

клиника



Наран

работает
с **1989** года

№13(74)
1–15 июля
2009

Вестник тибетской медицины

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



Стр. 4–5

С заботой о женщине

~~4000.-~~

2975.-

сеанс комплексного
лечения

Летняя акция с 1 по 15 июля
в клинике «Наран»

2095. –

для детей и пенсионеров

В НОМЕРЕ:

Терапия
удовольствием
в «Наране»

Стр. 2

Ревматоидный
полиартрит —
история болезни
со счастливым
концом

Стр. 3

Как долго
оставаться
молодой?

Стр. 4

Лучший подарок
маме

«Критические
дни» без
проблем

Стр. 5

«Лаоджан» —
секрет здоровья

Стр. 6

Тест «Женская
тайна»

Стр. 7



Светлана ЧОЙЖИНИМАЕВА:

НЕ ДАЙТЕ СЕБЕ БЫТЬ ПОБЕЖДЕННЫМИ!

Свое 20-е лето старейшая в России клиника тибетской медицины «Наран» отмечает большими скидками на лечение, праздничными акциями и конкурсами. Подробнее об этом мы попросили рассказать главного врача клиники, к. м. н. Светлану ЧОЙЖИНИМАЕВУ.

— Светлана Галсановна, таким солидным юбилеем может похвастаться далеко не каждая российская частная компания. В чем вы видите вашу главную победу?

— Очень важно, что жители центральной России сегодня уже многое знают об огромном потенциале тибетской медицины — тысячелетней науки, которая исторически очень близка россиянам. Те, кто по-настоящему ощутил ее возможности, уже обычно не ищет помощи в других местах.

До нас еще никому не удавалось настолько адаптировать древнюю науку врачевания к современной европейской действительности, чтобы она воспринималась также органично, как воспринимали ее много поколений жителей Бурятии, Калмыкии, Тувы и других регионов России. Наш главный успех в том, что за 20 лет существования клиники авторские методики лечения «Нарана» на основе тибетской медицины прошли в столице апробацию на многих тысячах людей и вызвали их безоговорочное одобрение.

— Как удается преодолеть первоначальное недоверие человека ко всему новому, неизвестному?

— «Наран» сегодня абсолютно вне конкуренции по сочетанию традиционных тибетских методов лечения с европейским уровнем сервиса и качества услуг. Мы стараемся максимально экономить время, деньги и силы пациента, и поэтому у нас нет таких понятий, как очереди или хождение по многочисленным кабинетам, время консультаций и лечебных сеансов пациент выбирает сам. Лечащий врач продолжает курировать его состояние и после курса лечения. Очень горжусь тем, что наши врачи часто становятся личными или семейными врачами, их рекомендуют своим друзьям и знакомым. Мы искренне желаем помочь людям, и они, в свою очередь, высоко ценят это. Что касается недоверия, то оно исчезает сразу, как только человек входит в стены клиники. А грамотная консультация врача окончательно убеждает человека в том, что здесь ему по-настоящему помогут.

— На какую часть населения ориентирована деятельность «Нарана»?

— Трудно сказать сразу. Думаю, что на всех. Деловые женщины и мужчины, домохозяйки, подростки, за-

ботливые родители, менеджеры, политические деятели, звезды эстрады и кино. Те, кто давно страдает от трудноизлечимой болезни, а также те, кто пережил кризис в жизни или просто сильно устал. Перечислять можно бесконечно. Этих людей объединяет одно: любознательность, желание познать себя и свое тело, равнодушие к будущему, жизнелюбие.

В арсенале современного человека не так уж много средств кардинального решения проблем со здоровьем — химически синтезированные препараты, заместительная гормональная терапия, операция. При этом современных лекарственных препаратов и методов лечения становится все больше. А больных людей не убавляется.

Поэтому, если есть желание что-то изменить, нужно в корне менять взгляд и способ решения проблемы. А это и есть суть нашей работы — совершенно иной подход к человеку и качеству его жизни. Не дайте себе быть побежденными болезнью, обстоятельствами или бессилием. Вместе мы все преодолеем!

— Кто сегодня реально может позволить себе но-

вое качество жизни с «Нараном»?

— Что касается ценовой составляющей, то наши услуги доступны всем. Стоимость лечения в «Наране» адекватна стоимости привычных медицинских и стоматологических услуг, а взамен человек получает несоизмеримо больше — много новой информации о себе, образе жизни, питании, массу приятных эмоций и ощущений, отсутствие побочных эффектов, долговременный эффект комплексного воздействия на весь организм. Пациенты признаются, что жизнь становится лучше, меняется мировосприятие, человек перестает чувствовать себя одиноким. Поэтому на лечение к нам обычно приводят всех членов семьи.

С самого начала работы клиники существуют социальные программы для малообеспеченных людей (порой скидки на лечение достигают до 70% от его стоимости) и значительные льготы для особых категорий населения (пенсионеры, инвалиды, дети, работники госучреждений, коллеги-медики). И это лето, в преддверии ноябрьского юбилея клиники, не станет исключением. Мы

уже снизили цену на сеансы комплексного лечения более чем на 25%, планируем дальнейшее их снижение. Кроме того, с июля стартуют три замечательных конкурса (подробнее см. на странице 6 — ред.), которые, я уверена, станут приятной новостью для наших почитателей.

— Что означает «терапия удовольствием»?

— Этот термин придумали наши пациенты. Уже с первого сеанса лечения большинство из них открывают для себя настоящую радость и блаженство от знакомства с чуткими руками опытного доктора, массажа с ароматным маслом и банок на спине, прогревания горячими камнями и полынными сигарами. За полтора часа врач тибетской медицины поможет снять боль, расслабиться, вернуть душевное спокойствие. Пожалуй, это сравнимо с прикосновением к чему-то прекрасному, добродушному, знакомому с детства. И с еще тысячью удовольствий, которые нас поджидают в каждом мгновении жизни... Лечение в «Наране» — это постижение философии гармонии, общая победа пациента и его врача над любым недугом.

В «НАРАНЕ» Я ЧУВСТВУЮ СЕБЯ ПРЕКРАСНО!



Чтобы поддерживать себя в хорошей физической форме, депутат Государственной думы РФ V созыва от партии «Справедливая Россия», член Комитета Госдумы по международным делам Семен Аркадьевич Багдасаров взял за правило проходить периодические курсы восстановительной терапии в клинике «Наран». Мы попросили его поделиться своими впечатлениями от лечения.

— Семен Аркадьевич, почему вы решили прийти именно в «Наран»?

— Как-то ко мне в руки попало рекламное объявление. Я заинтересовался, тем более, что с методами лечения тибетской медицины я не был знаком ранее. Конечно, мне как-то ставили иглоуказные специалисты из Вьетнама. То есть, что такое иглоуказная терапия, я знал, но не более того. Когда я пришел в Наран, первое, что меня поразило, — это комплексное лечение — такого подхода я не ожидал. И второе — мас-

саж. Я ходил на сеансы массажа, но такого энергетического массажа нигде не получал.

— Чего вы ждали от лечения?

— Хотел получить заряд бодрости, чтобы энергетика была хоть отбавляй. Мне очень нравится жесткий массаж, и именно такой массаж делает мой врач Оюна Бадмаевна Доржиева. Она отличный специалист, наблюдает меня больше года. Удивительно, как у такой хрупкой женщины получается такой отменный мас-

саж. У нее очень сильные руки. Одно непонятно, откуда берутся силы? Ведь сеанс длится почти полтора часа. После него я прекрасно себя чувствую. Теперь периодически прохожу комплексное лечение для профилактики.

