

КЛИНИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ № 1 В РОССИИ



НАРАН работает
с 1989 г.

З Д О Р О В Ь Е :

- ДИАГНОСТИКА
- ЛЕЧЕНИЕ
- СОВЕТЫ

В Е С Т Н И К Т И Б Е Т С К О Й М Е Д И Ц И Н Ы

№ 12 (195) Декабрь 2016 г. Выходит с июня 2005 г. Ежемесячно.

www.naran.ru

НАМ 27 ЛЕТ!

ЗВЕЗДНЫЕ ИТОГИ «НАРАН»

Стр. 5

Стр. 2

Слово главного
врача

СОВМЕСТИМЫЕ И
НЕСОВМЕСТИМЫЕ
ПРОДУКТЫ

Стр. 4

Женское
здоровье

ТИБЕТСКИЕ
РЕЦЕПТЫ
МОЛОДОСТИ

Стр. 6

Практика тибетской
медицины

ЕСЛИ "СТРЕЛЯЕТ"
В СПИНЕ



Акция
В Новый год
с «НАРАН»

-40%

на комплексное
лечение
см. стр. 7

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

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

А Вы знаете, как бороться с выпирающим животом?

Участница нашего проекта «Похудение по-тибетски» Елена Мелентьева делится своими впечатлениями с читателями «ВТМ»



Елена Мелентьева: «Я заметила, что стала спокойнее, пребываю в каком-то блаженстве и радости. И силы откуда-то взялись, и энергия!».

Поющие чаши – это Космос!

Меня переполняют эмоции! Я никогда в жизни не испытывала таких ощущений и даже предположить не могла, что это такое наслаждение! Главный врач клиники «Наран» Лина Львовна Буяк сказала: «Ваше похудение начнем с восстановления энергетики!». Я была удивлена, причем здесь энергетика, анализ моего образа жизни? А позже я поняла, почему и для чего. Мое здоровье было измотано: тяжелой болезнью, переживаниями из-за

предательства близких людей, постоянными стрессами в последние лет шесть. Только сейчас понимаю, что это все и подорвало мою энергетику, вследствие чего и появились болезнь и полнота. Больше удивление было, когда узнала, как мне ее будут восстанавливать. И это интригующе называется «Массаж тибетскими поющими чашами». Вообще, хочу сказать, познакомившись с клиникой тибетской медицины «Наран», мое мировоззрение начало меняться. Я, как инопланетянка, постоянно что-то новое для себя открываю. Мне делали «звуковой массаж» неоднократно. Эффект потрясающий! Тело, полностью погруженное в эти волшебные чарующие звуки, наполняется ими, и наступает умиротворение, покой, приходит чувство невесомости, полета, растворения и единения с Космосом... Это Чудо!!!! Я испытала самые яркие, фантастические ощущения! Я была словно в приятном трансе от всего происходящего. Звук, тактильные ощущения и образы, которые возникали перед мысленным взором, – все это словно путешествие то в далекий Космос, то в свой внутренний мир. Я и думать забыла обо всех своих проблемах, заботах и делах. Просто поверьте, это фантастика! И еще хочу поделиться тем, что гармоничный эффект от массажа поющими чашами оставался со мной долгое время. Я заметила, что стала спокойнее, пребываю в каком-то блаженстве и радости. И силы

откуда-то взялись, и энергия! Я хочу сказать огромное спасибо и низкий поклон моему чародею – Вадиму Баировичу Доржиеву! Вы подарили мне сказку! Вы Кудесник!

Массаж живота и... жиры тают

Знайте, один из лучших способов борьбы с животом – его массаж! Такая процедура, прежде всего, улучшает работу иммунной системы, которая нужна для борьбы с любыми болезнями. Массаж живота улучшает работу кишечника – переваривание, всасывание полезных веществ и перистальтику, что способствует уменьшению объема живота и талии. Активизация работы кишечника не только помогает худеть, но и улучшает общее состояние организма, добавляет бодрости и энергии. Сразу после массажа, если честно, я выжата, как лимон. А вот потом наступает очень классное состояние души и тела! Я уже прошла несколько сеансов массажа живота у Мастера своего дела Дымбырла Жалсараева. Кстати, хочу отметить, в жизни он скромный, спокойный и очень приветливый человек, но как попадаешь в его руки, то все... пропала, точнее, мои жиры. И вот вам какой-то массаж!!!

