

ДРАГОЦЕННЫЕ ПИЛЮЛИ, ИСПОЛНЯЮЩИЕ ЖЕЛАНИЯ

Читайте на стр. 7

В НОМЕРЕ:

ГНЕВ – КРИЗИС ЖЕЛЧИ

Люди с доминирующей конституцией Желчь (холерики) обладают решительным характером, острым умом, амбициозны, бесстрашны. Это прирожденные лидеры, карьеристы в хорошем смысле этого слова. Яркими представителями конституции Желчь были такие государственные деятели, как Иван Грозный, Петр Первый, Сталин, Хрущев.

стр. 2

ЛИПОМАТОЗ –

«ВНУТРЕННЕЕ»

ОЖИРЕНИЕ

Печень, пораженная липоматозом, в разрезе напоминает мускатный орех и называется «мускатная печень». Такая же картина при ожирении других органов. Пациенты с подобными диагнозами обращаются в клинику почти ежедневно – сейчас это очень распространенное явление. Причем среди пораженных липоматозом встречаются подростки и даже дети.

стр. 3

ЛЕЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

«ГИПЕРТОНΙΑ

БЕЗ ТАБЛЕТОК»

Начало гипертонии по «горячему» типу протекает почти бессимптомно – незначительные головные боли, головокружение, шум в ушах, прерывистый сон, беспокойство и раздражительность по пустякам, боли в сердце и затылочной области. Затем появляются более явные признаки: плохой сон, ухудшение памяти, беспокойство, усталость, учащенное сердцебиение; пульс твердый, быстрый, толстый. Наблюдается онемение безымянных пальцев, лицо багровеет, темя, затылок, ладони и стопы ног горячие. От употребления мясной или жирной пищи больному становится хуже.

стр. 3

ЗЕМЛЯНОЙ БЫК:

АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ

ПРОГНОЗ

Если сила и основательность Быка восхищают, то его ярость способна внушать ужас. Разозленный Бык неуправляем, поэтому в этом году лучше избегать крайностей, необдуманных поступков и сдерживать давление на окружающих и агрессивные намерения. Однако эти свойства Быка будут несколько сглажены стихией Земли, которая управляет 2009 годом.

стр. 4–5



Детям
50% скидка
на сеансы
комплексного
лечения

ПЕНСИОНЕРАМ
скидка
до 50%
на сеансы
комплексного лечения

ГНЕВ: КРИЗИС ЖЕЛЧИ

Конституция Желчь, называемая по-тибетски «мкхрис» имеет природу жара — Ян. Ее стихия — Огонь. В Трехединой тибетской монаде эту конституцию обозначают желтым цветом — цветом жара и желчи. Согласно «Чжуд-Ши», от Желчи зависит «чувство голода, жажда, питание, пищеварение, тепло, цвет, храбрость и ум». Это жизненное начало в организме отвечает за пищеварение и тепло тела и анатомически включает в себя печень и желчный пузырь, из жидкостных сред — кровь.

Печень называется в тибетской медицине «Старшей Царицей» органов и выполняет более 300 функций, участвуя во всех видах обмена веществ. Печень образует гемоглобин, способна поглощать и обезвреживать токсины, и ее возбуждение приводит к накоплению в теле «плохой» крови. От работы печени зависит состояние сердечно-сосудистой системы, мозга, почек, лимфатической и гормональной систем. Но самая главная ее функция — это выработка желчи.

Желчь соответствует возрасту зрелости в жизни человека: 25–60 лет. Это самый активный период жизни, время свершений и завоеваний, пора наибольшей активности и работоспособности человека, пика его амбиций и творческих свершений.

Люди с доминирующей конституцией Желчь (холерика) обладают решительным характером, острым умом, амбициозны, бесстрашны, способны бурно реагировать как на положительные, так и на отрицательные эмоции. Это природные лидеры, карьеристы в хорошем смысле этого слова. Яркими представителями конституции Желчь были такие государственные деятели, как Иван Грозный, Чингисхан, Сталин, Хрущев.

Люди-Желчи, как правило, среднего роста, плотного телосложения, руки и ноги у них горячие, цвет лица красноватый, от природы отличаются хорошим аппетитом, иногда склонны к полноте. Жару и солнце переносят с трудом, предпочитая прохладу и свежесть, много потеют. Кожа у этих людей в силу активной работы печени часто подвержена раздражениям, появлению сыпи.

Из-за возмущения Желчи такие люди могут впадать в депрессию, становятся необычайно раздражительными и даже агрессивными. В чем причина кризиса этой конституции? В древнем медицинском трактате «Чжуд-Ши» она изображена в

виде змеи, олицетворяющей собой гнев. Это понятие трактуется достаточно широко. Подразумеваются такие эмоции, как ненависть, негодование, злоба, враждебность, вспыльчивость, раздражительность, ревность, зависть, подозрительность, недовольство собой и окружающим миром и т.д.

В нормальном состоянии людей Желчи переполняют теплые чувства и радостное восприятие жизни, но при возмущении доминирующей конституции проявляются неприятные черты их характера. Они легко начинают впадать в гнев, и даже ярость, становятся нетерпимы, придирчивы и деспотичны, верят только в свою правоту, игнорируя чужое мнение или воспринимая его в штыки.

Притом, что негативные эмоции разрушительно влияют на организм в целом, существует прямая связь между преобладанием тех или иных эмоций и состоянием внутренних органов. Так, обидчивость может спровоцировать заболевания щитовидной железы, страхи подавляют функцию почек с развитием гипертонии. Чрезмерная радость вредит сердцу, а большая печаль угнетает легкие. Уныние и глубокая тоска вызывают истощение поджелудочной железы и сахарный диабет.

Гнев, а также близкие ему вспыльчивость и раздражительность, гордыня и высокомерие, неудовлетворенные амбиции заставляют «взрываться» печень. Она начинает в избытке вырабатывать желчь и другие вещества (холестерин, протромбин и т.д.), которые попадают в кровь. «Плохая горячая» кровь разносится по всему организму, отравляя его.

Дороги желчи в организме через кровь и пот: глаза, желчный пузырь, поджелудочная железа, тонкий кишечник. Возмущение Желчи проявляется нарушением пищеварения в целом, покраснением и желтизной глаз и кожных покровов, тугоподвижностью мышц



Тибетские фитопрепараты способствуют умиротворению желчи, очищают кровь, снимают воспалительные процессы в печени и желчном пузыре.

спины. Нарушается сон, появляются страхи, беспокойство и тревога. Ощущается изжога, сухость и горечь во рту с привкусом железа, тяжесть или боль в области спины — справа, в месте проекции печени. В области лица, шеи возможно появление пигментных пятен, а также папиллом, родинок, угрей.