— Вам приходится много работать, наверняка устаете, как еще удается поддерживать себя в тонусе?

— Спортсм я занимаюсь редко, но веду относительно здоровый образ жизни. Не пью, но курю сигары. Поэтому и иду в «Наран» — место, где я могу расслабиться и отдать себя в руки надежного врача. Я считаю, что надо обязательно хотя бы 1–2 раза в неделю проходить эти сеансы в течение двух-трех месяцев. Сейчас собираюсь снова пройти курс.

Слышал, что вам в этом году исполняется 20 лет. Хотел пожелать вам успехов в работе, чтобы люди чаще к вам приходили, и уходили выздоровевшими!

Счастье исцеления

МНЕ ПОДАРИЛИ ВТОРОЕ РОЖДЕНИЕ

Ольга Масюк — цельная и сильная женщина. Она об этом не догадывалась, пока в ее жизни не случилась трагедия



Она всегда считала себя счастливым и удачливым человеком. Родилась Оля в древнем и красивом белорусском городе Бресте, росла в благополучной и уважаемой семье. Закончила институт, и работала специалистом по таможенному оформлению в прекрасном коллективе. Вскоре встретила хорошего человека и вышла замуж по любви. А в 2004 году, в 22 года, родила сына.

Прошло совсем немного времени, и счастливую во всех отношениях женщину внезапно настиг тяжелый удар судьбы.

А началось все с пустяка. В жаркий июньский день Оля вернулась с прогулки домой с сыном. Мучила жажда, и, не задумываясь, она выпила компот, который стоял в холодильнике.

На следующее утро проснулась с сильно заложенным горлом. С ангиной пришла в поликлинику, где врач посоветовал ей воздержаться от антибиотиков, поскольку молодая мама кормила грудью.

Оля врачей послушалась. Болела она во взрослой жизни редко, а в детстве ангины были частыми — в медкарте значился диагноз «хронический тонзиллит».

Через месяц цветущую женщину было не узнать. Воспали-

тельный процесс распространился по всему телу, казалось, болела каждая его клеточка. Утром из-за скованности суставов она с трудом вставала с постели, сил не было даже на то, чтобы моргать.

Оля побывала на приеме сразу у трех врачей. Они лишь разводили руками и строили предположения. Под вопросом поставили диагноз «реактивный полиартрит» и велели: «Приходите через полгода, пока деформации суставов нет».

Оля пропила массу таблеток, но чувствовала себя плохо, была очень подавлена. Накатила апатия и вялость, постоянно хотелось спать. Ее положили в больницу, где начали лечить «от всего сразу». Например, от хламидиоза, который так и не подтвердился впоследствии. Проккололи сильные антибиотики, а от болей предложили гормональный укол.

— В первый раз я отказалась, отговорили женщины в палате, — рассказывает Ольга. — Но через две недели после выписки боли стали невыносимыми,

суставы на руках и ногах сильно опухли. Я сама приехала к врачам: «Сделайте что-нибудь!» После инъекции гормонального препарата все как рукой сняло!

Эйфория продолжалась три месяца. Затем все началось сначала — изнуряющая лихорадка, слабость, боли. Очередной порции гормонов хватило уже на месяц, затем на неделю. А потом чудо-укол приносил облегчение только на день. При этом Оля стремительно набирала вес и была в глубокой депрессии.

Ее повезли на прием к известному профессору в Минск. Светило медицины пообещал: «Удалите железы, и все пройдет!» В тот же день Оля записалась на операцию. Ей вырезали железы и сказали, что теперь она может забыть о проблемах с суставами.

Через семь дней после операции колени распухли так, что напоминали футбольные мячи. Суставы сковало так, что Ольга не могла садиться, вставать, проблемой было посеще-

ние туалета. Муж носил ее по квартире на руках. Целыми днями больная лежала в постели, уставившись в одну точку. Ее перестало интересовать происходящее вокруг, все чаще приходили мысли о смерти.

И все же Ольга смогла пересилить себя и, выпив с утра сильные обезболивающие, стала ходить на работу. Ее обязанности требовали внимания, компетентности и сосредоточенности. Ольга признается, что благодаря дружеской поддержке родного коллектива, любви и заботе мужа и родителей, ей удавалось отвлекаться от болезни и чувства безысходности...

Перепробовала она почти все. Принимала радоновые и грязевые ванны, массаж, плазморефлексотерапию, даже посетила криосауну, еще больше ухудшив свое состояние.

Диагнозы врачей менялись один за другим. Последние два года в памяти отложились бесконечной чередой больниц и ежедневным приемом гормональных таблеток. Едва она пы-

талась уменьшить дозу или вовсе прекратить их прием, состояние резко ухудшалось.

Последней попыткой выкарабкаться из лап болезни стала поездка в январе 2008 года Москву, к тете, которая посоветовала ей обратиться в клинику тибетской медицины «Наран», где недавно успешно лечилась.

В «Наране» лечение Ольги курировала главный врач клиники Светлана Чойжинимаева.

— Мой случай никого не оставил равнодушным. Наверное, меня вся клиника лечила, — вспоминает Ольга сейчас.

Она исправно выполняла все рекомендации по питанию, с трудом передвигаясь, приезжала на процедуры, и не забывала вовремя принимать назначенные Светланой Галсановной фитопрепараты.

Не прекращала их пить и дома, в Бресте, одновременно уменьшая дозы обезболивающих таблеток. И в один прекрасный день они уже не понадобились. Прошлым летом Ольга съездила в Турцию, прогелась на горячем песке и вернулась домой вполне здоровой.

В начале этого лета она прошла очередной курс реабилитации в «Наране» и чувствует себя отлично. Уже год, как Ольга Масюк вспоминает о пережитом кошмаре, как об испытании, данным ей, чтобы стать мудрее, терпимее и сильнее. Она научилась самомассажу, занимается йогой и медитацией, очень внимательно относится к семейному рациону питания, поскольку понимает теперь, что пища может и должна быть лекарством. Сегодня они с мужем строят новый дом, стараются больше времени посвящать сыну и с огромной благодарностью вспоминают о врачах «Нарана», подаривших ей чудо второго рождения.

Комментирует к.м.н. Светлана ЧОЙЖИНИМАЕВА:

ВМЕСТО ИНВАЛИДНОГО КРЕСЛА — НОВЫЕ ПЛАНЫ НА БУДУЩЕЕ

Ольге Масюк всего 27 лет, и она в том прекрасном возрасте, когда впереди — вся жизнь, и все преграды, к счастью, можно преодолеть. Благодаря своему жизнелюбию она смогла это сделать. Bravo, Ольга!

Ознакомившись с историей ее болезни и результатами различных обследований, мы поставили диагноз «ревматоидный полиартрит». С точки зрения тибетской медицины, причиной недуга стало возмущение конституций Слизь и Желчь на фоне хронического воспалительного очага инфекции.

Ревматоидный полиартрит опасен тем, что, в конце концов (с лечением гормонами и без него) приводит к ранней инвалидности больного. В болезненный процесс вовлекаются не только все суставы, но и внутренние органы — сердце, почки, печень

и др. Известно, что лечение, направленное только на суставы, бессмысленно. Необходимо лечить весь организм в целом, изменить сознание, образ жизни и питания. Ольга, например, по совету врачей-аллопатов употребляла много сырых овощей и фруктов («нехватка витаминов»), пила кисломолочные напитки — все эти иньские, «холодные» продукты только усугубляли ее состояние, изначально вызванное накоплением «холода» в организме.