Лечу в «Наран»

Никто не говорил, что будет легко! Но когда есть первые результаты, просто лечу на крыльях в свою любимую клинику «Наран» для прохождения дальнейших процедур. Кстати, мои первые результаты:

минус 4 кг и минус 1 размер одежды (все висит как на вешалке)! То ли еще будет, ведь проект продолжается!



Лечение методом «Поющие чаши» проводит врач клиники «Наран» на Войковской Вадим Доржиев тел.: 8(495)180-04-40

Кстати

БАНКИ – СЕКРЕТ 23-КРАТНОГО ОЛИМПИЙСКОГО ЧЕМПИОНА МАЙКЛА ФЕЛПСА

После нагрузок для восстановления американский пловец проходит процедуру постановки вакуумных банок. Абсолютный рекордсмен по количеству наград (28) в истории Олимпийских игр, спортивное прозвище «Балтиморская пуля», с удовольствием размещает в социальных сетях свои фото со следами баночного массажа. На Олимпиаде – 2016 в Рио-де-Жанейро многие обратили внимание на странные круги на его спине. Как оказалось, спортсмен использует лечебные вакуумные банки для восстановления после тяжелейших нагрузок. Майкл Фелпс – единственный в истории спорта 23-х кратный олимпийский чемпион. На Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро 31-летний спортсмен выиграл 5 золотых медалей, став самым старшим по возрасту олимпийским чемпионом по плаванию на индивидуальной дистанции. Победив в комплексном плавании на дистанции 200 м, он стал первым пловцом, выигравшим золотую медаль на одной и той же дистанции на четырех Олимпиадах подряд.



«БИБЛИОГЛОБУС» ПРЕДСТАВИЛ КНИГИ СВЕТЛАНЫ ЧОЙЖИНИМАЕВОЙ В КАЗАХСТАНЕ

В Астане прошла Евразийская международная выставка-ярмарка «Eurasian Book Fair – 2016». Более 20 книг доктора Светланы Галсановны Чойжинимаевой о теории и практике тибетской медицины были представлены на самой большой экспозиции ИД «Библиоглобус» от России. Все книги от российских авторов и издательств были переданы в дар библиотечным фондам Республики Казахстан. Книжные труды основателя клиники «Наран» вызвали огромный интерес у посетителей «Eurasian Book Fair – 2016». На второй день выставки состоялась творческая презентация Светланы Чойжинимаевой. На встречу пришли давние поклонники и читатели книг основателя клиники «Наран». – Я много лет назад начала читать статьи Светланы Галсановны, когда она публиковалась в журнале «Здоровый образ жизни», меня поразили ее материалы. Я собирала вырезки и до сих пор их храню, а тут представилась возможность на выставке лично познакомиться и получить в подарок книги, да еще и с автографом! – с восторгом поделилась впечатлениями 64-летняя жительница Астаны Татьяна Петухова.



ТВОРЧЕСКАЯ ВСТРЕЧА СВЕТЛАНЫ ЧОЙЖИНИМАЕВОЙ С ЖИТЕЛЯМИ ВЕНЫ

В столице Австрии 18 ноября состоялась презентация книг основателя и главного врача клиники «Наран». Как отметила сама доктор Светлана Чойжинимаева, вечер общения с австрийскими читателями прошел на одном дыхании, «публика была замечательная, атмосфера теплая, полное взаимопонимание с залом». Очень большое удовлетворение у автора книг вызвал возрастающий интерес у жителей Европы к тибетской медицине. – Дискуссия развернулась по «правилу 8 стаканов воды»: как и сколько необходимо пить. Среди пришедших на презентацию были слушатели, которые на себе апробировали это правило и пришли к выводу, что это нанесло только вред их здоровью! – отметила Светлана Чойжинимаева. – Многим оказалось понятно понятие о «жаре» и «холоде», это очень порадовало меня! Пришлось даже провести сеансы пульсовой диагностики! В целом, презентация удалась! Спасибо, Вена!



БЕСПЛАТНАЯ ГАЗЕТА В ДОБРЫЕ РУКИ!

Уважаемые читатели «ВТМ»! Мы очень благодарны вам за доверие и хотим, чтобы о возможностях и эффективности тибетской медицины узнало как можно больше людей! Для этого мы ежемесячно выпускаем бесплатную газету «ВТМ». Это единственное в России периодическое издание, в котором публикуются статьи о методах тибетской медицины, о лечении различных заболеваний, полезные советы врачей о питании и образе жизни, отзывы пациентов и информация о продуктах для здоровья. Если у вас есть возможность помочь с распространением газеты в местах, где ее увидит большее количество людей, кому она принесет пользу – мы будем рады нашему с вами сотрудничеству!

