



**Продюсер Андрей Горбатов:
Я нашел Тибет в «Наране»!**

Читайте на стр. 3

В НОМЕРЕ:

ТИБЕТСКАЯ ФАРМАКОЛОГИЯ: ЛЕКАРСТВА, ПОДАРЕННЫЕ ПРИРОДОЙ

Лекарственные растения, применяющиеся при «горячих» патологиях обладают жаропонижающими и антибактериальными свойствами. Они назначаются при лихорадках, интоксикациях и воспалительных процессах, в их состав входят такие растения как сандал, камфора, миробалан хебула, борец, костус прекрасный, аир и т.д.

При «холодных» болезнях применяются средства раздражающего, возбуждающего, очищающего, рвотного и отхаркивающего действия. Это такие «согревающие» средства как имбирь, гранат, долгий перец, черный перец и др.

Стр.2

КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ КИСТЫ БЕЗ ОПЕРАЦИИ?

Причина развития кист с точки зрения тибетской медицины – возмущение конституции Слизь, расстройство которой приводит к опухолевидным заболеваниям. Провоцирующий фактор – переохлаждение организма, как внешнее, так и внутреннее. Это сырой, холодный климат в сочетании с любовью россиян к закалывающим процедурам, а также традиционное употребление продуктов с «холодными» свойствами – сырых фруктов и овощей, молочных продуктов из холодильника, салатов и холодца, постной рыбы и картофеля, холодных газированных напитков и т.п.

Стр.3

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ ОТ «НАРАНА» – ЛУЧШИЙ ПОДАРОК К 8 МАРТА!

В восточной философии воспринимающее, сохраняющее женское начало мира – Инь является одним из основополагающих. И поэтому в тибетской и китайской медицинах тайнам женской природы уделялось особое внимание. Досконально изучены все женские болезни, их причины и методы лечения. Никаких гормонов и скальпеля! Лечение потибетски мягко и безопасно, естественно мобилизует внутренние резервы женского организма и возвращает ему природное здоровье. В клинике «Наран» систематизировали эти знания и создали практические методики, призванные подарить гармонию души и тела прекрасной половине человечества. Кроме основного комплекса лечения, наши пациентки могут также выбрать специальные программы.

Стр.4-5



С 1 по 15 марта в филиалах клиники «Наран»

СКИДКА – 30%

на сеансы комплексного лечения
Тел. для справок: (495)221-21-84

ПЕНСИОНЕРАМ

СКИДКА

ДО 50%

на сеансы
комплексного лечения

ТИБЕТСКАЯ ФАРМАКОЛОГИЯ: ЛЕКАРСТВА, ПОДАРЕННЫЕ ПРИРОДОЙ

«Чжуд-ши» гласит: «Нет на земле ничего, что не могло бы быть лекарством». В лечебных целях тибетские лекари используют растения, металлы, минералы, ткани и секреты различных животных и птиц — ведь к этим природным препаратам человек более адаптирован, чем к синтетическим лекарствам. Природа создала человека, и она же лучше всего его лечит, — так считает один из признанных специалистов клиники «Наран» в области тибетской фитотерапии доктор Бай Бо Майлас. Сегодня он делится своими знаниями с читателями «Вестника»:



Цветущий имбирь

В медицинской литературе Тибета описано более 114 видов минерального сырья и около 150 средств животного происхождения, применяемых при приготовлении лекарств. И все же тибетская фармакология более известна как уникальная система лечения преимущественно травами. Существует 1300 рецептов лекарств из растений. Натуральные тибетские препараты изготавливаются традиционно вручную. Они состояются по старинным тибетским прописям, возраст которых равняется нескольким векам. Каждый фитопрепарат содержит от трех до 125 ингредиентов. Готовят их в виде пилюль, пасты, порошков. Пилюли обычно замешиваются на воде, на меду, муке или топленом масле, из-за чего структура их бывает либо рыхлой, либо твердой.

Все лекарственные средства делятся на две большие группы: обладающие **охлаждающими** и **горячительными** свойствами. Первая группа используется при заболеваниях, сопровождающихся воспалительным процессом, — болезнях «жара», вторая группа применяется при «холодных» заболеваниях. Лекарственные растения, применяющиеся при «горячих» патологиях должны обладать жаропонижающими и антибактериальными свойствами. Они назначаются при лихорадках, интоксикациях и воспалительных процессах, в их состав входят такие растения как сандал, камфора, миробалан хебула, борец, костус прекрасный, аир и т.д.

При «холодных» болезнях применяются средства раздражающего, возбуждающего, очищающего, рвотного и отхаркивающего действия. Это такие «согревающие» средства как имбирь, гранат, долгий перец, черный перец и др.

Отдельные лекарственные средства с определенными, ярко выраженными лечебными свойствами удостаиваются «царских регалий». Так, камфора называется «царем холодных веществ», красный перец — «царем горячих веществ», а миробаланы, например, называют «царями» всех лекарств, в

связи с их выраженной терапевтической активностью в отношении целого спектра различных заболеваний.

Итак, при диагностике очень важно не перепутать природу болезни. Современные медики этого не учитывают, очень часто еще больше усугубляя состояние больного, назначая, например, при хронических заболеваниях органов дыхания, а также нервных расстройств синтетические препараты с повышенным содержанием витамина С, который является очень «холодным». Если заглянуть в лекарственный справочник Машковского, можно узнать, что передозировка этого витамина ведет к повышенной нервозности, нарушениям сна, судорогам, обострению хронических заболеваний. Как видите, расхождений с тибетской медициной нет, надо лишь быть внимательнее.

Кроме горячих и холодных свойств, в тибетской медицине во всех пищевых продуктах, а также лекарственных средствах учитываются параметры вкуса и их биологическое действие. Располагая этой информацией, человек в соответствии со своей природной конституцией и возрастом может использовать определенные продукты питания для профилактики и поддержания здоровья в разные сезоны года, а в случае обострения хронического заболевания подбирать диету с учетом характера патологии.

Итак, лекарственные средства группируются по вкусам: **сладкий, соленый, горький, жгучий (острый), вяжущий**. Эти шесть вкусов считаются первичными и могут дать в сложных лекарствах до 57 вкусовых сочетаний.

К группе сладких лекарственных средств, к примеру, относятся солодка, изюм, сахарный тростник; к кислым — гранат, облепиха, айва, кумыс; к соленым — минеральные соли; к горьким — горечавка, клубни аконита, шлемник, мускус, желчь, мумие; к жгучим (острым) — черный перец, имбирь, чеснок; к вяжущим — сандаловое дерево, ми-

робалан, черемуха, цветы недосбора и т.д.

Согласно тибетской медицине, сладкие, кислые, соленые, жгучие свойства лекарств (по отдельности и в сочетании друг с другом) корректируют нарушения в системе Ветра (нервной системе). Горькие, вяжущие, сладкие вкусы лечат болезни конституции Желчь (пищеварительной системы). Жгучие, кислые и соленые — нормализуют Слизь (лимфатическая и эндокринная системы).