Необходимо подчеркнуть, что кроме неумения справляться со своими эмоциями, провоцируют, то есть «подогревают» возмущение и без того горячей Желчи злоупотребление острой, жареной, жирной и кислой пищей, а также алкоголем. Другая причина — неправильный образ жизни: пребывание в жаре и на солнцепеке на южных курортах, летом на даче, частое посещение бань и саун.

Поскольку Желчь обладает природой огня, при ее возмущении развиваются болезни «жара». В трактате «Чжуд-Ши» сказано: «Нет желчи — и жара не может быть». И еще: «жар легко развивается и быстро убивает».

Люди конституции Желчь более других подвержены таким болезням, как стенокардия, инфаркт, гипертония, инсульт.

В клинику «Наран» привезли мужчину 45 лет конституции Желчь — среднего роста, плотного телосложения, с красноватым лицом. Сергей И. был частично парализован вследствие инсульта. Это случилось в тот день, когда фирма, которой он владел, потерпела банкротство, и он потерял все свои средства. Врачи успели спасти его жизнь, но после выписки из больницы он мучился из-за вынужденной неподвижности, его не отпускал изнуряющий страх смерти. Жить в таком состоянии становилось невозможно. Комплексный курс лечения был направлен на корректировку конституции Желчь. Пациент строго следовал врачебным предписаниям и смог одолеть недуг. Постепенно тело обрело быструю подвижность, страх перед смертью прошел. И Сергей дал себе слово бережнее относиться к себе и своей жизни.

Печень выбрасывает в кровь не только желчь, но и холестерин, которые откладываются на стенках сосудов и во внутренних органах, вызывая жировую инфильтрацию печени, сердца, поджелу-

дочной железы и других органов. Образуются камни в желчном пузыре (желчнокаменная болезнь), развивается атеросклероз в любых сосудах организма — нижних конечностях, кишечнике и желудке, сосудах головного мозга.

В 60 лет Валентину Петровну беспокоили плохой сон, раздражительность, тяжесть в правом подреберье, изжога от любой еды, тошнота, запоры. Обследование на УЗИ показало, что желчный пузырь полностью заполнен камнями и почти не функционирует. После трех курсов лечения фитопрепаратами в «Наране» контрольное УЗИ показало, что в полости желчного пузыря появился просвет — камни стали растворяться. Еще через полгода уже только треть желчного пузыря осталась заполненной камнями, размеры которых уменьшились с 20 мм до 6–8 мм.

Важно отметить, что за все время лечения у Валентины Петровны ни разу не случилось ни единого приступа желчнокаменной болезни.

Как умиротворить Желчь и не стать жертвой болезней-убийц?

Гармонизации этой горячей конституции способствует жизнь в умеренном и прохладном климате. Людям этой конституции следует избегать душных и жарких помещений, отдых лучше проводить на курортах с умеренным климатом и минеральными водами.

Обостренное самолюбие и тщеславие, преувеличенные амбиции — это яд, отравляющий сознание, которого нужно сознательно избегать. Постарайтесь работать над своим душевным состоянием, уметь снимать раздражение, научиться прислушиваться к советам. В расписании дня, даже самом загруженном, всегда должно оставаться место для отдыха и расслабления.

Полезны обливания тела полотенцем, смоченным в прохладной воде по утрам и перед сном. Одежду лучше носить хлопковую, шелковую, избегать вещей из синтетики и шерсти.

Важно учитывать время года — активность печени особенно возрастает осенью и зимой. Поэтому и питание в этот период должно быть особенно продуманным.

Лучшая пища — вареная, тушеная или приготовленная на пару. Следует забыть про жареную, жирную и очень острую пищу, особенно в сочетании с алкогольными напитками. Питание должно быть дробным — частым и небольшими порциями. Не повредит печени свежая нежирная свинина, говядина, мясо индейки, курицы, дичи, рыба и морепродукты. Из приправ лучше использовать горчицу, хрен (они обладают желчегонным действием), мускатный орех, шафран, имбирь, кардамон. В целом отдавать предпочтение горькому, вяжущему, сладкому и кислому вкусу.

Горячая чаю предпочтительнее компот из сухофруктов, пить который следует не ранее, чем через час после основной еды. Полезны будут чаи из трав — бессмертника, кукурузных рылец, девясила, овса, алтея, можжевельника, хмеля, барбариса, расторопши, полыни, донника. Такие чаи можно пить регулярно — 2–3 раза в день через час после еды, чередуя растения через месяц. Для этого 1 ч.л. травяного чая заварить в чашке кипятком и дать настояться почти до комнатной температуры, после чего добавить в него 1 ч.л. меда или сахара. В сутки лучше пить до 1,2 л жидкости. Полезны минеральная вода и соки, способствующие разжижению крови.

А вот еще один хороший рецепт:

2 ст. ложки неочищенного овса кипятить 15 минут в 1 л воды, добавить 2 ст. ложки молока и кипятить еще 2–3 минуты, после чего добавить 2 ст. ложки меда. Размешав, пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 20–30 минут до еды в течение двух недель. Такой отвар избавляет организм от излишней желчи.

Помните, что заботливое отношение к своему здоровью — не роскошь, не прихоть, а единственно эффективный метод предотвратить болезнь! «Днем и ночью я буду вести правильный образ жизни» — мысль эту держи всегда в голове, и страдание тебя не коснется» («Чжуд-Ши», Тантра Объяснений).

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



Иглоукальвание стимулирует циркуляцию крови и энергии в организме, активизирует питание внутренних органов, снимает мышечные спазмы.

«МУСКАТНЫЕ» ОРГАНЫ

«Какие методики используются в тибетской медицине для лечения системного липоматоза внутренних органов, особенно печени, поджелудочной железы, почек?»

Зоя Колчина, г. Москва.



Отвечает главный консультант клиники «Наран» Гиляна МАНГАЕВА:

Липоматоз (жировая инфильтрация) внутренних органов, или появление липом в подкожно-жировой клетчатке имеет одну причину: нарушение жирового обмена. Жировые накопления в печени, почках, сердце, мышечной ткани, во внутренних полых органах — желудке, кишечнике и так далее — довольно распространенное явление. Скажем, печень, пораженная липоматозом, в разрезе напоминает мускатный орех, да и называется «мускатная печень». Такая же картина наблюдается при ожирении других органов. Пациенты с подобными диагнозами приходят к нам в кли-

нику почти каждый день — сейчас это очень распространенное явление. Причем среди пораженных липоматозом встречаются подростки, и даже дети.

С точки зрения тибетской медицины, в этом виноваты сбои в системах Желчь и Слизь. Первая регулирует белковый, углеводный, жировой, гормональный и другие обмены. А застой Слизи тормозит водный обмен и, что научно доказано, распад жиров в организме. Их расстройства обусловлены в первую очередь неправильным питанием. Это касается и тех, кто считает себя худым, и тех, кто по молодости мог похвастаться «железным» пищеварением. Пусть вспомнят, как они поглощали жареную картошку, злоупотребляли алкоголем, сладостями, фаст-фудом, слишком острой или, наоборот, слишком пресной едой, холодными продуктами и напитками, — всем тем, что перенапрягает печень и способствует накоплению и застою избыточной слизи в организме. То, что было под силу внутренним органам в 20–25 лет, в 50 становится просто опасно. Они попросту «устают», перенапряженные небрежным отношением к себе.