С уважением,
редакция газеты «ВТМ».
Наш телефон: +7 (495) 180-04-40

СО ВСЕЙ РОССИЕЙ ПОЛУЧАЙ НА ДОМ «ВЕСТНИК ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ!»

В декабре заканчивается подписная компания «Почты России» на первое полугодие 2017 года.

НАШ ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС П 3270

Тибетские рецепты молодости

Сохранить красоту можно и без химических инъекций



Инна Манджиева, врач клиники «Наран», м. «Таганская», тел: 8(495)180-04-42

В погоне обмануть время, современные женщины буквально «подсели» на уколы красоты – ботокс, мезотерапия и т.д. Если еще несколько лет назад считалось, что это прерогатива дам балзаковского возраста, теперь даже молодые девушки увлеклись косметологическими инъекциями. Кстати, стоит отметить, действие их непродолжительное. И мало кто задумывается, что у таких уколов красоты есть и обратный эффект. Самый безобидный – кожа привыкает и впоследствии «ленится» полноценно вырабатывать необходимые вещества: коллаген и эластин. Да и зачем, если хозяйка искусственно и принудительно их вводит. Однако еще древние врачеватели Тибета знали, как помочь женщинам сохранить красоту абсолютно безопасными средствами.

Уколы, но без ботокса

Иглоукалывание – этот метод способен излечить более двух тысяч различных заболеваний. Правильно воздействуя на биологически активные точки, опытный врач запускает или, наоборот, приостанавливает практически любые процессы в организме. Клинически доказано, что посредством акупунктуры можно ускорить движение кислорода и крови, тем самым убыстрить процесс выздоровления. И даже, более того, напрямую стимулировать гормональную систему, способствуя восстановлению клеток. Процедура иглоукалывания – великолепная альтернатива современным инъекциям красоты ботокса и мезотерапии. В клинике тибетской медицины «Наран» на основе древних тибетских методик разработана программа акупунктурного омоложения лица. Ее основа – иглорефлексотерапия. Однако наилучшие результаты дает сочетание иглотерапии с другими методами тибетской медицины, в частности, с глубоким точечным массажем. Как показывает практика, именно иглоукалывание усиливает действие дополнительных процедур в несколько раз. Постановка игл на биологически активные точки на лице дает превосходный эффект лифтинга. Курс лечения по программе «Акупунктурное омоложение лица» состоит из 12 процедур. Длительность каждой процедуры – 40 минут. Уже через несколько сеансов пациентки замечают омолаживающее действие игл и массажа: кожа становится упругой, морщинки разглаживаются за счет глубокой стимуляции выработки эластина и коллагена.

О действии медицинских игл в Дополнительной тантре трактата «Чжуду-ши» сказано: «подавляет Ветер, усиливает огонь, разрушает скраны (опухоль), пробуждает онемевшее».

В результате процедур:

- улучшается циркуляция крови, лимфы и межклеточной жидкости;
- запускается обновление крови;
- очищаются закупоренные сальные и потовые железы;
- выводятся продукты обмена;
- повышается эластичность кожи и тонус мышц.

Показания:

- изменение овала лица;
- изменение цвета, тона кожи;
- морщины на лице, в области шеи;
- складки носогубные, межбровные.

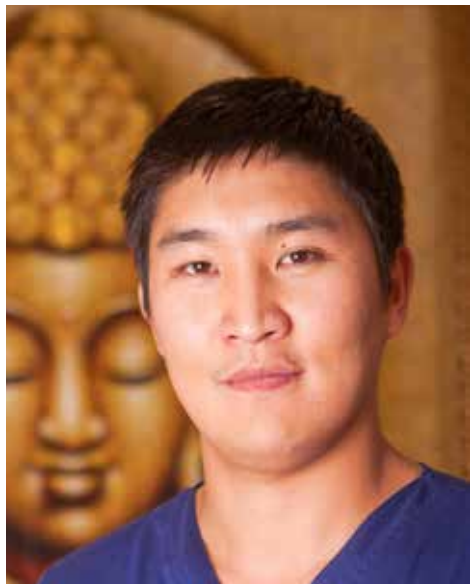
Преимущества:

- безопасность;
- естественность;
- долговечность.



