



ВЕСТНИК ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ

№ 14
сентябрь 2012 г.

Научно-популярное издание клиники тибетской медицины «Наран». Выходит с июня 2005 года.

наран работает
с 1989 года

8 (963) 993-12-77 8 (495) 510-39-61
8 (499) 74-74-962 8 (495) 510-39-62
Режим работы: с 9.00 до 21.00 без выходных

ЛЕЧЕНИЕ БЕЗ ОПЕРАЦИЙ, ГОРМОНОВ И ТАБЛЕТОК www.naran.ru

Уважаемый
Иосиф Давыдович!

Сердечно поздравляем Вас
с юбилеем – 75-летием
со Дня Рождения.

Желаем крепкого
здоровья, осуществления
творческих планов, успехов,
счастья и благополучия Вам
и Вашим близким.

С искренним уважением,
клиника «Наран»



Слово главного
врача

стр. 2



Тибетский
астропрогноз

стр. 3



Шкатулка
здоровья

стр. 4



Вопрос -
Ответ

стр. 5, 7



Слово главного врача

Тибетские фитопрепараты излечивают «холод» и «жар» организма



Главный врач и основатель клиники «Наран», к. м. н. Светлана Чойжинмаева

В основе тибетской медицины лежат четыре главных способа лечения:

1. диета
2. режим
3. лекарства
4. процедуры

Согласно древнему медицинскому трактату «Чжуд-Ши», на земле нет ничего, что не могло бы быть лекарством.

В медицинской литературе Тибета описано более 1300 лекарств из растений, 114 видов минерального сырья, применяемого при приготовлении лекарств, и до 150 средств животного происхождения. Препараты готовят в виде отваров, пилюль, порошков. 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. Лучшим временем сбора всех частей разных растений и деревьев являются фазы роста луны. Растения очищают, чтобы удалить ядовитые ткани. У корней и стеблей ядовитыми считаются наружная кожица и внутренний стержень, у веток – узлы, у листьев – черешки, у цветов – чашелистики, у плодов – косточки. Затем обезвреженные части растений, обладающие «горячительными» и «охлаждающими» свойствами, засушивают: растения с горячими свойствами сушат на солнце или у огня, но так, чтобы дым или какие-либо посторонние запахи не попадали на них, растения с холодными свойствами сушат в тени на воздухе или в хорошо проветриваемом помещении. Чтобы обеспечить «мягкое» действие лекарственных средств, в сложные составы вводится специальный компонент – «проводник», или «конь», на которого возлагается функция по доставке препарата к пораженному органу. В качестве «проводника» обычно используют

мед, патоку, сахар, бульон, вино и т.д. Благодаря этому лечебное действие становится более целенаправленным, воздействуя конкретно на очаг воспаления. Это также позволяет избежать побочного действия на другие ткани и системы организма.

Тибетская медицина оперирует шестью вкусами: кислым, сладким, соленым, вяжущим, горьким и жгучим, которые, по существу, представляют собой химическую характеристику не только продуктов питания, но и лекарственных средств. Преобладание того или иного вкуса в них 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 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.

Осенью, когда непосредственный процесс приготовления лекарств завершается, из монастыря приглашаются священнослужители-ламы, и производится обряд освящения. Ламы читают молитвы во благо всех людей, для которых предназначены эти лекарства.

Роль каждого из компонентов, входящих в состав сложного препарата, имеет свою особую характеристику: «царь» и «царица», «царевичи» и «министры», «советники» и «военачальники», «воины» и «холопы». Отдельные лекарственные средства с определенными, ярко выраженными лечебными свойствами также удостоиваются «царских регалий». Так, камфора – «царь холодных веществ», красный перец – «царь горячих лекарств», а миробаланы, например, называют «царями» всех лекарств в связи с их выраженной терапевтической активностью в отношении целого спектра различных заболеваний.

