, нет ничего фатального. Год открывает перед человеком те или иные ворота, но только сам человек решает, войти ему в эти ворота или нет. Тибетская астрология предупреждает о возможных опасностях только для того, чтобы помочь человеку избежать их.



### Встречаем Сагаалган!

В Монголии, Бурятии, Китае традиционный Новый год приурочен к зимнему новолунию после завершения полного лунного цикла. В григорианском календаре это соответствует одному из дней между 21 января и 21 февраля. Сагаалган (в Бурятии), или Цагаан Сар (в Монголии) – праздник Белого месяца – наступает не в полночь, а утром, на рассвете. Этот день считается первым весенним днем пробуждения природы, земли и хранимых ею ростков жизни. Накануне люди тщательно убирают свой дом, выбрасывают старые вещи, а затем собираются на молебен в буддийских дацанах, сжигают в символическом огне свои старые «грехи» и негативные мысли, очищаясь перед новым годом. Перед божествами ставят богатые подношения, чтобы год был изобильным. Празднование Белого месяца предполагает непременно большое количество гостей. Поэтому к этим дням заготавливаются подарки и угощения, чтобы все посетившие дом родственники и знакомые ушли из него сытыми и довольными. Есть такое поверье: в каждом доме должно быть много еды, чтобы и наступивший год был для семьи благополучным. Обязательно для праздничного застолья готовят молочные блюда, ведь белый цвет символизирует благополучие, чистоту помыслов, здоровье и процветание.

## «Суудал»: чего остерегаться в этом году?

В тибетской астрологии кроме пяти основных стихий, о которых мы уже говорили, существуют три дополнительные: Небо, Ветер, Горы, отражающие движение мира в его развитии и переменчивости. Вместе они образуют так называемые восемь парков: Огонь – Ли; Земля – Кхон; Железо – Та; Небо – Кхен; Вода – Кхам; Гора – Кин; Дерево – Син; Ветер – Сон.

Каждой из восьми парков соответствует сторона света: Огонь – Юг; Земля – Юго-запад; Железо – Запад; Небо – Северо-запад; Вода – Север; Гора – Северо-восток; Дерево – Восток; Ветер – Юго-восток.

В течение своей жизни человек перемещается по кругу, занимая в каждом следующем году новое положение: «суудал» по-монгольски – «седалище», или «местоположение года». В соответствии с этим в каждом новом году человек оказывается под властью той или иной стихии. Так образуется 8-летний цикл парков. Для женщин и мужчин отсчет ведется по-разному.

**Стихия Огня** соответствует возрасту: у мужчин – 0, 8, 16, 24, 32, 40, 48, 56, 64, 72, 80 лет и т. д.;

у женщин – 4, 12, 20, 28, 36, 44, 52, 60, 68, 76, 84 года и т. д.

Если в 2011 году вам соответствует стихия Огня, воздержитесь от покупки одежды и меха красного цвета, машины красного цвета, а также изделий из меди. Не следует ходить на свадьбу, а также принимать пищу на похоронах. Опасно быстро ездить на машине. Велика вероятность аварий, падений. В месяц Зайца (март) и в месяц Собаки (октябрь) следует быть осторожным. В период увядания травы может болеть грудь, участиться сердцебиение, в глазах будет темнеть, в ушах станет закладывать. В это время нужно особенно внимательно относиться к своему здоровью.

**Стихия Земли** соответствует возрасту: у мужчин – 1, 9, 17, 25, 33, 41, 49, 57, 65, 73, 81 год и т. д.;

у женщин – 3, 11, 19, 27, 35, 43, 51, 59, 67, 75, 83 года и т. д.

Если в 2011 году вам соответствует стихия Земли, не следует приступать к строительству дома, копать землю и дробить камни, принимать еду от вдовы, покупать одежду желтого цвета и керамические (фарфоровые) изделия. Особенно осторожным нужно быть в период таяния снега. Вероятны расстройства пищеварения, а также болезни печени. Будьте внимательны! Загрязнение местности, рек и других водоемов может навредить болезни и несчастью. Опасно гулять у края котлована, каньона, траншеи.

**Стихия Железа** соответствует возрасту: у мужчин – 2, 10, 18, 26, 34, 42, 50, 58, 66, 74, 82 года и т. д.;

у женщин – 2, 10, 18, 26, 34, 42, 50, 58, 66, 74, 82 года и т. д.

Если в 2011 году вам соответствует стихия Железа, нужно остерегаться болезней легких, сердца и кишечника. Существует угроза ранения холодным оружием, особой осторожности требует обращение с ножами и острыми, режущими предметами. Не следует употреблять в пищу крольчатину, козлятину, охотиться, конфликтовать, ссориться и покупать оружие. Следует избегать хирургического вмешательства (без крайней необходимости). Лучше воздержаться от дальних поездок в восточном и южном направлениях, остерегаться во время появления первого льда на реках и в месяц Обезьяны (август).

**Стихия Неба** соответствует возрасту: у мужчин – 3, 11, 19, 27, 35, 43, 51, 59, 67, 75, 83 года и т. д.;

у женщин – 1, 9, 17, 25, 33, 41, 49, 57, 65, 73, 81 год и т. д.

Если в 2011 году вам соответствует стихия Неба, то, возможно, вы будете испытывать головокружения, будут болеть суставы рук и ног, а также половые органы. Лучше меньше употреблять в пищу мясо птиц, стараться избегать стрессовых ситуаций. В месяц Змеи (май) и в месяц Петуха (сентябрь) может исходить опасность от женщины-сослуживицы. Желательно не начинать строительство дома, а также воздержаться от дальних поездок

на запад. Особой осторожности требует время замерзания земли.

