

ВЕСТНИК ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ

Научно-популярное издание клиники тибетской медицины «Наран». Выходит два раза в месяц с июня 2005 года. www.naran.ru



Наран

работает
с 1989 года

ПЕРСОНА

Народная артистка РСФСР Лариса Лужина: «Я желаю людям веры»

Лечение в клинике «Наран» проходит народная артистка РСФСР, одна из лучших актрис советского кино, снявшаяся в более чем 70 фильмах, – Лариса Лужина. Именно ей, женщине огромного шарма и обаяния, когда-то посвятил свою песню Владимир Высоцкий. Мы встретились с Ларисой Анатольевной, чтобы поговорить о ее нынешних и прошлых творческих успехах.



– Лариса Анатольевна, вы были и остаетесь любимой актрисой для старшего поколения зрителей. Какие роли в советских фильмах вам лично особенно дороги и почему?

– На первом месте, конечно, роль Светланы Ивашовой в фильме режиссера Станислава Ростоцкого «На семи ветрах», вышедшем на экраны в 1962 году. Картина много лет, но ее до сих пор с удовольствием смотрят. Замечательный актерский ансамбль, сочный язык, уверенная режиссура, запоминающиеся песни Галича сделали фильм любимым для многих поколений кинозрителей. И сейчас я получаю душевные, теплые отклики от тех, кто впервые увидел этот хороший добрый фильм, настоящую сказку о любви. Светлана Ивашова принесла мне известность, эту роль можно назвать моей визитной карточкой. С радостью вспоминаю свою работу и в картинах «Жизнь на грешной земле», «Любовь Серафима Фролова», «Исполнение желаний» – одной из первых работ режиссера Светланы Дружининой, и многих других. Фильм «Вертикаль» дорог тем, что там снимался Володя Высоцкий. Мы тогда просто дружили, не воспринимая его как гениального барда, это понимание пришло со временем.

– Каким стал для вас 2011 год?

– Он был очень плодотворным, некогда даже было заняться своим здо-

ровьем, хотя проблемы есть – порвала ахиллово сухожилие, сломала руку... Но было не до этого, снималась в трех больших сериалах. Один из них – 250-серийная картина «Маруся», сейчас идет на Украине, в Белоруссии и Израиле. Играю гранд-даму, богатую хозяйку большого винодельческого хозяйства. Сериал «Сердце Марии» планируется показать телезрителю в октябре-ноябре. Еще один, довольно забавный, сериал «Стервы» будет на НТВ – там я в роли бывшей сотрудницы КГБ, ныне возглавляющей частное сыскное агентство, которое безуспешно пытается раскрыть преступления. Также на экраны под Новый год должен выйти симпатичный двухсерийный фильм «Улыбка судьбы» – смешные истории, связанные с любимым праздником. Моими партнерами там стали хорошие актеры: Галина Польских, Ада Роговцева, Борис Клюев, Александр Кузнецов. Я также снялась в многосерийных фильмах «Любовь как любовь», «Смех и грех», «Судмедэксперты», были и другие картины, которые, надеюсь, с удовольствием посмотрят те, кто меня помнит.

– А вас как актрису старой закалки сериалы не раздражают?

– Как зрителя меня они, наверное, раздражают... Количество их огромно, что ни включишь – везде сериалы. Кого-то грабят, насилуют, убивают, кровь течет. Ощущение, что вся жизнь

только и состоит из убийств, подлостей и интриг. Все-таки в картинах советских времен преобладало духовное начало, учили доброте, честности. А сейчас навязывают совсем иные ценности... Конечно, не все фильмы таковы, но в большинстве сериалов это присутствует, что страшно.

А сниматься мне всегда нравится, независимо от жанра кино, я всегда нахожу для себя материал, который мне интересен. На сериальных съемках все решает время, процесс идет очень быстро, много режиссеров. Порой смена длится по 17 часов, и это достаточно нелегко и отражается на качестве работы.

– Вы все-таки взяли за здоровье и начали лечение в клинике тибетской медицины. Чем продиктован такой выбор?

– О тибетской медицине я немало знаю, изучала литературу и в Тибет бы с удовольствием слетала... Бывает так, что проникаешься верой к чему-то. Вот такое чувство у меня возникло на сеансе лечения в «Наране». Даже показалось, что уже с одного раза становится лучше, происходит обновление... Лечение непременно продолжу. Я верю, что это поможет, и такой же веры желаю всем людям. Слава Богу, что в нашей жизни появился выбор, и нужно этим уметь пользоваться, чтобы быть здоровым и успешным.

Евгения САНЖАИНА

ДОСТУПНОЕ ЛЕЧЕНИЕ В «НАРАНЕ»

Ко дню рождения
клиники!

С 1 по 15 ноября

749

руб.*

за первый сеанс
комплексного лечения

1,5-ЧАСОВОЙ СЕАНС ВКЛЮЧАЕТ:

Тибетский ТОЧЕЧНЫЙ МАССАЖ

ИГЛОУКАЛЫВАНИЕ

ПОСТАНОВКА БАНОК

и БАНОЧНЫЙ СКОЛЬЗЯЩИЙ МАССАЖ

ПРОГРЕВАНИЕ (ПРИЖИГАНИЕ) ПОЛЫННЫМИ
СИГАРАМИ, МОКСОТЕРАПИЯ

СТОУН-ТЕРАПИЯ, ЛИТОТЕРАПИЯ

КИНЕЗИТЕРАПИЯ

(мягкая мануальная терапия)

МАСЛЯНО-ТРАВЯНЫЕ КОМПРЕССЫ «ХОРМЕ»

ПРОЦЕДУРЫ ПРЕДОСТАВЛЯЮТСЯ ПО ПОКАЗАНИЯМ

На последующие сеансы
лечения — скидка до **50%**,

цена для пенсионеров

и детей — **1499 руб.** за сеанс.

КЛИНИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ «НАРАН»

Комплексное лечение хронических
заболеваний — без операций, химии
и побочных эффектов!

- 22-летний опыт работы в России
- Профессиональные специалисты с европейским и восточным образованием
- Индивидуальные методики оздоровления с учетом конституции, возраста, образа жизни и питания пациента
- 13 филиалов в российских городах, а также зарубежные представительства в Берлине и Праге

ВРАЧЕБНАЯ
КОНСУЛЬТАЦИЯ
БЕСПЛАТНО!

www.naran.ru

стр. **2** ПРИЧИНЫ И ПРОЯВЛЕНИЯ
ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНИ

стр. **4** ТРУДНОСТИ ДИАГНОСТИКИ
ОСТЕОХОНДРОЗА

стр. **7** ЛЕЧИМ ХРОНИЧЕСКИЙ
АДНЕКСИТ

ЛЕЧИМ
В «НАРАНЕ»

Язва желудка и 12-перстной кишки: причины и проявления

От язвенной болезни страдает около 10% населения всей планеты



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

Долголетие и здоровье любого из нас зависит от силы пищеварительного (метаболического) «огня» желудка. В Аюрведе его называют «агни», в тибетской и монгольской медицине – «жизненная теплота». От тепловой энергии, что руководит пищеварением и питанием клеток и тканей, зависит усвоение пищи, сопротивляемость организма, разрушение микроорганизмов, чуждых бактерий и токсинов в желудке, тонком и толстом кишечнике. При дисбалансе трех доша в теле (Желчи, Слизи, Ветра) метаболический огонь способен ослабевать или, наоборот, усиливаться. В первом случае пищевые компоненты остаются непереваженными, токсины скапливаются в кишечнике, других частях тела, кровеносных сосудах, создавая уплотнения, закупорку, застой и ослабление в органах и тканях (болезнь «холода»). Болезнь постепенно проявляется в пораженных органах в виде ожирения, диабета, артрита, сердечно-сосудистых заболеваний и др.

