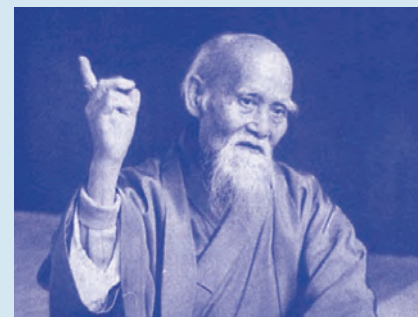




Только летом дарим
бесплатный сертификат
на лечение вашим друзьям!

ВАША КЛИНИКА «НАРАН»



НАРАН

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

ЗДОРОВЬЕ:

- ДИАГНОСТИКА
- ЛЕЧЕНИЕ
- СОВЕТЫ

ВЕСТНИК ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ

№ 07/08/09 (213/214/215) Июль/Август/Сентябрь 2018 г. Выходит с июня 2005 г.

www.naran.ru

Илья Резник о далекой Бурятии

Интервью с легендарным маэстро
с. 5



Слово главного врача

с. 2

ГЕОГРАФИЯ БОЛЕЗНЕЙ

О характерных заболеваниях жителей разных континентов

Красота и здоровье

с. 6

ДЕТОКС ПО-ТИБЕТСКИ

Очищаем организм и избавляемся от лишних килограммов

Интересно!

с. 4

Тибетские лайфхаки для здоровья

ИЗ ВРАЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

с. 6

Ячмень на глазу – предвестник диабета

НА БЛАГО НАШИХ ПАЦИЕНТОВ

с. 7

Остеопатия по-тибетски

О силе точечного энергетического массажа

СПЕЦПРЕДЛОЖЕНИЕ ОТ КЛИНИКИ «НАРАН»

Предложение действительно до 31 августа 2018 г.

«Детки, не болейте!»

Оздоровляйте ребенка безопасными методами тибетской медицины, получайте скидку на комплексное лечение — 35%.

8 800 555-42-00
звонок и консультация бесплатные



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

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



Слово главного врача

ГЕОГРАФИЯ БОЛЕЗНЕЙ

Изучая жизнь разных народов, можно заметить, что болезни имеют свою географию, обусловленную как климатическими условиями, так и характером питания местного населения, манерой одеваться в различные сезоны года, различными культурными и народными традициями.



Светлана Чойжинимаева,
к.м.н., основатель и главный врач
клиники тибетской медицины «Наран»,
член Российского союза писателей



Прибалтика

1

В странах Прибалтики, с климатом более мягким, чем в средней полосе России, но намного более сырым, в основном распространены болезни «холода» на почве возмущения конституции «Слизь» – болезни суставов (артриты), почек (мочекаменная болезнь) и другие. Действие климата дополняется характером питания. В рационе местных народов преобладают иньские продукты: рыба, картофель, молочные продукты. Вся пища, как правило, пресная; острые и согревающие специи используются нечасто, скорее как исключение, чем правило. Два эти фактора – климат и питание – определяют преобладающий конституциональный тип местного населения – «Слизь». Это флегматичные, невозмутимые люди, медлительные и незомоциональные.



Кавказ

2

В противоположность прибалтам жители Кавказа отличаются бурным темпераментом, вспыльчивостью и страстностью – всеми признаками конституции «Желчь», к которой они в подавляющем большинстве относятся. Климат в этом регионе жаркий, с высокой солнечной активностью, способствует возбуждению «Желчи». С другой стороны, ситуация усугубляет характер местной национальной кухни: горячие, жареные блюда из баранины, обилие острых приправ и специй. Всё это обуславливает широкое распространение болезней «жара» на основе возмущения конституции «Желчь», таких как гипертония и все сердечно-сосудистые заболевания, желчнокаменная болезнь, холециститы, язвенная болезнь, артрозы мелких суставов. Кроме того, люди конституции «Желчь» вследствие повышенной эмоциональности в значительной мере подвержены расстройству нервной системы (конституция «Ветер»). Как мы уже отметили, «Желчь» и «Ветер», «вступая в дружбу, делают одно дело».



Средняя Азия

3

В странах Средней Азии климат не менее жаркий, чем на Кавказе, но за счет меньшего использования в кулинарии острых специй темперамент местных народов спокойнее и возмущение «Желчи» выражено не так ярко. В этих странах также распространены холециститы, панкреатиты, язвенная болезнь, сердечно-сосудистые заболевания. Но всё же в меньшей степени, чем в регионах Кавказа.

Сердечные лекарства – до обеда, противоопухолевые – на ночь

Качество жизни



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

ВРЕМЯ ПРИЕМА ПРЕПАРАТОВ В ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЕ ИГРАЕТ ОГРОМНУЮ РОЛЬ

Каждый внутренний орган в теле человека имеет свой меридиан (канал), посредством которого он связан с другими органами.

Движение энергии по этим меридианам происходит согласно внутренним биоритмам организма. К примеру, максимальная активность меридиана сердца – с 11 до 13 часов дня, поэтому и сердечные лекарства следует принимать в этот период времени. Известно, что приступы кашля или удушья часто бывают в предутренние часы, с 3 до 5 утра – время активности меридиана легких. Если человек страдает заболеваниями почек, врачи тибетской медицины назначают прием лекарств с 17

до 19 часов, т.е. время максимального напряжения (концентрации) энергии почек.