**Стихия Воды** соответствует возрасту: у мужчин – 4, 12, 20, 28, 36, 44, 52, 60, 68, 76, 84 года и т. д.;

у женщин – 0, 8, 16, 24, 32, 40, 48, 56, 64, 72, 80, 88 лет и т. д.

Если в 2011 году вам соответствует стихия Воды, не следует покупать и носить одежду черного цвета, а также употреблять в пищу свинину и рыбу. Время неблагоприятно для сватовства и свадеб. Нежелательно покупать поношенную одежду, копать новый колодец. Следует воздержаться от дальних поездок на северо-восток и юго-запад. Рекомендуется проявить осторожность в месяцы Дракона (апрель), Собаки (октябрь), во время половодья, таяния снега. Опасайтесь наводнений и сильных дождей. Возможны болезни почек, желудочно-кишечного тракта, опухоли и отеки. Женщинам нужно остерегаться гинекологических заболеваний.

**Стихия Горы** соответствует возрасту: у мужчин – 5, 13, 21, 29, 37, 45, 53, 61, 69, 77, 85 лет и т. д.;

у женщин – 7, 15, 23, 31, 39, 47, 55, 63, 71, 79, 87, 95 лет и т. д.

Если в 2011 году вам соответствует стихия Горы, лучше воздержаться от походов в горы, охоты. Возможны пищевые отравления из-за употребления мяса. Не следует покупать шкуры серого или рыжего цвета. Осторожности требуют месяцы Дракона (апрель), Змеи (май) и Петуха (сентябрь), время замерзания земли и первых снегопадов. В эти месяцы может болеть все тело, могут обостриться ревматические болезни, полиартрит. Желательно воздержаться от дальних поездок на восток.

**Стихия Деревя** соответствует возрасту: у мужчин – 6, 14, 22, 30, 38, 46, 54, 62, 70, 78, 86 лет и т. д.;

у женщин – 6, 14, 22, 30, 38, 46, 54, 62, 70, 78, 86, 94 года и т. д.

Если в 2011 году вам соответствует стихия Деревя, нельзя рубить деревья, ломать кусты или срывать ветки. Не стоит есть много мяса дичи, портить кожу или мех диких животных, покупать одежду зеленого и синего цвета, а также изделия из драгоценных камней. Не рекомендуется также покупать поношенные мужские вещи. Нужно стараться избегать ссор и конфликтов. Осторожности

требуют период распускания почек и появления первой листвы и цветов, месяцы Дракона (апрель), Змеи (май), Собаки (октябрь). Вероятны болезни поджелудочной железы, печени, ног. Следует воздержаться от дальних поездок в западном направлении.

**Стихия Ветра** соответствует возрасту: у мужчин – 7, 15, 23, 31, 39, 47, 55, 63, 71, 79, 87 лет и т. д.;

у женщин – 5, 13, 21, 29, 37, 45, 53, 61, 69, 77, 85, 93 года и т. д.

Если в 2011 году вам соответствует стихия Ветра, нужно остерегаться психических болезней. Осторожности требует время цветения кустарников и деревьев. В этот период вероятны болезни нервов, сердца, ушей. Не следует брать вещи от душевнобольных или пьяных людей, покупать вещи желтого цвета, поношенную обувь, медные (бронзовые) вещи. Желательно воздержаться от дальних поездок на северо-восток. Нужно быть осторожным во время сильного ветра, урагана, а также снежной метели.

«Если ты желаешь что-либо всем сердцем – вся Вселенная будет способствовать тебе в этом».

Восточная мудрость



ВОПРОСЫ  
К ВРАЧУ  
ТИБЕТСКОЙ  
МЕДИЦИНЫ

Прогревание полынными сигарами способствует приливу энергии, усиленной выработке специфических антител, устраняет «холод» в организме.



### ВЕЗДЕСУЩИЙ ГЕРПЕС

Всю зиму страдаю от герпетических высыпаний. Есть ли способы избавиться от симптомов этой неприятной болезни?

И.К., г. Балашиха, Моск. обл.



Отвечает врач клиники «Наран» на «Проспекте Вернадского», член Международной ассоциации врачей тибетской медицины Наталья БАРИКОВА:

**В**ирус простого герпеса буквально вездесущ. Он может поражать все внутренние органы и слизистые поверхности, а также любые участки кожи, центральную нервную систему (энцефалит, менингит). Наиболее часто встречаются высыпания на губах, вокруг рта, на глазах (конъюнктивит, кератит), слизистой и кожных покровах генитальных областей.

В зимний период вирус поражает своего хозяина в несколько раз чаще, чем в другие сезоны. «Будят» его переохлаждение, стрессы, менструация, беременность, алкоголь, стрессы, инфекционные заболевания. Обострению предшествует зуд, жжение кожи, иногда озноб, недомогание. Затем высыпают пузырьки на воспаленной основе. Косметический дискомфорт, боль и общее недомогание делают симптомы герпеса одними из самых неприятных.

С точки зрения тибетской медицины к вирусу наиболее чувствительны люди с расстройством всех трех жизненных начал – Ветра, Желчи, Слизи. Возмущение этих конституций вследствие неправильного образа жизни и питания ведет к быстрому снижению сопротивляемости организма. Преодолеть вирус человеку вполне по силам – для этого необходимо провести общее комплексное оздоровление организма.