Однако и избыточный огонь желудка также вреден. Когда он очень силен, пищеварение превращается в быстрое сгорание, сжигание дотла питательных веществ (болезнь «жара»). Чаще всего это происходит при неправильном питании – злоупотреблении грубой, горячей, острой, жирной пищей, алкоголем. Все это ведет к избыточной выработке соляной кислоты в желудке. Отрицательно влияют на него и стрессы, тревога, депрессии. Нарушаются функции вегетативной нервной системы, возникает спазм мышц и кровеносных сосудов желудка. Так желудок остается без полноценного питания и становится уязвимым к действию соляной кислоты, стенки его начинают перевариваться едким желудочным соком, образуется язва. Особенно часто развитию язвы подвержены люди с преобладающей конституцией Желчи. Плохая наследственность, проблемы с печенью, склонность к гневу и раздражительности, частое вынужденное подавление этих эмоций приводят к тому, что полностью меняется флора в желчном пузыре, тонком кишечнике, воспаляется поверхность слизистой оболочки желудка и тонкой кишки.

Кстати, язвенная болезнь двенадцатиперстной кишки встречается гораздо чаще, чем язвенная болезнь желудка. Недаром в восточной медицине 12-перстную кишку и первые семь сантиметров тонкой кишки называют «вторым желудком», поскольку усвоение питательных веществ происходит преимущественно в начальном отделе тонкой кишки – ферменты поджелудочной железы, активные в щелочной среде, расщепляют углеводы, белки и жиры.

Сигналы неблагополучия в 12-перстной кишке – обложенный язык, потеря аппетита, язвочки в полости рта. Для язвенной болезни «второго желудка» характерны ночные «голодные» боли и боли, возникающие спустя 2–3 часа после еды, когда пища через привратник желудка пройдет в 12-перстную кишку. У человека возникает потребность срочно что-нибудь съесть, чтобы «погасить» боль.

О развитии язвенной болезни желудка человеку может сигнализировать боль в верхней половине живота, изжога, которая обычно возникает спустя 2–3 часа после еды вследствие заброса желчи в желудок. Тошнота, рвота, «кис-



Схема наружного хода меридиана тонкой кишки

лая» отрыжка, запоры – эти неспецифические симптомы также могут свидетельствовать о язве. Аппетит при язвенной болезни обычно сохранен или даже повышен, есть даже так называемое «болезненное чувство голода». Однако заболевание вполне может протекать бессимптомно, подтачивая здоровье на протяжении многих лет. Наиболее часто обострения случаются весной и осенью. У мужчин это заболевание встречается вдвое чаще, чем у женщин.

Если болезнь не лечить, язва распространяется вглубь стенки желудка. Этот процесс может завершиться опасными для жизни осложнениями: прободением (в стенке желудка или кишки образуется сквозное отверстие) или кровотечением. При этом заболевании страдают печень, желчевыводящие пути и поджелудочная железа. Часты воспаления горла, опухание щек, боль в плечах, понос.

Время активности меридиана тонкого кишечника – 13–15 часов. В эти часы больной может ощущать общую слабость, повышенную потливость, онемение в конечностях, шум в ушах, вздутие нижней части живота.

КОМПЛЕКСНОЕ ЛЕЧЕНИЕ

нормализует пищеварительный «огонь» желудка, 12-перстной кишки, тонкого кишечника с помощью индивидуально назначенной лечебной диеты и фитотерапии, очищающей организм от излишков желчи, токсинов, обладающей противовоспалительным и заживляющим действием. Прекрасный эффект оказывает иглоукалывание и прогревание полыньными сигарами точек меридиана селезенки – поджелудочной железы и тонкого кишечника, баночный и глубокий точечный массаж, стимулирующий кровообращение и проведение нервных импульсов.

ВОПРОС –
ОТВЕТ

В ЧЕМ КОВАРСТВО САХАРНОГО ДИАБЕТА?

Хроническое повышение уровня сахара может долго никак не беспокоить. А через некоторое время появляются симптомы – уже осложнений болезни. Избыток сахара ускоряет отложение холестериновых бляшек в стенках артерий, «склеивает» кровеносные сосуды, повреждает почечные клубочки, фильтрующие кровь, отравляя организм токсинами.

Тибетские врачеватели знали о сахарном диабете уже много веков назад и выделяли два типа развития сахарного диабета – «холодный» и «горячий».

В Европе особенно распространен сценарий «холода». Он характеризуется общим упадком жизненной энергии в организме – инь-состоянием и часто передается по наследству. Победить диабет можно. Для этого необходимо изменить образ жизни и питания, пройти профилактическое комплексное лечение. Переедание, тяга к сладким продуктам, недостаток физической активности, чувствительность к переохлаждению – все эти факторы могут легко «сорвать» слабую поджелудочную железу. В этом случае бета-клетки железы перестают вырабатывать инсулин, который необходим для поглощения и утилизации глюкозы, и ее уровень в крови повышается. Больные начинают страдать от ухудшения памяти, слабости, сонливости, метеоризма, повышенной потребности в еде и питье, потливости, отеков. Наблюдается учащенное мочеиспускание, помутнение мочи (она становится липкой, сахаристой на вкус), жжение в мочеиспускательном канале, зуд в области гениталий, прожестности, сладкий и горький привкус во рту.

Процесс этот вполне обратимый при правильном лечении. При комплексной терапии диабета 1 и 2 типов в «Наране» активно используется массаж, иглоукалывание, прогревание полыньными сигарами. Эти процедуры улучшают циркуляцию энергии и крови, оказывают противовоспалительный и укрепляющий эффект на меридиан селезенки и поджелудочной железы.

Дистанционно лечение можно продолжить с помощью нескольких курсов тибетской фитотерапии. Многокомпонентные препараты из натуральных растительных и минеральных компонентов эффективно снижают и стабилизируют сахар в крови, стимулируют функции поджелудочной железы, липидный и углеводный обмен, очищают печень и желчевыводящие пути, восстанавливают сосуды и капилляры. Положительные результаты лечения наблюдаются уже через месяц.

Жанна ОРЛОВА,
врач клиники «Наран» на «Рижской»

МИОМА – ПРОГНОЗ БЛАГОПРИЯТНЫЙ

Очень боюсь операции по поводу миомы. Предыдущий опыт хирургического лечения закончился плачевно.

И.С., г. Москва, 45 лет



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

Миома матки – доброкачественное новообразование, развивающееся из мышечных и соединительных тканей матки. Сегодня примерно треть женщин (в том числе молодые) обращаются к гинекологу с этой проблемой. Признаки миомы: боли и ощущение холода внизу живота или в области поясницы, кровотечения, нарушение функций соседних органов, например – учащенное мочеиспускание. Менструации со сгустками крови, тягучей слизью, болезненны, сопровождаются болями в пояснично-крестцовой области.

Одна из первопричин болезни – снижение функций почек («холода», или слабости почек) в результате хронических заболеваний, переохлаждения, наследственных факторов. Нормальный кровоток в области малого таза нарушается, возникают застойные явления, накапливается слизь. При благоприятных обстоятельствах (инфекции, аборт) это способствует формированию узлов в различных слоях матки. Комплексные процедуры в «Наране» направлены на восстановление нормального кровообращения и циркуляции энергии в меридиане почек, оказывают очищающее и рассасывающее действие. Фитотерапия, включающая естественные эстрогены, улучшает функцию яичников и щитовидной железы, восстанавливает гормональный баланс.



ИСТОРИИ ПАЦИЕНТОВ



Острая боль в ногах не давала жить

Курс лечения в «Наране» реально помогает!

Виолетта Викторовна Дабижа,
40 лет, г. Москва

Я парикмахер. Свою профессию очень люблю, мне нравится дарить красоту людям. Но есть и другая сторона медали – профессиональные болезни. Я пришла в клинику «Наран» на Проспекте Вернадского с острой болью в ногах. После четвертого сеанса мне стало гораздо легче. Я наконец смогла ходить, совсем не чувствуя боли, которая мучила меня почти три года. Забывала о ней только после таблеток, которые приходилось принимать в большом количестве, и уколов. В «Наране» же

все натуральное, препараты на травах. Я интуитивно чувствовала, что врачи тибетской медицины мне помогут. Очень понравился массаж, банки, гирудотерапия (лечение пиявками). Все процедуры безболезненны, дарят огромный релакс, на них я даже засыпала. Курс лечения в «Наране» реально помогает! Очень повезло с лечащим врачом: Изольда Владимировна Ни – замечательная женщина и врач с золотыми руками. Спасибо ей за все: прилив сил, бодрость, надежду!