И все-таки позитивное мышление в сочетании с чудодейственными тибетскими фитопрепаратами и процедурами сделали свое дело — смогли полностью восстановить довольно запущенное состояние пациентки. И мы очень надеемся, что все мечты и планы Ольги теперь осуществляются с легкостью.

РАСТВОРИЛИСЬ КАМНИ, ИСЧЕЗЛА БОЛЬ!

Рассказывает Никифорова Татьяна Николаевна:

«Три года назад у меня обнаружили камни в желчном пузыре. Сразу же предложили желчный удалить. Я отказалась».

Проблемы с пищеварением были у меня с детства. С возрастом они только усиливались. Вскоре почти каждый прием пищи начал вызывать приступ боли и тяжесть в правом боку. Затем боль стала опоясывающей, она словно пожирала меня изнутри. В поликлинике поставили диагноз «хронический панкреатит», выписали ферменты, но лучше не становилось. Я почувствовала себя в западне.

Однажды увидела по телевизору доктора Светлану Чойжинимаеву, которая рассказывала о тибетской медицине, и решила, что это шанс. Пришла в «Наран» и после консультации поняла, что это

именно то, что я искала. Со мной работала врач Лидия О니кова. Хочу поблагодарить ее от всей души. Сколько энергии в этой женщине, сколько любви к своему делу!

Результаты лечения ощутила уже через два месяца — я могу без страха садиться за стол, прошли боль и тяжесть. Через четыре месяца УЗИ показало, что наполовину растворились камни в желчном пузыре! Буду продолжать лечение, пока камни не исчезнут совсем.»



Комментирует главный врач клиники «Наран» на «Таганской» Лидия ОНИКОВА:

— Татьяна Николаевна, 52 года, конституции Желчь-Слизь обратилась в клинику

«Наран» с диагнозом: желчнокаменная болезнь, калькулезный холецистит, хронический панкреатит. Женщина жаловалась на сильные колики и опоясывающие боли в области живота, метеоризм, изжогу, кислую отрыжку, горечь во рту и расстройство стула. По данным УЗИ, в желчном пузыре находились два камня размерами 2,5 см и 1,8 см.

Причиной заболевания, при наличии наследственного фактора, стал обильный, нерегулярный прием пищи и стрессовая обстановка в семье. Психоземональное состояние женщины характеризовалось повышенной раздражительностью, гневливостью. На лицо — возмущение конституции Желчь, нарушение работы пищеварительной системы, застойные процессы в

печени. С годами в крови повысился уровень холестерина, триглицеридов и сахара (увеличение «плохой» крови), развился сахарный диабет по «горячему» типу.

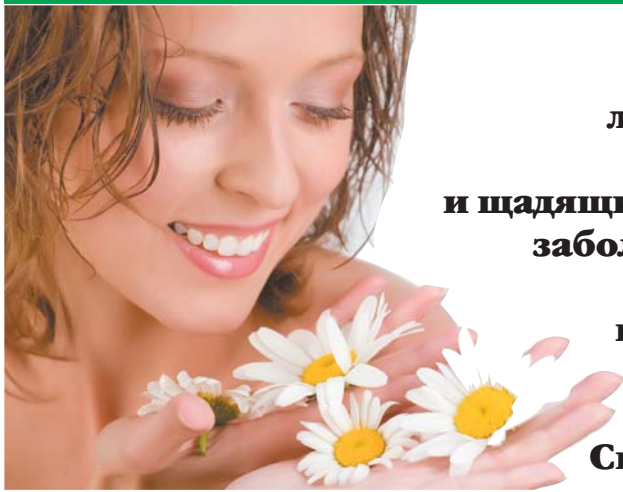
Комплексный курс терапии включал внешние методы воздействия (массаж, иглоукалывание, моксотерапия), а также применение тибетских фитопрепаратов — противовоспалительных, седативных, очищающих печень, желчный пузырь, кровь и растворяющих камни желчного пузыря, стимулирующих функции поджелудочной железы.

Интенсивность этого процесса в значительной степени зависит от характера питания, поэтому очень важно соблюдать особый дробный режим питания. Это нужно для того, чтобы желчь регулярно, порциями покидала



желчный пузырь, и в нем не возникали застойные явления, способствующие образованию камней. Некоторые пациенты, почувствовав улучшение самочувствия, возвращаются к прежнему режиму питания, и это существенно затягивает процесс лечения. К счастью, Татьяна Николаевна во всем следовала врачебным рекомендациям, и эффект наступил достаточно быстро.

ИНЬ — ВЕЛИКОЕ СОХРАНЯЮЩЕЕ



Многовековые знания тибетской медицины легли в основу эффективных органосохраняющих и щадящих методик лечения женских заболеваний в клинике «Наран».

Рассказывает кандидат медицинских наук, заслуженный врач Республики Бурятия Светлана ЧОЙЖИНИМАЕВА.

Антибиотики, заместительная гормональная терапия, удаление матки и придатков — вот три кита, на которые опирается современная западная медицина при лечении заболеваний женской репродуктивной системы. Главное для врача в поликлинике или больнице — данные анализы. О том, что подобное лечение приводит к изменению психологического и эмоционального состояния женщины, вызывает комплекс неполноценности, нередко является причиной трагедий в семейной жизни, мало кто задумывается.

В восточной философии воспринимающее, сохраняющее женское начало мира — Инь — является одним из основополагающих. И поэтому тайнам женской природы в тибетской медицине всегда уделялось особое внимание, а врачей учили относиться к женщинам с трепетом и величайшей заботой.

Все мы являемся носителями трех доша (Ветер — нервная система, Желчь — пищева-

рительная система, Слизь — эндокринная и лимфатическая системы). Доша в чистом виде встречается редко, и преобладание двух из трех конституций — частое явление. Таким образом, среди человеческой популяции встречаются люди типа Слизь-Ветер, Слизь-Желчь, Желчь-Ветер, Ветер-Слизь и т.д. (Чтобы точно определить свою конституцию, наши читательницы могут обратиться к тесту на стр. 7)

При неблагоприятных воздействиях (холод, жар, инфекция, переутомление, стрессы, неправильное питание, травмы, поднятие тяжестей и пр.) у женщин появляются заболевания, возникшие на почве дисбаланса трех конституций. Расстройство Ветра (стрессы, фобии, мании) становятся толчком возмущения этой конституции), часто является пусковым механизмом болезней. Недаром говорят, что все болезни от нервов. Возмущение Желчи (причины — гнев, раздражительность, острая

жирная пища, алкоголь) сопровождается усиленной активностью печени. Это ведет к увеличению «плохой горячей» крови, которая разносится, в том числе, в обильно кровоснабжаемые половые органы, что становится причиной эндометриоза, узловой миомы матки и др. К возмущению конституции Слизь ведет неведение, гиподинамия, однообразная пресная еда, переедание, купание в холодной воде и другие факторы. Согласно тибетской медицине, именно возмущение Слизь (плюс инфекции и нервные стрессы) чаще всего приводит к заболеваниям женской половой сферы (кисты яичников, воспалительные заболевания, эрозии, опухоли).

Организм человека — единое целое, и поэтому лечить женские болезни следует в комплексе, чтобы они сохранили молодость и здоровье на долгие годы. Об этом свидетельствуют и многолетняя практическая работа врачей клиники «Наран».

КАК СПРАВИТЬСЯ С ПОСЛЕРОДОВОЙ ДЕПРЕССИЕЙ?