В клинике «Наран» выработана методика лечения, которая повысит иммунитет и поможет долгое время противостоять простудным заболеваниям. Она включает несколько методов. Иглокальвание, которое имеет противовоспалительное действие, активизирует выработку антигистаминных веществ в организме. Прогревание полынными сигарами, точечный и баночный массаж способствуют приливу энергии и усиленной выработке специфических антител, устраняют «холод» в организме. Нервную систему в порядок приведут масляные компрессы «хорме». Закрепить достигнутый эффект позволяет назначение противовирусного препарата «Норов-7», а также фитопрепаратов, улучшающих проведение нервного импульса (серии «Самнор» и «Агар»). Прекрасными иммуностимуляторами являются общеукрепляющие сборы байкальских трав, которые вы можете приобрести в фитобаре «Нарана». Благотворно воздействуют на очаги поражения тибетские противовирусные мази, очищающие кожу и кровеносные сосуды.

2-3 курса комплексной терапии полностью восстанавливают нормальную работу иммунной системы.

### МЯГКИЙ КЛИМАКС С ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНОЙ

После 48 лет преследует чувство беспричинного страха и тревоги, бессонница, приливы и чувство жара, частая смена настроения. Заместительная терапия мне противопоказана из-за проблем с сердцем. А ведь так хочется сохранить молодость и здоровье надолго...

С. Салтанова, Моск. обл.



Отвечает врач клиники «Наран» на «Смоленской», член Международной ассоциации врачей тибетской медицины Евгения ГОРЯЕВА:

**В** течение жизни фолликулярный аппарат яичников – «источник» женской юности и радости материнства постепенно истощается. Примерно после 37 лет количество яйцеклеток и половых гормонов – эстрогена и прогестерона в женском организме начинает идти на спад, и к годам 45 их остается совсем незначительное количество. К 50 их можно пересчитать по пальцам – приблизительно в этом возрасте и начинается менопауза. Хотя сроки индивидуальны – к кому-то климакс приходит уже в 35, а у кого-то начинается после 55. Бывают случаи, когда женщины рожают и после 60 лет!

Уникальность женских половых гормонов в том, что они имеют свои представительства (рецепторы) почти во всех органах и тканях – в коже, головном мозге, сердце, костях и т.д. Как только органы и ткани перестают получать привычную дозу «гормонов красоты», в них начинается серьезная перестройка. И «тонкие места» рвутся первыми. Если к этому возрасту у женщины были какие-то заболевания – желудочно-кишечного тракта, нервной системы, опорно-двигательного аппарата, то в том случае, если они протекали скрыто, начинают остро проявляться. Если уже вступили в хроническую фазу, обостряются все чаще и чаще.

Итак, чем ближе менопауза, тем труднее женщине уберечь кожу от старения, а организм – от хронических заболеваний.

Угасание функции яичников женщины переживают по-разному.



Женщины конституции Ветер (худощавые, эмоциональные) часто воспринимают происходящие изменения чересчур бурно, переживают и нервничают по любому поводу. Все это лишь усугубляет состояние, провоцируя головные боли, бессонницу, депрессию, ослабление памяти. Копятся обиды, чувство одиночества, отсутствие взаимопонимания с окружающими. Развиваются сердечно-сосудистые заболевания, кожа становится сухой, быстро увядает, волосы и ногти становятся ломкими, развивается недержание мочи, теряется костно-мышечная масса, и женщина действительно на глазах стареет, появляются проблемы в сексуальной жизни.

Наиболее тяжело переживают период менопаузы представительницы конституции Желчь (полнокровные, решительные, с холеричным характером). Раздражительность и гнев, пристрастие к жирной и острой еде приводят к увеличению в организме плохой «горячей» крови. Это вдвое сильнее провоцирует обильные приливы жара, горячее пототделение, скачки артериального давления, сердцебиение и боли в суставах и пояснице. Кроме того, не в меру густая и «горячая» кровь способствует обильным маточным кровотечениям, а также ведет к образованию миом. Беспокоят тошнота и изжога, женщины жалуются на ломоту и разбитость во всем теле после сна, спазмы в мышцах спины, постоянную усталость. Так возмущение Желчи способно поддерживать состояние менопаузы неопределенно долгое время.

Женщины конституции Слизь (рыхлые, склонные к полноте, флегматичные) переносят этот период легче, благодаря врожденному спокойствию и неторопливости. «Холодная» и вязкая кровь служит предпосылкой к быстрому прекращению менструаций. Особенно им следует опасаться переохлаждения и переизбытка, которые приводят к росту избыточного веса, накоплению в организме слизи, лимфы, жира и воды. А это причина раннего остеопороза, различных опухолевых новообразований: миомы, мастопатия, кисты яичников. Гормональный дисбаланс может спровоцировать появление злокачественных новообразований.

Эти различия диктуют строго индивидуальный подход к каждой женщине. Есть и общие рекомендации в этот период. Желательно поменять ритм жизни: работать в щадящем режиме, чаще отдыхать, питаться в соответствии со своей природной конституцией и возрастом. В клинике «Наран» вам помогут мягко успокоить нервную систему, нормализовать деятельность почек (они часто являются причиной женских недугов) и желез внутренней секреции с помощью иглотерапии, гирудотерапии, точечного массажа, вакуум- и стоун-терапии, процедуры «хорме» и других методов.