Аллергии как не бывало!

Живу в Ямало-Ненецком автономном округе в г. Тарко-Сале. Приехала к родственникам в Новосибирск и узнала, что здесь действует клиника «Наран», о которой я много слышала, читала книги С.Г. Чойжинимайевой. Сюда меня привело желание быть здоровым человеком! Проблема – аллергия. Испытала на себе массу методов, ничего не помогало. Сейчас уже прошла 2-й курс лечения, еще в мае начала пить тибетские фитопрепараты и получать комплексное лечение. Результатом очень довольна, аллергии как не бывало! Желаю врачам клиники процветания и благополучия!

Татьяна Борисовна Кобякова, г. Новосибирск

Освобождение от головной боли

В клинике царят покой, приятная обстановка и профессионализм

Долгое время я жила в Болгарии, в Варне, на берегу Черного моря, а в 1990 году с семьей переехали в Прагу. Примерно лет 8–10 назад начались проблемы со здоровьем – сильные и частые приступы мигрени. Пила обезболивающие препараты, но приступы становились все более интенсивными. Прочитав «Вестник тибетской медицины» сразу отправилась в «Наран». В клинике царят покой, приятная обстановка и профессионализм. Доктор Елена Чойбонова и все работники клиники заботились обо мне и уделяли особое внимание. С большим удовольствием могу сказать, что после лечения в «Наране» головные боли прекратились совсем.



Татьяна ЗАХАРИЕВА, г. Прага



Вылечили остеохондроз 20-летней давности

Ирина Вячеславовна Коринкова,
47 лет, г. Краснодар

Работаю ведущим специалистом отдела технологических позиций, в свободное время вышиваю бисером, читаю, путешествую. В «Наран» обратилась с остеохондрозом поясничного отдела, люмбаго. Первые проблемы с позвоночником начались еще в 1990 г. В основном мне лечили симптомы с помощью уколов и таблеток. Заболевание при этом не только остается, но и усугубляется. Искала возможность задействовать собственные силы организма, «раскачать» его на выздоровление. Помогла тибетская медицина. Точечный массаж – супер! Впечатлило иглоукалывание и прогревание полыньными сигарами.

Уходишь после сеансов с отличным настроением, освободившись от давящего стресса. Дышать теперь легко, воздух словно сам влетает в тебя, появился румянец на щеках, блеск в глазах, походка стала летящей. Приду на второй курс в феврале. Спасибо за ценные советы врачу и массажисту! Знаю теперь, на что обратить внимание, что сказать детям, как наладить режим сна, отдыха, правильного питания в соответствии со своей конституцией.

Не стоит никогда сдаваться, опускать руки. Стучите в «Наран», и вам откроют!

Других врачей теперь не признаю

Моя семья: муж, два сына, невестки, любимая внучка. Они – главное моё увлечение и хобби. Для счастья не хватает только здоровья. Официальная медицина от меня отвернулась, врачи считают, что псориаз неизлечим. Другое отношение я встретила в краснодарском филиале клиники тибетской медицины «Наран». Мой врач Саян Дугарович Дондоков – профессиональный и внимательный доктор, с первых же дней лечения помог избавиться от многих проблем. Я обязательно приду на следующий курс, поскольку надеюсь, что почувствую себя ещё лучше. А еще для себя я решила, что после лечения здесь вряд ли когда-либо обращусь к нашей обычной медицине.

Всем, кто работает в этой клинике, счастья, здоровья, успехов в благородном труде!

Тамара Васильевна Каратеева, 56 лет, г. Краснодар



Сахарный диабет и лишний вес отступили

«Избавиться от болезни можно приятным способом»

Пан Милош Возаб, г. Прага

– Я сейчас на пенсии. До этого долгие годы работал учителем. Всегда любил природу и путешествия. Два года назад появились симптомы диабета, сильно набрал вес. Обратился к врачам тибетской медицины из любопытства. Особенно меня заинтересовали в клинике простота и теплое отношение к пациентам. И никаких сложных устройств, которые нагоняют страх! После лечения я сбросил 7 кг, снизился сахар в крови. Оказалось, что заболевания, которые кажутся очень серьезными и неприятными, можно вылечить, как я здесь убедился, весьма приятным способом!



БЕСПЛАТНАЯ консультация врача-диагноста:

- осмотр
- опрос
- уникальная пульсовая диагностика
- определение индивидуального типа конституции
- рекомендации по питанию и образу жизни



Тибетский астропрогноз с 01.11 по 30.11

Удачные дни:	Благоприятные дни			Неблагоприятный день:
20, 26	для стрижки волос:	для начала приема лекарств:	для выезда в дорогу:	12
	1, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 14, 17, 18, 22, 29, 30	3, 10, 25	4, 8, 9, 14, 17, 18, 22, 26, 29, 31	



Остеохондроз: трудности диагностики

С чем путают симптомы остеохондроза позвоночника?



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

Представим портрет типичного городского жителя. Целый день он работает за компьютером, вечером добирается домой на автомобиле или общественном транспорте. Уставший и вымотанный, с ощущением, словно разгружал вагоны. То есть 80% времени позвоночник этого человека пребывал в вынужденном полусогнутом положении – неправильной, но привычной для человека позы, а его двигательная активность была сведена к минимуму. Как выяснили ученые, длительное пребывание в таком положении вызывает растяжение мышц-сгибателей спины. Добавьте к этому стрессы на работе и дома. Если человек подавлен, огорчен, он непроизвольно сутулится, чувствует усталость и напряжение, например, в области шеи или любого отдела позвоночника. Постоянное напряжение мускулатуры на фоне снижения общего тонуса мышц приводит к отеку, уплотнению и воспалению мышц и связок, нарушению их трофики, болевому синдрому. А поскольку мышцы и связки помогают позвоночнику держать правильную форму, их воспаление неизбежно на нем сказывается. Нарушается питание межпозвоночных дисков, хрящевая ткань в них начинает уменьшаться, теряет жидкость, эластичность, способность «пружинить», связь между позвонками нарушается, позвоночник перестает быть гибким. Под воздействием возросшей нагрузки позвонки могут смещаться относительно друг друга, соскальзывать вперед или назад, на них образуются костные разрастания. Как раз это и ведет к развитию остеохондроза. В переводе с греческого «остеохондроз» означает «окостенение хряща».

От спинного мозга отходят нервные стволы («белые каналы»), которые регулируют работу мышц, сосудов, внутренних органов, одним словом, жизнедеятельность организма. Смещение позвонков приводит к сдавливанию нервных стволов и спинного мозга, сужению просвета сосудов, что отражается на работе внутренних органов и органов чувств.

Ущемленные корешки спинного мозга вызывают множественные болевые симптомы, проявляющиеся, в том числе, как нарушение чувствительности в кистях и стопах, ощущение «ползания мурашек», похолодание конечностей. Сдавленные сосуды в шейном отделе позвоночника начинают хуже питать головной мозг, что приводит к головокружениям, головным болям, ухудшению памяти. При нарушениях в грудном отделе позвоночника кажется, что болит сердце. Из-за такой обширной симптоматики трудно поставить диагноз «остеохондроз», и иногда больного годами лечат от другого заболевания.

Таким образом, совершенно верно на Востоке говорят: «Если у вас много болезней – лечите позвоночник».

Итак, остеохондроз – это не всегда боли непосредственно в спине. Все зависит от того, к каким именно органам подходят нервные окончания корешков спинного мозга. Так, в начальной стадии заболевания могут отмечаться головокружение, головная боль, бессонница, напряженность в мышцах, плохое настроение, «прострелы», сильная боль в спине, отдающая в ногу, болевые ощущения в области седалищного нерва. Межреберная невралгия, люмбаго, радикулит, судороги и боль в икрах, ишиас, синдром псевдостенокардии – всё это проявления остеохондроза. Не редкость и боли в области печени, сердца, в подложечной области и кишечнике. Очень часто боль при остеохондрозе похожа на приступ стенокардии. Нужно уметь различать эти боли. При стенокардии боль возникает не только при движении, но и в покое. При остеохондрозе боль проявляется обычно при движении, и лекарства не по-



90% офисных работников имеют проблемы с позвоночником

могут. Практика клиники «Наран», например, показывает, что в среднем возрасте жалобы на «боли в сердце» примерно у 80% больных объясняются именно остеохондрозом.