Повысьте мужскую самооценку

На Тибете мужская сила сохраняется и после 80 лет



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

Проблема преждевременной эякуляции приносит массу дискомфорта ощущениям представителям сильного пола: от простого неудобства до кардинального снижения самооценки. К тому же, слишком быстрое семяизвержение препятствует оплодотворению, а его следствием нередко становится полная эректильная дисфункция.

У мужчин встречаются две разновидности этого деликатного недомогания:

● **Первичная** – подобная проблема вызывается особенностями работы головного мозга, а именно тех нервных центров, которые отвечают за процесс эякуляции. Другая причина первичного раннего семяизвержения – травма, полученная во время внутриутробного развития или при родах. Обычно сложности с длительностью полового акта возникают с самого начала сексуальной жизни юноши, и можно говорить об отсутствии эякуляторного рефлекса;

● **Вторичная** – в этом случае мужчина, как правило, изначально не испытывал сложностей с эякуляцией. Однако со временем вследствие неких внешних факторов (воздействие лекарственных средств, травма, инфекция и т.п.) быстрота достижения семяизвержения меняется.

Диагностировать истинную причину болезни помогут традиционное выслушивание пульса больного, осмотр и опрос.

Когда доши не в ладу

Тибетская медицина считает, что главными причинами мужских половых дисфункций являются недостаток энергии почек и «холодная» кровь, провоцирующая разлад трех дошей: «Слизи», «Ветра» и «Желчи». Практика клиники «Наран» показала, что страдающим этим недугом можно помочь, ведь на Тибете мужская сила сохраняется и после 80 лет.

Проблема преждевременной эякуляции обычно вызывается следующими физиологическими причинами:

- излишняя чувствительность головки полового члена;
- болезни внутренних органов (опущение почки, травмы или же заболевания в районе поясницы или крестца, области малого таза и другие);
- хронический везикулит и простатит;
- гормональный сбой;
- интоксикация (в том числе наркотическими веществами, алкоголем, отдельными лекарственными препаратами).

Существуют и психологические причины:

- стресс;
- нездоровый образ жизни;
- страхи и фобии;
- сложные, отчужденные взаимоотношения между партнерами, ведь отсутствие доверия между супругами – одна из распространенных психологических причин.

Душевная поддержка играет очень большую роль в интимной жизни и мужчин, и женщин.

Лечение и профилактика преждевременного семяизвержения

Чаще всего раннее извержение семени характерно для мужчин зрелого возраста. На их интимной жизни сказываются современные стрессы, частые переохлаждения, отсутствие адекватной и своевременной физической нагрузки и неправильное питание. Особенно отметим важность психологического аспекта лечения. Обращение к врачу в подобных ситуациях лучше не откладывать. При обращении к докторам тибетской медицины пациент получает не только своевременную помощь в лечении возникших физических, но и психологических причин. Благодаря комплексному подходу лечения по четырем основным методам тибетской медицины, профессиональный врач вместе с пациентом исправляет и первопричину, и сопутствующие факторы. Рекомендации по правильному питанию способствуют улучшению обмена веществ. Фитотерапия в данном случае призвана нормализовать состояние конституций «Желчь» и «Слизь». К тому же, травы прекрасно регулируют состояние нервной системы, то есть «Ветра». Для оптимального усвоения тибетских фитопрепаратов специалист обычно советует принимать их после 17 часов, когда деятельность почек активизируется максимально. Стоунтерапия важна для возвращения жизненной теплоты в организм, а моксотерапия заставляет кровь динамично циркулировать, улучшая кровообращение в органах малого таза. Иглорефлексотерапия восстанавливает баланс энергии в организме, глубокий точечный массаж устраняет застои, улучшает кровоток и лимфоток. Рекомендации по образу жизни – занятия спортом, отказ от привычек, вредных здоровью, настрой на позитивный образ мыслей – все это способствует закреплению достигаемого эффекта комплексного лечения.

ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

Гинекологические заболевания – бели, миома, фибромиома матки, аднексит, обильные менструации, эндометрит, маточные кровотечения.

Противовоспалительное и противомикробное действие в области мочеполовой системы, борется с различными урогенитальными инфекциями, снимает отёк слизистой, боли и спазмы, а также другие симптомы гинекологических воспалений, оказывает дополнительное кровоостанавливающее действие.



МУЖСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

Аденома предстательной железы, простатит, уретрит, пиелонефрит.