Попасть в точку

Назначать лекарства в период переваривания пищи – невежество. Лекарства в таких случаях «не попадают» в болезнь. Лекарства принимают строго по назначению врача: до или после еды, натощак, ночью или рано утром. Лекарства запиваются теплой, горячей, редко холодной водой, бульонами, винами. Например, противоопухолевые фитопрепараты назначаются в ночное время, так как именно ночью происходит активное деление раковых клеток. Соответственно, прием в правильное время лекарств «нанесет»

по болезни точечный удар. Врачи тибетской медицины при назначении фитотерапии обязательно учитывают время активности природных дош (конституций) в организме. Так, «Слизь» (лимфатическая и эндокринная системы) активна утром, «Желчь» (пищеварительная и сердечно-сосудистая системы) – днем, «Ветер» (нервная система) – вечером.

Осенняя желчь или летний ветер

Время года, сезоны, даже местность проживания больного и его возраст имеют значение при приеме лекарств. Например, осенью, в полдень или ночью, наиболее активна регулирующая система «Желчь». Вслед-



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



Якутия

Очень суровый климат в Якутии. Мне посчастливилось посетить этот гостеприимный регион и убедиться в том, что местные жители следят за своим здоровьем, занимаются спортом, едят свежую, вкусную местную пищу. Конечно, имеют место быть проблемы с сердечно-сосудистой системой, встречаются заболевания опорно-двигательного аппарата, сахарный диабет. Но можно говорить о том, что даже в самых тяжелых климатических условиях здоровье и продолжительность жизни человека зависят в конечном итоге от него самого: насколько разумным будет его поведение и насколько правильным будет характер питания. Нельзя не отметить тот факт, что местные жители никогда не доводят себя до развития и осложнений рахита (возникающего по причине дефицита витамина Д) и цинги. Употребляя в пищу строганину из свежемороженого мяса и рыбы, жители Севера не знают этих болезней. Между тем большинство европейцев, приезжавших осваивать Север, заболели цингой и имели большие проблемы со здоровьем.



Китай

В такой обширной и многонаселенной стране, как Китай, люди различаются в зависимости от области проживания. В центральном и южном Китае в основной массе они принадлежат к смешанной конституции «Желчь-Ветер». Это подвижные, активные, легкие, энергичные и работающие люди, практически не подверженные избыточной полноте. Люди конституции «Слизь» встречаются только на севере страны, в областях, граничащих с Россией. Они отличаются более высоким ростом и большей массой тела по сравнению со своими южными соотечественниками. Климат здесь более холодный, а в питании заметно преобладание иньских продуктов: люди больше едят картофеля, изделий из муки, и это в основном местная пища. Из нее готовят как супы, так и вторые блюда. Соответственно, на севере страны больше распространены болезни «холода», а в южных областях – болезни «жара» («Желчи»): гастриты, холециститы, язвенная болезнь. Сахарный диабет встречается гораздо реже, поскольку в Китае почти нет полных людей, а кухня, развивавшаяся в течение нескольких тысячелетий, отличается сбалансированностью продуктов и высокой кулинарной культурой. Блюда китайской кухни завоевали популярность во всем мире благодаря легкой усвояемости, богатому вкусовым качествам и разнообразию пищевого сырья. В китайских кафе и ресторанах, в Тибете я почти не встречала в меню салатов из сырых овощей, которым отдают предпочтение в России и Европе. Всю зелень, овощи они подают в горячем виде, либо это отдельное блюдо, но чаще всего они кладут их во вторые блюда из риса или лапши.



Индия

Южный сосед Китая Индия – страна с очень жарким климатом и ещё большей плотностью населения. Именно здесь получила свое рождение великая древняя наука о здоровье – аюрведическая медицина, распространившаяся в другие страны. Именно эта страна подарила миру множество специй и пряностей, широкое употребление которых в климатических условиях южных широт было продиктовано гигиеной питания и, безусловно, послужило выживанию индийской нации на протяжении тысячелетий. Однако чрезмерное увлечение сладостями, которые, как и другие блюда, индийцы предпочитают жарить в масле, а также всеобщая любовь к чаю, который они пьют непременно с сахаром и молоком, способствовали распространению в последнее время сахарного диабета. Индийские медики стали говорить об эпидемии этой болезни, поразившей страну. Индия – родина вегетарианства. Богатый растительный мир плюс постоянная жара – вот минимум условий для его возникновения. Едва ли оно могло зародиться в Сибири, России или Северной Европе. В странах с холодным, сырым климатом вегетарианство неприемлемо.

Собери все карточки – получи скидку!

Конкурс от газеты «ВТМ»! Соберите все 16 карточек из статьи «География болезней». Публикации выйдут в двух номерах (июль-август-сентябрь и октябрь-ноябрь-декабрь). Предъявите в любом филиале клиники «Наран» и получите скидку на комплексное лечение.

Участвуйте и получайте бонусы!



ствие ее возмущения могут наступить обострения заболеваний сердца и сосудов, а также заболеваний пищеварительной системы. Значит, нужны лекарства, подавляющие желчь. Летом – утром и вечером, активна конституция «Ветер», которая управляет всем телом через нервную систему. Поэтому даже незначительное возбуждение может привести к развитию или обострению любого заболевания, начиная с бессонницы и заканчивая невритами, инфарктами и инсультами. В европейской части России, где преобладает сырой холодный климат, необходимы препараты,

подавляющие «Слизь». Наибольшая активность данной конституции возникает с приходом тепла поздней весной и ранним летом. А также с наступлением холодов поздним летом и ранней осенью, т.е. в период межсезонья. В это время могут обостриться заболевания, характерные при возмущении регулирующей системы «Слизь»: бронхиты, гаймориты, астма, зоб, заболевания суставов, аллергические заболевания. Важно знать, что подбор фитопрепаратов и продолжительность их приема назначаются индивидуально только лечащим врачом тибетской медицины.