К примеру, сладкие лекарства используются для увеличения жизненных сил. Они способствуют укреплению тела, заживлению язв и ран, придают свежесть и здоровый вид лицу, ясность органам чувств, способствуют долголетию, они полезны для пожилых, младенцев, ослабленных больных. Кислые средства вызывают аппетит, улучшают пищеварение и всасывание пищи. Соленые действуют как слабительные, уменьшают газообразование, прочищают закупорку кровеносных сосудов, увеличивают огненную теплоту тела и вызывают аппетит. Горькие средства излечивают отравления, раны, обморочные, лихорадочные состояния, рвоту, проясняют сознание, способствуют удалению омертвевших, нагноившихся тканей. Жгучие лекарства заживляют раны, возбуждают аппетит, полезны при воспалении горла и тяжелых кожных болезнях.

Преобладание того или иного вкуса в растениях также зависит от сезонов года, интенсивности солнечного света и других климатических и географических условий. В жаркое время года, в период, когда земля наиболее сильно освещается солнечными лучами, в растениях и вообще в природе преобладают горячий (жгучий, острый), вяжущий и горький вкусы. При уменьшении количества солнечной энергии в природе концентрируется кислый, сладкий и соленый вкусы. Знание о зависимости живой природы от лунных фаз дало тибетским медикам возможность определять лечебные



Каждый фитопрепарат требует точной дозировки и определенного времени приема

свойства лекарственных растений не абстрактно, а вполне реально. Так, считается, что в период новолуния растения обладают почти чудодейственной целебной силой, поэтому их нужно собирать в это время.

С лечебной целью используют различные части растений: корневища, кору, стебли, ветки и листья, цветы, плоды, смолу и сок. К растениям, используемым в качестве лекарственных средств, предъявляются строгие требования. Во-первых, они должны быть собраны в чистом месте, определенные части растений и деревьев — только в соответствующее время. Например, корни, ветки и стебли нужно собирать в период, когда высыхают соки растений. Листья, молодые побеги, млечный сок собирают весной и в сезон дождей. Плоды и верхушки побегов лучше собирать осенью, когда они зреют и желтеют. Кожуру, кору и смолу обычно берут в период распускания почек ранней весной. Согласно «Чжуд-ши» все растения можно хранить и использовать только в течение одного года, при больших сроках хранения их целебная сила утрачивается.

Из всего вышесказанного ясно, что тибетские фитопрепараты как нельзя лучше отвечают современному понятию «экологически чистые».

Итак, в состав сложного лекарственного состава для лечения болезни включаются компоненты с разными свойствами. Прежде всего, это ингредиенты для восстановления нормального состояния расстроенной системы регуляции (Желчь, Слизь, Ветер). Во-вторых, — компоненты для уравновешивания уровней «тепла» или «холода» в организме. И третья составляющая — лекарственные средства для коррекции состояния пораженного органа и тканей и устранения основных симптомов болезни.

Все больше современных ученых в своих трудах отмечают, что тибетские лекарства намного безопаснее, чем современные медикаменты, практически не имеют побочных эффектов, не вызывают аллергических реакций, подходят и детям и взрослым, и пожилым людям, в том числе беременным женщинам и ослабленным больным. При этом нужно подчеркнуть, что назначение тибетских лекарств и фитопрепаратов, как и выбор конкретной методики воздействия — лечебными процедурами: такими, как точечный энергетический массаж, мануальная терапия, моксотерапия, вакуумный массаж, иглоукальвание, стоун-терапия, компрессы и др. Вместе препараты и процедуры составляют единый комплекс мер, взаимно усили-

Из практики клиники «Наран»:

Возмущение конституции Слизь. Пенсионерка Елена Андреевна, 56 лет, обратилась в «Наран» с диагнозом «сахарный диабет» на фоне ожирения. При росте 160 см ее вес превышал 100 кг. Женщина страдала от хронического несварения и болей в суставах. Она жаловалась на снижение зрения и потерю чувствительности в левой ноге. Задача состояла в том, чтобы привести в равновесие конституцию Слизь, чье возмущение привело к накоплению «холода» в организме, появлению избыточного веса и развитию диабета по «холодному» типу. Были назначены горячие препараты «Сэмбру-5», «Джубрил», «Дали-16», «Гору-6», прогревающие процедуры, аурикулотерапия, глубокий точечный массаж и вакуум-терапия. На фоне трех курсов фитотерапии пациентка похудела на 15 кг, уровень сахара в крови снизился до пределов нормы.

Возмущение конституции Ветер. Родители привели к нам четырехлетнего Даши. Из-за пережитого в младенчестве испуга девочка страдала заиканием. Из-за невозможности нормально общаться, она росла раздражительной, плаксивой и замкнутой. Лечение логоневроза у невропатолога и гомеопата не принесло ощутимых результатов. В «Наране» ребенок прошел курс массажа, прогревания полынным сигарами и целебными камнями. Благодаря препаратам, нормализующим возмущение Ветра: «Сампор», «Бимала», «Дзати-14», «Задиава», «Агар-8» девочка стала значительно спокойнее, а вскоре родители с радостью отметили, что у Даши полностью исчезли симптомы логоневроза.

Возмущение конституции Желчь. Жизнь 28-летней Ольги сильно отравляла atopический дерматит. Кожным заболеванием она страдала с детских лет. Область поражения распространялась на шею и лицо и представляла собой участки, покрытые гнойничками и следами сильных расчесов, заедами в уголках губ. К сожалению, Ольга мало представляла, какого образа жизни и питания ей следовало придерживаться при таком лечении. Соблюдение всех рекомендаций врача тибетской медицины, иглоукальвание и прижигание полынным сигарами, прием двух курсов фитопрепаратов «Хэрху-5», «Сэмбру-5», «Лудут-18», «Гиван-13», «Улчу-18» привели к неожиданным для нее результатам. Очищение крови, нормализация работы печени и желчного пузыря помогли забыть молодой женщине о проблемах с кожей и связанных с ними комплексах.

ОБЪЕЗДИЛ ПОЛМИРА В ПОИСКАХ ЭТНО-ТЕРАПИИ

Сегодня в гостях у «Нарана» продюсер Андрей Горбатов — настоящий человек-праздник, создатель «Живой коллекции» — единственного в России концертного агентства, объединившего под своей крышей около 70 этнических коллективов со всех концов света. Каждый из музыкантов Андрея привез в Россию частицу родины: традиции настоящего кантри, блюза, фолк-музыки, джаза и других направлений. А уникальный метод лечения от скуки и уныния, изобретенный космополитом Горбатовым, называется этно-терапия.

— Андрей, пожалуй, самый простой способ разбогатеть сегодня для продюсера — взять под крыло какого-нибудь «фабриканта» и наскоро слепить из него звездочку?