Для лечения этих состояний в тибетской медицине практикуется массаж в сочетании с приемом фитопрепаратов (они эффективно выводят избыточный жир, воду и лимфу, очищают кровь). Массировать надо всю область живота, от реберных дуг сверху до паховой области снизу. С помощью такого массажа можно поправить состояние внутренних органов, улучшить циркуляцию крови и энергии. При правильном выполнении массажа живота уже к пятому сеансу вы почувствуете значительное облегчение, и боли уйдут, наладится перистальтика всего ЖКТ. Снизить вес и наладить водно-жировой обмен также помогут иглоукалывание, аурикулотерапия, точечный и баночный массаж. И, конечно, в первую очередь, необходимо правильное питание, рекомендованное типам Желчь и Слизь.

КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ИЗЖОГИ?

«Расскажите о способах лечения изжоги.»

С. И. Григорьев, г. Люберцы, Московская обл.



Отвечает главный врач клиники «Наран» на «Войковской» Александра ЧУМБАЕВА:

Причинами изжоги может быть повышенная кислотность, дискинезия желчевыводящих путей и опущение желудка. Три проблемы — это три различных подхода к их решению.

При повышенной кислотности на языке виден белый налет, могут быть приступы тошноты и даже рвота. В этом случае поможет такое блюдо: 250 г «белого» куриного мяса мелко нарезают и варят в 400 мл воды 7 минут, добавляя соль по вкусу. Это количество еды поделить пополам и съесть за два раза. И так семь дней подряд.

Помогает и яичная скорлупа: сняв скорлупу от предварительно вымытого яйца, ее размалывают в кофемолке и размешивают в 140 мл воды. Пьют раз в день в течение 14 дней.

Другая причина изжоги — дискинезия желчевыводящих путей и другие проблемы с печенью и желчным пузырем (возмущение Желчи). Тогда изжога сопровождается ощущением горечи во рту,

а на языке виден желтый налет — явный признак неполадки в желчевыводящих путях. Причиной расстройства может быть неправильное питание, стресс. Пнев и раздражение приводят к спазму желчного пузыря, накоплению желчи и выбросу ее в кровь и другие органы. Желчь имеет щелочную среду, в желудке среда кислая — идет сложная химическая реакция.

В этом случае помогут отвары из кукурузных рыльцев, овса, бессмертника или пижмы. Растения желтого цвета по канонам тибетской медицины лечат болезни желчи.

В норме желудок расположен на два пальца выше пупка. Но порой происходит опущение желудка. Он часто возникает у тех, кто по роду профессии выполняет тяжелую физическую работу или вынужден подолгу стоять на ногах. При опущении желудка изжога сопровождается отрыжкой и повышенным газообразованием, снижением аппетита, потерей веса. Вернуть его в нормальное состояние поможет массаж, вакуум-терапия, иглоукалывание, которые профессионально выполняют врачи «Нарана».

Лечебные программы в «Наране»

ГИПЕРТОНИЯ: КАК ЖИТЬ БЕЗ ТАБЛЕТОК?

В норме пульс у здорового человека — примерно 70 ударов в минуту. Нормальное кровяное давление у детей и молодых людей до 20 лет, а также тех, кто старше 60 не должно превышать 120/70. У людей среднего возраста этот показатель 130/70–75. Как быть, когда давление начинает зашкаливать? Рассказывает врач клиники «Наран» на «Проспекте Мира» Олег БИЛДУШКИН:

Гипертония — заболевание, которое сопровождается повышением артериального давления в крупных, а затем и в более мелких сосудах: сначала оно удерживается на относительно низких цифрах (в пределах 140/90 мм рт. ст. до 160/90). Затем пограничные цифры повышенного артериального давления могут повышаться в течение всей жизни.

Причиной развития этого опасного заболевания, которым страдает более четверти взрослого населения в нашей стране, с позиций тибетской медицины является нарушение конституций Ветра, Желчи и Слизи, которые присутствуют у каждого человека. У пожилых людей это в основном нарушение Ветра, который спонтанно увеличивает свою активность, вызывая учащенное сердцебиение, аритмию. В среднем возрасте чаще всего от гипертонии страдают люди конституции Желчь. Душевные переживания, гнев, раздражительность, чрезмерное увлечение мясом, высококалорийными и солеными продуктами, злоупотребление алкоголем — основные причины повышения давления.

Люди Слизь, страдающие от ожирения, также часто с возрастом становятся гипертониками. Избыточное потребление углеводов и жиров при за-

медленном пищеварении неизбежно приводит к увеличению содержания холестерина в крови.

Начало гипертонии по «горячему» типу протекает почти бессимптомно — незначительные головные боли, головокружение, шум в ушах, прерывистый сон, беспокойство и раздражительность по пустякам, боли в сердце и затылочной области. Затем появляются более явные признаки: плохой сон, ухудшение памяти, беспокойство, усталость, учащенное сердцебиение; пульс твердый, быстрый, толстый. Наблюдается онемение безымянных пальцев, лицо багровеет, темя, затылок, ладони и стопы ног горячие. От употребления мясной или жирной пищи больному становится хуже.

В пожилом возрасте, которой соответствует периоду Ветра, симптомы болезни несколько иные — по типу «холода». Это сильные боли в височной области, тяжесть и пустота в голове, головокружение, дрожь, судорожное состояние, одышка, тахикардия, слабость, бледность кожных покровов, пульс глубокий, пустой, быстрый, моча белая с обильной пеной. Больной худеет, страдает от боли в суставах, после употребления мясной и калорийной пищи чувствует себя лучше.

Лечение лучше начинать при первых же признаках болезни, в противном случае она переходит в хроническую форму. Сердце быстро изнашивается, сосуды теряют эластичность. Человеку угрожают не только сердечно-сосудистые патологии, но и такие заболевания, как обширный атеросклероз (болезнь Альцгеймера и Паркинсона), инфаркт миокарда, инсульты, параличи, парезы.



Темп этих заболеваний может быть значительно замедлен или остановлен приемом тибетских фитопрепаратов. Больному (индивидуально) прописывается месячный курс препаратов серии «Дзати», «Агар», «Сампэл Норбу» и др. Кроме этих препаратов назначаются драгоценные пилюли «Ринчен Ратна Сампел», дозы которых рассчитываются врачом исходя из возрастных и индивидуальных особенностей больного. Препара-

ты хорошо очищают сосуды сердца и головного мозга от холестерина, оказывают гипотензивное, сосудорасширяющее действие, нормализуют сон, способствуют выведению из организма лишней жидкости, успокаивают симпатическую нервную систему. Тем самым снимаются спазмы артерий, которые вызывают подъем кровяного давления.