53-летняя Ирина Сергеевна обратилась ко мне с жалобами на продолжительные, постоянные сверлящие боли в сердце, головокружение, шум в ушах, пульсирующую головную боль. Она рассказала, что постоянно ощущает чувство давления в груди,

в левой руке – холода и «ползания мурашек», страдает от одышки и мелькания «мушек» перед глазами. Конечно, она не раз обращалась за помощью к врачам. Они констатировали у пациентки ишемическую болезнь сердца и безуспешно пытались лечить ее в течение года. На фоне страхов и бессонницы цветущая прежде женщина потеряла аппетит и за год сбросила около 10 кг.

При пальпации на осмотре ощущались «окаменевшие» мышцы шеи и предплечий, нарушение чувствительности в плечевых суставах и руках, болезненность в области межлопаточного пространства. Кожа бледная, сухая. Пульс поверхностный, замедленный. Пациентка с трудом поворачивала шею. Мы диагностировали шейный и верхнегрудной остеохондроз. Обычно он развивается у людей, длительное время работающих с опущенной головой и совершающих однообразные движения руками. По профессии Ирина Сергеевна – бухгалтер, поэтому природа ее болезни достаточно ясна. Кстати, шейно-грудной остеохондроз чаще встречается именно у женщин.

Врачи «Наран» с помощью иглоукалывания и точечного пальцевого массажа интенсивно проработали болезненные и уплотненные участки глубоких слоев мышц, сняли спазм и отек, провели сеансы вакуум-терапии и прогревания. Причем воздействовали на все тело, а не только на проблемные зоны. Комплексное лечение включало так же фитотерапию.

Пациентка буквально оживала на глазах, словно «включилась» невидимая внутренняя лампочка. Исчезли бледность и одутловатость кожи, появилась румянец, прошли «сердечные» боли и онемение в пальцах. Ирина Сергеевна стала хорошо спать, вернулись жизнерадостность и бодрость.

Еще один чрезвычайно распространенный вид остеохондроза – грудной радикулит, он же межреберная невралгия. Межреберная невралгия возникает в результате ущемления корешков спинномозговых нервов на уровне грудного отдела. Боли, ее сопровождающие, возникают обычно за грудиной и между лопатками. Нередки также сердечные боли – вроде тех, что бывают при ишемической болезни. Больные грудным радикулитом часто обращаются к кардиологу, который им помочь, естественно, не может...

Вот другой случай, рассказанный 32-летней женщиной:

– Новый год мы с мужем провели в гостях. Было весело, шумно, но под утро стало клонить ко сну. Я прилегла на маленьком диванчике, а под голову валик подложила. Немного подремала, а когда проснулась, почувствовала боль в шее. Не могла повернуть голову в правую сторону, да и наклонять ее вперед было нетерпимо больно. Потом и голова разболелась так сильно, что даже подташнивать стало.

Такая боль – сигнал о том, что в шейном отделе позвоночника начал развиваться остеохондроз. В данном случае появление боли было спровоцировано неудобным положением во время сна, но «подготовка» началась задолго до этого. Дело в том, что профессия женщины, о которой идет речь, – швея – требует длительное время работать со склоненной головой, а это неизбежно ведет к развитию шейного остеохондроза.

Остеохондрозом сегодня нередко страдают и в 20, и в 30 лет, еще чаще это заболевание развивается после

ПОРАЖЕННЫЙ ОТДЕЛ ПОЗВОНОЧНИКА	СИМПТОМЫ	С ЧЕМ ПУТАЮТ?
ШЕЙНЫЙ	Головные боли, особенно в области затылка	Патология головного мозга
	Головокружение, мелькание «мушек» перед глазами	Атеросклероз сосудов головного мозга
	Нарушение зрения	Глазные болезни
	Шум в ушах	Патология внутреннего уха
	Боли в шее, горле	Воспалительные заболевания
ГРУДНОЙ	Боли и нарушение чувствительности рук (онемение пальцев рук)	Сосудистые заболевания
	Боли в плечах, суставах (локтевых, плечевых)	Патология плечевых суставов
	Боли за грудиной (в области сердца, лопаток), сердцебиение	Стенокардия, инфаркт миокарда
	Боли в животе	Острая патология органов брюшной полости
ПОЯСНИЧНО-КРЕСТЦОВЫЙ И КОПЧИКОВЫЙ	Боли в нижних отделах живота	Заболевания женских (мужских) половых органов
	Боли в пояснице	Заболевания почек
	Боли и нарушение чувствительности в нижних конечностях (онемение в пальцах ног, икроножных мышцах)	Сосудистые заболевания нижних конечностей

40. Но в последнее время специалисты все чаще ставят диагноз «остеохондроз» детям, подросткам, юношам. У детей остеохондроз проявляется нарушением осанки, периодической тупой, ноющей болью в пояснице или ноге. Иногда ребенок испытывает по утрам скованность в движениях, ему трудно долго находиться в одной позе, особенно в согнутом положении. На уроках физкультуры такие дети с трудом выполняют упражнения. Они отличаются непоседливостью, рассеянным вниманием, плохой памятью, часто страдают от близорукости, заикания, энуреза. Родителям нужно знать, что часто эти проявления проходят после комплекса внешних воздействий на позвоночник и фитотерапии.

Поражение позвоночника можно встретить даже у самых маленьких детей. Зачастую это следствие родовых травм. Если вовремя не взяться за лечение, ребенку может грозить инвалидность. Через нашу клинику прошло немало таких детей, и результаты лечения впечатляющие.

Зовечке на момент обращения в клинику «Наран» исполнилось два года. Мама рассказала, что роды прошли тяжело, для хрупкой женщины ребенок оказался крупным. Отклонения в развитии ребенка стали проявляться рано: девочка не могла взять игрушку левой рукой, не могла опираться на левую ногу. После обследования невропатолог поставил диагноз – парез левых конечностей. Многомесячное лечение ощутимых результатов так и не дало, и Зою привели к врачам тибетской медицины.

На рентгеновских снимках ребенка было отражено смещение шейных позвонков и, как следствие этого, сильное защемление нервных узлов, приведшее к спазмам мышц левых конечностей – руки и ноги. После двух курсов массажа, прогревания полынным сигарами и фитотерапии девочка свободно двигала рукой и ногой, был также устранен общий повышенный мышечный тонус, ребенок стал спокойнее и общительнее.

Наиболее часто от остеохондроза страдает пояснично-крестцовый отдел позвоночника, то есть участок, на который приходится самая большая нагрузка. Хрящевая ткань здесь изнашивается гораздо быстрее, чем в другом месте позвоночного столба. Чаще всего поражения пояснично-крестцового отдела встречаются у мужчин.

Среди невралгических расстройств, в основе которых лежит это заболевание, первое место занимает пояснично-крестцовый радикулит.

Люди часто путают эти два заболевания: остеохондроз и радикулит. Радикулит – это воспаление нервных корешков, отходящих от спинного мозга. Он может возникнуть и в шейном, и в грудном отделе, но нижние поясничные и верхние крестцовые корешки поражаются гораздо чаще других. Распространенное мнение о том, что радикулит – болезнь не слишком серьезная, хотя и довольно мучительная, является ошибочным. Когда болит поясница, травмируется весь организм, человек лишается сна, для него вредны физические нагрузки, теряется мышечная сила. Малейшее движение причиняет боль. Боли в спине сопровождаются скованностью и потерей гибкости.

Вот одна из типичных «историй болезни», наглядно показывающая, как возникает обострение остеохондроза и каковы бывают его проявления.

– У меня есть свой садовый участок за городом, – рассказывает 47-летний Олег К. – Работа на земле приносит настоящее удовольствие, радостно смотреть, как растут помидоры, созревает первая клубника. Летом решил перенести тяжелую бочку с водой на другое место. Поставил ее, а разогнуться не могу. Так поясницу прихватило – хоть криком кричи, и в глазах темно. Пришлось звать жену в больницу.

Здесь мы имеем дело с типичным поясничным «прострелом» люмбаго, возникшим в результате подъема тяжелой.