«Два месяца назад дочь родила долгожданного внука. С трудом выносила ребенка, почти всю беременность лежала в больнице. И вот, когда все позади, она стала нервным, истощенным и издерганным человеком, срысывается даже на ребенка. Помогите!»

И. Ростовцева, г. Смоленск



Отвечает врач клиники «Наран» на «Таганской» ГИЛЯНА ХАНЧАЕВА:

— Самый важный момент в жизни женщины — не только беременность и роды, но и первые месяцы после появления на свет долгожданного малыша. Большая нагрузка, связанная с уходом за малышом, приводит к накоплению нервного истощения, развитию хронической усталости. Возникающие при родах разрывы плохо заживают и очень болезненны. Во время беременности и родов меняются анатомо-физиологические характеристики организма женщины, возможно нарушение архитектоники внутренних ор-

ганов (опущение желудка, кишечника, загиб матки, смещение копчика и др.). Это становится причиной послеродовых запоров, развития геморроя, увеличения или потери веса, нарушений менструального цикла и т.д.

Теперь надежными помощниками молодых мам станут врачи клиники «Наран». Специальная программа «Для молодых мам» включает в себя сразу несколько направлений: «Антистресс по-тибетски», «Худеем правильно», «Женское здоровье», «Стройная осанка», «Лечим усталость».

Комплексные лечебные процедуры помогут женщинам восстановить пострадавшие ткани, справиться с послеродовой депрессией, войти в нормальный ритм жизни.

В программу входят: консультация врача, точечный массаж, стоун-терапия, постановка банок, фитопрепарат. Стоимость 11 сеансов — 20 900 рублей.



МЕНОПАУЗА — ИЗМЕНЕНИЕ «ЖИЗНЕННОЙ СУЩНОСТИ»

Здоровые почки продлевают молодость женщины



Особенно уязвим женский организм в период менопаузы, когда происходит психическая и физическая перестройка организма. Тибетская медицина связывает симптомы менопаузы с уменьшением почечной энергии или «холодом» почек. Именно в почках хранится «жизненная сущность» организма, и ее постепенное истощение влияет на работу печени и сердца, вызывая приливы и ночную потливость, перепады настроения и депрессию, сухость слизистых, приступы сердцебиения, боли в спине. Врачи тибетской медицины считают, что девушкам необходимо с юных лет беречь область поясницы и почек от переохлаждения,

поскольку именно они гарантируют в будущем возможность нормально выносить и родить ребенка. Кроме того, здоровые почки гарантируют долгую молодость и женское здоровье.

Благодаря широкому выбору средств комплексного лечения всего организма врачи клиники «Наран» эффективно решают эти проблемы. В их арсенале иглоукалывание, точечный массаж, гирудотерапия, банки, вакуум-терапия и др. методы внешнего воздействия, а также эффективные и безопасные фитопрепараты. Лечение нормализует работу почек, печени, сердца, направлено на стимулирование эндокринной функции яичников и гипоталамуса, предупреждает раннюю менопаузу после гистерэктомии, восстанавливает цикл после приема гормональных контрацептивов. А также естественно мобилизует внутренние резервы женского организма, превращая климакс в период нового расцвета жизни.

ХОРОШАЯ ФИГУРА — ЛЕГКО!



Прекрасные рубенсовские формы почему-то нынче не в почете, каждая вторая горожанка мечтает похудеть и избавиться от целлюлита. Простой и комфортный путь предлагает тибетская медицина и клиника «Наран».

Избыточный вес в тибетской медицине рассматривается как следствие нарушения «холодной» конституции Слизь. В организме накапливаются вода, жир, лимфа, слизь, ухудшается пищеварение, возникают условия для

развития таких болезней, как сахарный диабет, гипертония, артриты, различные отеки, опухоли и др. Избыточный вес является лишь частью общего дисбаланса в организме. Отсюда и комплексный подход к лечению этой проблемы. Прежде всего врач клиники «Наран» даст рекомендации относительно рациона питания и образа жизни. Они кардинально отличаются от общепринятых советов и позволят постепенно и безболезненно избавиться от «лишнего балласта» (например, аллопаты рекомендуют есть больше свежих овощей и фруктов. При этом они в сыром виде способны еще больше накопить в организме жидкости, которой и так много в организме при возмущении Слизь). Основное лечение направлено на выведение из организма избытка слизи, воды, жира, лимфы.

Фитопрепараты улучшают работу ЖКТ, регулируют водный обмен, устраняют жировую инфильтрацию (липоматоз) внутренних органов, оказывают общеукрепляющее действие. Важной частью комплексной терапии является постановка микроигл в ушную раковину для устранения чрезмерного аппетита.

Программа «Худеем правильно» включает: консультацию врача, постановку микроигл, 2 фитопрепарата. Стоимость программы — 6 500 рублей.

Отличие программы «Худеем правильно-2» от первого варианта «состоит в том, что она применяется в более серьезных случаях ожирения. Программа включает в себя дополнительные процедуры внешнего воздействия на организм, которые ускоряют процесс похудения: энергетический точечный массаж, вакуум-массаж. Стоимость 9 сеансов лечения — 15 500 рублей.



ЖЕНСКОЕ НАЧАЛО МИРА



ТИХАЯ ГАВАНЬ В МОРЕ СТРЕССА



Если ваша жизнь — повседневный стресс из-за накопившегося напряжения и усталости, вас мучит бессонница, приступы сердцебиения и головные боли, раздражительность и депрессия, вам поможет программа «Антистресс по-тибетски». А клиника «Наран» станет тихой гаванью в море стресса городской жизни. Лечащий врач подберет для вас индивидуальный рацион питания в соответствии с природной конституцией, порекомендует простые и доступные приемы медитации и аутотренинга, поможет другими глазами взглянуть на проблему. Стрессы вызывают мышечные спазмы (расстройство Ветра и Желчи), что ведет к блокировке жизненной энергии, ее движение замедляется, и тогда никакой отдых не помогает почувствовать бодрость. Энергетический точечный массаж и прогревание полынными си-

гарами особых биологически активных точек на теле помогут снять спазм и напряжение мышц, ликвидируют энергетические блоки. Вы вернете жизненный тонус, устойчивость к болезням.

Программа включает: консультацию врача, энергетический точечный массаж, прогревание полынными си-

гарами, фитопрепараты. Стоимость программы (9 сеансов) — 15 000 рублей.

Широкий диапазон цен и процедур также предлагают такие программы, как «Глубокий и здоровый сон», «Вернем бодрость духа и тела», «Лечим усталость», «Релакс-процедуры», «Стройная осанка».

История болезни

БОЮСЬ ОСТАТЬСЯ ОДНА!

Пациентка Татьяна, 47 лет, конституция Ветер, детей нет, брак неудачен.

Анамнез и жалобы. Два года назад Татьяна навсегда «завязала» с многолетним пристрастием к спиртному. Однако отношения с мужем по-прежнему не складываются. Страх перед разводом, связанным с возможными финансовыми трудностями, и бесконечные придирки мужа вызывают постоянное нервное напряжение. После удаления матки и придатков, проведенного три года назад, была назначена гормональная заместительная терапия, прекращение которой вызвало приливы и ночную потливость.

Нервное расстройство выражается в болях ревматического типа в суставах рук и ног, пояснице, частых простудах, бессоннице и отсутствии интереса к жизни. Недавно у Татьяны случился короткий роман с приятелем мужа, после которого чувство вины и одиночества только усугубило депрессию.