Побочный эффект только положительный.

Не содержат стимуляторов.

Адаптированы для человека любой местности.

Сочетаются друг с другом и с другими лекарственными средствами.

Восстанавливают баланс жизненных сил после лечения химиопрепаратами или операции.

Лечат сопутствующие заболевания.

Способствуют сохранению красоты, здоровья и долголетия.

Биологические часы циркуляции энергии

| Меридиан | Максимальное напряжение | Минимальное напряжение |
|----------------------------------|-------------------------|------------------------|
| Легкие | 3–5 | 15–17 |
| Толстая кишка | 5–7 | 17–19 |
| Желудок | 7–9 | 19–21 |
| Селезенка и поджелудочная железа | 9–11 | 21–23 |
| Сердце | 11–13 | 23–1 |
| Тонкая кишка | 13–15 | 1–3 |
| Мочевой пузырь | 15–17 | 3–5 |
| Почки | 17–19 | 5–7 |
| Перикард | 19–21 | 7–9 |
| Три обогревателя | 21–23 | 9–11 |
| Желчный пузырь | 23–1 | 11–13 |
| Печень | 1–3 | 13–15 |

Тибетская медицина применима для людей любой национальности и возраста



Из врачебной практики

АТЕРОСКЛЕРОЗ – БОЛЕЗНЬ ХОЛОДНОЙ КРОВИ

УНИКАЛЬНАЯ ТИБЕТСКАЯ ФИТОТЕРАПИЯ СПОСОБНА ВЕРНУТЬ СОСУДАМ ЗДОРОВЬЕ

Атеросклероз – это опасное для человека заболевание, поражающее кровеносную систему человека, его сосуды. При его развитии на внутренних стенках вен и сосудов образуется налет из холестерина и иных жиров, которые приобретают форму бляшек и постепенно закрывают проход сосудов.

С позиций тибетской медицины, атеросклероз относится к заболеваниям «холодной крови». Оно приводит к нарушению кровотока и циркуляции энергии во всех органах и тканях. С развитием атеросклероза увеличивается проницаемость сосудов, что повышает риск таких осложнений, как инфаркт, инсульт и даже гангрена.

Сценарий «жара»

При возмущении конституции «Желчь» (сценарий «жара») печень выбрасывает излишки желчи, а с ней холестерина и других жировых комплексов в общий кровоток. Холестериновые комплексы откладываются на стенках сосудов в виде атеросклеротических бляшек, что приводит к недостатку кровоснабжения (ишемии) органов. Закупорка сосуда приводит к острой недостаточности и частичному или полному омертвлению (инфаркту) органов, которые они питают кровью. Если тромбоз происходит в коронарной артерии, то это вызывает инфаркт миокарда – гибель сердечной мышцы. Если же закупоренный сосуд расположен в головном мозге, то развивается инсульт (ишемический или геморрагический). Поражение атеросклерозом сосудов нижних конечностей может вызвать развитие гангрены.

Сценарий «холода»

Основную роль в развитии сердечно-сосудистых заболеваний по сценарию «хо-



Михаил Гунаев,
врач клиники «Наран»,
м. «Таганская»,
тел.: +7 495 180-04-42

лода» вследствие возмущения конституции «Слизь» играют неправильное питание и образ жизни. Избыток углеводов и жиров при замедленном пищеварении, характерном для возмущения «Слизи», приводит к увеличению содержания триглицеридов, сахара и холестерина в крови с последующим выпадением холестерина на стенках сосудов в виде атеросклеротических бляшек. Болезнь прогрессирует постепенно и развивается в более позднем возрасте, нежели при нарушении конституции «Желчь».

Чудодейственная фитотерапия выведет слизь

Огромную роль в лечении атеросклероза играет тибетская фитотерапия. Чтобы оценить ее высокую эффективность, отметим, что ни один химический препарат современной медицины не обладает такими лечебными свойствами и способностью – выводить избыточную слизь из организма и жиры из внутренних органов. Причем, чем больше компонентов входит в состав тибетского фитопрепарата, тем больше побочных положительных действий он оказывает в целом на весь организм. Действие лекарственных препаратов тибетской медицины, применяемых для лечения атеросклероза, направлено на гармонизацию измененных конституций «Слизь» и «Желчь», а также на устранение последствий нервных стрессов (возмущения «Ветра»). Фитопрепараты очищают кровь и печень, улучшают качество крови и состояние сосудов.



Интересно!

ТИБЕТСКИЕ ЛАЙФХАКИ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

НЕСКОЛЬКО ПРИЕМОВ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ САМОСТОЯТЕЛЬНО ОКАЗАТЬ СЕБЕ ПОМОЩЬ И ПОСЛУЖИТЬ ЛЕЧЕБНОЙ ПРОФИЛАКТИКОЙ



Зоя Эрдни-Горьева,
врач клиники «Наран»,
м. «Юго-Западная»,
тел.: +7 495 180-04-43

Судороги в ногах

Большинство таких приступов приходится на ночь. Вы внезапно просыпаетесь от мучительной боли в ступне или икре, из-за сокращения мышцы напрягаются, иногда большой палец вытягивается вверх или в сторону, а остальные совершают произвольные движения. В случае неожиданной судороги проделайте следующее:

– Встаньте, расположив ступни рядом друг с другом. НЕ отрывая пяток от пола, положите руки на коленные чашечки, слегка наклонитесь вперед. В таком положении судороги сразу пройдут.

Если болит голова

Один из самых распространенных недугов, который может быть вызван самыми разными причинами.

– Закройте глаза и с помощью больших пальцев синхронно надавливайте на точки в области висков.