— Путь мой был действительно долгим и нелегким. Всё началось в семидесятые, точнее в 1976 году, когда свердловский школьник случайно увидел на телеэкране банджо — по случаю празднования двухсотлетия американского государства, и услышал первую песню в стиле кантри. После этого я буквально заболел американской народной музыкой, стал собирать всё, что можно было собрать в те годы в СССР. Затем было увлечение роком, я занимался музыкальной журналистикой, организовывал гастрольные кантри-группы из Эстонии, Литвы, Финляндии, Люксембурга, Штатов. Вскоре я понял, что эпоха рока закончится, останется все та же попса, а есть ниша, которую никто не занимает — этническая музыка. Пусть по доходам она приносит гораздо меньше, чем попса, а для телевидения

это — «неформат»... С начала 90-х я стал собирать свои группы и теперь у меня есть коллективы 50-ти национальностей мира. И я чувствую себя счастливым человеком!

— Как вы искали музыкантов?

— Сейчас они уже сами меня ищут, а тогда обходил диаспоры, общины, приглашал к себе. Ведь у каждой диаспоры в Москве есть своя культурная среда, своя музыка, танцы, вокал. Так, например, я подружился с алтайской группой «Алтынкай» и с потрясающей певицей из Бурятии Намгар, чье эзотерическое творчество радует москвичей уже несколько лет. А еще я объездил полмира в поисках профессиональных и самодельных артистов. Был в Африке и на Ближнем Востоке, в Индии, Китае, на Кубе, объездил всю Европу. При написании окончательного варианта своей книги «Кантри-музыка в бывшем СССР» в 1993 году, проколесил почти всю Америку. Мою манеру одеваться, переянтую у американских ковбоев, заметил Слава Зайцев

и даже пригласил в свой «Модный приговор».

— Какие выступления «Живой коллекции» сейчас наиболее востребованы?

К сожалению, в 2002 году на Первом канале закрыли передачу Андрея Макаревича «Макаревич», посвященную теме этнической музыки. Она собирала у экрана наших истинных почитателей. Сейчас возможности ограничены только сайтом «Живой коллекции» (www.koncertagency.ru), где заказчики в интерактивном режиме решают, что выбрать. Сейчас популярны латино и восточные танцы. Но когда я начинаю и другие группы предлагать, мне многие говорят — неужели и такое есть? Бывает, приходят с заказом на латино, а уходят с французским шансоном или театром Кабуки.

— И для того, чтобы ближе познакомиться москвичей с бесконечным разнообразием этнокультуры, вы придумали метод этно-терапии?

— Совершенно верно. Мы создаем незабываемое шоу,

интерактивную программу для всех. Это своего рода терапия: человек приходит не просто посмотреть концерт, а поучаствовать «живьем», выплеснуть эмоции. И танцует под живое кантри ковбоев, зажигает, переодевшись в бразильские карнавалы костюмы, играет на барабанах вместе с жителями африканских прерий. И получает потрясающий заряд новых эмоций, уходит негатив и уныние! Люди должны по-настоящему радоваться независимо от колебаний фондовых и прочих рынков!

— Будучи близко знакомы с культурой народов мира и пропагандируя этно-терапию, вы наверняка выработали для себя оптимально здоровый образ жизни?

— Все очень просто: в любое время года я езжу каждый день по 10–15 км на велосипеде. На зимней резине рассекаю прямо по сугробам! И всем советую это делать! Очень удобно — и в пробках стоять не приходится и тонус всегда великолепный. А еще я большой почитатель традицион-

ной китайской и индийской медицины. Провел немало времени в Тривандруме — столице индийского штата Керала, по праву считающегося родиной аюрведы. Различные травяные процедуры по очищению сосудов и всего организма, которые я там прошел, произвели на меня неизгладимое впечатление. А на острове Хайнань, в Китае, я впервые почувствовал на себе мощный эффект иглоукалывания. К сожалению, я еще не успел побывать в Тибете. Зато близко познакомился с тибетской медициной, впитавшей лучшие традиции аюрведы и китайской медицины, проходя оздоровительную терапию в клинике «Наран». Поскольку я абсолютный сторонник только натурального лечения, меня невероятно вдохновляют терапевтические подходы и методики, которые практикуют врачи этой клиники. Скажу по секрету, — это еще одна грань моей личной этно-терапии.

Евгения САНЖАИНА

Нам пишут

ХРОНИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ КИШЕЧНИКА

Много лет страдаю от хронического поноса. Перепробовала множество средств, в том числе гормональных, но они дают лишь временный эффект. Не обращалась только к восточным методам лечения...

И. Киреева,
г. Москва



Рассказывает врач клиники «Наран» на Смоленской Зоригма Антагарова:

Диарея (понос) неинфекционной природы — это учащенное (свыше 2 раз в сутки) выделение жидких испражнений на протяжении долгого времени, что связано с усилением перистальтики кишечника, нарушением всасывания воды в толстом кишечнике и выделением кишечной стенкой значительного количества слизи, а также попаданием в кишечник избыточной желчи. Хроническая диарея часто сопровождается болями в животе, метеоризмом, периодами запора, а также появлением в стуле слизи или желчи с кровью.

Хронические поносы чаще всего обусловлены двумя при-

чинами — ослаблением «огненной теплоты» желудка (болезнь «холода») или попаданием в полые органы избыточной желчи (болезнь «жара»).

Причиной «холода» кишечника является расстройство конституции Слизь (лимфатическая и эндокринная системы, слизистые органы и поверхности).

Происходит оно обычно вследствие употребления охлажденной, тяжелой, сладкой и калорийной пищи, а также несовместимых продуктов, переизбытка и избыточного потребления жидкостей (особенно холодных). Провоцирующими факторами также являются малоподвижность, пребывания в сырости и на холоде, злоупотребление очистительными клизмами.

Переваривающие способности желудка («огненная теплота») снижаются, процесс пищеварения замедляется, происходит застой пищи, сначала в желудке, а затем в тонком и толстом кишечнике, и накопление слизи во всех отделах ЖКТ. Появляется ощущение холода в области живота и в конечностях, слабость, жидкий стул со слизью. Живот постоянно вздут, человек теряет аппетит, худеет, испытывает упадок сил.

Все болезни «жара» происходят из-за возмущения «горячей» конституции Желчь, анатомически включающей в себя печень и желчный пузырь. Злоупотребление острой, жареной, соленой, жирной и

очень горячей пищей, алкогольными напитками, несоместимыми продуктами питания, чрезмерные физические нагрузки вызывают усиленную работу печени и избыточную выработку желчи. Через желчные протоки она в большом количестве выбрасывается в кишечник, причем это может происходить даже при отсутствии в нем пищи. Желчь раздражает и изъязвляет стенки кишечника, вызывая его спазм и нарушение стула в виде поносов с желчью.

При «жаре» тонкого, а затем и толстого кишечника живот «крутит», характерны частые поносы с зеленью и элементами непереваренной пищи, зуд и жжение в области ануса, появляется изъязвления и трещины в заднем проходе. Особенно острые состояния неинфекционной природы возникают при употреблении алкоголя и жирной, острой пищи с сырыми фруктами и холодной минеральной водой.

При «холоде» в кишечнике эффективны процедуры и фитопрепараты, повышающие «огненную теплоту» желудка, удаляющие скопившуюся в желудочно-кишечном тракте слизь. При «жаре» назначаются средства, очищающие печень и желчевыводящие пути и обладающие противовоспалительным и регенерирующим действием.