Лечение. Для облегчения болей и успокоения нервов пациентке назначили энергетический точечный массаж с кунжутным маслом, иглоукалывание, прогревание горячими байкальскими камнями, для смягчения симптомов менопаузы — специальные фитопрепараты, корректирующие работу почек и печени.

Результат. Уже после двух сеансов лечения боли прошли. Настроение Татьяны улучшилось, она стала лучше спать, изменила режим питания. Она стала увереннее в себе, нашла работу по душе и сосредоточила внимание на делах вне дома. Сейчас продолжает профилактический прием фитопрепаратов.

ПОЗВОНИТЕ МАМЕ!

И поздравьте с подарком от клиники «Наран» — сертификатом на лечение по программе «Здоровье родителей»!



Лечебная программа клиники «Наран» разработана специально для любимых родителей. Эту программу можно преподнести как подарок, используя подарочный сертификат. Пожилые люди признаются, что точечный массаж творит настоящее чудо в их возрасте, помогая устранить застойные явления в мышечных тканях, улучшить настроение и снять физическое и душевное напряжение. Прогревание полынными сигарами просто необходимо в преклонном возрасте — оно активизирует обменные процессы, изгоняет болезни «холода», прекрасно воздействует на крупные суставы, пояс-

ницу, лодыжки. Научно доказано, что лечение горячими камнями благотворно воздействует на сердечно-сосудистую систему, лечит бессонницу. Иглоукалывание используется в тибетской медицине для омоложения клеток и тканей организма. Даже в достаточно пожилом возрасте наши пациенты-мужчины сохраняют сексуальное влечение и устойчивые эректильные функции. Все эти процедуры в комплексе со специальной фитотерапией позволяют избежать или уменьшить симптомы старческих болезней: сахарного диабета, болезней суставов, недержания мочи, ослабления памяти и спутанности сознания, болезни Паркинсона, Альцгеймера и др.

Программа включает: консультацию врача, точечный массаж, прогревание полынными сигарами, стоун-терапию, иглорефлексотерапию. Стоимость программы (9 сеансов) — 17 000 рублей.

СЕКРЕТЫ ПРЕДМЕНСТРУАЛЬНОГО СИНДРОМА

Причина ПМС — дисгармония трех доша



В тибетской медицине различают более 30 видов заболеваний женской половой сферы. Комплексный подход в лечении чрезвычайно эффективен при предменструальном синдроме, болезненных менструациях, эрозии, эндометриозе, миоме матки, кистах яичников, бесплодии и др. Значительную роль в развитии женских заболеваний в молодом возрасте играют переохлаждения, нарушение режима питания и образа жизни, особенно после родов, различные инфекции, стрессы и нервные переживания. Очень часто душевная дисгармония (возмущение Ветра) скорее может оказаться причиной таких недугов, как дисменорея (болезненные менструации), олигоменорея (редкие менструации), ранний климакс.

Также функционирование женских половых органов напрямую связано с работой печени (конституция Желчь), которая «запасает кровь» и регулирует движением энергии по всему телу. Типичные симптомы ПМС при этом

объясняются печеночной дисгармонией: раздражительность — усиленным отделением желчи, вздутие — застоем энергии в нижней части брюшной полости, расстройства пищеварения и тяга к сладкому — избытком печеночной энергии.

Лечение основано на стимуляции печеночной энергии, очищении печени и улучшении кровообращения, стимулировании сокращения матки, умиротворении эмоционального состояния пациентки.

Возмущение Слизи может спровоцировать длительные и обильные кровотечения — до 7–10 дней, с большим выделением слизи и воды.

Специально для решения начинающихся гинекологических проблем в «Наране» разработана экономичная программа «Женское здоровье», которая включает в свою стоимость (9 сеансов — 18 900 рублей) консультацию опытного врача-гинеколога, 5 видов внешних процедур тибетской медицины, 2 фитопрепарата.

История болезни

КРИЗИС «КРИТИЧЕСКИХ ДНЕЙ»

Пациентка. 28-летняя Ольга, конституция Ветер-Желчь, менеджер по маркетингу, считает свою работу очень нервной. Живет с другом, который требует, чтобы она больше занималась домашним хозяйством. Мать недовольна тем, что у Ольги нет нормальной семьи.

Анамнез и жалобы. Классические симптомы предменструального синдрома (ПМС), перепады настроения со вспышками раздражительности, вздутый, болезненный на ощупь живот, набухшие молочные железы, менструации нерегулярные, болезненные и обильные.

Лечение. Ольга прошла комплексное лечение в клинике «Наран» по программе «Женское здоровье» — точечный массаж, иглоукалывание, прогревающие процедуры — стоун-терапию, вакуум-терапию, моксотерапию. Рекомендовано ежедневно, хотя бы на 15 минут, расслабляться и отвлекаться от повседневных забот, принимать фитопрепараты — успокаивающий и общеукрепляющий («Агар»), а также регулирующий менструальный цикл («Раши-Намжил»).

Результат. Через два месяца нерегулярный месячный цикл и водно-лимфатический обмен нормализовались, боли при менструациях утихли, постепенно исчезла болезненность молочных желез. Сейчас Ольга планирует родить ребенка и кардинально поменять свою жизнь.



МОЯ СЕМЬЯ

За кого болит душа женщины?

Правильно — за своих деток и любимого мужа

В клинике «Наран» разработана специальная программа для профилактики заболеваний у детей. Врач поможет выбрать правильный рацион питания, а массаж, прогревание целебными камнями и воздействие на энергетические точки полынными сигарами позволят вашему ребенку стойко переносить внешние отрицательные факторы — холод, сырость, инфекции и стрессы.

Программа «Детки, не болейте!» включает: консультацию врача, четыре вида процедур, 2 фитопрепарата. Стоимость программы (9 сеансов) — 13 500 рублей.

Женское счастье — был бы милый рядом... Успешный и сексуальный. Как позаботиться о любимых половинках? Для лечения и профилактики мужских заболеваний в кли-

нике тибетской медицины «Наран» применяется весь комплекс внешних и внутренних методов воздействия. Известно, что особую роль в развитии заболеваний мужской половой сферы играют почки и надпочечники. Из-за частых переохлаждений их функции снижаются, что приводит к нарушению кровообращения в органах малого таза. Лечение в «Наране» направлено в первую очередь на то, чтобыб «согреть» почки, улучшить кровообращение и циркуляцию энергии, устранить воспаление и полностью восстановить функции предстательной железы.

Программа «Мужское здоровье» включает: консультацию врача, пять видов процедур, 2 фитопрепарата. Стоимость программы (9 сеансов) — 21 900 рублей.

«ЛАОДЖАН» — ЕСТЕСТВЕННЫЙ ИММУНОМОДУЛЯТОР

Рецепту отвара «Лаоджан» более тысячи лет. В его составе 17 диких растений, произрастающих в северных районах Китая (акантопанакс колючий, бирючина блестящая, дереза барбарисовая, элимидиум короткорожковый, горец многоцветковый, повилка китайская, бархат амурский, ремания клейкая, ямс китайский и др.). Это продукт, признанный специалистами тибетской и китайской медицины лучшим продуктом антистарения в мире.

При покупке второй упаковки отвара «Лаоджан» — скидка 10%
Предложение ограничено

Отвар «Лаоджан» — великий гармонизатор и действует прежде всего на уровне биоэнергетических процессов, уравнивает Инь и Ян (жар и холод) в организме, стабилизирует энергию по меридианам. А это, согласно тибетской медицине, главный показатель здоровья в организме. В результате нормализуется работа главных регуляторов жизнедеятельности организма — нейроэндокринной и иммунной систем. Это обеспечивает сбалансированность всех обменных процессов, регулирует выработку половых гормонов. Это решает такие проблемы, как первичное бесплодие, импотенция, фригидность и т.д.