К сожалению, даже получив сигналы боли, люди продолжают вести малоподвижный образ жизни, подвергая позвоночник только эпизодическим физическим нагрузкам. Неправильно питаются и набирают вес (лишняя жировая ткань, откладываясь в разных местах, усложняет поддержку равновесия и перегружает межпозвоночные суставы). И, как сказано в «Чжуд-Ши», «болезнь обзаводится друзьями», то есть возникают различные осложнения: протрузия, грыжа диска, кифоз, лордоз и др.

Врачи тибетской медицины предлагают универсальный рецепт. Для того, чтобы предотвратить осложнения и прочно забыть о боли в спине и других проявлениях остеохондроза, достаточно хотя бы раз в год проходить комплексный курс глубокого энергетического массажа, иглоукалывания, прижигания полынным сигарами, гирудотерапии и других методов восточной медицины, позволяющих сберечь позвоночник – главную «ось жизни», наш драгоценный «столб из золотых монет».

ВОПРОС – ОТВЕТ

ГИПОТИРЕОЗ: КАК ОБОЙТИСЬ БЕЗ ГОРМОНОВ?

Мне поставили диагноз «хронический тиреоидит с явлениями гипотиреоза». Принимаю ежедневно гормон L-тироксин после того, как появились неприятные ощущения в области щитовидки – как будто ком стоит в горле. Мне 27 лет, не замужем, очень хотелось бы больше узнать о возможностях избавления от болезни и пожизненной заместительной терапии...

Светлана С., г. Москва



Отвечает врач клиники «Наран» на «Войковской», член Международной ассоциации врачей тибетской медицины Инна МАНДЖИЕВА:

Начнем с того, что щитовидная железа – железа внутренней секреции, вырабатывающая три гормона (тироксин, трийодтиронин и кальцитонин). Два первых контролируют процессы роста, созревания тканей и органов, обмен веществ и энергии, кальцитонин – один из факторов управления обменом кальция в клетках, роста и развития костного аппарата (наряду с другими гормонами). Как избыточная (гипертиреоз, тиреотоксикоз), так и недостаточная (гипотиреоз) функциональная активность щитовидной железы является причиной разнообразных заболеваний и значительно ухудшает качество жизни человека. Уровень секреции гормонов щитовидной железы также непосредственно связан с состоянием нервной системы (центральной и периферической) и активностью других желез внутренней секреции (гипофиза, гипоталамуса, надпочечников, половых желез).

Поэтому тиреоидит, или воспаление щитовидной железы, вызывается многими причинами. Наиболее частой причиной является аутоиммунный тиреоидит, которому обычно подвержены молодые или среднего возраста женщины. Это хроническое воспалительное заболевание щитовидной железы вызывается присутствием анормального антитела в крови и лейкоцитами, которые атакуют и повреждают клетки щитовидной железы.

Считается, что остальные формы тиреоидита чаще всего вызваны вирусными и бактериальными инфекциями.

Согласно трактовке тибетской медицины, воспаление щитовидки чаще всего обусловлено влиянием холода – как внешнего, так и внутреннего, общего снижения энергетических ресурсов организма. Тиреоидит – прелюдия к развитию зоба (увеличению щитовидной железы) и образованию узлов в щитовидке, что является уже опухолевым заболеванием. Ткани щитовидки начинают разрастаться на фоне хронической вирусной или бактериальной инфекции в носоглотке, «маскируясь» под ангину, фарингит. Врачи тибетской

медицины диагностируют такой процесс как возмущение в организме конституции Слизь (лимфатическая и эндокринная системы). Патологическая слизь, которая накапливается под влиянием переохлаждения, инфекции, неправильного лечения и образа жизни, повреждает ткани щитовидной железы. Кроме того, немаловажную роль играют стрессы и негативные эмоции – обида, злость, отчаяние, которые человек старается не выплескивать наружу и затаивает внутри. Наиболее часто воспалению щитовидки подвержены люди «холодных» конституций – Слизи и Ветра, или их сочетаний. Первые имеют рыхлое, тучное телосложение, часто мерзнут, в силу малоподвижного образа жизни подвержены простудам, хроническим болезням «холода» – ожирение, астма, диабет и др. Характер у них выдержанный, порой скрытный. Люди-Ветры, как правило, худощавые и астеничные, часто страдают от малокровия, зябнут даже в теплую погоду, очень эмоциональны и обидчивы.

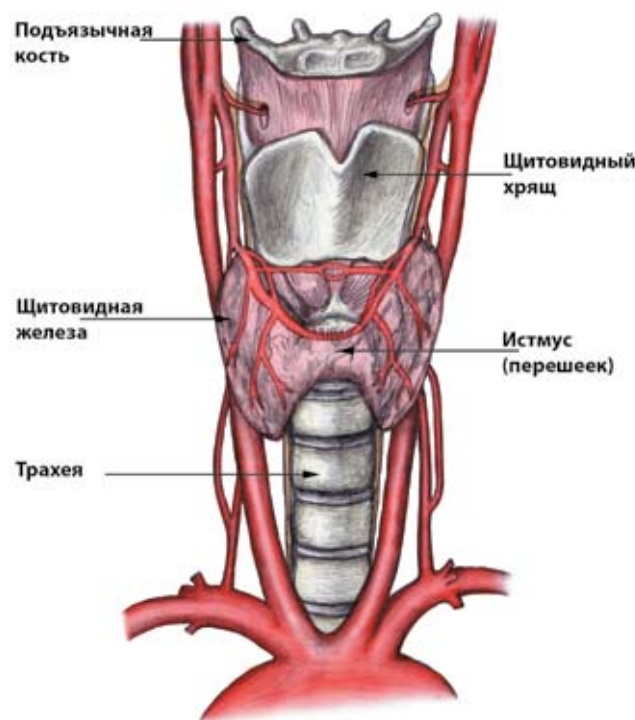
Тиреоидит выявить нелегко. Часто он протекает бессимптомно. В ряде случаев возможно повышение субфебрильной (37,2 С) температуры, озноб, ухудшение общего самочувствия, в области передней поверхности шеи возникают боли, отдающие в затылок и усиливающиеся при поворотах головы, глотании. Поэтому пациенты часто обращаются к лору, невропатологу, стоматологу.

При пальпации наблюдается увеличение шейных лимфатических узлов, болезненное увеличение части или целой доли щитовидной железы. При сканировании щитовидки определяется так называемая «холодная область», не поглощающая изотоп и соответствующая воспалительному очагу. Требуется безотлагательное лечение, поскольку этот процесс может привести к стойкому снижению функции щитовидной железы – гипотиреозу, когда железа перестает вырабатывать собственные гормоны. Тяжелые, длительно текущие формы гипотиреоза ведут к необратимым изменениям организма. Например, до появления лекарственных форм гормонов щитовидной железы наблюдались смертельные исходы заболевания. Чтобы не рисковать, врачи официальной медицины зачастую надолго «подсаживают» пациента на заместительную гормонотерапию.

Между тем нельзя забывать, что приём препаратов, содержащих гормоны щитовидной железы, ускоряет потерю костной массы (т.е. способствует остеопорозу) и может приводить к изменениям в клетках сердца, увеличивая к пожилому возрасту риск фибрилляции предсердий (состоянию, граничащему с остановкой сердца), а также к некрозу тканей любых внутренних органов.

Совершенно другой подход предлагает тибетская медицина. В клинике «Наран» уже более 20 лет при всех заболеваниях щитовидной железы упор делается прежде всего на полное восстановление функций органа. Если устранить причины и условия, ведущие к злообразованию и увеличению объема щитовидной железы, это приведет к стойкому восстановительному преобразованию ткани щитовидной железы. Разработанный и многократно апробированный способ лечения **узлового, диффузного зоба щитовидной железы** и различных форм тиреоидита включает коррекцию энергетического состояния организма и восстановление гармоничного баланса внутренних органов и конституций Слизь и Ветер.

Эти мероприятия осуществляются посредством рефлекторного воздействия на организм, успокаивающего нервную систему и укрепляющего иммунитет (точечный массаж, прогревание, иглоукалывание), оценки образа жизни и рекомендаций по коррекции питания и ряда привычек. Приём тибетских фитопрепаратов направлен на устранение хронических очагов инфекции, выведение патологической слизи, очищение крови, восстановление тканей и функций щитовидки, полноценной работы всех внутренних органов.