Целенаправленно действует на улучшение функции предстательной железы, оказывает сильнейшее противовоспалительное действие, облегчая тем самым симптомы простатита, затрудненное мочеиспускание и, снимая боли в области мочеоточника и предстательной железы, благотворно влияет на микроциркуляцию, улучшает кровообращение в области малого таза.



Нам доверяют

Близится Новый год, а значит, пришло время подводить итоги уходящего и планировать дела на предстоящий. В череде суетливых будней мы зачастую забываем уделить время себе и своему здоровью. Однако наши с вами успехи в делах, карьерный рост и благополучие в семье прежде всего зависят от нашего здорового физического и эмоционального состояния. «ВТМ» подводит итоги для своих читателей: о ком мы вам рассказывали в течение этого года, чьи интересные истории стали героями нашей газеты. Самое драгоценное – здоровье – врачам клиники «Наран» доверяли не только жители самых разных регионов России, но и пациенты из разных стран мира, известные персоны страны.

**Екатерина
Стриженова,**

Телеведущая
Первого канала,
актриса театра
и кино

«Это другой
уровень
медицины»

**Арина
Шарапова,**

Известная
телеведущая,
журналист

«В «Наране»
мне провели
сеанс абсолют-
ной релаксации»

**Марк
Варшавер,**

директор
Московского
Государственного
театра «Ленком»

«Ощущать себя
здоровым челове-
ком, мне кажется,
– это главное»

**Мы —
российские
женщины!**

Наталья
Канивец

Ольга
Кузнецова

«Клиника «Наран»
является ярким
подтверждением
эффективности тибетской медицины».

«Благодаря Светлане
Чойжинмаевой у
россиян большой
интерес к тибетской
медицине!»

**Александр
Михайлов,**

народный
артист РСФСР,
кинорежиссёр

«Здесь в «Наране»
я тепло ощущаю,
здесь маленький
уголок моей
родины»

**Ирина
Ортман,**

певица,
телеведущая,
актриса

«Один сеанс
в «Наране» равен
недельному
отпуску»

**Сергей
Нетиевский,**

Продюсер,
шоумен

«После визита
в «Наран»
молодеешь
лет на 10».

**Наталья
Корнейчик,**

«Первая принцесса
Эстонии», мировая
модель

«В «Наране»
ты как бы
в облачках»

**Сергей
Исаев,**

директор шоу
«Уральские
пельмени»:

«Хочу быть
вписанным
в историю к
линики «Наран»

Почему младенец часто срыгивает?

Кормление становится испытанием и для малыша, и для его родителей



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

Новорожденный человек получает первую информацию о мире через молоко матери. Именно грудное вскармливание – залог крепкого здоровья малыша в будущем. Эту аксиому признают врачи и современной медицины.

В традиционной тибетской медицине конституция «Ветер» отвечает за нервную систему, в свою очередь «она управляет всем телом» (медицинский трактат «Чжуд-ши»). Поскольку нервная система играет ключевую роль в организме человека, на основе ее расстройства могут развиваться самые различные заболевания. Первая опасность подстерегает человека при рождении. Виною тому могут быть различные обстоятельства. В частности, быстрые или форсированные роды, когда врачи вынуждены вмешаться в естественный процесс и плод извлекают, используя медицинские щипцы.

В результате у ребенка может произойти подвывих шейных позвонков с повреждением шейного нервного узла, который координирует движения рук, глотательный рефлекс, процесс дыхания. Повреждение шейного нервного

узла может повлечь за собой нарушение глотания, косоглазие, затрудненную речь (дизартрию), заикание (логоневроз), косноязычие. Кроме того, нарушается проведение нервного импульса к узлам, расположенным ниже по ходу позвоночника. Вот почему дети с подвывихом шейных позвонков могут страдать парезом не только верхних, но и нижних конечностей.

Едва родившись, такой ребенок давится молоком. У него постоянная икота, срыгивание, вздутие живота, судорожные движения руками или, наоборот, руки висят, как плети. Чрезвычайно важно вовремя обратить внимание на все эти симптомы, проверить состояние шейного отдела позвоночника и своевременно начать лечение – уже в шесть месяцев, при первых признаках, не дожидаясь, когда ребенку исполнится год-полтора. Чем раньше будет начато лечение, тем быстрее можно победить болезнь. Если же золотое время упущено, в будущем это может привести к таким последствиям, как детский церебральный паралич.