Ежедневные бесплатные консультации по тел. 221-21-84.

КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ КИСТЫ БЕЗ ОПЕРАЦИИ?

Как предотвратить рост кисты в почке? Врачи не могут предложить ничего, кроме оперативного вмешательства.

С. ПАНИН, г. Королев,
Моск. обл.



Отвечает врач клиники «Наран» на Преспекте Вернадского Светлана Мучаева:

Кисты почек в средней полосе России — часто встречающаяся патология. В почке образуется одна или несколько замкнутых полостей, содержащих серозную жидкость. Если кист много, заболевание называется поликистоз. Опасность заключается в том, что при больших размерах кисты, ткань почки может быть сдавлена, что способствует развитию почечной недостаточности.

Причина развития кист с точки зрения тибетской медицины — возмущение конституции Слизь, расстройство которой приводит к опухолевым заболеваниям. Провоцирующий фактор — переохлаждение организма, как внешнее, так и внутреннее: сырой, холодный климат в сочетании

с излишней любовью россиян к закаливающим процедурам, а также традиционное употребление продуктов с «холодными» свойствами — сырых фруктов и овощей, молочных продуктов из холодильника, салатов и холода, постной рыбы и картофеля, холодных газированных напитков и т.п. Помните, вы наверняка обливались холодной водой, (я уже не говорю о таком экстремальном увлечении, как купание в ледяной проруби), простывали под кондиционером в офисе или ходили босиком по холодному полу дома. Начало меридиана почек находится в центре стопы, и их переохлаждение недопустимо. Впрочем, любые простуды — прямой путь к развитию «холода почек». Это состояние, близкое к патологии. Характеризуется неприятными ощущениями в пояснице, нарушениями менструального цикла у женщин и учащенным мочеиспусканием у мужчин. «Холод почек» приводит к замедлению кровотока и обменных процессов в почечной ткани и возникновение полостей, которые, разрастаясь, образуют кисты.

Необходимо тепло одеваться, больше употреблять в пищу горячих мясных блюд, приправленных специями. В клинике «Наран» вам предложат фитопрепараты, устраняющие «холод почек» и эффективно рассасывающие кисты, а также комплекс внешних процедур.

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ ОТ «НАРАНА»

Нет ни одной сферы деятельности на земле, которая не оказалась бы по плечу хрупкой женщине! Мамы, жены, дочери, сестры — они дарят тепло и заботу близким, решают семейные и производственные проблемы, стойко противостоят финансовым и прочим кризисам. В восточной философии воспринимающее, сохраняющее женское начало мира — Инь является одним из основополагающих. И поэтому в тибетской и китайской медицине тайнам женской природы уделялось особое внимание. Досконально изучены все женские болезни, их причины и методы лечения. Никаких гормонов и скальпеля! Лечение по-тибетски мягко и безопасно, естественно мобилизует внутренние резервы женского организма и возвращает ему природное здоровье.

В клинике «Наран» систематизировали эти знания и создали специальные программы, призванные подарить гармонию души и тела.

«Женское здоровье»

Специальная программа предназначена для лечения женских болезней и их профилактики. В тибетской медицине различают более 30 видов заболеваний женской половой сферы.

На основе расстройств конституций Слизь (лимфатическая и эндокринная системы) и Ветер (нервная система) развиваются болезни «холода», на основе возмущения конституции Желчь (кровь, пищеварительная система) — болезни «жара». Значительную роль в развитии женских заболеваний в молодом возрасте играют переохлаждения, нарушение режима питания и образа жизни после родов, инфекции, стрессы и нервные переживания. Особенно уязвим женский организм в период менопаузы, когда происходит психическая и физическая перестройка организма. Благодаря многовековому опыту, накопленным знаниям и широкому выбору средств, врачи клиники «Наран» добиваются высокой эффективности лечения различных заболеваний женской половой сферы: нарушений менструального цикла, эрозии, эндометриоза, миомы матки, кист яичников, бесплодия и др.

Программа включает: консультацию врача, точечный массаж, иглоукалывание, стоун-терапию, вакуум-терапию, прогревание полыньными сигарами, 2 фитопрепарата. Стоимость программы (9 сеансов) — 18 900 рублей.

«Антистресс по-тибетски»

Программа предназначена для координации и восстановления жизненных сил. Если у вас возник стрессовый синдром из-за накопившегося напряжения и усталости, а ночной сон не возвращает бодрость и хорошее самочувствие, поможет «Антистресс по-тибетски». Лечащий врач

подберет для вас индивидуальный рацион питания в соответствии с природной конституцией, порекомендует простые и доступные приемы

скский точечный массаж, прогревание полыньными сигарами, фитопрепарат. Стоимость программы (9 сеансов) — 15 000 рублей.



«Глубокий и здоровый сон»

медитации и аутотренинга, поможет другими глазами взглянуть на проблему. Стрессы вызывают мышечные спазмы (расстройство Ветра и Желчи), что ведет к блокировке жизненной энергии, ее движение замедляется, и тогда никакой отдых не помогает почувствовать бодрость. Энергетический точечный массаж и прогревание полыньными сигарами особых биологически активных точек на теле помогут снять спазм и напряжение мышц, ликвидируют энергетические блоки в основных жизненных меридианах. Программа «Антистресс по-тибетски» вернет вам энергию, жизненный тонус, устойчивость перед стрессами и болезнями.

Программа включает: консультацию врача, энергетиче-

В сочетании с внешними процедурами для лечения бессонницы в клинике «Наран» в сочетании с внешними процедурами применяются тибетские фитопрепараты. Они успокаивают нервную систему, не вызывая ее заторможенности и, нормализуют сон, не приводя к излишней сонливости. Фитопрепараты устраняют возмущение Ветра -неуправляемую эмоциональность, возбуждение ума, бесконтрольную и немотивированную нервозность в вечернее время, приводящую к бессоннице и сопровождаемую чувством стеснения в груди. Благодаря их мягкому и эффективному действию исчезает состояние



напряжения, тревоги, восстанавливается душевное равновесие и гармония с окружающим миром.

Программа включает: консультацию врача, точечный массаж, вакуум-массаж, постановку банок, иглоукалывание, прогревание полыньными сигарами, 2 фитопрепарата. Стоимость (9 сеансов) — 13 800 руб.

«Стройная осанка»

Корень проблем современных людей — неправильная осанка и боли в спине. В клинике «Наран» с помощью мягкой мануальной терапии, глубокого точечного массажа и других процедур устраняются мышечные спазмы и энергетические блоки, улучшается подвижность суставов между позвонками и состояние связочного аппарата, нормализуется кровообраще-

ние и питание мышц спины, высвобождаются нервные каналы, что способствует лучшей иннервации органов и тканей организма. Здоровый позвоночник позволяет избежать множества проблем со здоровьем. Из-за проблем с позвоночником появляются головные боли, раздражительность, быстрое переутомление, снижается зрение, ослабевает внимание, возникают проблемы с дыханием и другими жизненными процессами. С годами заболевание может привести к серьезным осложнениям: коксартрозу, нарушениям работы почек, желудочно-кишечного тракта, легких, сердечнососудистой системы. Программа «Стройная осанка» вернет вам гибкий позвоночник и царственную статью.