Особый разговор о значении тибетской фитотерапии для женского здоровья. Как мы уже отметили, симптомы менопаузы обусловлены дефицитом эстрогенов. Поэтому современные врачи при климактерическом синдроме обычно назначают заместительную терапию синтетическими гормонами. Но, как известно, даже самые современные из них имеют сложные побочные эффекты и противопоказания. Например, нельзя принимать синтетические гормоны при тромбозах, болезнях печени и желчного пузыря, ревматизме, гипертонии, стенокардии, постинфарктном состоянии. В этом случае на помощь женщине придут веками проверенные и отлично зарекомендовавшие себя тибетские многокомпонентные фитопрепараты («Раши-Намжил», «Олси-25», «Жумза» и др.). Они содержат природные аналоги эстрогена и прогестерона – вещества, входящие в состав растений и действующие в организме женщины подобно родным гормонам. Научно доказано существование 20 таких соединений. Например, фитоэстрогены содержат бобовые, соя, зерна пшеницы, льна, овес, рис, чечевица, миробалан хебула, можжевельник вечнозеленый, ревен, молочай и другие.

В отличие от синтетических гормонов, растительные тибетские препараты абсолютно безопасны и не вызывают побочных эффектов. Благодаря своей многокомпонентности они дополняют действие друг друга, учитывают особенности состояния организма – преобладание «горячих» или «холодных» патологий, обладают антиоксидантными свойствами, очищают печень и кровь, выводят слизь и воду, нормализуют работу почек и желез внутренней секреции. Восстановление нормальных функций яичников способствует обновлению и омоложению клеток, гармонизирует работу всех органов и систем. На практике наши врачи доказали, что применение тибетских фитопрепаратов значительно продлевает молодость женщины, снимает воспалительные процессы, умиротворяюще действует на нервную систему, помогает снизить артериальное давление, свести на нет риск развития ишемической болезни сердца, остеопороза, онкологических заболеваний, повысить либидо и интерес к жизни.



ЛЕЧИМ  
В «НАРАНЕ»

## У вас проблемы со слухом?



**Б**овидная форма ушей, по представлениям тибетцев, не случайна – они напоминают внешне две почки и напрямую связаны с мочевыделительной системой человека меридианом почек. Он начинается с точки R1, которая берет начало в точке «ю-цунь», расположенной на подошвах ног, соединяет ее с почками и достигает во внутреннему ходу ушей. Если на прием приходит пациент с болями и шумом в ушах, тугоухостью, необходимо исключить болезни «холода» почек, следствием которых они могут являться. При ангине, скарлатине, гриппе микроорганизмы, вызывающие эти заболевания, могут попасть из носоглотки через слуховую трубу в среднее ухо и вызвать воспаление – отит. Воспалительный процесс обычно сопровождается болями, прострелами в ушах. При этом теряется подвижность слуховых косточек и нарушается передача звуковых колебаний к внутреннему уху. Особенно опасны осложнения отита. Может произойти разрыв барабанной перепонки под давлением гнойного содержимого. Из-за того, что барабанная полость оказывается постоянно заполненной жидкостью, происходит сильное снижение слуха. При запущенном отите в слуховом проходе могут образоваться рубцы, которые ограничивают подвижность барабанной перепонки, слуховых косточек, что ведет к стойкой тугоухости.

Если воспалительный процесс распространился на внутреннее ухо, могут быть поражены слуховые рецепторы, что приводит к глухоте.

Большой вред слуху наносят сильные шумы, действующие на ухо изо дня в день, – прослушивание музыки в наушниках, частое посещение ночных дискотек и баров с громкой музыкой, шум на производстве. Под постоянными резкими ударами звуковых волн барабанная перепонка колеблется с большим размахом. Из-за этого она постепенно теряет свою эластичность, и у человека притупляется слух.

Среди других вредных факторов – прием токсичных лекарств и антибиотиков, возрастное снижение слуха вследствие общего атеросклероза.

Согласно тибетской медицине, все причины болезни ушей кроются в возмущении трех дошей.

Болезнь Ветра (нервной системы) влечет чувство пустоты и звона в ушах, колющие боли, прострелы, боязнь холода.

Возмущение Желчи (печени, пищеварительной системы) приводит к чувству жара в ушах, колющим болям, отхождению желтой воды и головным болям.

Болезнь Слизи (лимфатической и эндокринной систем) подразумевает общее чувство тяжести в голове, боль отдается в скулах, появляется зуд и отечность.

Лечение в каждом случае назначается особое: теплые солевые и масляные компрессы при болезнях Ветра,

прогревание и иглоукальвание по ходу меридиана почек, добавление в пищу сливочного масла и сахара. При возмущении Желчи закапывание в уши патоки, смешанной молоком. Масло, кипяченое с перцем, отвары чеснока и редьки – при болезнях Слизи. Кроме того, тибетские врачеватели издревле использовали при лечении специальные трубочки для отсасывания ушной серы, затычки из собачьей шерсти, сок аира, чеснока, наштабрь, различные сложные лекарственные сборы. Эффективно используется массаж ушей, так как именно ушные раковины являются средоточием точек (иннервирующихся пятью черепно-мозговыми нервами), массажирование которых позволяет воздействовать на любой орган тела, укрепляет сосуды и изгоняет «холод». Аурикулотерапия и иглоукальвание по меридиану почек ликвидирует спазмы мышц, головокружение и шум в ушах. Комплексное лечение и индивидуальный подход дают успешные результаты даже при запущенных проблемах со слухом у детей и взрослых.