– При мигрени – нажимайте на корни ногтей безымянных пальцев или на подушечки больших пальцев обеих рук.

– Если боль концентрируется в области темени или ближе к шее, режущими движениями нажимайте на корни ногтей мизинцев.

Рекомендация: нажимайте на корень ногтя указательным пальцем другой руки под углом 90 градусов и достаточно сильно, чтобы почувствовать боль в точке (при этом она должна быть терпимой). Как правило, головная боль проходит через 3-5 минут.

При икоте

Чаще всего возникает после еды, при переполненном желудке или при психическом возбуждении. Иногда может свидетельствовать о более серьезных заболеваниях.

– Плотно заткните уши мизинцами на 5 минут.

– Постарайтесь чихнуть, пощекотав в носу гигиенической ватной палочкой. После чиха, икота пройдет.

При синдроме глазной усталости

После длительной нагрузки на глаза (многочасовая работа у компьютера, чтение, прос-

мотр ТВ) появляются чувство усталости и головокружение. Такие симптомы свидетельствуют о том, что вы слишком утомили свои глаза.

– Встаньте или сядьте ровно. Медленно и равномерно вращайте глазами сначала по часовой стрелке, а затем против.

– Интересно, что смазывание касторовым маслом подошв ног, хорошо снимает усталость глаз.

При запорах

Один из секретов долголетия состоит в том, чтобы соблюдать меру в еде и регулярно очищать кишечник. Частые запоры бывают у людей с холодной конституцией «Слизь» и «Ветер». В случае частых запоров рекомендуется данное упражнение.

– Лягте на спину, согните ноги в коленях и положите ладонь на живот. Сделайте 10 – 20 круговых движений против часовой стрелки, затем ладонью другой руки по часовой стрелке. Движения должны быть равномерными и достаточно сильными. Выполнять их нужно 1 раз утром и 1 раз вечером. В ближайшем времени проблемы со стулом разрешатся.

При болях в пояснице

В тибетской медицине боль в пояснице связывают с длительным пребыванием на холоде, в сырости. Поэтому людям, страдающим от таких проблем со здоровьем, рекомендуется держать спину в тепле (ношение специальных поясов, прикладывание грелки).

– Потрите ладони друг о друга, пока они не станут теплыми. Затем ладонями растирайте мышцы нижней части спины, совершая движения в центр, вверх и вниз, до тех пор пока не почувствуете тепло в области поясницы.

– Упражнение «Арочный мост» (подходит и для людей пожилого возраста). Лежа на спине на ровной твердой поверхности, подложите под талию подушку, затем еще одну. Ваше тело теперь напоминает арочный мостик. Задержитесь в таком положении на минут 20. Выполнять можно 2 раза в день.



Лечение без химии, гормонов и операций



Герой номера

Маэстро о Бурятии – в песне

Народный артист России, автор любимых хитов – «Маэстро», «Старинные часы», «Вернисаж» – Илья Резник в апреле отметил свой 80-летний юбилей. Общение с уважаемым Ильей Рахмиэлевичем состоялось сразу после его концерта в Храме Христа Спасителя в Москве 28 апреля.

Поводом для небольшого интервью стала премьера песни о небольшом бурятском селе Кижинга. В далеком 1971 г. тогда только начинающий свою песенно-поэтическую деятельность Илья Рахмиэлевич Резник, находясь в творческой командировке в Бурятии, а именно в Кижингинском районе, написал стихотворение о далеком бурят-

ском селе «Золотая Кижинга». К 80-летию легендарного маэстро бурятский композитор Цырен Шойжонимаев написал мелодию и представил ее автору слов. Так зародился проект совместного концерта Ильи Резника с артистами из Бурятии в Храме Христа Спасителя. Впервые песню Ильи Резника о Кижинге исполнил молодой певец из Бурятии Ринчин Дашицыренов. Почти три часа незабываемых теплых впечатлений, искренних эмоций и душевности дарили со сцены зрителям уважаемый маэстро и его подопечные, детский хор «Маленькая страна». Еще очень долго не отпускали именитого поэта-песенника, даря букеты, подарки из Бурятии, фотографируясь и заряжаясь его теплом и звездной аурой.

– **Уважаемый Илья Рахмиэлевич, какой вам запомнилась Бурятия?**

– *Первые впечатления, конечно, Кижинга. Это было очень искренне, и стихи сразу написались. Такова реакция художника, и в этом его работа, и это абсолютно правильно.*

– **То есть ваши впечатления о республике стали песней?**

– *Да, совершенно верно, а потом были встречи, и очень теплые. Я помню, мы даже на самолете когда улетали, я летчику сказал: «Помаши ребятам крыльями». Очень трогательно.*

– **Спасибо большое, вам за песню и добрые слова о Бурятии. Каковы ваши сегодня впечатления от концерта?**

– *Сегодня все прошло очень хорошо, очень искренние ребята, творческие. Исполнение песни «Золотая Кижинга» Ринчином понравилось, очень перспективный мальчик, с сильным замечательным голосом.*



▲ Цырен Шойжонимаев и Илья Резник перед концертом.

▼ Фотосессия с артистами бурятской эстрады.



Тибетская терапия при бронхиальной астме



Валерий Анбушинов
врач клиники «Наран»,
м. «Войковская»,
тел.: +7 495 180-04-40

ПРИ ЛЮБЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ БРОНХОВ И ЛЕГКИХ ЛЕЧЕНИЕ ДОЛЖНО БЫТЬ НАПРАВЛЕННО НА ОЧИЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА ОТ ПАТОЛОГИЧЕСКОЙ СЛИЗИ.