Мощное иммуномодулирующее действие «Лаоджана» позволяет охватить широчайший круг заболева-



ний: от профилактики и лечения гриппа, аллергических заболеваний — до синдрома хронической усталости и онкологической патологии. «Лаоджан» эффективен при дисбактериозе кишечника, токсикозе беременных, нарушениях менструального цикла. При приеме препарата стабилизируется состояние центральной нервной системы, он оказывает выраженное

антидепрессантное действие, активизирует мыслительную деятельность, улучшает память.

При местном применении (в разведении 1 к 3) отвар используется как капли в глаза при конъюнктивитах любой этиологии, для полоскания ротовой полости при стоматитах, спринцеваний при вульвовагинитах и кольпитах, как ранозаживляющее средство при ожогах.

СКАЖИТЕ «НЕТ» ДИАБЕТУ!

«У моей мамы сахарный диабет 2-го типа. Знаю, что сахароснижающие препараты не гарантируют защиту от осложнений. А какие эффективные средства лечения этой болезни используются в восточной медицине?»

Н. Маркова,
г. Зеленоград

Для лечения сахарного диабета в клинике «Наран» применяются внешние ме-

тоды воздействия и тибетские фитопрепараты, корректирующие возмущения конституций Слизь, Желчь и Ветер, а также очищающие кровь, печень и весь организм. Опыт тибетской медицины доказывает, что можно не только избежать заболевания сахарным диабетом, но и излечить его.

Среди средств, применяемых в восточной медицине при сахарном диабете, следует отметить древесину де-

рева виджаясар (Pterocarpus Marsupium). Это средство аюрведической медицины для корректирования обмена веществ. Результатом современного усовершенствования древнего метода стал стакан «Диа-Слим Тамблер».

Лекарственное вещество, содержащееся в коре и древесине, эффективно снижает избыточный вес, способствует выведению холестерина, регулирует уровень сахара в крови и очищает кровь.



Эффект превосходит все ожидания.

Во время курса лечения следует избегать в рационе бананов, картофеля, вареного риса и хлеба. Срок использования стакана — 30–35 дней.

Тест

ЖЕНСКАЯ ТАЙНА

Женщины во все времена были самой большой загадкой для ученых, поэтов и, конечно, знахарей и лекарей. Сегодня мы предлагаем нашим дорогим женщинам и девушкам тест на основе учения о трех физиологических началах, или конституциях человека: Ветре (механизме нервной регуляции), Желчи (пищеварительной системе) и Слизи (гормональной, лимфатической и клеточно-тканевой системах). Врачам тибетской медицины известно, что преобладание одной или двух регулирующих систем в организме серьезно влияет не только на внешний облик женщины, ее телосложение, но и на психоэмоциональные особенности, а также развитие тех или иных заболеваний.

Тест «Женская тайна», который является авторской разработкой главного врача клиники «Наран», кандидата медицинских наук Светланы Чойжинимаевой, поможет нашим читательницам узнать о себе больше. Поставьте плюсы напротив тех пунктов, которые наиболее полно характеризуют ваши пристрастия и привычки. Если вы набрали наибольшее число плюсов в одной из граф, можете смело причислить себя к соответствующему конституциональному типу. Если количество очков совпадает в двух графах, вы относитесь к смешанному типу конституции. Если количество очков примерно равное во всех графах, вы можете поздравить себя с тем, что жизненные силы вашего организма находятся в равновесии и гармонии! ▶

«НАРАН» ОБЪЯВЛЯЕТ КОНКУРСЫ ДЛЯ ПОЗИТИВНЫХ И ТАЛАНТЛИВЫХ

В преддверии знаменательного юбилея — 20-летия клиники «Наран», мы объявляем серию конкурсов. Все они носят позитивный характер, дают возможность нашим читателям блеснуть талантами. Особенно порадуют победителей призы, которые подарят вам свежесть восприятия жизни и гармонию окружающего мира!

Итак, с 1 июля по 1 сентября 2009 года вы можете принять участие в конкурсах на лучший слоган, лучшую фотографию и лучшее произведение любого литературного жанра. В конкурсах могут принимать участие все желающие!

1. Конкурс «Лучший слоган»

Нужно придумать короткий, интересный слоган на тему «Клиника тибетской медицины «Наран»». (Напомним, что «наран» в переводе с бурятского языка означает «солнце»).

Работы присылать по адресу: 125171, г. Москва, ул. На-

родная, дом 20, с пометкой «Конкурс «Лучший слоган»». Или на e-mail: aunareklama@naran.ru Тел. (495) 221-21-84

2. Конкурс «Лучшая фотография»

Для участия нужно предоставить оригинальные фотографии на следующие темы: «Клиника тибетской медицины «Наран», «Мой врач», «Счастье быть здоровым», «Прекрасное рядом», «Гармония» и др.

В конкурсе могут принять участие все желающие — и профессионалы, и любители.

Работы присылать по адресу: 125171, г. Москва, ул. Народная, дом 20, с пометкой «Фотоконкурс», контактными данными и категорией, к которой вы себя причисляете (профессионал или любитель).

Или на e-mail: aunareklama@naran.ru Тел. (495) 221-21-84

Требования к фотографии: 10x15, не менее 2 мегабайт, позитивного характера.

Работы не возвращаются, передаются в архив клиники «Наран» для дальнейшего использования с указанием авторства.

3. Конкурс «Лучшее произведение любого литературного жанра»

Предлагаются темы: «История лечения», «Чудо исцеления», «Знакомство с клиникой», «Особенности тибетской медицины», «Желаю быть здоровым».

Девиз конкурса: «Наран — сохранение и приумножение традиций тибетской медицины в России!»

На конкурс принимаются рукописи произведений о тибетской медицине, написанные на русском языке, в прозе или стихах, нигде ранее не публиковавшиеся, объемом не более 10 печатных листов. Срок предоставления рукописей (2 экз. + электронная версия на диске или на aunareklama@naran.ru) до 1 сентября 2009 года.

Тел. (495) 221-21-84

В жюри конкурсов войдут руководство клиники и редакция газеты «Вестник тибетской медицины». Возглавит жюри основатель и главный врач клиники традиционной тибетской медицины, к.м.н, заслуженный врач Республики Бурятия С.Г. Чойжинимаева.

Победители конкурсов награждаются дипломами и именными сертификатами на курс бесплатного комплексного лечения в клинике тибетской медицины «Наран».

Лучшие работы будут опубликованы в газете «Вестник Тибетской медицины» и на сайте WWW.NARAN.RU.

Церемония награждения лауреатов конкурса пройдет осенью 2009 года на торжественном мероприятии, приуроченном к 20-летию клиники.