**Валерий АНБУШИНОВ, врач клиники «Наран» в Крылатском, член Международной ассоциации врачей тибетской медицины**

### Факторы риска

- **Возраст от 2-х до 4-х лет. Вызвано это анатомическими особенностями: слуховая труба у ребенка более широкая и короткая и не так хорошо, как у взрослого, выполняет разделительную функцию между полостью уха и носоглоткой**
- **Сниженный иммунитет, подверженность простуде и воспалениям носоглотки**
- **Офисные кондиционеры**
- **Аллергический ринит**
- **Кариозные зубы**
- **Инсулинозависимый диабет**
- **Посещение бассейнов. Наружный отит часто называют «отитом пловцов». Сказывается постоянное воздействие энергии «холода» воды на организм**
- **Шейно-грудной остеохондроз**
- **Ночные дискотеки**
- **Прослушивание музыки в наушниках**
- **Шум на производстве**
- **Возрастные изменения слуха**

## Если сдержаться нет сил...

### Что такое синдром гиперактивного мочевого пузыря?

**С**уществуют проблемы со здоровьем, которые не принято обсуждать вслух. И даже с врачом о них говорят неохотно. Одно из таких состояний – распространенное сейчас заболевание – недержание мочи, или частые позывы к мочеиспусканию (поллакиурия), в том числе и ночью (никтурия).

Синдром гиперактивного мочевого пузыря – нарушение функции мочевого пузыря, при котором возникает частое неотложное желание помочиться (в некоторых случаях через каждые 20–30 мин. в дневное время). Позыв трудно подавить, он может привести к непреднамеренной потере мочи (недержанию). Например, согласно отечественным исследованиям около 38,6% женского населения отмечают симптомы непроизвольного выделения мочи при усилении, напряжении, чихании или кашле.

Во многих случаях доктора не могут точно определить причины гиперактивности мочевого пузыря. Это и многократные или осложненные роды у женщин, ожирение, запоры, хронические воспалительные заболевания органов малого таза, операции на органах малого таза, занятия тяжелой атлетикой, опущение внутренних органов. Все эти факторы могут изменять нормальное анатомическое взаиморасположение тазовых органов, приводят к стойким явлениям в них, влияют на порог чувствительности нервных рецепторов мочевого пузыря.

Учащенное мочеиспускание – один из симптомов нарушения функции почек (состояния «холода» почек), хронического пиелонефрита, хронического цистита, мочекаменной болезни, острых инфекций мочевых путей, а также опухолей спинного и головного мозга, сахарного диабета, рассеянного склероза, инсульта.

С возрастом вероятность развития гиперактивности мочевого пузыря увеличивается. Гормональные изменения при климаксе у женщин часто приводят к развитию атрофических изменений в оболочках мочеполовых органов, связках и мышцах тазового дна. Увеличение и воспаление простаты у мужчин – также фактор риска развития недержания мочи.

Имея гиперактивный мочевой пузырь, человек буквально привязан к туалету, длительные поездки и прогулки превращаются для него в кошмар. Использование прокладок проблемы не решает, а синтетические препараты оказывают нежелательное воздействие на нервную систему. В крайнем случае, современная медицина предложит вам помощь хирурга.

Эффективное консервативное лечение предлагает в этом случае тибетская медицина. Наполнение и опорожнение мочевого пузыря является результатом сложного взаимодействия функции почек, нервной системы, мышц. Нарушение функции одного или всех этих звеньев может способствовать возникновению гиперактивности мочевого пузыря и недержания мочи. Поэтому хорошие результаты дает комплексная терапия хронических заболеваний нервной системы, почек и мочевыводящих путей с помощью внешних процедур – прогревания, иглоукальвания, точечного массажа, лечебных компрессов, гирудотерапии. Уникальная методика клиники «Наран» позволит привести в нормальное анатомическое положение органы малого таза в случае их опущения. Внутреннее лечение состоит в приеме трав и фитопрепаратов, «согревающих» почки, улучшающих иннервацию стенок мочевого пузыря, общеукрепляющих и успокаивающих нервную систему.

Не стоит стесняться своей проблемы, ведь она вполне решаема.

**Елена СЕЛЕЗНЕВА, врач клиники «Наран» в Новосибирске, член Международной ассоциации врачей тибетской медицины**



## «Книга отзывов» наших пациентов

### Камни в желчном пузыре

Два года плохо спала по ночам, преследовала раздражительность, тяжесть в правом подреберье, изжога от любой еды, тошнота, запоры. Когда начались приступы боли, прошла обследование на УЗИ. Оно выявило, что желчный пузырь почти полностью заполнен камнями и практически не функционирует. После трех курсов лечения (это заняло более полугодя) в клинике «Наран» контрольное УЗИ показало, что в полости желчного пузыря появился просвет – камни стали растворяться. Ещё через полгода уже только треть желчного пузыря осталась заполненной камнями, размеры которых уменьшились с 20 мм до 6–8 мм!

Важно отметить, что за всё время лечения у меня ни разу не было приступа желчнокаменной болезни! Огромное спасибо всем моим лечащим врачам и персоналу «Нарана» за ласковое и чуткое отношение!

Ирина Евгеньевна СЕРБИНА, 61 год,  
пациентка клиники «Наран»  
на «Проспекте Вернадского»

### Аномалия развития печени, желчевыводящих путей, хронический панкреатит

Дочь родилась в 2004 году, проблемы со здоровьем начались с рождения. О «Наране» узнали от знакомых и сразу же решили обратиться. Лечение мягкое, не токсичное. После первого же сеанса увидели хорошие результаты. После каждого сеанса лечения испытывали только самые добрые и светлые чувства и эмоции. Уникальные методы, поражающие воображение! Огромное спасибо персоналу клиники! Хочется пожелать родителям детей, имеющих проблемы со здоровьем, отбросить все сомнения и смело доверить своих деток врачам «Нарана». Здесь вам помогут.