Прием гормональных препаратов ускоряет потерю костной массы, приводит к изменениям в сердце и некрозу тканей внутренних органов

МЕЖСЕЗОНЬЕ

Лечим простуду без антибиотиков



Или как закаливаться по-тибетски

Осенние дожди и первые заморозки вы встретили с высокой температурой, заложенным носом и изнуряющим кашлем? Сможет ли выстоять ваш хрупкий организм, когда наступят настоящие холода и морозы?

такой «подвиг». Между тем, много веков назад тибетские врачеватели доказали, что длительное и регулярное воздействие холодом губительно для многих людей. Особенно это касается представителей типа Ветер и Слизь, то есть примерно двух третей человечества! Холод внешний ведет к накоплению в организме холода внутреннего, который становится причиной развития многих тяжелых хронических заболеваний — сердечно-сосудистых патологий, бронхиальной астмы, сахарного диабета, экземы, псориаза, рака, ревматизма, полиартритов и т.д.

А ведь закалывание нацелено на повышение сопротивляемости организма, его устойчивости к любым неблагоприятным факторам среды. Например, чтобы закалилось железо — стало твердым и стойким к жару, холоду и коррозии, его нагревают до сверхвысоких температур. А возможности человека в закаливании поистине безграничны. Закаляться можно не только солнцем, воздухом, водой, но и пищей, травами, медитацией, прогреванием горячим песком и камнями, полынными сигарами, массажем.

Мы с вами можем и должны управлять собственным телом и великой силой, таящейся внутри каждого из нас, — жизненной энергией. Для этого у нас на вооружении есть методы тибетской медицины. Все премудрости этой науки вам продемонстрируют врачи клиники «Наран» на сеансах комплексного лечения.

Наталья БАРТАНОВА,

врач клиники «Наран» на «Проспекте Вернадского»

В среднем за год человек болеет простудой три раза. Если вы болеете чаще, стоит задуматься об этом серьезно. Насморк, ОРВИ, грипп, ангину и бронхит мы привыкли залечивать горстями аптечных таблеток, не задумываясь о последствиях, о том, что ослабленный иммунитет «аукнется» зимой осложнениями и непрерывным сидением на больничном... Между тем обезопасить себя можно без всякой химии — с помощью «закалывания» по-восточному. «Холодными» болезням, к которым относится простуда, особенно подвержены люди-Ветры (худощавые, нервные, возбудимые) и люди-Слизи (рыхлые, тучные, вялые), а также дети и пожилые люди с ослабленным иммунитетом. Каждый знает, что противостоять болезням могут только закаленные люди. Современные люди в большинстве своем считают, что закалка — это воздействие на организм холодом, например, обливание ледяной водой или моржевание. Далеко не каждый здоровый человек решится на

ПРОБЛЕМЫ СИЛЬНОГО ПОЛА

Через месяц лечения хронического воспаления яичка и его придатков в стационаре вновь началось обострение болезни. Можно ли избавиться от этой напасти другим путем?

Н.А., 32 года, г. Москва



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

Орхит — воспаление яичка, эпидидимит — его придатка. Острый орхит начинается неожиданно и проявляется болью, повышением температуры и увеличением яичка, покраснением мошонки. В худшем случае возможно образование гноя в яичке. Тогда состояние пациента ухудшается, воспалительный процесс переходит на придаток яичка и семенной канатик. Хронический орхит может развиваться после перенесенного острого, а также в результате медленно текущего воспаления. Отмечаются периодические боли в мошонке, при пальпации — болезненность яичка.

Эпидидимит также возникает внезапно в одной из сторон мошонки в виде интенсивной боли, распространяющейся в пах. Придаток яичка увеличен в размерах, болезненный, плотный.

В запущенных случаях происходит совместное воспаление яичка и придатка — орхоэпидидимит.

Второстепенной причиной воспалительных процессов в органах мошонки обычно является инфекция: бактерии, вирусы, грибы, инфекции, передающиеся половым путем (гонорея, хламидии, гарднереллы, трихомонады), и т. д. В яичко инфекция попадает из гнойных очагов в организме, в придаток яичка — из мочеиспускательного канала, предстательной железы, семенных пузырьков.

Основной же причиной является «холод» почек — состояние, значительно снижающее иммунитет. Согласно тибетской медицине, возможность продолжения рода — репродуктивная функция — находится в прямой зависимости от состояния почек. В случае потери ими «жизненной теплоты» и способности это тепло (энергию) вырабатывать, в органах малого таза застаивается кровь, накапливается слизь, что создает благоприятную почву для инфекций и воспаления.

Симптомы «холода» почек: озноб, чувство холода и ноющие боли в области поясницы и тазобедренных суставов, постоянно холодные конечности, слабость в ногах, повышенная утомляемость, шум (звон) в ушах, головокружение, землистый или бледный цвет лица, частое и болезненное мочеиспускание.

Лечение направлено, в первую очередь, на то, чтобы с помощью целого комплекса методов «согреть» почки, улучшить кровообращение между почками и предстательной железой, устранить воспаление, вывести избыточную слизь, восстановить функции половой сферы.

КАК ВОЗНИКАЕТ ГРЫЖА МЕЖПОЗВОНОЧНЫХ ДИСКОВ?

Давно страдаю от остеохондроза, но обычные методы лечения помогают мало. Врачи подозревают грыжу межпозвоночного диска. Расскажите, как возникает грыжа и возможно ли вылечить ее без операции.

Николай К., г. Ростов-на-Дону



Отвечает врач клиники «Наран» на «Рижской», член Международной ассоциации врачей тибетской медицины Александр БАТОМУНКУЕВ:

Гиподинамия в сочетании с резкими физическими нагрузками, поднятие тяжестей, стрессы, купание в холодной воде, сквозняки приводят к проблемам с позвоночником, воспалению и спазму мышц и связок спины. Это, в свою очередь, создает нагрузку на хрящевые межпозвоночные диски. Они постоянно травмируются (хрящевая ткань, как и нервная, практически не восстанавливается). Поврежденные диски со временем теряют эластичность, уплощаются, уменьшается расстояние между позвонками, в результате они пережимают и сдавливают нервные окончания, возникает сильнейшая боль и отек.

Как появляется грыжа? Находящееся в центре межпозвоночного диска жидкое ядро (своеобразный амор-

Протрузия позвоночного диска



тизатор нагрузки на позвоночник) при остеохондрозе вначале постепенно разбухает, потом высыхает, диск уплощается, а внешнее его фиброзное кольцо начинает растягиваться и выпячиваться (протрузия диска), в диске появляются трещины и разрывы. Ядро выпадает или просачивается через них, образуя грыжи. Выпячиваясь назад и в сторону, грыжа давит на окружающие ткани и вызывает раздражение их многочисленных рецепторов. Появляется отек, затем постепенно боль и потеря чувствительности этого участка. В по-

давляющем большинстве случаев грыжа диска возникает в поясничном отделе позвоночника. При этом ущемленный нерв посылает в головной мозг болевые импульсы, которые воспринимаются как идущие из ноги. Грыжа сопровождается сильными болями в области поясницы, спины, рук и ног (в зависимости от участка поражения), парезами или параличами конечностей, понижением их чувствительности к холоду и теплу, нарушением функции тазовых органов, запорами, воспалительными заболеваниями половых органов, мочевого пузыря, ограничением подвижности суставов. Чтобы не доводить себя до операции и инвалидности, лучше начать лечение как можно раньше.

По опыту клиники «Наран», консервативные методы лечения дают отличный результат в лечении грыж межпозвоночного диска. Достаточно 1-2 курсов точечного массажа, иглоукалывания, кинезитерапии, прогревания точек позвоночника полынными сигарами, чтобы вернуть эластичность мышцам и связкам, освободить нервные окончания и наладить кровоснабжение в позвоночнике. Это приводит к тому, что грыжа вправляется на место, проходит боль и воспаление. Чтобы избежать рецидивов болезни в дальнейшем, очень важно следовать рекомендациям врача: соблюдать правильный тепловой режим, пользоваться противовоспалительными сборами трав, аппликатором «Колющий врачеватель» (эти товары вы найдете в фитобарах «Нарана»), выполнять несложную гимнастику для спины.