В клинику «Наран» обратилась женщина, заметив у своего ребенка, девочки 9-ти месяцев, признаки пареза левой руки и левой ноги. Даша не опиралась на одну ногу, приволакивала ее. Игрушки она всегда брала только правой рукой, а левую не использовала вовсе. Кроме того, у девочки было искривление рта, наблюдалась кривошея: голова на подушке всегда была повернута в одну сторону. Икроножные мышцы были все время спазмированы, девочка могла стоять только на цыпочках. Прежде всего необходимо было сделать рентгеновский снимок шейного отдела позвоночника. Оказалось, что позвонки на уровне 2, 3 и 4-го отделов сместились на заметное расстояние. Этим смещением и связанным с ним повреждением шейного нервного узла объяснялась наблюдавшаяся симптоматика. Лечение было направлено на то, чтобы посредством массажа и легкого прогревания полными моксосигарами улучшить состояние позвоночника. Кроме того, были назначены в детских дозах тибетские фитопрепараты, нормализующие нервную систему, кровообращение и проведение нервных импульсов. По

прошествии 11 сеансов Даша встала на обе ступни, и уже в 10 месяцев устойчиво стояла на ногах. Болезни удалось избежать благодаря вовремя предпринятым мерам.

Целебное тепло

Главными причинами расстройства нервной системы у детей являются неправильное питание и внешнее охлаждение организма. Конституция «Ветер», отвечающая в нашем организме за нервную регуляцию, имеет холодную природу. Дети и сами не любят холод, в тепле они чувствуют себя куда уютнее. И уж, конечно, совсем не правы те родители, которые полагают здоровой практикой закаливание своих детей с раннего возраста. Все, чего они добьются такой «заботой», – это основы для множества будущих болезней. Например, если младенец лежал некоторое время распеленным в прохладном помещении, холод проникает в его тело через кожу, появляется отрыжка, икота, срыгивание, газы. Со временем ребенок начинает проявлять характер, у него появляются выраженные эмоции, он начинает требовать, плакать. Если плач продолжается длительное время, это вызывает возмущение «Ветра» (нервной системы): икоту, боли в желудке, нарушение сна. Вот почему родители не должны позволять своим чадам слишком долго плакать. Нужно успокоить ребенка, дать ему попить подогретого молока, и он быстро придет в норму. Кроме того, сильное охлаждение организма может вызвать, в частности, развитие таких заболеваний, как парезы, невриты лицевого нерва, невралгии. Например, ребенок промок под холодным дождем или продрог на сильном холодном ветру, и особенно велик риск, если это сопровождалось эмоциональным возбуждением.

В клинике тибетской медицины «Наран» накоплен большой опыт в лечении самых различных заболеваний, в том числе, вызванных расстройствами нервной системы. Главное – своевременно обратить внимание и прийти за помощью. В трактате «Чжуд-ши» об этом сказано: «Нет такой болезни, которую нельзя было бы вылечить на ранней стадии, пока она не обзавелась «друзьями».

ДЕТСКИЙ ГОРОСКОП



Лошадь (1990, 2002, 2014 гг.)

В восточной астрологии Лошадь – символ жизненной удачи, достижения намеченных целей, трудолюбия и независимости. Дети-лошади могут быть великодушны и могут даже жертвовать собой, но им часто приходится объяснять, что и у других есть чувства. Эти дети любопытны, любят приключения. Они находятся в неустанным движении, ребенок рано выходит из дома, возвращается к обеду. Главное качество Лошадок – кипучая и радостная энергия, они распространяют вокруг себя настроение веселости и довольства. Этих детей легко воспитывать, если не оскорблять их достоинства, они нуждаются в похвале. Если забросить, они вырастают эгоцентристами. Ловкие дети, они способны не только к умственной, но и физической работе. В школе преуспевают в иностранных языках, литературе и спорте. У Лошади горячая кровь и переменчивый характер. С детства отличаются независимостью, не слушаются советов и поступают так, как им взбредет в голову. Было бы хорошо, если бы еще в юном возрасте Лошади покинули семью, чтобы жить своей жизнью. Впрочем, они сами охотно так и делают.

Продолжение в следующем номере.

Если «стреляет» в спине

Редко встретишь человека зрелого возраста, который не испытал на себе, что такое радикулит



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

Пояснично-крестцовая радикулопатия – это официальное медицинское название заболевания, более известного нам как воспаление седалищного нерва. Чаще всего предпосылкой к радикулопатии является остеохондроз пояснично-крестцового отдела позвоночника,

и, как следствие, протрузии и межпозвоночные грыжи.