Мама Ани ГУЛЯЕВОЙ,  
пациентки клиники «Наран» на «Таганской»

### Грыжа позвоночника, послеоперационный период

Выражаю свою признательность и благодарность врачу Олегу Нимажаповичу Билдушкину за внимательное отношение и успешное избавление от проблем желудочно-кишечного тракта, болезни сосудов на ногах. Это Врач с большой буквы. Благодаря его усилиям, знаниям и опыту

мое здоровье укрепилось, улучшилось состояние после перенесенной операции по удалению грыжи на позвоночнике. Сейчас чувствую себя очень хорошо. А еще он помог вылечить мою жену и внука.

Спасибо коллективу клиники за внимание и доброе отношение! Утверждаю, имея на это основание, что организация работы в клинике ничем не уступает зарубежным лечебным организациям. Большое спасибо!

Борис Савельевич ШЕВЧЕНКО,  
пациент клиники «Наран» на «Рижской»

### Крапивница, отек Квинке

Пришла в «Наран» с жалобами на крапивницу, которая появилась полгода назад. Лежала в больнице два раза с отеком Квинке. Врачи долгое время не могли определить причины крапивницы. Сменила четырех дерматологов, несколько аллергологов в разных клиниках. Крапивница снималась только таблетками.

Мама и коллеги не раз советовали обратиться в «Наран». Даже врач в поликлинике посоветовал! Когда шла на первую процедуру, ожидала, что будет приятно. Но, как оказалось, без боли выздоровление невозможно. Запомнилось почти моментальное снятие отека ног нажатием на точку на первом же сеансе. После этого я стала относиться к тибетской медицине с большим доверием. Точечный массаж, иглоукалывание, банки, мануальный массаж – все шло на пользу. Результаты, которые я получила от лечения, полностью опровергли мое предыдущее неверие. Я обязательно приду только сюда, если мой организм вновь даст сбой.

Елена Борисовна КАТЮШКИНА, 39 лет,  
пациентка клиники «Наран» на «Таганской»

### Тиреоидит, многоузловой зоб

Несколько лет назад поставили диагноз «воспаление щитовидной железы, зоб». Постоянно отекало лицо, страдала от учащенного сердцебиения, повышенной потливости, тревоги, дрожи в теле. Врачи назначали различные гормональные препараты, лечение продолжалось три года и результатов не принесло.

В «Наране», куда я обратилась по рекомендации друзей, прошла поэтапные курсы фитотерапии, энергетический массаж, иглоукалывание.

За первые полгода лечения произошло значительное улучшение самочувствия. Еще через полгода симптомы заболевания почти исчезли. Улучшение подтверждено результатами УЗИ щитовидной железы и обследованием гормонального фона. У меня нет слов, чтобы отблагодарить главного врача клиники Светлану Чойжинимаеву, а также остальных докторов, которые приняли живейшее участие в моем лечении. Храни вас Бог!

Ольга НИКИФОРОВА, 46 лет,  
пациентка клиники «Наран» на «Войковской»

## Из наставлений Его Святейшества Далай-Ламы XIV, лауреата Нобелевской премии мира



«Даже по своему физическому строению человек словно создан для любви и сострадания. Мы можем убедиться, что спокойное, благожелательное и уравновешенное состояние ума положительно воздействует на наше здоровье и общее физическое состояние. Напротив, чувство отчаяния, страха, возбуждения и гнева может оказаться разрушительным для здоровья. Вот почему человеку от природы свойственно стремление к счастью».



ЛИЦО С ОБЛОЖКИ

## Обязательно снова приду на лечение!

С клиникой «Наран» познакомился, найдя газету «Вестник тибетской медицины» в почтовом ящике. На тот момент ситуация была плачевная – надорвал спину на садовом участке. Обострились давние боли, стало сильно отдавать в ногу. До этого всегда старался поддерживать себя в хорошей форме. После ухода из профессионального спорта продолжал заниматься гимнастикой. Но, видимо, сказались занятия в молодые годы штангой.

Тогда в Союзе среди подростков и юношей это было очень модно, был настоящий бум тяжелой

атлетики в стране. Наверное, я перестарался в своем увлечении, и теперь вот оно «аукнулось» в 65 лет болями в спине. Врачи в «Наране» на «Смоленской» видели снимки моего позвоночника, где отражены серьезные профессиональные изменения, но все равно за меня взялись! Я им очень благодарен за доброту, душевность и старание, профессиональные советы по дальнейшему образу жизни, особенно моему лечащему врачу Евгению Горяевой. 11 процедур иглоукалывания, массажа и прогревания в комплексе с моей зарядкой по утрам дали впечатляющие результаты. Мне стало гораздо лучше! Обязательно снова приду на лечение.

## «На здоровье сказались занятия штангой в молодые годы».

Павел Пронин, мастер спорта,  
заслуженный тренер СССР

В феврале в клинике «Наран» пройдут семинары на тему «Худеем правильно». Для всех слушателей семинара особая цена – сеанс ауркулотерапии и консультация по питанию всего за 1900 рублей!

### ЖДЕМ ВАС:

19 и 26 февраля в филиале клиники на «Таганской» (ул. Народная, 20) с 10.00 до 12.00.

11 февраля в филиале «Наран» на «Войковской» (5-й Войковский проезд, 12) с 10.00 до 12.00.

Подробная информация по тел. (495) 221–21–84.