Гипертония, вызванная возмущением Желчи, имеет горя-

чую природу, поэтому больному рекомендуется спокойная обстановка в прохладном помещении с неярким освещением, нужно ограничить пребывание в жаре и духоте, на солнце, и совершенно исключить бани и сауны. Диета предусматривает ограничение поваренной соли, из рациона нужно исключить крепкие мясные бульоны, жареные блюда, крепкий чай и кофе, сливки, некоторые животные жиры. Следует ограничить употребление острых приправ и пряностей, различных солений и маринадов, копченостей. Полезны натуральные соки, чай с молоком, простокваша, кефир, настой шиповника, каши, обезжиренный творог, омлет из яичных белков, отварные мясо и рыба, сухари, некислые фрукты. Рекомендуются горький, сладкий и вяжущий вкусы.

Питание при гипертонии, вызванной Ветром, рекомендуется высококалорийное питание с повышенным содержанием белков, витаминов, жиров: тушеные овощи и фрукты, свежее баранье мясо, виноградный сок, «ламский суп». Природа болезни «холодная», поэтому показано тепло и прогревающие процедуры. Надежному избавлению от гипертонии способствует комплексное лечение: внешними и внутренними методами, соблюдение диеты, а также умение противостоять стрессам. В клинике «Наран» помимо комплексного лечения вы можете также выбрать лечебную программу «Гипертония без таблеток». Стоимость 9 сеансов, включающих консультацию врача, точечный массаж, иглоукалывание, постановку банок, прогревание полынными сигарами и два фитопрепарата, — 14 300 рублей.

ЖЕЛТЫЙ ЗЕМЛЯНОЙ БЫК:

В феврале 2009 года по восточному лунному календарю наступит год Желтого Земляного Быка (Коровы). Благодаря своей силе и плодовитости бык всегда был объектом поклонения у древних народов.

Он олицетворял жизненную силу, мужскую власть и стабильность. Корова же считалась кормилицей, спасением в голодные времена.

Она изображена на государственных символах Андорры, Исландии, Непала, в Индии же считается священным животным, символизирующим изобилие и плодородие.

Что же ждать нам от этого животного в 2009 году?

Что принесет оно в нашу жизнь?

Чего следует опасаться и что сделать, чтобы вечно ускользающая удача все же оказалась в наших руках? Прислушайтесь к древней мудрости тибетских астрологов.

БЫК — животное не особо легкое на подъем. Жизнь этих парнокопытных в природе проходит достаточно спокойно и даже вяло, хотя для прокорма огромной туши им, несомненно, требуется постоянная деятельность. Но это деятельность монотонная и однообразная.

Поэтому логично, что в 2009 году кропотливый, непрерывный труд станет залогом будущего благополучия, позволит выработать стратегию и тактику для дальнейшей жизни. Этот год способен улучшить положение в финансовой сфере, он заложит основу благосостояния многих семей, однако за это придется отложить в сторону наиболее интересные, но не отвечающие действительности проекты. Ничего не поделаешь, в 2009 году остается место лишь для прагматизма, консерватизма и прочных установок в достижении цели.

Особо этот год будет покровительствовать тем, кто решит создать семью, ведь недаром Бык считается идеальным хранителем домашнего очага. Не особо романтичный, зато надежный и верный.

Если сила и основательность Быка восхищают, то его ярость способна внушать ужас. Разозленный Бык неуправляем, поэтому в этом году лучше избегать крайностей, необдуманных поступков и сдерживать давление на окружающих и агрессивные намерения. Однако не лучшие свойства Быка будут несколько сглажены стихией Земли, которая управляет 2009 годом. Земля придает стабильность вместе с реализмом и некоторой медлительностью в действиях. Обычно годы Земли спокойные, благополучные, благоприятны для развития сельского хозяйства. Таким образом, стихия года лишь усиливает основные качества животного года.

Год Земляного Быка повторяется раз в 60 лет (1949, 2009 годы), олицетворяя такие качества, как долг и упорство. Человек, рожденный в 2009 году, станет настоящим тружеником-пахарем. Он будет работать неистово и самозабвенно, строя счастье для себя и своей семьи. Педантичен, молчалив и медлителен, но под простоватой внешностью

скрывается аналитический ум. Спокойная сила, трезвый ум и логика, компетентность и чувство ответственности, свойственное этим людям, вызывает доверие окружающих.

Считается, что особенно везет в жизни Быкам, рожденным зимой. Они достигают успеха без особых усилий,

при внешних отрицательных воздействиях. Например, пубертатный период в 12 лет, в 48 лет — климактерический возраст.



«не выходя из стойла». А вот Быку, рожденному летом, придется гораздо больше потрудиться в жизни, чтобы расчистить себе место под солнцем. Так что пожелаем вашему будущему бычку родиться с ноября по март.

Для всех без исключения людей-Быков предстоящий год обещает быть неоднозначным. Почему? В «свой» год человек наиболее подвержен болезням, и тибетские врачеватели и астрологи рекомендуют строго беречь себя, особенно в возрасте 24, 36, 48 и 60 лет. Эти периоды предполагаются условно отрицательными, так как защитная жизненная энергия человека ослабевает и наступает дисбаланс регулирующих физиологических систем организма — Ветра, Слизи и Желчи. Начинается глубокая перестройка и сдвиги в гормональных, эндокринных механизмах регуляции, энергетических процессах, которые являются неблагоприятным фоном

Лучше всего в начале года посетить ламу-астролога и вознести соответствующие молитвы, которые помогут пережить год без особых потрясений. Самой лучшей стратегией в 2009 году для Быков будет естественность, адекватные реакции и неизменно ровная приветливость. Это привлечет к вам видимых и невидимых помощников, и даже ангелы будут на вашей стороне.

Благоприятные дни недели для людей-Быков: среда и суббота. В эти дни все начинания, дела, поездки будут удачными.

Неблагоприятный: четверг. В этот день лучше ничего важного не предпринимать. По возможности уединиться, обдумать планы или заняться медитацией.



В год Быка родились: Наполеон Бонапарт, Михаил Кутузов, Ван Гог, Чарли Чаплин, Маргарет Тэтчер, Марлен Дитрих, Уолт Дисней, Сергей Михалков, Иннокентий Смоктуновский, Иосиф Кобзон, Валерий Леонтьев, Алла Пугачева, Барак Обама, Джордж Клуни, Кира Найтли.

ной по своей сути. Активизируются общественные организации, руководимые Тиграми. Подобные занятия помогут Тиграм прожить год Быка полной жизнью, при условии трудолюбия и спокойного отношения к жизни.