Программа включает: консультацию врача, точечный массаж, мануальную терапию, вакуум-терапию, постановку банок. Стоимость программы (11 сеансов) — 13 200 руб.

Почему мы выбираем «Наран»?

- 19 лет успешной работы на рынке медицинских услуг
- Уникальные авторские методики лечения, разработанные на основе методов традиционной тибетской медицины и достижений современной науки
- В клинике работает учебно-методический центр по повышению квалификации врачей
- Лечим:
 - не симптомы, а причину заболеваний;
 - без операций и гормонов;
 - без побочных эффектов;
 - распространенные хронические заболевания, а также сложные, системные поражения организма (красная волчанка, ДЦП и др.)
- В 80% случаев в клинику обращаются по совету родных и близких (ежедневно к нам обращаются более 70 пациентов по рекомендациям)
- В клинике прошли лечение более 40 000 пациентов
- Результатом лечения является не только избавление от хронических заболеваний, но и достижение душевного равновесия, гармонии, спокойствия.

– ЛУЧШИЙ ВЕСЕННИЙ ПОДАРОК!

«Худеем правильно»

Каждая вторая горожанка сегодня мечтает похудеть и стремится к этому любыми, не всегда безопасными путями. Избыточный вес в тибетской медицине рассматривается как следствие нарушения конституции Слизь. В результате этого расстройства в организме накапливаются жир, лимфа, слизь, ухудшается пищеварение, возникают условия для развития таких болезней, как сахарный диабет, гипертония, артриты, опухоли и др. Избыточный вес является лишь частью общего дисбаланса в организме. Отсюда и комплексный подход к лечению этой проблемы. Прежде всего, врач клиники «Наран» даст рекомендации относительно рациона питания и образа жизни. Эти рекомендации кардинально отличаются от общепринятых диет, в каждом конкретном случае имеют индивидуальный характер, что зависит от конституции человека. Основное действие назначаемых тибетских фитопрепаратов направлено на выведение из организма излишков слизи. Все препараты — естественно-го происхождения, они повышают уровень энергии в организме, улучшают пищеварение, устраняют жировую инфильтрацию (липоматоз) внутренних органов, стимулируют их функции, оказывают общеукрепляющее действие. Важной частью комплексной терапии является постановка микроигл в ушную раковину для устранения чрезмерного аппетита. Программа включает: консультацию врача, постановку микроигл, 2 фитопрепарата. Стоимость программы — 6 500 рублей.

Отличие программы «Худеем правильно-2» от первого варианта «состоит в том, что она применяется в более серьезных случаях ожирения. Программа включает в себя дополнительные процедуры внешнего воздействия на организм. Программа включает: консультацию врача, постановку микроигл, энергетический точечный массаж, вакуум-массаж, 2 фитопрепарата. Стоимость программы (9 сеансов) — 15 500 рублей.

«Молодым мамам»

Самый важный момент в жизни женщины — рождение первенца. Молодая мама сталкивается с огромным количеством проблем, от решения которых зависят ее собственное душевное и физическое здоровье, качество ухода за ребенком, его правильное развитие, а также физический и психологический комфорт всех членов семьи. Теперь надежными помощниками молодых мам станут врачи клиники «Наран». Специальная программа включает в себя сразу несколько направлений клиники: «Антистресс по-тибетски», «Худеем правильно», «Женское здоровье»,

«Стройная осанка», «Лечим усталость». Программа направлена на восстановление здоровья женщин в трудный послеродовой период, когда приходится адаптироваться к новой жизни. Психологические стрессы и большая физическая нагрузка, связанная с уходом за малышом, приводят к накоплению нервного истощения, развитию хронической усталости. Во время беременности и родов меня-

Слизь и Желчь, и преобладание одного начала над другими определяет особенности организма, черты характера, а также предрасположенность к тем или иным заболеваниям. Индивидуальность человека проявляется с первых дней жизни, и чем больше образ жизни и питание вашего ребенка соответствуют его органическому началу, тем меньше он будет болеть, тем успешнее будет в жизни.



ются анатомо-физиологические характеристики организма женщины, возможно нарушение архитектоники внутренних органов (опущение желудка, кишечника, загиб матки, смещение копчика и др.). Это становится причиной послеродовых запоров, развития геморроя, увеличения или потери веса, нарушений менструального цикла и т.д. Комплексные лечебные и восстанавливающие процедуры помогут женщинам справиться с трудностями и сохранить здоровье.

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

«Детки, не болейте»

У каждой мамы душа болит, прежде всего, за своих деток. Как с помощью тибетской медицины вырастить их крепкими и здоровыми? В клинике «Наран» разработана специальная программа для профилактики заболеваний у детей. Врач поможет выбрать правильный рацион питания, а массаж, прогревание целебными камнями и воздействие на энергетические точки полынными сигарами позволит ребенку стойко переносить внешние отрицательные факторы — холод, сырость, инфекции и стрессы. Как и у взрослых, у детей присутствуют все три первоначала человеческой природы — Ветер,

Программа включает: консультацию врача, тибетский массаж, моксотерапию, стоун-терапию, баночный массаж, 2 фитопрепарата. Стоимость программы (9 сеансов) — 13 500 рублей.

«Мужское здоровье»

Женское счастье — был бы милый рядом.... К этому можно добавить: здоровый и успешный. Давайте позаботимся о своих любимых половинках. Для лечения и профилактики мужских заболеваний в клинике тибетской медицины «Наран» применяется весь комплекс внешних и внутренних методов воздействия. Известно, что особую роль в развитии заболеваний мужской половой сферы играют почки и надпочечники. Из-за частых переохлаждений в почках может «поселиться» холод. При этом их функции снижаются, что приводит к нарушению кровообращения в органах малого таза и, как следствие, к развитию заболеваний половой сферы. Как правило, у пациентов с заболеваниями мужской половой сферы имеются и болезни почек: пиелонефрит, киста почек, гломерулонефрит, и др. К снижению функций почек может привести и опущение желудка (гастроптоз), кишечника (колоноптоз) и почек (нефроптоз). Почки при опущении сдавливают яичковую вену, ухудшая кровоток в половых органах с вытекающими отсюда последствиями.



специально для любимых родителей. Эту программу можно преподнести как подарок, используя подарочный сертификат.

Пожилые люди признаются, что точечный массаж творит настоящее чудо в их возрасте, помогает устранить застойные явления в мышечных тканях, активизировать циркуляцию крови и энергии, улучшить настроение и снять физическое и душевное напряжение. Моксотерапия (прогревание полынными сигарами) активизирует обменные процессы, изгоняет болезни «холода», прекрасно воздействует на крупные суставы, поясницу, лодыжки. Научно доказано, что лечение горячими камнями также стимулирует энергетические центры тела, благотворно воздействует на сердечно-сосудистую систему, способствует нормализации давления, позволяет решать проблемы с пищеварением, лечит бессонницу. Иглокальвание используется в тибетской медицине для стимулирования процессов самоисцеления и омоложения клеток и тканей организма. Все эти процедуры позволят избежать болезней «холодной» крови, особенно опасных в старости: болезни Паркинсона, Альцгеймера, опухолей, сахарного диабета, болезней суставов и другие. Наши родители — это наш тыл, наши корни. Сохранить их здоровье и подарить годы счастья и душевного покоя — наша святая обязанность!