Определить по ногам

При постановке диагноза «невралгия седалищного нерва», помимо традиционного осмотра пациента, беседы и диагностики по пульсу, врачи клиники «Наран» обращают внимание на нарушение чувствительности кожных покровов в нижних конечностях пациента. Это позволяет сделать выводы об уровне поражения всей нервной системы. Прослушивание пульса позволяет доктору тибетской медицины получить представление о доша больного, его психоэмоциональном состоянии и о первопричинах беспокоящего его заболевания. Врачи клиники «Наран» в интересах своих пациентов рекомендуют и современные методы диагностического исследования для полной картины выявления заболевания: рентгенография, КТ или МРТ.

Это болезнь нервной «Ветра»

Как и многие другие заболевания, связанные с поражением нервной системы, радикулопатию вызывает расстройство конституций «Ветер» и «Желчь». Защемление седалищного нерва может быть как болезнью «холода», так и болезнью «жара». Возмущение конституции «Ветер» развивается из-за слабой стрессоустойчивости и неправильного отношения к возникающим труд-

ностям. От психоэмоционального состояния напрямую зависит и состояние мышц спины. А значит всего позвоночника и нервов, находящихся внутри позвоночного столба. Возмущение конституции «Желчь» приводит к нарушению пищеварения, расщепления поступающей пищи и, как следствие, к сбою подачи питательных веществ (аминокислот, минералов, микроэлементов, пептинов и т.д.). В итоге нарушается в организме выработка хондроитина, который служит своего рода прослойкой между позвонками.

Люди-«Желчь» – эмоциональные, гневливые, раздражительные, что со временем приводит к сильному спазму мышечной мускулатуры. В результате и происходит защемление седалищного нерва, который проходит в толще мышц нижних конечностей.

Первопричины:

- низкая стрессоустойчивость;
- переутомление, синдром хронической усталости;
- переохлаждение, длительное воздействие холода и сырости на организм;
- неправильное положение тела при длительной сидячей работе;
- травма (переломы, смещение позвонков);

- инфекционные либо воспалительные болезни (ревматизм, туберкулез, артрит, артроз и т.п.);

- сахарный диабет.

С возрастом вероятность радикулопатии возрастает.

Лечите комплексно

Практика клиники «Наран» подтверждает действенность применяемого подхода тибетской медицины – комплексное лечение. Каждый метод, словно звенья одной цепи, дополняют и усиливают лечебный эффект. Например, врачи «Наран» применяют лечебный массаж по уникальной авторской методике Светланы и Баира Чойжинимеевых, который способствует снятию спазма мышечной мускулатуры, улучшает трофику (питание) тканей. Остальные процедуры (кровопускание, вакуум-терапия, моксотерапия и др.) подбираются индивидуально каждому пациенту. Все они снимают обострение, возникающее при невралгии седалищного нерва. Немаловажно соблюдение рекомендаций докторов тибетской медицины по характеру питания в соответствии с «доша» пациента: «Ветер», «Желчь» или «Слизь». Натуральные препараты на основе компонентов растительного и животного происхождения снимают воспалительный процесс в организме.

Лечение без химии, гормонов и операций



ПРОДУКТ МЕСЯЦА «ОЧИЩЕНИЕ И ПИТАНИЕ»

Акция от фитобара «НАРАН». Покупайте и получайте подарки



-10%

«Секреты красоты»: Маски для кожи век, крема серии «NoniCare», эликсир «Чьяванпрашам»

«Очищение и питание»: «Тибетский сбор №40»; «Талхан»; набор специй «Энергия тела»; «Цампа»; ягода «Годжи»

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

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

10 декабря – «Кожа, как зеркало здоровья», ведёт доктор Евгения Бастуева

24 декабря – «Синдром хронической усталости. Лечение и профилактика», ведёт доктор Вера Хаджинова

Расписание вебинаров смотрите на сайте www.naran.ru



Предъяви скидочный купон на комплексное лечение

Вырежь купон

предоставь в любой из филиалов «Наран» и получи указанный бонус



Тибетский астрологический прогноз

ДЕКАБРЬ 2016 г.

Благоприятные дни для стрижки волос
2, 4, 5, 7, 9, 10, 12, 13, 17, 20, 24, 25

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, 4, 8, 12, 13, 15, 17, 19, 22, 23, 25

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

Благоприятные дни для приёма лекарств
7, 29

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»
7, 29

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.