Благоприятные дни недели: четверг, суббота.

Неблагоприятный: пятница.

В год Тигра родились: Людвиг ван Бетховен, Никколо Паганини, Марко Поло, Петр Кропоткин, Карл Маркс, Оскар Уайльд, Артур Рембо, Иван Тургенев, Ромен Роллан, Борис Пастернак, Мэрилин Монро, Анна Самохина, Кирсан Илюмжинов, Пенелопа Круз, Леонардо Ди Каприо.

КРОЛИК (Заяц)

Люди, родившиеся в год Кролика, обладают яркой индивидуальностью, талантливы и честолюбивы. В жизни им всегда везет. Они доброжелательны и сдержанны, отличаются безукоризненным вкусом. Нежны с тем, кого любят, но в то же время редко бывают привязаны к своим ближайшим родственникам. Кролики обладают прекрасными деловыми качествами, добросовестны и обязательны, хотя иногда проявляют склонность к меланхолии.

Год Быка для Кролика ожидается на редкость удачным. Представители этого знака получат от жизни даже немного больше того, о чем попросят. Вся астрологическая обстановка складывается таким образом, что на протяжении 2009 года звезды будут покровительствовать без подвохов, а исполнение желаний свершится по полной программе. Наиболее удачным год Быка будет для Огненных Кроликов, именно они смогут наилучшим образом использовать положительные тенденции 2009 года. Хорошо пойдут дела у тех представителей года, кто профессионально занят в медицине или других сферах деятельности, связанных со здравоохранением.

Благоприятные дни недели: четверг, суббота

Неблагоприятный: пятница.

В год Кролика родились: Михаил Ломоносов, Альберт Эйнштейн, Осип Мандель-

ТИГР

Люди, родившиеся в год Тигра, чувствительны, склонны к размышлению, доброжелательны. Однако бывают и раздражительны. Обычно они пользуются уважением, но часто вступают в конфликт со старшими, с начальством. Нередко проявляют нерешительность, принимают поспешные и опрометчивые решения или принимают верные решения слишком поздно.

Непримиримая вражда у Быка с Тигром начинается с момента появления Тигра в ареале Быка и заканчивается с его исчезновением. Если даже у матери Быка появляется ребенок в год Тигра, то конфликты двух поколений следуют до тех пор, пока юный отпрыск не покинет семью. Поэтому предстоящий год будет для них далеко не самым лучшим. Работа окажется не самой престижной и вероятно гораздо ниже оплачиваемой, но будет интеллектуальной и духов-

Фитобар клиники «Наран»

«ДИА-СЛИМ» СНИЖАЕТ САХАР!

«Диа-Слим» — стакан из дерева виджаясар «Диа-Слим Тамблер» — эффективное аюрведическое средство профилактики и лечения сахарного диабета и ожирения. Вещество, перешедшее из древесины в воду, способствует снижению избыточного веса и выведению холестерина, регулирует уровень сахара в крови и очищает кровь.



ПРИ КОЖНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ



Мазь «999» быстро успокаивает кожный зуд, обладает подсушивающим действием. Эффективен при нейродермите, псориазе, многолетних кожных экземах неясной этиологии, атопическом дерматите и др.

Тоник «Дракон», в состав которого входят медоцвет, одуванчик, китайские лекарственные травы, применяется при аллергии, экземе, псориазе, нейродермите, атопическом дерматите, трофических язвах, а также при лечении эрозии шейки матки.

ЛЕГКОЕ ДЫХАНИЕ С «ХАМАРЭ»

Это — высокоэффективное средство на основе трав, разработанное учеными-врачами тибетской медицины для профилактики и лечения острых и хронических воспалительных заболеваний слизистых оболочек носа и носоглотки. «Хамарэ» обладает противовоспалительным, антимикробным, иммуностимулирующим, антисептическим и болеутоляющим действиями, разжижает слизистые массы, ускоряет отделение слизи.



Необычайная эффективность порошка в борьбе с простудными заболеваниями делает его особенно актуальным в период межсезонья!

Показания: хронический вазомоторный ринит, аденоиды носа, гайморит, синусит, полипы носа, ларингит, тонзиллит.

Способ применения: профилактическое и лечебное действие порошок оказывает при вдыхании 2–3 раза в день, а также непосредственно на ночь.

Комплексное лечение

в клинике тибетской медицины «НАРАН»

Общая характеристика

Индивидуальное лечение, направленное на общее оздоровление организма. Охватывает весь комплекс хронических заболеваний.

Врачи нашей клиники помогут вам при:

- головной боли и болях в спине
- неврозах, невритах, заикании
- хроническом рините, бронхиальной астме, аллергиях
- гипертонии, заболевании сердца
- сахарном диабете, ожирении
- желче- и мочекаменной болезни
- простатите, аденоме простаты
- миоме матки, эндометриозе, бесплодии
- нейродермите, псориазе
- системных заболеваниях и др.

Что включает?

Индивидуально подобранные курсы фитотерапии + комплексные сеансы, которые включают: Энергетический точечный массаж • Иглорефлексотерапию • Аурикулотерапию • Моксотерапию • Стоун-терапию • Вакуум-терапию • Гирудотерапию • Баночный массаж

Эффективность

Основной эффект лечения: полное избавление от хронических заболеваний или достижение длительного периода ремиссии, повышение устойчивости к заболеваниям, прилив бодрости и энергии, достижение душевного равновесия, гармонии, спокойствия

**БОЛЕЕ ПОДРОБНУЮ ИНФОРМАЦИЮ
О ЛЕЧЕНИИ ВЫ МОЖЕТЕ УЗНАТЬ
ПО ТЕЛ. 221-21-84**

МЯГКОЕ ОЧИЩЕНИЕ КОЖИ

Туалетное мыло «Herb-bath» создано на основе натуральных гималайских растительных компонентов и масел. Экологически чистое мыло производится в Непале, где растет до 700 видов полезных растений. В состав мыла «Herb-bath» входят такие растения, как псоралея лецинолистная, бакопа монье, кедр гималайский, кориандр, индийский тмин, фенхель, солодка голая, красное сандаловое дерево, имбирь, эмблика лекарственная, зеленый чай, а также масло мяты, ниима, мед и другие компоненты.

В ассортименте 10 наименований мыла:

«Амала» — растение, богатое витамином С. Освежает и тонизирует;

«Зеленый чай» — восстанавливает и омолаживает кожу, устраняет различные высыпания;

«Кофе» — смягчает и разглаживает морщины, подходит для сухой и нормальной кожи;

«Скраб с кофе» — активные вещества удаляют омертвевшие клетки кожи, не нарушая ее естественный поверхностный слой;

«Лимон» — обладает эффективным тонизирующим и освежающим действием, сужает поры, идеален для жирной кожи;



«Алоэ вера» — защищает от солнечных лучей, помогает при обветривании, раздражении и шелушении;

«Ниим» — масло ниима обладает противовоспалительным и регенерирующим действием;

«Мед» — расслабляющее, обновляющее и смягчающее действие;

«Мята» — смягчающий, освежающий и тонизирующий эффект для чувствительной кожи.