ВРЕМЯ РАСТВОРЯТЬ КАМНИ

Рассказывает Татьяна Николаевна Колчина:

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

Проблемы с пищеварением были с детства, у меня диагностировали «дискинезию желчевыводящих путей». С возрастом почти каждый прием пищи начал вызывать приступ боли и тяжесть в правом боку. Затем боль стала опоясывающей, она словно пожирала меня изнутри. Я почувствовала себя в западне.

Однажды увидела по телевизору доктора Светлану Чойжинимаеву, которая рассказывала о тибетской медицине. Пришла в «Наран», где прямо на консультации мне разложили по «полочкам» причины моих проблем. Результаты лечения ощутила уже через два месяца – я могу без страха садиться за стол, прошли боль и тяжесть. Соблюдаю особый режим питания, сейчас допиваю третий курс фитопрепаратов. УЗИ показало, что камни почти наполовину растворились! Теперь буду продолжать лечение до победного конца. Огромное спасибо моим врачам!»



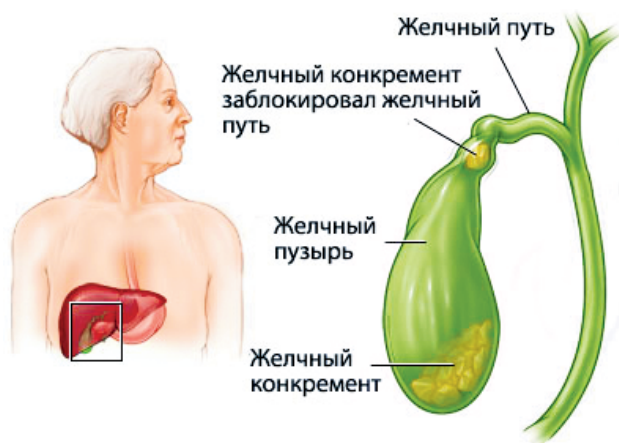
Отвечает врач клиники «Наран» на «Таганской», член Международной ассоциации врачей тибетской медицины Надежда МАНДЖИЕВА:

Татьяна Николаевна, 52 года, конституции Желчь-Слизь обратилась в клинику «Наран» с диагнозом: желчнокаменная болезнь, калькулезный холецистит, хронический панкреатит. Женщина жаловалась на сильные колики и опоясывающие боли в области живота, метеоризм, изжогу, кислую отрыжку, горечь во рту и расстройство стула. По данным УЗИ, в желчном пузыре находились два камня размерами 2,5 см и 1,8 см.

Причиной заболевания, при наличии наследственного фактора, стали обильный, нерегулярный прием пищи, стрессовая обстановка в семье. Психосоматическое состояние женщины характеризовалось повышенной раздражительностью, гневливостью. Налицо – возмущение конституции Желчь, нарушение работы пищеварительной системы, застойные процессы в печени и желчном пузыре, обусловленные увеличением горячей «грязной» крови.

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

Интенсивность этого процесса в значительной степени зависит от характера питания, поэтому очень важно соблюдать особый дробный режим питания. Это нужно для того, чтобы желчь регулярно, порциями покидала желчный пузырь и в нем не возникали застойные явления, способствующие образованию камней. Некоторые пациенты, почувствовав улучшение самочувствия, возвращаются к прежнему питанию, и это существенно затягивает процесс лечения. К счастью, Татьяна Николаевна во всем следовала врачебным рекомендациям, и эффект наступил достаточно быстро.



ЛЕЧИМ ХРОНИЧЕСКИЙ АДНЕКСИТ

Больше года назад на УЗИ нашли хронический аднексит. Я уже три раза лежала в больнице, но надежды на врачей нет. Мы с мужем очень хотим ребенка, но из-за постоянных болей приходится отказываться от секса. Как можно вылечить воспаление, подскажите, я на грани нервного срыва...

И.Н., 29 лет



Отвечает врач клиники «Наран» в Крылатском, член Международной ассоциации врачей тибетской медицины Виктория УТНАСУНОВА:

Хронический аднексит (сальпингофорит) – это недолеченное острое воспаление придатков матки (маточных труб и яичников). Это, пожалуй, одно из самых распространенных гинекологических заболеваний. Оно вызвано различными микроорганизмами, такими, как стафилококки, стрептококки, гонококки и кишечная палочка. Распространение воспаления обычно происходит на основе уже имеющегося воспаления в области матки, вызванного инфекцией, переохлаждением и состоянием «холода почек». Часто происходит перенос инфекции из очагов, находящихся за пределами половой системы, через кровь или лимфу.

Среди причин, вызывающих аднексит: переохлаждение, роды, хронические инфекционные заболевания других органов малого таза, заболевания желудочно-кишечного тракта, аборт, внутриматочные спирали, секс во время менструаций.

У женщин конституции Слизь хронический аднексит может протекать почти бессимптомно, или беспокоит постоянная и тупая боль, усиливающаяся во время менструаций и при переохлаждении, при половых актах и физическом напряжении, слизистые или гнойные бели. Менструации скудные, длительные. Тяжелее протекает заболевание у женщин конституции Желчь, Желчь-Слизь – с высокой температурой, сильными болями, отдающими в крестец, болезненными и обильными менструациями, нарушениями работы ЖКТ (тошнота, рвота, понос), зудом и раздражением наружных половых органов. Бесплодие и в том, и в другом случае связано с непроходимостью труб, которое образуется вследствие их хронических воспалений и спаивания. Еще одной причиной, вызывающей бесплодие, может также стать нарушение гормональных функций яичников.

Чтобы предупредить возникновение спаек и тяжелых осложнений заболевания (образование кист, миомы, опухолевых заболеваний), привести в равновесие гормональный фон и снять воспаление врачи тибетской медицины назначают специальный курс фитотерапии, удаляющий слизь и гной, восстанавливающий функции яичника, «согревающий» почки и восстанавливающий нормальное кровообращение в органах малого таза. Общеукрепляющим комплексом мер для женского здоровья, который позволит снять отеки после воспаления и свести к минимуму спаечные процессы, послужат прогревающие процедуры, иглоукалывание, точечный массаж, кровопускание.

Самый короткий путь к болезни

Лишние килограммы – признак нездоровья. Если заглянуть в глубинные процессы, которые происходят в органах и тканях нашего организма, то можно увидеть, как медленно, но верно зреет катастрофа – целый комплекс серьезных трудно поддающихся лечению заболеваний.

В тибетской медицине избыточный вес рассматривается как внешние проявления возмущения конституции Слизь. «Слизь тяжела, как земля, она не поддается быстро, поэтому приходится лечить ее очень долго» («Чжуд-Ши»). И так, чем опасна дисгармония Слизи, и как эту «тяжелую» конституцию обуздать?

Слизь (жир, вода, лимфа) накапливается в организме в течение длительного времени. При возмущении этой конституции поражаются внутренние органы, все слизеобразующие поверхности, железы эндокринной системы, суставы, мышцы, связки, кожа. Полный человек почти всегда имеет увеличенную щитовидную железу; впоследствии это может спровоцировать возникновение опухолей. Возрастание нагрузки на мышцы и суставы приводит к изменениям в опорно-двигательном аппарате и сопутствующим болям. Ожирение вызывает расстройства дыхания, хронические бронхиты и астму и, как следствие, развитие сердечной и легочной недостаточности.

Отложение жира и слизи в поджелудочной железе препятствует ее нормальной деятельности, что может повлечь за собой развитие сахарного диабета по «холодному» типу. Нарушение обмена веществ ведет к увеличению содержания холестерина в крови и развитию гипертензии и атеросклероза – ишемии сердца, головного мозга.

Сценарий развития болезни может быть разным, в зависимости от наследственной предрасположенности, возраста, образа жизни человека.