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

Дополнительная информация по тел. 221-21-84

«Здоровье родителей»

Лечебная программа клиники «Наран» разработана

8 марта женский день!

Пусть всегда этот день не кончается
Пусть поют в Вашу честь ручейки
Пусть солнышко Вам улыбаётся
А мужчины Вам дарят цветы

С первой каплей с последней метелью
С праздником ранней весны
Вас поздравляем сердечно желаем
Радости счастья здоровья любви!

Фитобар клиники «Наран»



ПРИ БОЛЕЗНЯХ ПЕЧЕНИ И ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ

холециститы, дискинезия желчевыводящих путей, деформация желчного пузыря, желчно-каменная болезнь, кожный зуд.

Пилолю «Ху Ган» нормализует желчевыделение, стимулирует сокращение желчного пузыря, восстанавливает процессы обмена в печеночной клетке, снимает застойные явления в печени. Уменьшает чувство «тяжести» в правом подреберье, устраняет вздутие живота, нормализует стул и восстанавливает аппетит.

Также препарат эффективен при лечении жировой дистрофии печени, химических отравлениях, различных интоксикациях.

Применяется в комплексном лечении кожных заболеваний.

Пилолю устраняет подавленное настроение, состояния депрессии, восстанавливает сон, положительно влияет на общее самочувствие.

Противопоказаний к применению не отмечено.

В состав пилюли «Ху Ган» входят китайский лимонник, порошок желчи, вайда, володушка.

Показания к применению: вирусные гепатиты, цирроз печени, острые и хронические

«ЦАРЬ-ЛЕКАРСТВО ОТ КАШЛЯ»

Рецепт эликсира от кашля «Кэ Лин» создан во времена династии Тан (618–907 г.г.) и известен в Китае как «Царь-лекарство от кашля». После приема препарата кашель любой этиологии проходит практически за три дня. Кроме противокашлевого эффекта эликсир имеет отхаркивающее, бронхолитическое (расширяет бронхи при спазме) и противовоспалительное действие — общее и местное.

Состав: ширококолючик крупноцветковый, истод тонколистный, стемона клубневая.

Показания к применению:

- при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей;
- при хронических неспецифических заболеваниях легких;
- при бронхиальной астме (как вспомогательное средство);



- при повышенной нагрузке на голосовые связки;
- при рините и синусите (местно).

ОМОЛАЖИВАЕТ И ТОНИЗИРУЕТ



Чьянванраш Аштаварг — это один из наиболее известных древних аюрведических препаратов, благотворное действие которого подтверждено тысячелетней историей.

Благодаря уникальному многокомпонентному составу (до 40 лекарственных трав и минералов) оказывает поливалентное действие на организм человека.

Действие:

- снимает последствия стрессов, депрессии;
- очищает кровь, печень, кишечник, поджелудочную железу от шлаков и токсинов;

- улучшает работу желудочно-кишечного тракта;

- подавляет рост опухолевых клеток;
- нейтрализует побочные эффекты химиотерапии;
- нормализует работу эндокринной системы;
- улучшает показатели крови, повышает гемоглобин, снижает содержание холестерина;
- нормализует кровяное давление;
- укрепляет сердечную мышцу;
- предохраняет от простуды и инфекции;
- при заболевании туберкулезом рекомендуется принимать параллельно с основными лекарствами;

- улучшает работу мозга, укрепляет память, и повышает способность к обучению;
- нормализует обменные процессы организма;

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 др. компоненты.

В ассортименте 10 наименований мыла:

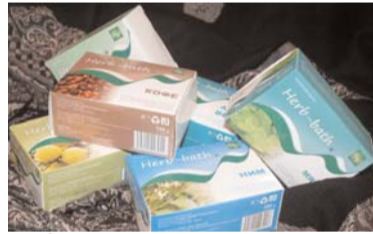
«Амала» — растение, богатое витамином С. Освежает и тонизирует;

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

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

«Скраб 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;

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

«Мед» — расслабляющее, обновляющее и смягчающее действие;

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

Комплексное лечение

в клинике тибетской медицины «НАРАН»
нацелено на общее оздоровление организма
и индивидуальный подход
к каждому пациенту.

Врачи нашей клиники помогут вам при:

- вегето-сосудистой дистонии, головной боли, мигрени
- остеохондрозе, межпозвонковой грыже
- неврозах, депрессии, нарушении сна
- невритах, тиках, заикании
- хроническом рините, бронхитах, бронхиальной астме, аллергиях
- гипо- и гипертонии, сердечно-сосудистых заболеваниях
- ожирении, сахарном диабете
- желчно- и мочекаменной болезни
- заболеваниях желудочно-кишечного тракта, опущении желудка, кишечника, почек
- хронических гепатитах, панкреатите, хроническом холецистите
- заболеваниях почек
- уретрите, простатите, аденоме простаты
- миоме матки, эндометриозе, нарушении менструального цикла, бесплодии
- нейродермите, псориазе, угревых дерматозах
- заболеваниях суставов, артритах, артрозах, коксартрозе, ревматоидном артрите, подагре
- заболеваниях щитовидной железы (гипотериозе, тиреотоксикозе, узлом зобе)
- системных заболеваниях и др.

БОЛЕЕ ПОДРОБНУЮ ИНФОРМАЦИЮ
О ЛЕЧЕНИИ ВЫ МОЖЕТЕ УЗНАТЬ
ПО ТЕЛ.: (495)221-21-84

РАСТВОРЯЕТ КАМНИ В ПОЧКАХ

Шеншитонг (в составе: тысячелов посевной, девясил британский, внутренняя оболочка куриного желудка, вербейник христыны, шалфей многокорневичный, лигизиум японский, гвоздика пышная, роза Бэнкса, солоцвет 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 слизистых, мочевыводящих путей;
- снимает воспалительный процесс мочевыводящих путей;



- обладает спазмолитическим действием, купирует болевой синдром;
- нормализует химический состав мочи, восстанавливает 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.

ЛЕЧЕБНЫЕ АРОМАТЫ ТИБЕТА

Издавна в буддийских монастырях воскурляли ароматные благовония, которые очищали ауру, успокаивали нервы, изгоняли злых духов, и были полезны при любых недугах. Сеанс ароматерапии с тибетскими ароматическими свечами создаст в вашем доме неповторимую восточную атмосферу и поможет в излечении целого ряда заболеваний. В состав пяти видов свечей входят самые разные целебные растения: жасмин крупноцветковый, полынь арги, сандал белый, яблоня азиатская, коричное дерево.

Свечи серые для защиты функций печени и питания селезенки: улучшают работу

ЖКТ, помогают при вялом пищеварении, освобождает печеночные протоки от застоявшейся желчи, уменьшают проявления дисбактериоза.