«ЯНГЕРОН» — СРЕДСТВО ДЛЯ МУЖЧИН

«Янгерон» — стимулятор потенции немедленного действия! Удивительный эффект при половом бессилии мужчин, надежное излечение снижения либидо у женщин!

В состав высокоэффективного тибетского фитопрепарата «Янгерон» входят натуральные лекарственные растения: женьшень, бесцветник, корень белого атрактилиса, семена малины, кора коричневого дерева, плод торилиса, радиола удлинненная и другие. Достижению немедленного эффекта способствуют икариин — вещество, выделенное из бесцветника, активные пептиды, биоактивные полисахариды, а также другие компоненты, нормализующие кровообращение в половых органах, стимулирующие и усиливающие сексуальное влечение у мужчин и женщин.



«ДА ЧАНГ ДЖИН» — ПОМОЩЬ СУСТАВАМ

Лечебные наколенники «Да Чанг Джин» изготовлены из натуральных материалов. Лечебная прокладка наколенника состоит из 33 ингредиентов и является эффективным средством для лечения заболеваний коленных, голеностопных, локтевых и других суставов, хорошо устраняет местную боль, затруднение сгибания и разгибания конечностей, улучшает циркуляцию крови, способствует восстановлению структуры хрящевой



ткани. Наколенники рекомендуются при вывихах, растяжениях, бурситах, артритах и артрозах.

Лечебные пластыри «Да Чанг Джин» применяют для устранения местной боли в суставах, затруднениях при сгибании и разгибании суставов, припухлостях, онемении или ограниченных движениях, вызываемых холодом и повышенной влажностью. Пластыри способствуют циркуляции крови, восстановлению тканей суставов при вывихах, ушибах, повреждениях соединительной ткани костей.

РАСТВОРЯЕТ КАМНИ В ПОЧКАХ

Шеншитонг (в составе: тысячеголов посевной, девясил британский, внутренняя оболочка куриного желудка, вербейник христинный, шалфей многокорневичный, лигозим японский, гвоздика пышная, роза Бэнкса, соловей двузубый, трава горца птичьего и т.д.).

- растворяет камни почек и мочевыводящих путей независимо от их состава, качества и количества;
- способствует безболезненному их выведению;
- обладает мочегонным эффектом;
- оказывает антибактериальное действие;
- уменьшает отечность слизистой, мочевыводящих путей;
- снимает воспалительный процесс мочевыводящих путей;
- обладает спазмолитическим действием, купирует болевой синдром;
- нормализует химический состав мочи, вос-



становливают водно-солевой обмен, препятствуя тем самым появлению новых солей и камней в почках;

- устраняет застойные явления в области малого таза, способствует улучшению венозного кровотока;
- улучшает функцию почек;
- препятствует отложению холестерина на стенках сосудов.

ПРОКЛАДКИ ДЛЯ ЖЕНЩИН И МУЖЧИН

Лекарственные прокладки «Саньбафулэ» — эффективное лечебное средство от женских и мужских заболеваний.

Основные лечебные свойства:

- оздоровление микрофлоры
- нормализация функций органов малого таза и промежности
- антибактериальный, противовирусный, противовоспалительный эффект
- репаративное (заживляющее) действие

Гигиенические защитные прокладки пропитаны настоями и экстрактами 38 лечебных трав, они несут в себе природную энергетическую информацию, которая и обуславливает их оздоровительное действие.



Прокладки «Саньбафулэ» используются как местное средство при лечении различных гормональных нарушений женской половой сферы, воспалительных заболеваний органов малого таза, вирусных поражениях гениталий и органов малого таза, нарушениях менструального цикла, зуде наружных половых органов, первичном и вторичном бесплодии, спаечных процессах в полости малого таза, эндометриозе, молочнице и т.д.

Прокладки прекрасно зарекомендовали себя при лечении даже сутубо мужских заболеваний, таких как острый и хронический простатит, орхоэпидимит. Их используют для лечения острого тромбоза, геморроидальных узлов, причем, купирование болевого синдрома достигается в течение нескольких часов, уменьшается отек, снимается воспаление, рассасываются тромбы.

ДРАГОЦЕННОСТЬ, ИСПОЛНЯЮЩАЯ ЖЕЛАНИЯ

Драгоценные тибетские пилюли для европейцев окружены тайной и суевериями. В Тибете к их изготовлению относятся с великим почтением и священным трепетом. И неудивительно, ведь эти пилюли — единственное в своем роде средство, помогающее больному организму перейти на новые условия существования, очиститься от вредных веществ, токсинов, причин болезней. Они способствуют отказу от старого образа жизни, приведшего к заболеванию, и переходу к своеобразному духовному и физическому перерождению человека. Рассказывает врач клиники «Наран» на «Таганской» Лидия ОНИКОВА:

Тибетские драгоценные пилюли — это уникальные лекарства, принцип действия которых основан на использовании целебных свойств металлов, минералов и лекарственных трав. На протяжении тысячелетий тибетские ламы и фармакологи сохраняли секреты приготовления сложных многокомпонентных (некоторые пилюли содержат более 100 ингредиентов) лекарств, в состав которых входят специально обработанные и предварительно очищенные золото, серебро, ртуть, медь, железо, сапфиры, рубины, бирюза, жемчуг, кораллы и другие элементы. Многие из используемых в этих пилюлях трав встречаются только в Гималаях и не имеют аналогов. Драгоценные пилюли оказывают комплексное энергетическое воздействие на организм человека, восстанавливая баланс трех конституций (Слизь, Желчь и Ветер) и гармоничную циркуляцию жизненной энергии в различных органах и системах. Эти лекарства, в отличие от большинства западных препаратов, при правильном применении практически не имеют побочных эффектов и устраняют, прежде всего, саму причину заболевания, а не просто борются с симптомами. Здоровый человек может принимать драгоценные пилюли в качестве общего тонизирующего, профилактического и восстанавливающего иммунитет средства.

Приготовленные драгоценные пилюли обязательно освящаются монахами в монастырях и, как считается, только после этого становятся полностью пригодными для употребления. К тибетским драгоценным пилюлям следует относиться как к величайшему сокровищу, которое способно избавить вас от всех недугов!

Приготовление и прием драгоценных пилюль — это два различных этапа. Пилюли обычно принимаются рано утром (в 4–5 часов утра), а их приготовление происходит поздно вечером, перед сном. Пилюли упакованы в маленькие пластиковые коробочки. Каждая пилюля находится внутри матерчатого мешочка, цвет которого и определяет вид данной пилюли.