СЛОВАРИК

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



Представитель конституции «Ветер»



Представитель конституции «Желчь»



Представитель конституции «Слизь»

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

«Пока в доша нет изменений, они не проявляют себя как причины болезней, но как только равновесие между ними нарушится, они делаются сутью болезней».

«Чжуд-Ши», Тантра Объяснений

Мужское здоровье



Эксклюзивная продукция из трав



Фитопрепараты



Эликсиры, капсулы, драгоценные пилюли



NARANFITO

Интернет-магазин тибетской медицины «НАРАНФИТО»
тел. 8-800-333-14-00, 84951800446, 8(985)641-83-69
www.naranfito.ru
предлагает:

Здоровое питание



Женское здоровье



Мази, гели, пластыри



Книги Светланы Чойжинимаевой



УЧАСТНИК КОНКУРСА
«КЛИНИКА года»
2016 МОСКВА

ГОЛОСУЙ
за свою клинику
в эфире радиостанции
«Комсомольская ПРАВДА» 97,2 FM
и на clника.kp.ru

МЕДИЦИНСКИЙ КАЛЕНДАРЬ НА ДЕКАБРЬ

1 декабря
Международный день борьбы со СПИДом

День невролога

С благодарностью к «НАРАН». География наших пациентов



Пациент из Сербии избавился от инсулинозависимости. Всего 9 сеансов комплексного лечения потребовались **Йовану Стефановски**, чтобы победить наступление болезни.

На фото: **Йован Стефановски** с лечащим врачом клиники «Наран» Светланой Лхасарановой, м. «Войковская», тел: 8(495)180-04-40



«НАРАН» ДЛЯ НАС СТАЛ СЕМЕЙНОЙ КЛИНИКОЙ»

Анастасия Виноградова – фото- и подиумная модель международного уровня, артистка хора «Юнеско», общественный деятель, любящая супруга и домохозяйка. Этих достижений она добилась сидя в инвалидном кресле.

На фото: **Анастасия Виноградова** с лечащим врачом клиники «Наран», м. «Войковская» Нелли Кан, тел: 8(495)180-04-40



«Я ОБЯЗАТЕЛЬНО ВЕРНУСЬ В «НАРАН»

Спустя 16 лет **Людмила Тоуз** вернулась в Россию, чтобы специально пройти лечение зоба в клинике тибетской медицины. Жительница города Ферфилд, штата Калифорния из Америки прошла полный курс комплексного лечения в клинике «Наран»

На фото: **Людмила Тоуз** с лечащим врачом клиники «Наран» Светланой Лхасарановой и массажистом Мэргэном Гармажаповым, м. «Войковская», тел: 8(495)180-04-40



«Традиционная считала невозможным, тибетская медицина смогла!» Результаты лечения **mal-t-лимфомы Владимира Осиповича** поразили ведущих онкологов Москвы.

На фото: **Владимир Осипович** после визита в клинику «Наран», м. «Войковская», тел: 8(495)180-04-40



«Книги доктора Светланы Чойжинимаевой – мой проводник в «Наран». **Лариса Хорн** приехала из Германии и вылечила гастритоз.

На фото: **Лариса Хорн**, после сеанса комплексного лечения в клинике «Наран», м. «Войковская», тел: 8(495)180-04-40



Пациент из Франции победил диабет в России. Журналист **Жак Элкуби** повернул вспять заболевание.

На фото слева: **Жак Элкуби** с супругой **Любовью Бабешко**, после сеанса комплексного лечения в клинике «Наран», 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

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

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

Первое медицинское интернет-радио
NARANFM.RU



Как пройти до филиалов клиники «Наран» (г. Москва)



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

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



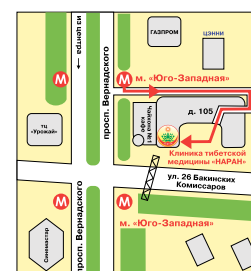
Большой Козловский пер., 4
+7 (495) 180-04-41

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



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

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.



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

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

Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия. Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-52718 от 08 февраля 2013 г. ООО «Зеленый лотос»

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

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

Отпечатано в АО «Прайм принт» 141700, МО, г. Долгопрудный, Лихачевский проезд, 5В Тел.: +7 (795) 789-45-25 Заказ №3902, Тираж 150 000 экз. Подписано в печать 25.11.2016 года. Цена свободная