Свечи зеленые для успокоения кашля и астмы: снимают бронхоспазм, способствуют выделению густой, вязкой мокроты, уменьшают судорожный кашель и ощущение першения в горле.

Свечи голубые для понижения кровяного давления: улучшают тонус сосудистой стенки, восстанавливают кровоток в мелких капиллярах почек, печени, уменьшают риск возникновения тромбов, острых нарушений мозгового кровообращения и т.д.



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 сугубо 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.

Учебный центр «Нарана»

ОТ ТРАДИЦИЙ К СОВРЕМЕННОЙ НАУКЕ

В 2008 году в учебно-методическом центре (УМЦ) клиники «Наран» по подготовке врачей тибетской медицины прошли стажировку 47 молодых специалистов с высшим медицинским образованием. О том, почему выпускники медицинских вузов сегодня выбирают стезю врача тибетской медицины, рассказывает руководитель УМЦ, кандидат медицинских наук Зарема Баранукова:

Каждый год десятки желающих проходят обучение при первой в России клинике тибетской медицины «Наран», осваивая таинство врачевания многовековой медицины, помноженное на опыт современной науки. Для этого в «Наран» приглашаются признанные специалисты по пульсовой диагностике, иглорефлексотерапии и другим методам лечения из Монголии, Кореи, Китая и Тибета, а также ученые и преподаватели из ведущих российских вузов.

Опыт и мудрость людей, вся жизнь которых посвящена милосердию, состраданию и помощи людям, становится бесценным даром для будущих врачей. Ведь тибетская медицина — неотделимая часть одной из самых человеколюбивых религий мира — буддизма. В этом отношении клиника «Наран» может по праву называться не только образовательным, но и просветительским центром, поскольку нашими духовными учителями являются тибетские ламы и профессора буддийской философии, которые приезжают в клинику из Тибета и Индии на правах почетных гостей, читают лекции, проводят молебны на благо всех живых существ.

Качественная теоретическая подготовка врачей осуществляется благодаря четко выстроен-

ной методике лечения, авторами которой являются основатели клиники кандидат медицинских наук Светлана Чойжинмаева и ее брат — врач Баир Чойжинмаев. Проводятся лекции, семинары по тибетской медицине. Будущие врачи также с удовольствием посещают Дни открытых дверей в «Наране», давно ставшие популярными среди москвичей и гостей столицы

Умение распознавать природу расстройства конституций, ставить точный диагноз, назначать эффективное лечение и осуществлять его с помощью коррекции образа жизни и питания пациента, а также многочисленных внешних методов воздействия — эту науку врачи-стажеры осваивают одновременно на практике. Практические занятия проходят прямо на рабочем месте под чутким руководством наставников, которые станут строгими экзаменаторами для будущих врачей тибетской медицины. Каждый из них должен безошибочно распознавать биологические точки и знать топографию меридианов на теле человека, определять по пульсу «холод» и «жар», освоить стандарты глубокого точечного массажа, цзю-терапии (прижигания), иглоукалывания, гирудотерапии и многое другое. И, конечно, легко ориентировать-

ся в многообразной и сложной системе тибетской фитотерапии. И, тем не менее, главное знание, которое раз и навсегда усвоит молодой врач в «Чжуд-ши» трактуется так: «Нет на свете лекарств, во всех случаях исцеляющих от болезни». Отсюда происходит идея комплексности лечения: невозможно выхватывать из общей системы те или иные лечебные средства и использовать их вне связи с остальными. Лишь в комплексе они дадут желаемый эффект оздоровления определенного органа и всего организма, являющегося единым целым.

В отличие от традиционных врачей тибетской медицины наши врачи в диагностике болезней и тактике их лечения сегодня могут опираться не только на опыт, знания и интуицию, но также и на результаты современных лабораторных исследований и другие



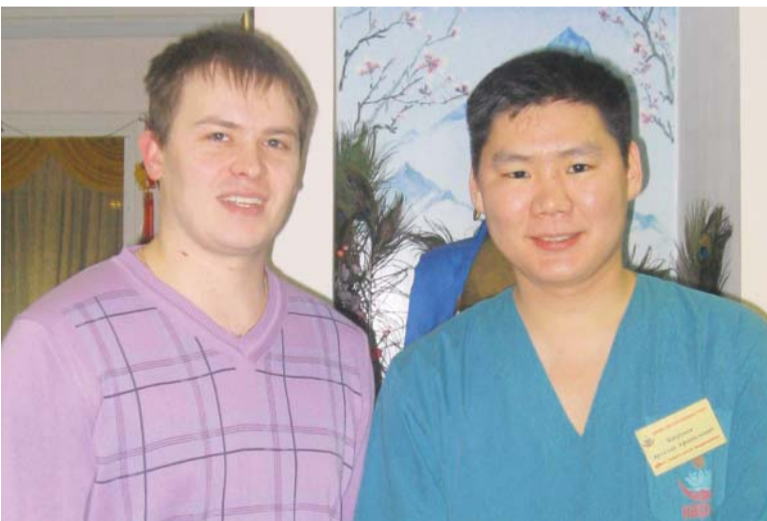
к.м.н. Зарема Баранукова и молодые врачи «Нарана».

достижения науки. Быть в курсе самых последних открытий ученых позволяет тесная связь нашего учебного центра с ведущими учебными заведениями России по профессиональной переподготовке врачей: кафедрой РТ ММА им. Сеченова, кафедрой мануальной терапии РМАПО, кафедрой фитотерапии РУДН. Учебные циклы по рефлексотерапии, фитотерапии и мануальной терапии в клинике «Наран» провели в 2008 году такие видные ученые и преподаватели как д.м.н., профессор Л.Г. Агасаров, д.м.н., доцент С.А. Радзиевский, к.м.н., доцент В.Б. Шамонов, к.м.н., доцент С.Г. Руднев, к.м.н., доцент И.В. Руденко, к.м.н., доцент Е.В. Корсун. Продолжается сотрудничество с Государственным научным центром восстановительной медицины и курортологии и профессорами Улан-Баторско-

го медицинского института. В средневековом тибетском трактате «Чжуд-ши» есть глава, посвященная врачам и врачебной этике. Она гласит, что истинный врач должен иметь ум и твердый характер, восприимчивость к наукам и способность критически оценивать новые знания, быть гуманным, искренним и снисходительным, с благоговением относиться к учителям, а больных своих беречь, как собственных детей. Действительно, сегодня врачи «Нарана» становятся для многих людей своего рода семейными докторами. Эти пациенты не только сами годами наблюдаются в клинике, но и приводят сюда родных, близких, соседей и просто знакомых. Это — главный критерий качества работы клиники на протяжении уже двух десятилетий. И мы не снизим эту планку и в будущем.