Бушуют «Слизь» и «Ветер»

Бронхиальная астма в своей основе имеет расстройство конституций «Слизь» (лимфатическая и эндокринная системы) и «Ветер» (нервная система). Накапливаясь, слизь постепенно затвердевает, гной забивает альвеолы, что с годами проявляется в тяжелых аутоиммунных заболеваниях, таких как системная аллергия, бронхиальная астма.

Ветер в легких проявляется в приступах изнурительного, надсадного кашля с пенистой густой мокротой, которая трудно отделяется, вплоть до рвоты. Как правило, приступы кашля случаются в вечернее и ночное время. Это обычно провоцирует нервные состояния: раздражительность, нервозность.

Выделяют два пути развития болезни – «холод» и «жар», и каждый имеет свои особенности. В первом случае избыток слизи в бронхах суживает их просвет, препятствует нормальному дыханию. Во втором случае развивается воспалительный процесс, который ведет к разбуханию стенок бронхов, что тоже затрудняет приток и отток воздуха. В обоих случаях спазм бронхов вызывает приступы удушья.

Лечение на усиление тепла

Комплексное лечение при избыточном накоплении слизи направлено на повышение тепла в организме и восстановление энергетического баланса. Это точечный и баночный массаж, прижигание полынными сигарами (моксотерапия), масляные компрессы «хормэ» для урегулирования «Ветра», иглокальвание точек легких, также пациенту назначается «согревающее» питания.

Тибетские фитопрепараты на основе орлиного дерева, сандала, мускатного ореха

и других компонентов гармонизируют нервную систему. Сборы, включающие гранат, корицу, перец длинный, кардамон и многие другие растения, разжижают слизь, способствуя ее выведению из самых глубоких участков, и снимают спазм.

При развитии бронхиальной астмы по сценарию «жара» врачи тибетской медицины в клинике «Наран» обычно назначают точечный массаж, постановку банок, иглокальвание, гирудотерапию, «хормэ». Показана успокаивающая, противовоспалительная, потогонная фитотерапия. Так, препараты на основе камфорного дерева, шафрана посевного, зубчатки красной, аконита лечат «новый» и «старый» жар, предупреждают попадание инфекции в легкие и суставы, выводят шлаки и токсины.

При одышке и сильных хрипах очень эффективен фитопрепарат на основе 11 ингредиентов: бутонов гвоздичного дерева, изюма, шафрана, корня солодки, хрена дикого и т.д.

Комплексный подход методами тибетской медицины неизменно дает стойкий терапевтический эффект в лечении бронхиальной астмы. Пациенты имеют возможность избежать лечения гормональными препаратами, которые оказывают лишь кратковременный результат и вызывают стойкое привыкание.

Бронхиальная астма – это сезонное заболевание, чаще всего пик приходится на весну и осень. Однако, настоятельно рекомендуем заниматься профилактикой и предупреждением обострения заблаговременно. Летний период наиболее благоприятное для этого время. Приглашаем обратиться за помощью к опытным врачам тибетской медицины клиники «Наран»!

Наши партнеры



Государственное бюджетное учреждение
Московский дом национальностей

1957
БИБЛИО-ГЛОБУС
ВАШ ГЛАВНЫЙ КНИЖНЫЙ





ЯЧМЕНЬ НА ГЛАЗУ – ПРЕДВЕСТНИК ДИАБЕТА

ФУРУНКУЛЫ НА ТЕЛЕ, ПЕРЕСЫХАНИЕ ГУБ, ГЛОТКИ И ЯЗЫКА, КОЖНЫЙ ЗУД, СЛАБОСТЬ, ПОТЛИВОСТЬ – ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ

При сахарном диабете в крови постоянно циркулирует свободный сахар, который делает кровь более густой, клейкой, насыщенной, плотность крови увеличивается.

Такие свойства крови приводят к склеиванию сосудов и развитию различных осложнений, в числе которых ретинопатия (поражение сосудов сетчатки глаза, которое может привести к полной слепоте), атеросклероз, полинейропатия. Проникновение сахара в самые мельчайшие капилляры вызывает застой кровотока и нарушение циркуляции крови и энергии. Поэтому большим сахарным диабетом очень полезен массаж и все методы внешнего воздействия на организм, способствующие улучшению циркуляции крови.

Причины и симптомы

Причиной развития сахарного диабета с позиции тибетской медицины является возмущение конституций «Слизь» (сценарий «холода») и «Желчь» (сценарий «жара») вследствие неправильного питания и образа жизни. Присоединение возмущения конституции «Ветер» (нервная система) служит «пусковым механизмом» заболевания.

При диабете нарушение водно-солевого баланса приводит к обезвоживанию организма. Проявляется оно постоянным ощущением жажды. Могут появиться нагноения в уголках глаз, покраснение и зуд в промежности, в локтевых и подколенных сгибах, головная боль, в чем повинно нарушение циркуляции лимфы. Возможно учащенное мочеиспускание, помутнение мочи (она становится липкой, сахаристой), жжение в мочеиспускательном канале, повышенная потребность в пище и воде, сладкий и горький привкус во рту.

В целом симптоматика заболевания очень многообразна. У одних оно проявляется в виде учащенного сердцебиения, одышки, нарушения работы сердечно-сосудистой системы. У других — отеками суставов, нарушением стула, потерей аппетита, изжогой и тошнотой. У третьих — расстройством сна, общим состоянием вялости, снижением работоспособности.