## НАШ ФИТОБАР



### Сотворенное тело

Книга С.Г. Чойжинимаевой «Сотворенное тело» предназначена для всей семьи: в ней освещены вопросы детского здоровья, рассматриваются проблемы женских и мужских заболеваний, в том числе бесплодия. Ее можно приобрести в фитобарах клиники «Наран».



### Свечи от кашля

Предлагаем свечи зеленые для успокоения кашля и приступов астмы. Они помогают снимать бронхоспазм, способствуют выведению густой, вязкой мокроты, уменьшают судорожный кашель и ощущение першения в области задней стенки глотки. Также спрашивайте в фитобарах «Наран» свечи в ассортименте для успокоения нервной системы, хорошего сна и очищения ауры помещения.



### Сигара от всех болезней

Прогревание полынными сигарами и бездымными моксами энергетических меридианов и активных точек улучшает циркуляцию крови, устраняет энергетические блоки, активизирует обменные процессы, повышает уровень энергии в организме, лечит болезни «холода».

Эта процедура особенно эффективна при таких болезнях, как хронический насморк, бронхит, бронхиальная астма, аллергии, заболевания кожи, сосудов, суставов (артриты, артрозы), нарушения сна, невриты, варикозная болезнь, лимфостазы.



### Горячий напиток мира

Имбирный напиток уже более 2500 лет известен на Востоке своими чудесными свойствами. Упоминания об имбире содержатся в священных текстах Корана. Прекрасная Шахерезада из «Тысячи и одной ночи» рассказывает о свойствах корня: он возбуждает страсть и половое желание. В индийской медицине имбирь называют «вишвабхесадж» – лекарством мира. Острый на вкус корень относится к разряду «горячих специй», возбуждающих аппетит и улучшающих кровоснабжение, является прекрасным согревающим средством при простудах. Как отмечает Мюнхенский журнал «Бунте»: «Имбирь разжижает кровь, за счет чего мозг лучше снабжается кислородом. По этой причине имбирь очень полезен для людей, занятых интеллектуальным трудом, журналистов, деятелей искусства. Рекомендуется принимать четверть чайной ложки имбиря или имбирный напиток вместо кофе, например, перед творческими совещаниями».

## ПРОДУКЦИЯ ФИТОБАРА – ХОРОШЕЕ ДОПОЛНЕНИЕ К КОМПЛЕКСНОЙ ТЕРАПИИ



### Алтайские бальзамы — чудо природы

Девять видов алтайских безалкогольных бальзамов являются отличными общеукрепляющими средствами при самых различных заболеваниях.

В состав бальзамов входит природное сырье из «кладовой» сибирской тайги: настой из плодов шиповника, черемухи, черноплодной рябины, золотого и марального корней, девясила, листьев малины, мяты перечной, березовых почек, пижмы, тысячелистника, душицы, пиона, мать-и-мачехи, шалфея, боярышника, кедрового ореха, меда, листа земляники и т.д.



### Чудесный эбонит

Массажеры с эбонитовыми валиками облегчают симптомы при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, ЖКТ, бронхолегочных патологиях, при головных, зубных болях, респираторных заболеваниях, гриппе, гайморите и фронтите (массаж лица 1–2 раза в день в течение 15 минут).



### Колющий врачеватель

Аппликатор «Колющий врачеватель» – прекрасное дополнение к комплексному лечению заболеваний опорно-двигательного аппарата. По своему поверхностно-рефлекторному воздействию на организм человека является прекрасным средством оздоровления и профилактики, что позволяет совмещать его с фитотерапией, физиотерапией, маслами и кремами.



### Ваша кожа без морщин и аллергии

Биологическая серия «MLE» разработана специально для сухой, чувствительной и увядающей кожи. Наряду с омолаживающим эффектом, косметические средства «MLE» увлажняют кожу, восстанавливают её защитные барьерные функции, обладают заживляющим эффектом. В основе косметической многослойной эмульсии – новый уникальный активатор кожи K5 (K6PC-5). K5 нормализует баланс кератиноцитов, увеличивает рост фибропласт и синтез коллагена. Антивозрастная система для чувствительной кожи подарит вашей коже второе рождение.

НЕ ЯВЛЯЮТСЯ ЛЕКАРСТВАМИ, УТОЧНИТЕ ВОЗМОЖНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

## ЛЕЧЕНИЕ, ДОСТУПНОЕ ВСЕМ

Помимо комплексной терапии в филиалах клиники «Наран» вы можете выбрать специальные льготные программы, направленные на лечение основного заболевания:

«Вернем бодрость духа и тела» (5 сеансов — 7 000 руб.)

«Спина без боли» (9 сеансов — 16 650 руб.)

«Камни растворяются» (9 сеансов — 16 000 руб.)

«Женское здоровье» (9 сеансов — 18 450 руб.)

«Жизнь без аллергии» (9 сеансов — 18 450 руб.)

«Гипертония без таблеток» (9 сеансов — 16 650 руб.)

«Без болей в суставах» (9 сеансов — 18 000 руб.)

«Чистая кожа» (9 сеансов — 18 450 руб.)

«Повышаем иммунитет» (9 сеансов — 18 000 руб.)

«Детки, не болейте!» (9 сеансов — 14 850 руб.)