Счастье исцеления

ВОЗВРАЩАЯСЬ К ИСТОКАМ



Евгений Нефедьев со своим лечащим врачом

Евгений Нефедьев в свои 23 года уже овладел очень серьезной и ответственной профессией — он инженер-механик большегрузной техники. С детства его огромная страсть — автомобили, он знает о них все или почти все. Женя родился и вырос в городе Улан-Удэ — столице республики Бурятия, а сейчас живет в городе Красногорск Московской области. Он и его родители не понаслышке знакомы с тибетской медициной, ведь жители Бурятии исконно с любыми хворями идут к эмчи-ламам — тибетским ле-

карям при буддийских дацанах. Сегодня Женя рассказывает о том, как тибетская медицина помогла ему в Москве — городе высоких технологий и безграничных возможностей.

— По роду своей деятельности я однажды надорвал спину, были сильные боли в области поясницы. В поликлинику обращаться не решился, поскольку не надеялся на адекватную помощь. Родители сразу же посоветовали мне обратиться в клинику «Наран». Не так давно они прошли там курс лечения, специально отыскав в столице

лечебное учреждение, связанное с тибетской медициной.

При первом же посещении клиники «Наран» на Войковской был приятно удивлен доброжелательным и радушным отношением персонала, а также существующей системой скидок для земляков. Очень порадовали эффективные и приятные методы лечения, понравился спокойный и гармоничный интерьер самой клиники. Мой лечащий врач Арслан Бахрунов очень ответственный и внимательный человек. И по сей день поддерживаю с ним отличные отношения. После курса лечения почувствовал себя гораздо лучше, спина прошла полностью. Спасибо большое, за то, что вы есть, за то, что не забываете свои истоки и уважаете традицию!



ГИМН ЗЕМНОМУ СОЛНЦУ

*В горах могучих снежного Тибета
до солнца, кажется, подать рукой.
А берега чудесного Байкала
отражают вечность неба.*

*Между собою тесно связаны,
Между собою навеки сплетены,
тибетской медицины древний опыт
С бурятской практикой целителей земли.*

*Больным не стоит ехать за границу,
В заморские, безвестные края,
Когда успешно всем помогут излечиться
Врачи тибетской клиники «Наран».*

*Здесь вас с душой по-родственному примут,
Болезни ваши, боли и страдания снимут,
И пациенты жизнь вторую обретут.*

*Не ждите вы повестки,
болезням объявите смертный бой!
В «Наран» скорей лечиться приходите,
И приводите остальных с собой.*

В любое время года — весною, летом и зимой,
«Наран» — земное солнце, всходит над Москвой.*

*В любое время дня, вечернюю порой,
Наран раскрывает двери пред тобой.*

*Приветливо, радушно примут в час любой,
В «Наран» приходят, как к себе домой.*

*Особые там методы лечения для страждущих,
В тибетской медицине хранятся корни их,*

*Там комплексно подходят к лечению больных
Обширная программа для возрастов любых,*

*Врачи с образованием и опытом большим
Вас снова сделают здоровым, молодым.*

Татьяна Жилина, г. Москва
(филиал клиники «Наран» на «Смоленской»).

Первая и крупнейшая клиника тибетской медицины в России



Наран работает с 1989 года



Только у нас!
Все методы тибетской медицины
в одном сеансе
комплексного лечения:

- Опрос, пульсовая диагностика
- 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)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

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.

Дни открытых дверей в «НАРАНЕ»

Лекции в клинике на «Таганской»
1 марта: «Лечение артериальной гипертонии
методами тибетской медицины». Агинова Н.А.
8 марта: «Бронхиальная астма». Доржиев А.Д.
15 марта: «Лечение болезней Желчи».
Галсанова Т.Ю.
Начало в 15.00.
Вход свободный. Запись по тел.:
(495)912-63-36, 221-21-84

Лекции в клинике на «Проспекте Мира»
1 марта: «Сахарный диабет». Шодонова Ж.В.
8 марта: «Синдром хронической усталости».
Бюрчиев С.Б.
15 марта: «Ожирение и тибетская медицина».
Дулгарова М.Я.
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. Чойжинимаева
Главный редактор —
Е. Санжаина
Верстка — Т. Апрыткина
Корректор —
О. Михайлова
Дизайнер — Л. Петренко
Газета выходит
2 раза в месяц.
Общий тираж —
1 400 000 экз.

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

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

Газета отпечатана
в типографии
ООО «ВМГ-Принт»

Подписано в печать
24.02.2009.

Заказ №
Цена свободная

Тибетский астропрогноз с 1 по 15 марта

Удачные дни: 3, 9, 19, 21, 29, 30

Благоприятные дни

для стрижки волос: 1, 2, 4, 7, 9, 10, 11, 14, 18, 19, 23, 29, 31

для начала приема лекарств: 3, 9, 19, 21, 29, 30

для выезда в дорогу: 1, 5, 9, 10, 12, 14, 17, 19, 20, 21, 23, 27, 29, 31

Неблагоприятные дни для вех дел: 6

ОБЪЕЗДИЛ ПОЛМИРА В ПОИСКАХ ЭТНО-ТЕРАПИИ (хвост)

праву считающегося родиной аюрведы. Там большое количество клиник этой древнейшей медицины. Различные травяные процедуры по очищению сосудов и всего организма, которые я там прошел, произвели на меня неизгладимое впечатление. А на острове Хайнань в Китае я впервые почувствовал руку истинного мастера-игло-рефлексотерапевта, который буквально метал иглолки в мое тело, даже не глядя. К сожалению, я еще не успел побывать в Тибете. Зато уже доста-

точно долгое время знаком с тибетской медициной, впитавшей лучшие традиции аюрведы и китайской медицины, проходя оздоровительную терапию в клинике «Наран». Поскольку я абсолютный сторонник только натурального лечения, меня невероятно вдохновляют терапевтические подходы и методики, которые практикуют врачи этой клиники. Это еще одна грань моей личной этно-терапии.

Евгения САНЖАИНА

ВОПРОС–ОТВЕТ (хвост)

тошнота, сухость и горечь во рту, появляется неприятный запах изо рта, кислая отрыжка, боль в шейно-затылочной области (в месте прохождения энергетического меридиана толстого кишечника), чувство жара в теле. Кожа становится сухой, ногти слоятся. Живот «крутит», характерны частые поносы с зеленью, слизью и элементами непереваренной пищи, зуд и жжение в области ануса, появляется изъязвления и трещины в заднем проходе. Особенно острые состояния неинфекционной природы возникают при употреблении алкоголя и жирной, острой пищи, мясных блюд с сырыми фруктами и холодной минеральной водой.

Лечение «жара» и «холода» кишечника в клинике «Наран» начинается, прежде всего, с

коррекции характера питания и образа жизни. При болезнях «холода» назначается согревающее, янское питание с добавлением кислых, соленых и острых вкусов, стимулирующих пищеварение. При болезнях «жара», наоборот, рекомендуют эти вкусы из рациона исключить или умерить. Кроме того, назначаются внешние методы воздействия и фитопрепараты, повышающие «огненную теплоту» желудка, удаляющие скопившуюся в желудочно-кишечном тракте слизь. При «жаре» тонкого и толстого кишечника назначаются средства, очищающие печень и желчевыводящие пути и обладающие противовоспалительным и регенерирующим действием.

Ежедневные бесплатные консультации по тел. 221-21-84.