Если диабет по типу «жара»

При возмущении конституции «Желчь» происходит нарушение нормальной работы печени и желчевыводящих путей. Застой, а затем спазмы желчного пузыря приводят к неправильному выбросу желчи в двенадцатиперстную кишку. При этом часть желчи попадает в проток поджелудочной железы и повреждает ее с развитием хронического



реактивного панкреатита, способствуя развитию сахарного диабета.

Характерные проявления – пожелтение глаз и кожного покрова, постоянное чувство голода и жажды, повышенная возбудимость, ощущение жара в груди, в животе, потливость, непереносимость духоты, кожный зуд, склонность к фурункулам. При длительном вынужденном голоде (даже в течение 2-3 часов) у человека появляется мелкая дрожь в теле, руках, ногах.

В этом случае лечение будет направлено на очищение печени и сосудов, подавление «жара» и восстановление функций печени и поджелудочной железы. А также на нормализацию обмена веществ, пищеварения.

Диабет по типу «холода»

При возмущении конституции «Слизь» происходит отложение жира во внутренних органах (жировая инфильтрация, или липоматоз). В поджелудочной железе это ведет к подавлению функции ее клеток, которые перестают или вырабатывают недостаточное количество инсулина, необходимого для поглощения и утилизации глюкозы.

Развитие сахарного диабета по сценарию «холода», как правило, происходит на фоне избыточного веса, который является ярким внешним признаком расстройства конституции «Слизь». Так развивается диабет 2-го типа, который протекает вяло и прогрессирует медленно.

Лечение в этом случае будет направлено на повышение уровня энергии в организме, улучшение пищеварения и выведения избыточной слизи, жира, воды и лимфы из организма. Для этого применяются внешние согревающие процедуры и фитопрепараты тибетской

медицины, нормализующие конституцию «Слизь» и очищающие кровь, а также снижающие уровень сахара в крови и корректирующие работу всех органов пищеварительной системы.

Лечение комплексно

В практике врачей тибетской медицины пациенты с сахарным диабетом прежде всего получают лечение:

- направленное на коррекцию возмущенных конституций «Слизь», «Желчь» и «Ветер» (ставших первопричиной заболевания);
- на очищение крови, печени и всего организма в целом;
- подбор питания в соответствии с конституцией человека для нормализации работы внутренних органов, особенно поджелудочной железы;
- процедуры внешнего воздействия, способствующие устранению застоев, улучшению кровообращения, циркуляции энергии.

Сахарный диабет относится к серьезным заболеваниям, с позиции тибетской медицины его развитие можно не только остановить, но даже повернуть вспять. Для этого необходимо знать свой конституциональный тип и в соответствии с ним соблюдать должный характер питания. При любой возможности проходить такие процедуры, как массаж, иглоукалывание, прогревание полынными сигарами. Все эти лечебные методы улучшают циркуляцию крови и энергии, включают собственные ресурсы человеческого организма, что очень важно при борьбе с диабетом. В клинике «Наран» данные процедуры применяются пациентам с сахарным диабетом в составе комплексного лечения. Каждый пациент во время бесплатного консультативного приема получает рекомендации и советы по питанию и образу жизни.



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



ДЕТОКС ПО-ТИБЕТСКИ

ДЕТОКС – ОДНО ИЗ САМЫХ МОДНЫХ БЬЮТИ-НАПРАВЛЕНИЙ. ЕГО СУТЬ В ОЧИЩЕНИИ ОРГАНИЗМА ОТ ТОКСИНОВ, А ТАКЖЕ ВОЗМОЖНОСТЬ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЛИШНЕГО ВЕСА.



Эржена Самданова,
врач клиники «Наран»,
м. «Войковская»,
тел.: +7 495 180-04-40

Программа «Детокс по-тибетски» нормализует работу пищеварительной системы, процессов метаболизма в печени, почках, позволяя им справиться с переработкой и выводом токсических веществ естественным путем.

Результат – нормализуется пищеварение, «уйдут» излишки жидкости, жира и лимфы, как следствие пройдут отеки, которые прибавляли на весах килограммы. Улучшатся состояние кожи, функции самоисцеления и укрепления защитных сил. А главное, организм постепенно избавится от накопленных годами вредных веществ. Приятный бонус такой программы – «уходят» шлаки, снижается вес.

1 этап:

Красота начинается изнутри, поэтому, первый шаг на пути к очищению организма – изменение системы питания. В клинике «Наран» коррекция происходит согласно природной конституции пациентов: «Ветер» (нервная система), «Слизь» (эндокринная и лимфатическая системы) и «Желчь» (пищеварительная система).

Фитотерапия устраняет застои, выводит избыток слизи, жира, лимфы, очищает кровь, нормализует работу внутренних органов. Оказывает дезинтоксикационное, противовоспалительное, регенерирующее действия.

2 этап:

Помощь организму извне, процедурами тибетской медицины:

- тибетский точечный массаж;
- вакуум-терапия (постановка банок);
- иглорефлексотерапия;
- моксотерапия (прогревание полынными сигарами);

3 этап:

«5 Амрит» – лечебно-оздоровительные фитованны – оказывают общеукрепляющее действие, способствуя лучшему выведению через кожу токсинов и шлаков. Помогают, снимают усталость и нервное напряжение.





На благо наших пациентов

ОСТЕОПАТИЯ ПО-ТИБЕТСКИ

ВОЗДЕЙСТВУЯ НА ТОЧКИ УДОВОЛЬСТВИЯ И БОЛИ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СПЕЦИАЛИСТ СПОСОБЕН НАСТРОИТЬ ВАШ ОРГАНИЗМ НА ОЗДОРОВЛЕНИЕ



Владислав Лян,
врач клиники «Наран»,
м. «Юго-Западная»,
тел.: +7 495 180-04-43

Во время квалифицированного сеанса пациенты переживают гамму эмоций: смех, слезы либо засыпают крепким оздоровительным сном. Точечный энергетический массаж – основной метод комплексного лечения в клинике тибетской медицины «Наран».