ТЕСТ «ЖЕНСКАЯ ТАЙНА»

Раздел 1. Женщина-Ветер



- 1 Я – активная, общительная женщина, у меня – легкий и открытый характер.
- 2 Быстро устаю, но также быстро восстанавливаю силы.
- 3 Я легка на подъем, много двигаюсь, люблю путешествовать, мой лозунг «движение – это жизнь». Не могу долго находиться на одном месте.
- 4 У меня творческий подход к жизни. Предпочитаю гуманитарные науки, творческие профессии, связанные с повседневным общением.
- 5 Часто являюсь генератором идей, которые не удается воплотить в реальность из-за моего нетерпения, неусидчивости.
- 6 Я легко схожусь с людьми, уступчива, стараюсь не закидывать на обиды и обстоятельства.
- 7 К воспитанию детей отношусь легко, особых проблем не испытываю.
- 8 Мое мнение – не решающее в семье, во многом я уступаю мужу, детям, родителям.
- 9 Не считаю вредные привычки (курение, алкоголь) такими уж вредными.
- 10 Иногда мне по душе экстравагантность, временами – элегантность, люблю разнообразие в выборе гардероба, это зависит от настроения.
- 11 Для меня характерны нервозность и возбудимость. Нередко я беспокоюсь, тревожусь, сомневаюсь даже по пустякам. Стрессы переношу с трудом, часто доходит до слез.
- 12 Мое настроение быстро меняется – от веселья и жизнерадостности до депрессии. Очень нуждаюсь в моральной и материальной поддержке со стороны близких и родных.
- 13 У меня быстрая речь, активная, живая мимика и жестикуляция.
- 14 Мой голос – бодрый, со звонкими нотками, временами становится тихим, спокойным.
- 15 Ценю веселую компанию, люблю быть в центре внимания мужского общества. С удовольствием посещаю публичные места, культурные мероприятия.
- 16 Я плохо переношу одиночество, уединение.
- 17 Я – страстная, увлекающаяся, влюбчивая натура. Мне свойственно безрассудство, особенно в молодости.
- 18 Я – стройная женщина хрупкого телосложения, кость у меня – тонкая.
- 19 Вес стабильный с юности. Проблема избыточного веса – это не обо мне.
- 20 Движения у меня быстрые, походка – легкая.
- 21 Мне претит работа на дачном участке, не люблю тяжелый физический труд.
- 22 Плохо переношу зиму, холод, ветер. Люблю лето, много солнца и море.
- 23 Руки и ноги у меня часто бывают холодными, даже летом.
- 24 У меня – сухая кожа, склонная к шелушению, к появлению ранних морщин.
- 25 Волосы – тонкие, ломкие, сухие, периодически появляется перхоть.
- 26 Люблю спать под теплым одеялом, с трудом согреваюсь.
- 27 Чаще я – «жаворонок», люблю вставать рано, но после сильного переутомления легко могу стать «совой».
- 28 В еде неприхотлива, но не люблю жирную пищу.
- 29 Аппетит зависит от настроения, обычно ем мало и быстро насыщаюсь. Предпочитаю суп, овощи, фрукты, бутерброды, горячий чай, кофе.
- 30 У меня часто урчит живот, бывают отрыжки, есть склонность к запорам.
- 31 Могу простудиться даже летом, страдаю от ознобов.
- 32 Часто бывают головные боли, головокружение, сердцебиение при волнении.
- 33 Иногда шумит в ушах.
- 34 Нередко появляются «прострелы» в шее, летучие, колющие боли в пояснице, в шейном отделе позвоночника.
- 35 Беспокоит хруст в суставах, боли в пояснице.
- 36 Имеется предрасположенность к функциональным кистам яичников.
- 37 Менструации чаще – необильные, временами – скудные, в период сильных нервных стрессов пропадают.
- 38 Климакс протекает с ознобами, учащенным сердцебиением, холодным потом.
- 39 Мои родственники страдают заболеваниями сердца, остеохондрозами, расстройствами нервной системы, невритами, нервными тиками, онкологическими заболеваниями.

Раздел 2. Женщина-Желчь



- 1 Я – энергичная, эмоциональная женщина с твердым, решительным характером.
- 2 У меня высокая работоспособность. Я восстанавливаю свои силы, энергию после сна, короткого отдыха.
- 3 Отличаюсь целеустремленностью, деятельностью, не люблю сидеть, сложа руки, умею зарабатывать деньги и тратить их с умом.
- 4 Стремлюсь к лидерству в семье и на работе, умею управлять коллективом.
- 5 Стараюсь всегда настоять на своем – и дома, и на работе.
- 6 Всегда стремлюсь поддерживать дисциплину в своем распорядке дня.
- 7 Критично отношусь к себе и другим, но не люблю, когда мне делают замечания.
- 8 Детей предпочитаю воспитывать по всем правилам, но часто их балую.
- 9 Если потребуется, всегда могу расстаться с любой из вредных привычек.
- 10 В повседневной одежде предпочитаю элегантную классику, хорошо отношусь к продуманным образам в стиле «роковых женщин», «женщин-вамп».
- 11 Я не подвержена излишним сомнениям, боязни, депрессиям.
- 12 Часто меня подводит гордыня, эгоизм, властность.
- 13 Речь у меня – уверенная, динамичная, эмоциональная, умею убеждать окружающих в своей правоте.
- 14 У меня громкий голос с властными нотками.
- 15 В своем круге общения я предпочитаю сильных и целеустремленных людей с высоким чувством ответственности.
- 16 Мне свойственно чувство независимости, уединение иногда необходимо для отдыха и самоанализа.
- 17 У меня пылкая натура. Если влюбляюсь, то надолго, с силой и страстью.
- 18 У меня крепкое, статное телосложение.
- 19 Вес – стабильный, но есть небольшая склонность к полноте.
- 20 Движения – иногда резкие, походка уверенная.
- 21 Физический труд и спорт доставляют мне истинное удовольствие, люблю пешие прогулки и активное движение на свежем воздухе, плавание. Часто посещаю фитнес-клубы.
- 22 Не люблю жаркое лето, духоту. Лучше всего чувствую себя в прохладное время года, осенью и зимой.
- 23 У меня горячие руки и ноги.
- 24 Кожа горячая, склонна к жирности, потливости.
- 25 Волосы – жирные, рано седеют, с возрастом быстро редуют.
- 26 Сплю под легким одеялом, при открытой форточке, ночью мне часто бывает жарко.
- 27 Обычно засыпаю и просыпаюсь легко; сплю крепко. Иногда испытываю проблемы со сном из-за нервных перегрузок и повышенной эмоциональности.
- 28 Я – гурманка, знаю толк в еде. Люблю свежеприготовленную пищу с различными специями, приправами, соленьями, жареными, жирными блюдами.
- 29 У меня – хороший аппетит. Если пропускаю прием пищи, чувствую дискомфорт, раздражительность.
- 30 Часто беспокоит изжога, чувствую горечь во рту, есть повышенная склонность к пищевым отравлениям.
- 31 Я редко болею простудными заболеваниями.
- 32 Меня часто беспокоят колики в правом подреберье.
- 33 После сильных стрессов страдаю от кожной аллергии, беспокоит кожный зуд, жидкий стул.
- 34 Периодически мучают сильные головные боли, боли в шейно-грудном отделе позвоночника, спине.
- 35 У меня склонность к повышенному артериальному давлению. Иногда беспокоит онемение пальцев рук.
- 36 Имеется склонность к образованию узлов в матке.
- 37 Менструации – обильные, болезненные, особенно в молодые годы.
- 38 Климакс протекает с приливами жара, обильным выделением пота, сердцебиением, повышением давления.
- 39 Мои родственники страдают желчнокаменной болезнью, гипертонией, сахарным диабетом, заболеваниями сердца, подагрой, заболеваниями кожи.