Избавиться от лишних килограммов – отнюдь не значит немедленно приступить к лечебным процедурам и пить лекарства. Необходимо выполнять простые правила, о которых в тибетском трактате «Чжуд-Ши» сказано: «Две четверти желудка можно наполнять пищей, одну четверть – питьем, а одну – оставить для ветра». Желудок, заполненный едой до отказа, медленно справляется с перевариванием пищи, застой провоцирует накопление слизи и несварение. Вредно есть до того, как переварится предыдущая порция пищи, а также пить жидкость, по объему более чем в два раза превышающую количество твердой пищи. В этой ситуации любая пища становится скорее ядом, чем лекарством. Полезные и простые советы, соответствующие только вашей индивидуальной конституции, вы получите на приеме диетологов-аурикулотерапевтов в московских филиалах клиники «Наран». Они помогут вам похудеть быстро, без усилий и особых затрат, а также избавят от пристрастия к курению.

Александра ЧУМБАЕВА, главный врач-консультант клиники «Наран» на «Таганской», диетолог-аурикулотерапевт

В клинике «Наран» проходят **семинары на тему «Худеем правильно»**. Для всех слушателей семинара особая цена – сеанс аурикулотерапии и консультация по правильному питанию всего за **1900 рублей!**

ЖДЕМ ВАС:

13 ноября в филиале клиники на «Войковской» (5-й Войковский проезд, 12) с 10.00 до 11.00.

18 ноября в филиале клиники на «Таганской» (ул. Народная, д. 20) с 10.00 до 11.00

26 ноября в филиале клиники на «Рижской» (проспект Мира, д. 79) с 10.00 до 11.00

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

НАШ
ФИТОБАР

«Чистая кожа»

Жидкость «Чистая кожа» обладает антисептическим, ранозаживляющим, противовоспалительным действием, успокаивает кожный зуд при чесотке, псориазе, нейродермите, аллергии, трофических язвах, экземах неясной этиологии.



Обновляет кожу

Уникальное мыло на основе гималайских растительных экстрактов и натуральных масел. В ассортименте мыло для всех типов кожи с расслабляющим, успокаивающим и обновляющим кожу эффектом. Гималайское мыло на основе масла ним, меда, кофе, лайма, мяты хорошо увлажняет, освежает, отшелушивает, делает кожу эластичной.

При болях в спине –
тигровый пластырь

Пластырь служит средством для вытягивания болезней «холода», стимулирует кровообращение и снимает воспаление. Можно накладывать на любые доступные участки тела (шею, подмышечную область, поясницу, грудную клетку, на область суставов и живота). Используется при ангины, тонзиллите, остеохондрозе, сколиозе, артрозе, артрите, травмах и растяжениях.

Прокладки для женщин
и мужчин

Прокладки «8 Марта» на основе 38 лечебных трав – прекрасное местное средство при воспалительных заболеваниях органов малого таза, вирусных поражениях гениталий, нарушениях менструального цикла, зуде и молочнице, спаечных процессах, эндометриозе, а также геморрое, хроническом простатите и орхоэпидимите.

ПРОДУКЦИЯ ФИТОБАРА – ХОРОШЕЕ ДОПОЛНЕНИЕ К КОМПЛЕКСНОМУ ЛЕЧЕНИЮ



Пластырь «Чудесный рецепт»

В составе пластыря «Чудесный рецепт» корень аконита, коричное масло, стебли эфедры китайской, корни дудника опущенного, корневища ломоноса китайского, цветки сафлора красильного и др.

Пластырь обладает обезболивающим, противовоспалительным свойством, улучшает местное кровообращение, согревает при артрите, остеохондрозе, ревматизме, радикулите.

Универсальные прокладки
на основе лечебных трав

Прокладки, пропитанные настоями 49 лечебных трав, – отличная помощь при воспалительных заболеваниях органов малого таза, различных нарушениях менструального цикла, зуде наружных половых органов, спаечных процессах в полости малого таза, эндометриозе, эрозии и псевдоэрозии шейки матки и т.д.



Точечный массаж дома!

Деревянные массажеры изготовлены в соответствии с тибетскими традициями, практичны и удобны в использовании. С помощью вашего лечащего врача вы можете освоить приемы точечного самомассажа при различных хронических заболеваниях в домашних условиях.

Натуральный сок
для всей семьи

Сок алоэ активизирует системы самоочистки организма, выводит шлаки и токсины, нормализует обмен веществ. Обладает противовоспалительным и антиаллергическим действием, ускоряет восстановление процессов в тканях и заживление язв. Нанесение сока на кожу очищает ее от угрей, делает кожу молодой и упругой.

НЕ ЯВЛЯЮТСЯ ЛЕКАРСТВАМИ, УТОЧНИТЕ ВОЗМОЖНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

КЛИНИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ



Наран работает
с 1989 года

22-летний опыт работы в России

Индивидуальные методики оздоровления
с учетом конституции, возраста,
образа жизни и питания пациента

Тел.: (495)221-21-84, 8(967)135-55-48

www.naran.ru
www.clinicanaran.com

Комплексное лечение хронических заболеваний –
без операций, гормонов и химии!

Заболевания органов дыхания
Сердечно-сосудистые заболевания
Заболевания мочеполовой системы
Заболевания кожи и опорно-двигательной системы
Заболевания нервной системы
Заболевания эндокринной системы
Заболевания желудочно-кишечного тракта
Хронические заболевания уха, горла, носа, глаз

КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНО!

Часы работы: 9.00-21.00 (без выходных)

ПОЧЕМУ «НАРАН»?

22 ГОДА УСПЕШНОЙ РАБОТЫ
В ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЕ

АВТОРСКИЕ МЕТОДИКИ
ЛЕЧЕНИЯ, разработанные
основателями клиники
Светланой и Баиром
Чойжинимаевыми

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

УСТРАНЕНИЕ причины
заболевания без операций,
гормонов и побочных эффектов

ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПОДХОД

ЛЕЧЕНИЕ, ДОСТУПНОЕ ВСЕМ

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

Свидетельство о регистрации
ПИ №ФС77-36080 от 06.05.2009 г.

© ООО «Наран Информ»

Все права защищены и охраняются
законодательством РФ.

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

Председатель
редакционного совета –
С. Чойжинимаева

Главный редактор – Е. Санжаина

Верстка – М. Лезина

Корректор – А. Федулеева

Дизайнер – Л. Петренко

Газета выходит 2 раза в месяц

Общий тираж – 1 400 000 экз.

Адрес редакции: 115172,

г. Москва, ул. Народная, д. 20, стр. 1

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 24.10.2011.

Заказ №

Цена свободная

www.naran.ru

www.clinicnaran.com

Адреса филиалов клиники «Наран» в Москве:

м. «Проспект Вернадского», ул. Удальцова, д. 23
м. «Рижская», проспект Мира, д. 79
м. «Смоленская», Панфиловский пер., д. 6
м. «Таганская», ул. Народная, д. 20
м. «Крылатское», Осенний бульвар, д. 12, корп. 10
м. «Войковская», 5-й Войковский пр., д. 12

Тел.: (495) 510-39-61, 510-39-62
Тел.: (495) 681-23-36, 8(903) 121-60-64
Тел.: (495) 605-04-90
Тел.: (495) 221-21-84, 8(967) 135-55-48
Тел.: (495) 415-34-35, 221-21-84
Тел.: (499) 747-49-60, 150-74-10

Клиника «Наран» в Праге:

Прага-6, ул. Миладе Горакве, д.101/64

Тел.: (420) 224-316-809, 224-323-906

Клиника «Наран» в Берлине:

Фридрихштрассе, 71

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

Дорогие друзья, у вас есть вопросы к врачам тибетской медицины, требующие развернутого ответа? Вы хотите откликнуться на публикации, предложить новые темы? Звоните по тел.: (495)221-21-84 или пишите на электронный адрес редакции ninzhe@list.ru. Мы с удовольствием разместим ваши отклики и пожелания на полосах «ВТМ», а также на сайте www.naran.ru.

ДНИ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ
В «НАРАНЕ»

Лекции в клинике «Наран»
на ст. м. «Таганская»

6 ноября

«Заболевания органов дыхания у детей»

13 ноября

«Энурез»

20 ноября

«Заболевания органов слуха и зрения»

Начало в 15.00.

Вход свободный

Запись на лекции по тел.:

8(495) 221-21-84, 8(967) 135-55-48