Это процедура внешнего воздействия на особые биологически активные точки, каждая из которых связана с внутренними органами человека. Тибетский точечный массаж тела – это еще и коррекция работы всех наших внутренних органов: сердца, почек, печени и др. Сильное нажатие на биологически активные точки подобно действию акупунктурной иглы, в результате чего происходит целенаправленная рефлекторная реакция в тех частях организма, где имеются нарушения, ставшие причиной болезни. Метод лечения через тактильное воздействие имеет неоспоримое преимущество – сочетание высокой эффективности и безопасности для организма.

При кажущейся простоте объяснения точечный тибетский массаж представляет собой сложнейшее искусство, требующее глубоких знаний и практического опыта врача. В зависимости от заболевания пациента необходимо правильно определить точки, последовательность, интенсивность и продолжительность

воздействия. Этот метод требует не только высочайшей квалификации, но и огромных энергетических затрат врача. Специалисты клиники «Наран» – это носители этнической медицины из Бурятии, Монголии, Калмыкии, потомственные врачеватели корейских, китайских лекарей. У всех указанных народностей лечение массажем до сих пор является каноном традиционного врачевания. Все врачи клиники «Наран» – это дипломированные квалифицированные профессионалы, имеющие высшее медицинское образование вузов России, многолетний практический опыт работы.

Тибетский точечный массаж в исполнении врачей клиники «Наран» затрагивает самую основу жизнедеятельности человека – энергетические потоки, систему нервной регуляции и кровоснабжения. Через эту систему врач воздействует на внутренние органы и на регулирующие системы (нервную, пищеварительную, лимфатическую). Такое лечение позволяет устранить функциональные нарушения, восстановить баланс организма, улучшить обменные процессы. Тибетский точечный массаж способен излечить опущение внутренних органов без хирургического вмешательства.

Количество болезней, которые успешно лечатся с помощью тибетского точечного массажа,

поражает. Практика первой в России клиники тибетской медицины показала эффективность при нарушениях кровообращения, головных болях, бессоннице, болезнях органов дыхания, органов пищеварения (гастроит, гастрит, хронические запоры, неинфекционные поносы, язвенная болезнь), мочеполовой системы, сердечно-сосудистых заболеваний, климактерическом синдроме и многих других. Тибетский точечный массаж прорабатывает поверхностные и глубокие мышцы, великолепно снимает гипертонус спинных мышц и оказывает мощный лечебный эффект при остеохондрозе и дистрофических изменениях в позвоночнике, грыжах, сколиозе, радикулите, ишиалгии.

Тибетский точечный массаж – это ранняя реабилитационная терапия после травм, инсультов и инфарктов. Комплексное лечение в клинике «Наран» направлено на предупреждение необратимых процессов, восстановление утраченных функций организма, возврат полной самостоятельности, собственного обслуживания и адаптации в обществе.

Ощущения пациентов после лечения массажем в клинике «Наран»:

усталость – это ощущение характерно для людей, находящихся в психологическом напряжении, которое проявляется в мышечном напряжении. Лечение массажем



снимает физическое напряжение, наружу выплескивается состояние усталости и потребность в отдыхе;

кашель, отхождение мокроты – во время сеанса или после некоторых пациентов начинают чихать, кашлять, обильное отделение мокроты из дыхательных путей, течение из носа. Так организм очищается, выводя избыточную слизь, что способствует его оздоровлению;

незначительные боли – в отдельных случаях побаливает голова или другие части тела. Объясняется тем, что точечный массаж высвобождает жизненную энергию, заблокированную в том или ином месте. Устранение энергетического блока может и вызвать боль, которая свидетельствует о процессе выздоровления;

ПРОЙДЕШЬ КУРС КОМПЛЕКСНОГО ЛЕЧЕНИЯ – ПОЛУЧИ В ПОДАРОК СЕРТИФИКАТ НА ПРОБНЫЙ СЕАНС ДЛЯ ДРУЗЕЙ!



эмоциональный выплеск – тибетский точечный массаж врачей клиники «Наран» стимулирует потоки жизненной энергии и восстанавливает ее циркуляцию. Как следствие, пациенты испытывают нахлынувшие эмоции (смех, слезы), которые подавляли ранее в себе.

С благодарностью к «Наран»

Через недоверие к уважению

С заболеванием «болезнь Бехтерева» в фазе острого обострения житель Москвы Сергей Медведев обратился за помощью к врачам тибетской медицины. Вскоре после начала прохождения курса комплексного лечения недоверчивое отношение сменилось благодарностью и уважением.

– Уже во второй раз прохожу курс процедур у Аюны Анатольевны Журковой. Про клинику «Наран» я узнал от своей знакомой, которая подарила мне сертификат на первый пробный сеанс. Однако не воспользовался подарком, так как отнесся с иронией и недоверием к такой форме лечения. Через несколько месяцев я пришел в «Наран» уже с заболеванием в фазе острого обострения (у меня диагностирована болезнь Бехтерева). Через пять сеансов я почувствовал себя гораздо лучше: постепенно прошли воспаленные суставы и скованность движений. Планирую и в дальнейшем посещать «Наран».



Большое спасибо всем сотрудникам клиники! Желаю вам удачи и процветания!