Раздел 3. Женщина-Слизь



- 1 Я – терпеливая, спокойная женщина с мягким, уравновешенным характером.
- 2 Для восстановления сил мне требуется хороший, продолжительный отдых.
- 3 Я привыкла делать все тщательно, не спеша, способна к длительной концентрации внимания и усилий для завершения работы.
- 4 Мне свойственны ответственность, настойчивость и основательность.
- 5 Предпочитаю тихую гавань, стабильность, надежную работу. Люблю, когда все вещи на своих местах.
- 6 Я тактичный и сдержанный человек. Могу долго терпеть капризы и недовольство родных, близких, начальства.
- 7 В воспитании детей лояльна, предоставляю им самостоятельность, свободу действий.
- 8 Мне свойственна бережливость и запасливость.
- 9 К алкоголю и курению равнодушна. Если курю, то в силу привычки.
- 10 В одежде консервативна, люблю комфорт, привыкаю к одним и тем же вещам. Хорошо отношусь к классике, к спортивной одежде, вещам свободного покроя.
- 11 Нервная система – устойчивая, стараюсь по возможности не изводить себя волнениями и переживаниями.
- 12 Часто меня подводят лень, нерешительность, малоподвижность.
- 13 Речь у меня – обдуманная, неторопливая, я не болтлива.
- 14 У меня мягкий голос с плавными нотками.
- 15 Я предпочитаю общество спокойных людей с чувством ответственности. Мне не нравятся большие и шумные компании.
- 16 В уединении могу счастливо провести время за книгой, просмотром фильмов, ТВ, за едой.
- 17 Для меня характерно постоянство. Люблю романтику, но влюбляюсь редко, зато надолго. К обществу незнакомых мужчин отношусь с недоверием и опаской.
- 18 Я – женщина крупного телосложения, кость у меня – широкая, никогда не была хрупкой.
- 19 Я очень склонна к полноте, легко набираю вес и с трудом теряю его.
- 20 Движения – плавные, походка размеренная, неторопливая.
- 21 Я занимаюсь физическим трудом и спортом при необходимости (например, для похудения). У меня хорошее физическое здоровье, я вынослива, но временами мешает лень.
- 22 С трудом переношу холод, ветер, сырость. Люблю теплое время года, солнце, морской пляж.
- 23 Руки и ноги – чаще прохладные.
- 24 У меня гладкая, мягкая кожа, прохладная на ощупь, склонная к холодному поту.
- 25 Волосы – тонкие, иногда влажные.
- 26 Предпочитаю спать под теплым одеялом, часто мерзну.
- 27 Сон – глубокий, ровный. Чаще всего я – «сова», обычно по утрам просыпаюсь с трудом. Чтобы чувствовать себя нормально, мне нужно спать не менее 8-10 часов. Если есть возможность, сплю днем.
- 28 Пропустить прием пищи для меня – не проблема, но вечером аппетит усиливается. Есть большая склонность к перееданию.
- 29 К приготовлению еды – особых требований нет, готовлю по необходимости.
- 30 После еды я чувствую тяжесть в теле, сонливость.
- 31 Я склонна к простудным заболеваниям даже летом, бронхитам, аллергиям.
- 32 У меня очень часто бывает насморк.
- 33 Есть склонность к заболеваниям щитовидной железы.
- 34 Подвержена отекам на лице, ногах, лодыжках.
- 35 Я не люблю много ходить пешком, страдаю одышкой при быстрой ходьбе.
- 36 Имеется склонность к диффузным, охватывающим все слои матки, новообразованиям.
- 37 Менструации – часто обильные, с выделением слизи, нагрубением молочных желез, тяжестью и отеками в нижней части тела.
- 38 Климакс протекает с выделением холодного, ледящего пота, тяжестью во всем теле, повышением давления.
- 39 Мои родственники страдают излишним весом, коксартрозом, заболеваниями суставов, щитовидной железы, сахарным диабетом, опухолевыми заболеваниями, гипертонией.

КЛИНИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ



наран

работает
с 1989 года

Комплексное лечение хронических заболеваний

Заболевания органов дыхания

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

Сердечно-сосудистые заболевания

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

Заболевания мочеполовой системы

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

Заболевания кожи и опорно-двигательной системы

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

Заболевания нервной системы

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

Заболевания эндокринной системы

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

Заболевания желудочно-кишечного тракта

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

Хронические заболевания уха, горла, носа, глаз

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

КОНСУЛЬТАЦИИ БЕСПЛАТНО

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

Тел. (495)221-21-84

www.naran.ru

Почему «Наран»?

- 20 лет успешной работы в тибетской медицине
- Авторские методики лечения, разработанные основателями клиники Светланой и Баиrom Чойжинимаевыми, на основе методов тибетской и современной медицины
- Лечим:
 - не симптомы, а причину заболеваний;
 - без операций и гормонов;
 - без побочных эффектов;
 - распространенные хронические заболевания, а также системные поражения организма (красная волчанка, ДЦП, псориаз, сахарный диабет и др.)
 - Персональный подход
 - Лечение, доступное всем

Адреса филиалов клиники «Наран» в Москве:

м. «Проспект Вернадского», ул. Удальцова, д. 23	Тел. (495)510-39-61
м. «Проспект Мира», ул. Гиляровского, д. 50	Тел. (495)688-42-69
м. «Смоленская», Панфиловский пер., д. 6	Тел. (495)605-04-90
м. «Таганская», ул. Народная, д. 20	Тел. (495)221-21-84
м. «Крылатское», Осенний бульвар, д. 12, корп. 10	Тел. (495)415-34-35
м. «Отрадное», ул. Пестеля, д. 11	Тел. (495)904-16-11
м. «Войковская», 5-й Войковский пр-д, д. 12	Тел. (499)150-74-10

Тибетский астропрогноз
с 1 по 31 июля

Удачные дни: 1, 4, 17, 26, 31

Благоприятные дни для стрижки волос:
2, 3, 5, 6, 7, 11, 14, 15, 19, 26, 27, 29, 31

Для начала приема лекарств: 3, 8, 15

Для выезда в дорогу:

1, 5, 6, 9, 11, 13, 15, 16, 17, 19, 23, 26, 30

Неблагоприятные дни для всех дел: 22, 24

В филиалах клиники «Наран»



МЕДИЦИНСКИМ РАБОТНИКАМ СКИДКА – 50%

на сеансы комплексного лечения

Дни открытых дверей
в «НАРАНЕ»

Лекции в клинике на ст. м. «Таганская»
5 июля: «Тибетская медицина и болезни суставов»,
Ользонов М.А.

12 июля: «Методы лечения ДЦП в «Наране»»,
Айдаев А.Г.

19 июля: «Аллергические заболевания у детей»,
Дамбаева Н.Б.

Начало в 15.00. Вход свободный

Лекции в клинике на ст. м. «Проспект Мира»

5 июля: «Сахарный диабет», Батомункуев А.С.

12 июля: «Заболевания щитовидной железы»,
Бахрунов А.А.

19 июля: «Синдром хронической усталости»,
Найминов Н.Г.

Начало в 13.00. Вход свободный

Запись по тел. (495)221-21-84

Дополнительная скидка на лечение в эти дни — 5%

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

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

Учредитель — ООО «Наран Информ» (клиника традиционной тибетской медицины «Наран»)
Председатель редакционного совета — С. Чойжинимаева
Главный редактор — Е. Санжаина
Верстка — Т. Апрыткина
Корректор — О. Михайлова
Дизайнер — Л. Петренко

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

Адрес редакции: 125171,
г. Москва, ул. Народная, д. 20
Тел. (495) 221-21-84
(многоканальный)

Наш сайт: www.naran.ru
E-mail: mail@naran.ru

Газета отпечатана в типографии ООО «ВМГ-Принт»

Подписано в печать
22.06.2009.

Заказ №
Цена свободная