Создайте в помещении, в котором вы собираетесь готовить пилюлю, очень тусклое освещение (по другим рекомендациям пилюли готовятся в темноте). Возьмите мешочек с пилюлей и аккуратно раздавите его содержимое. Возьмите фарфоровую (керамическую) непрозрачную чашку. Чашка должна быть очень чистой и без трещин (желательно белая внутри). Аккуратно снимите с мешочка тесьму и высыпьте его содержимое в чашку. Добавьте 50 г кипяченой воды и плотно накройте чашку. Накрывать чашку можно предвари-

тельно изготовленной крышечкой из алюминиевой фольги и чистой ткани (тканью вовнутрь). Фольга обеспечит достаточно плотный контакт с чашкой.

Встав рано утром, обязательно вымойте с мылом руки и полощите рот. Создайте в помещении, где будет приниматься пилюля очень тусклое освещение. Возьмите чашку и долейте в нее 100 г горячей воды. Температура должна быть достаточно горячей, но не обжигающей. Размешивая содержимое чашки, произнесите мантру Будды Медицины: «ТАДЬЯТА, ОМ БЕКАНДЗЕ, БЕКАНДЗЕ, — МАХА БЕКАНДЗЕ, БЕКАНДЗЕ РАДЗА САМУДГАТЕ СУХА» (7 или более раз). Можно произносить и другие тибетские мантры, например, известную мантру Авалокитешвары: «ОМ МАНИ ПАДМЭ ХУМ». После этого выпейте содержимое чашки. Обычно на стенках чашки остается осадок, поэтому в чашку добавляйте еще немного горячей воды, ополаскивают стенки и выпивают содержимое. Чашка должна остаться совершенно пустой. После приема пилюли нельзя переохлаждаться, поэтому нужно хорошо укрыться теплым одеялом и постараться уснуть.

В день приема драгоценной пилюли нужно воздерживаться от употребления мяса (любого), рыбы, яиц, сырых овощей и фруктов, чеснока, сырой зерновой, жареной пищи, острого, кислого (лимоны и др.), соленого, горького. Ни в коем случае нельзя употреблять алкоголь, курить, заниматься сексом, выполнять интенсивные физические упражнения, спать днем, переохлаждаться или перегреваться. В день приема пилюли нельзя употреблять другие лекарственные препараты. Общей рекомендацией, помимо сказанного, следует считать умеренность во всем, что вы делаете, едите, пьете и пр. Не мешайте драгоценной пилюле восстанавливать энергетический баланс вашего организма!

В качестве оптимального питания в дни приема драгоценных пилюль можно рекомендовать: отварные (приготовленные на пару) овощи, рис, различные каши, хлеб, овощные супы (но не на мясном бульоне) и т.п. В идеале лучше отказаться от пищи в дни приема пилюль.

Ринчен Дангжор Рилнаг Ченмо (Черные пилюли великой драгоценной золотой смеси)

Пилюли состоят из 100 ингредиентов: золото, серебро,

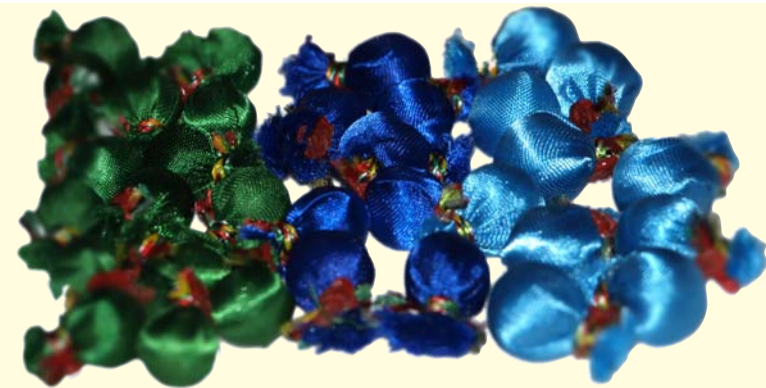
медь, железо, сапфир, изумруд, рубин, бирюза и большое количество разнообразных трав. В целом данная драгоценная пилюля рекомендована при всех хронических заболеваниях, включая хроническую лихорадку, инфекционную лихорадку, желудочно-кишечные спазмы (колики), пептические язвы, аллергии, артриты, заболевания крови, нервные расстройства. Кроме того, эффективность этих пилюль доказана при расстройствах Слизь, хронических и осложненных гепатитах и желудочно-кишечных заболеваниях, для которых характерно одновременное комплексное расстройство Ветра, Желчи и Слизь. Также прописываются при отравлениях продуктами питания, металлами и химическими соединениями, а также при заболеваниях, обусловленных загрязнением окружающей среды. Эти пилюли помогают усилить работу различных внутренних



органов и укрепить костные структуры, укрепляют волосы и устраняют морщины. Пилюли помогают обеспечивать правильный температурный обмен в теле.

Ринчен Ратна Сампел (Драгоценность, исполняющая желания)

Состоит из 16 различных металлов и минералов, включая золото, серебро, медь, железо, коралл, бирюзу, жемчуг, лазурит, Зи (редкий тибетский минерал), а также около 70 различных трав. Эта пилюля является сильнейшим антидотом. Она действует против всех видов ядов, включая пищевые, растительные, химические и другие. Пилюли полезны для устранения вредных последствий, связанных с перегревом на солнце. Эти пилюли лечат гемиплегию (паралич половины тела), параличи, ригидность и контрактуру членов, глухоту, вывихи суставов. Пилюли полезны при всех видах возмущения Ветра — нервных расстройствах с такими



симптомами, как дрожь и оцепенение, постоянные позывы к мочеиспусканию, затрудненное поднятие и опускание век, невралгические боли. Пилюли используются также для эффективного лечения таких недугов, как снижение чувствительности (ослабление слуха, вкусовых ощущений, тактильных ощущений, обоняния, нарушение циркуляции слюны), при сердечных расстройствах, при образовании в крови сгустков, для лечения язв различной этиологии, для лечения ранних раковых заболеваний. Пилюли показаны при повышенном кровяном давлении для лечения гипертоний, а также болезни Паркинсона. Пилюли чрезвычайно полезны для устранения или ослабления боли у раковых больных, а также при излечивании заболеваний, вызванных атакой различных духов.

Ринчен Мангжор Ченмо (Великое драгоценное соединение)

Состоит приблизительно из 50 компонентов, включая драгоценные металлы, минералы и травы.

Про эту пилюлю говорится, что она умиротворяет все 404 основные болезни, а также то, что не существует заболевания, которое она не может излечить. Пилюля показана при любых расстройствах Ветра, Желчи и Слизь (преобладающее влияние при болезнях крови и Желчи). Вылечивает хронические незаживающие раны, уменьшает опухоли в горле, помогает излечивать застарелые и внезапно возникшие болезни, различные малярии, кровотечения в кишечнике и в полости рта. Пилюля может применяться в качестве антидота при всех видах отравлений. Эти пилюли восстанавливают циркуляцию жизненной энергии.