С благодарностью, Сергей Медведев

Снова поставили на ноги

Методы тибетской медицины оказывают невероятный терапевтический эффект в лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата. Быстрое избавление от боли безопасными лечебными процедурами позволяет пациентам избежать хирургического вмешательства. История пациента филиала клиники «Наран» на ст. м. «Юго-Западная» – еще одно подтверждение эффективности комплексного подхода.

– Сердечно благодарю чудесный коллектив клиники «Наран» за теплое человеческое отношение и высокие профессиональные качества. Второй раз буквально «поставили на ноги» и избавили от сильных болей, вернули к полноценной жизни. Особую благодарность выражаю своему доктору Владиславу Григорьевичу Лян. Спасибо вам, дорогие!

С уважением, Павел Иванович Аханов.



Тибетская медицина применима для людей любой национальности и возраста



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

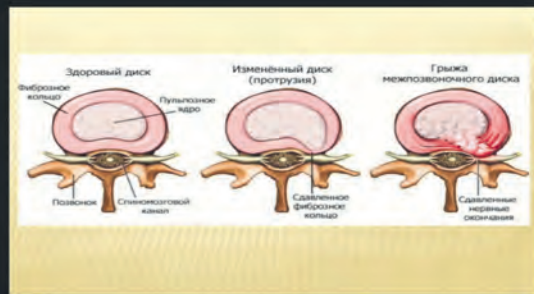
11 июля 15:00
БЕРЕГИТЕ ПЕЧЕНЬ – ЦАРИЦУ
ВСЕХ ОРГАНОВ

15 августа 15:00
О ДРЕВНЕМ МЕТОДЕ ЛЕЧЕНИЯ
МАСЛЯНО-ТРАВЯНОМ МАССАЖЕ
«ХОРМЭ». СЕКРЕТЫ ИЗГОТОВЛЕНИЯ
ТИБЕТСКИХ КОМПРЕССОВ

12 сентября 15:00
КАК ИЗБАВИТЬСЯ
ОТ СИНДРОМА
ХРОНИЧЕСКОЙ УСТАЛОСТИ



Расписание вебинаров смотрите
на сайте www.naran.ru



00:26 00:35

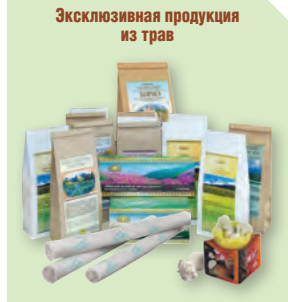
**УДОБНЫЙ
МЕДИЦИНСКИЙ
ДЕПОЗИТ**

Сертификат 15000 руб.
Сертификат 5000 руб.
Сертификат 10000 руб.
Сертификат 3000 руб.

Тел.: 8 800 555-42-00



Мужское здоровье

Эксклюзивная продукция
из трав

Фитопрепараты

Эликсиры, капсулы,
драгоценные пилюлиNARANFITO
ПЕРВЫЙ
ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН
ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ

Здоровое питание



Женское здоровье



Мази, гели, пластыри



Книги Светланы Чойжинимавой

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

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

shop@naranfито.ru, www.naranfито.ru

8-800-333-14-00, +7 (495) 180-04-46, +7 (985) 641-83-69

ТИБЕТСКИЙ АСТРОПРОГНОЗ

ИЮЛЬ/АВГУСТ/СЕНТЯБРЬ 2018 Г.

БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ДЛЯ СТРИЖКИ ВОЛОС

2, 5, 6, 9, 10, 15, 17, 18, 20, 22, 23, 25, 26, 31

1, 4, 5, 7, 8, 14, 16, 18, 21, 22, 24, 25, 30

2, 3, 6, 7, 12, 14, 15, 17, 19, 20, 22, 23, 29

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
4, 5, 6, 10, 11, 12, 15, 16, 17, 21, 22, 23, 27, 28, 29
3, 4, 5, 8, 9, 10, 14, 15, 16, 19, 20, 21, 22, 26, 27, 28
1, 2, 3, 7, 8, 12, 13, 14, 18, 19, 20, 24, 25, 26, 27, 30

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

БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ДЛЯ ПРИЕМА ЛЕКАРСТВ
13, 20, 27, 11, 18, 26/9, 17, 24

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 БУДЫ»
13, 20, 27, 11, 18, 26/9, 17, 24

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

Клиника «НАРАН» – 28 лет успешных результатов

МОСКВА

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

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

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

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

м. «Маяковская»
ул. Жуковского, дом 7-9,
тел.: +7 812 241-16-12

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

КАЗАНЬ

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

ЕКАТЕРИНБУРГ

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

ВЕНА (АВСТРИЯ)

Austria Wien 1010 Wollzeile 30-5,
тел.: +43 664 5833030

NARAN.RU NARANFITO.RU

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

<https://ok.ru/profile/57882709861>
Тибетская медицина. Клиника Наран
https://www.instagram.com/naran_tibet
Тибетская медицина. Клиника Наран

Первое медицинское интернет-радио

NARANFM.RU



Как пройти к филиалам 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.



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

м. «Таганская»

(кольцевая),
Выход налево, к церкви
Николая Чудотворца.
Вниз по 5-му
Котельническому пер.,
по правую руку от музея
«Бункер-42».



м. «Юго-Западная»

Последний вагон из центра.
Выход направо, серая
высотка с магазинами
«Дикси» и «Пятерочка»
пр-т. Вернадского, 105, корп. 4,
+7 495 180-04-43

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

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

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

Отпечатано в АО «Прайм принт»
141700, МО, г. Долгопрудный, Лихачевский проезд, 5В.
Тел.: +7 (795) 789-45-25.

Заказ 1686. Тираж 150 000 экз.
Подписано в печать 25.06.2018
Цена свободная