ВСЕГО  
**31**  
ПРОГРАММА



# КЛИНИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ



# наран

работает с 1989 года

## Комплексное лечение хронических заболеваний без операций и гормонов

### Заболевания органов дыхания

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

### Сердечно-сосудистые заболевания

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

### Заболевания мочеполовой системы

- Хронический пиело- и гломерулонефрит
- Хронический цистит, уретрит
- Мочекаменная болезнь
- Энурез, нефроптоз
- Хронический простатит, аденома
- Хронический аднексит, эндометрит, эндометриоз

- Киста яичников, миома матки, мастопатия, фиброаденома молочных желез

- Нарушение менструального цикла, бесплодие

### Заболевания кожи и опорно-двигательной системы

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

### Заболевания нервной системы

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

### Заболевания эндокринной системы

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

### Заболевания желудочно-кишечного тракта

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

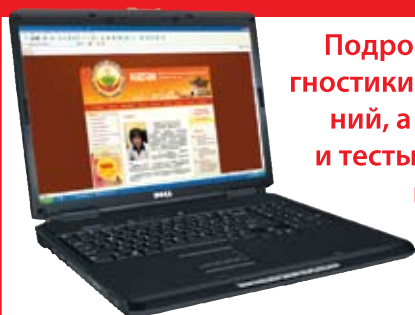
### Хронические заболевания уха, горла, носа, глаз

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

## КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНО!

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

Тел.: (495)221-21-84, 8(967)135-55-48



Подробную информацию о методах диагностики и лечения хронических заболеваний, а также отзывы пациентов клиники и тесты на определение индивидуальной конституции вы найдете на сайтах

[www.naran.ru](http://www.naran.ru)

[www.clinicanaran.com](http://www.clinicanaran.com)

Лиц. МДКЗ №17867/9326

[www.naran.ru](http://www.naran.ru)

[www.clinicanaran.com](http://www.clinicanaran.com)

### Адреса филиалов клиники «Наран» в Москве:

- |   |   |
|---|---|
| м. «Проспект Вернадского», ул. Удальцова, д. 23   | Тел.: (495) 510-39-61, 510-39-62        |
| м. «Рижская», проспект Мира, д. 79                | Тел.: (495) 681-23-36, 8(903) 121-60-64 |
| м. «Смоленская», Панфиловский пер., д. 6          | Тел.: (495) 605-04-90                   |
| м. «Таганская», ул. Народная, д. 20               | Тел.: (495) 221-21-84, 8(967) 135-55-48 |
| м. «Крылатское», Осенний бульвар, д. 12, корп. 10 | Тел.: (495) 415-34-35, 8(965) 217-19-21 |
| м. «Отрадное», ул. Пестеля, д. 11                 | Тел.: (499) 904-16-09, 904-16-11        |
| м. «Войковская», 5-й Войковский пр., д. 12        | Тел.: (499) 747-49-60, 150-74-10        |

### Клиника «Наран» в Праге:

- Прага-6, ул. Миладе Горакове, д.101/64 Тел.: (420) 224-316-809, 224-323-906

### Клиника «Наран» в Берлине:

- Фридрихштрассе, 71 Тел.: 49(0)30/ 200-595-41, 200-595-42, 200-595-44

## ДНИ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ В «НАРАНЕ»

Лекции в клинике на ст. м. «Таганская»

6 февраля «Атеросклероз»

13 февраля «Логоневроз»

20 февраля «Аллергические заболевания»

Начало в 15.00. Вход свободный

Запись по тел.: 8(495) 221-21-84, 8(967) 135-55-48

Дополнительная скидка на лечение в эти дни 5%

### Тибетский астропрогноз с 01.02 по 28.02

Удачные дни:	Благоприятные дни			Неблагоприятные дни:
5, 9, 10, 16, 27	для стрижки волос: 6, 8, 9, 11, 13, 14, 16, 17, 18, 24, 25	для начала приема лекарств: 5, 10, 19, 28	для выезда в дорогу: 3, 4, 6, 8, 12, 16, 17, 20, 23, 25, 26, 27	1, 13

### УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Подписку на газету «Вестник тибетской медицины» вы можете оформить в любом почтовом отделении России.

Подписной индекс: 99683

Подписная цена по Москве:

45,29 руб. — 3 мес. 90,58 руб. — 6 мес.



## ПОЧЕМУ «НАРАН»?

21 ГОД УСПЕШНОЙ РАБОТЫ В ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЕ

АВТОРСКИЕ МЕТОДИКИ ЛЕЧЕНИЯ, разработанные основателями клиники Светланой и Баиром Чойжинимаевыми

КОМПЛЕКСНАЯ ТЕРАПИЯ распространенных хронических заболеваний, в т.ч. системных (красная волчанка, псориаз, сахарный диабет и др.)

УСТРАНЕНИЕ причины заболевания без операций, гормонов и побочных эффектов

ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПОДХОД ЛЕЧЕНИЕ, ДОСТУПНОЕ ВСЕМ

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

Свидетельство о регистрации ПИ №ФС1-01931 от 4.10.05 г. © ООО «Наран Информ» Все права защищены и охраняются законодательством РФ.

Учредитель — ООО «Наран Информ» (клиника традиционной тибетской медицины «Наран»)

Председатель редакционного совета — С. Чойжинимаева

Главный редактор — Е. Санжаина  
Верстка — М. Лезина  
Корректор — Н. Федулеева  
Дизайнер — Н. Кривошта, Л. Петренко

Газета выходит 2 раза в месяц  
Общий тираж — 1 400 000 экз.

Адрес редакции: 115172, г. Москва, ул. Народная, д. 20  
Тел. (495) 221-21-84 (многоканальный)  
Наш сайт: [www.naran.ru](http://www.naran.ru)  
E-mail: [mail@naran.ru](mailto:mail@naran.ru)

Газета отпечатана в типографии ООО «ВМГ-Принт»

Подписано в печать 24.01.2011.

Заказ №

Цена свободная