Ринчен Дзо-Тру Дашел (Драгоценный очищенный лунный кристалл)

Состоит из 50 ингредиентов, включая драгоценные металлы, минералы и травы. Пилюля является главной алхимической пилюлей в тибетской медицине и обладает очень большой силой, выраженными очистительными свойствами, помогает восстанавливать циркуляцию крови, устраняет задержки в организме излишков влаги (различные лимфатические расстройства). Лечит язвы, рак желудка и заболевания печени (различные колики, рак печени), малярии, излечивает боли и заболевания, вызван-

ные неожиданными изменениями в питании и переменной климата, дизентерии; устраняет инфекции и воспаления легких и бронхов (груди), сопровождающихся кашлем с кровью и мокротой, проблемами с дыханием. Пилюли помогают восстановить аппетит и физическую силу после перенесенных хронических заболеваний, а также восстанавливают нормальный рост волос, зубов и ногтей.

Эти пилюли восстанавливают остроту чувств и память, а также полезны при лечении заболеваний, вызванных излишним приемом алкоголя и при переедании. Здоровый человек может принимать данные пилюли в качестве общего тонизирующего средства и для профилактики, а также для омоложения организма и продления жизни.

Юнинг-25 (Драгоценная старая бирюза)

Состоит из 25 компонентов. Пилюля является антидотом и особенно показана при всех заболеваниях печени, сопровождающихся такими симптомами, как увеличение печени, печеночные боли (колики), плохое пищеварение, потеря веса, избыточное давление в верхних частях тела, жажда, неподвижность шеи, головная боль, носовые кровотечения, дизентерия, покраснение глаз (кровяные прожилки), боли в подмышечной впадине, потеря аппетита. Пилюли хорошо излечивают проблемы из-за избыточного приема алкоголя и при любых других отравлениях.

Чаркил Ченмо (Великая железная пилюля)

Состоит из 40 ингредиентов. Пилюля особенно хороша при всех глазных заболеваниях, включая конъюнктивиты, катаракту, фотофобию, покраснение глаз, непрозрачность роговицы, ослабление глазных нервов, общие симптомы раздражения глаз, неестественное разрастание тканей в глазах, глазные инфекции, воспаление слезных желез, слезотечение, сухость глаз, непроизвольное моргание. Эти пилюли полезны для того, чтобы поддерживать здоровье глаз. Пилюли эффективны для лечения глазных болезней, вызванных пищевыми отравлениями, распространением нечистой крови в печени, селезенке, язвами желудка. Здоровый человек может принимать эту пилюлю для профилактики глазных болезней.

Драгоценные пилюли вы можете приобрести в любом из филиалов клиники «Наран».

Консультация врача бесплатная.

Справки по тел. 221-21-84

Первая и крупнейшая клиника тибетской медицины в России



Наран работает с 1989 года



МЕТОДЫ ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ

- Опрос, пульсовая диагностика, уринодиагностика
- Фитотерапия по традиционной технологии
- Аурикулотерапия, микроиглотерапия
- Энергетический точечный массаж
- Иглорефлексотерапия, цуботерапия
- Прогревание полынными сигарами (моксотерапия)
- Постановка банок и баночный скользящий массаж
- Стоун-терапия (литотерапия)
- Кинезитерапия: мягкая мануальная терапия

Часы работы: 9.00-21.00 (без выходных)

КОНСУЛЬТАЦИИ БЕСПЛАТНО

Тел.: (495)617-08-93, 221-21-84
www.naran.ru

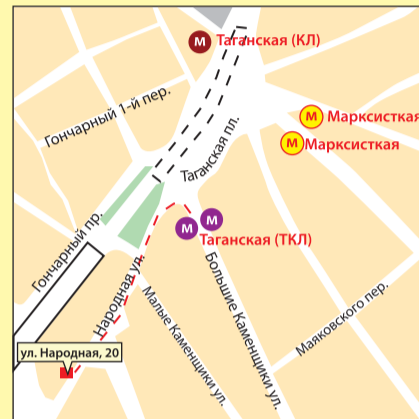
Филиалы клиники «Наран» в Москве



м. «Войковская»,
5-й Войковский пр-д, 12



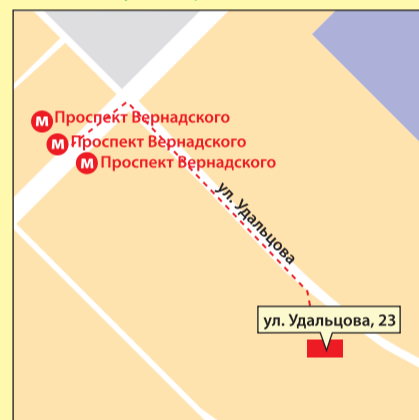
м. «Смоленская»,
Панфиловский пер., 6



м. «Таганская»,
ул. Народная, 20



м. «Проспект Мира»,
ул. Гиляровского, 50



м. «Пр. Вернадского»,
ул. Удальцова, 23



м. «Крылатское»,
ул. Осенний бульвар, д. 12, корп. 10

Тибетский астропрогноз с 1.01 по 31.01

Удачные дни: 4, 6, 11, 20, 26

Благоприятные дни

для стрижки волос: 1, 2, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 14, 17, 18, 21, 22, 29, 30, 31

для начала приема лекарств: 3, 4, 16, 27, 28, 31

для выезда в дорогу: 2, 4, 6, 8, 9, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 21, 22, 24, 25, 27, 28, 29, 31

Неблагоприятные и «пустые» дни: 1, 3, 13, 15, 25, 29

Травмоопасные дни: 4, 16, 27, 28

Дни открытых дверей в «НАРАНЕ»

Лекции в клинике на «Таганской»

18 января: «Лечение ожирения».

Ользонов М.А.

25 января: «Язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки».

Лян В.Г.

Начало в 15.00.

Вход свободный. Запись по тел.: (495)912-63-36, 221-21-84

Лекции в клинике на «Проспекте Мира»

18 января: «Фитотерапия и тибетская медицина».

Бакаева Е.Э.

25 января: «ЖКБ и тибетская медицина».

Бюрчиев С.Б.

Начало в 11.00.

Вход свободный. Запись по тел.: (495)688-42-69, 221-21-84

Дополнительная скидка воскресного дня — 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»)
Шеф-редактор —
С. Чойжинмаева
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
12.01.2009.

Заказ №
Цена свободная

Уважаемые читатели,
подписку на газету
«Вестник тибетской медицины» Вы можете
оформить в любом почтовом отделении России.

Подписной индекс: 99683
Подписная цена по Москве

46,32 руб. — 3 мес.

92,64 руб. — 6 мес.