В связи с тем, что в основе возникновения болезни лежит расстройство регулирующих систем организма (Ветра, Желчи, Слизи), а все заболевания имеют «горячую» и «холодную» природу, в состав сложного лекарственного состава для лечения болезни включаются компоненты с разными свойствами. Прежде всего, это ингредиенты для восстановления нормального состояния расстроенной системы регуляции, во-вторых, компоненты для уравнивания уровней тепла или холода в организме, в-третьих, лекарственные средства для коррекции состояния пораженного органа и тканей, а также для устранения основных симптомов болезни.

Кроме того, согласно тибетскому трактату «Чжуд-Ши», существуют три конституции человека – Ветер, Желчь и Слизь. Представители каждого из типов обладают индивидуальными характеристиками, соответственно, заболевания им свойственны тоже различные.



Конституция Ветер

Больше всего Ветры страдают от заболеваний, связанных с поражением нервной системы, и одними из первых в этом списке числятся глубокие расстройства сна в любом возрасте, далее следуют радикулиты в разных частях позвоночника. Как правило, на фоне стресса или нервных переживаний сначала появляются прострелы в пояснице, а затем боль распространяется на суставы и мышцы.

Следует отметить, что для людей конституции Ветер главной причиной всех болезней служит перевозбуждение (гиперактивность) нервной системы. Нервное перенапряжение, связанное со стрессами, страхами, отрицательными и положительными эмоциями, способно спровоцировать любое заболевание – от острой инфекции и гастрита до язвенной болезни и тяжелых неврозов, депрессий и онкологии. Ветру очень сложно соблюдать какой-либо режим в питании и образе жизни, правильнее сказать, что никакого режима не существует вообще, и это создаёт дополнительный риск для развития заболеваний нервной системы. Чтобы сохранить здоровье, Ветру необходимо присутствие рядом человека, который смог бы упорядочить его жизнь и уравновесить его «неправильную» активность. Частые и длительные эмоциональные перегрузки в молодости приводят к истощению нервной системы, а в пожилом возрасте могут стать причиной болезней Альцгеймера, Паркинсона, онкологии. От состояния нервной системы (Ветра) зависят 2 другие доши – Слизь и Желчь.

Для Ветра изготавливаются фитопрепараты, которые за счет многокомпонентности влияют на структуру головного мозга, на эмоциональность, успокаивают высокие альфа-волны в головном мозге, которые мешают гармоничному течению энергии и обменных процессов в организме человека. Например, если у человека тяжелый, беспокойный сон, снятся кошмары, прием тибетских фитопрепаратов убирает тревожность, и если сделать энцефалографию, то можно увидеть, что эмоциональное состояние человека находится в норме, а значит, душа и тело находятся в гармонии.

Хочется сказать, что тибетские фитопрепараты улучшают проведение нервных импульсов по всему организму, от головного мозга до спинного мозга, ко всем внутренним органам, нервные импульсы посылаются к верхним и нижним конечностям, органам малого таза. Таким образом, препараты способствуют улучшению нервно-трофических процессов во всех органах и тканях, действуют на клеточном уровне.



Конституция Желчь

Люди конституции Желчь – обладатели горячей крови. Проблемы со здоровьем у людей этого типа могут спровоцировать жара, физическое и умственное перенапряжение, что проявляется раздражительностью и гневом, хотя в целом их организм достаточно вынослив. Именно людям типа Желчь свойственно «заедать» стресс, они предпочитают горячую, острую, солёную и горькую пищу. Всегда едят столько, сколько считают нужным. Вкусная сытная еда на некоторое время смягчает их крутой нрав, и они становятся мягкими и уравновешенными. Слишком частые обильные застоля в сопровождении алкоголя могут, в итоге, привести к ожирению, отложению холестерина на стенках сосудов, в плотных и полых органах.

Наибольшую проблему люди конституции Желчь испытывают, когда возникает необходимость расслабиться. Длительные физические и умственные нагрузки приносят вред здоровью, изнашивают сердце и сосуды, но именно этим людям свойственно доводить себя физической работой до полного изнеможения. Для того чтобы сохранить здоровье на долгие годы, им необходимо научиться отдыхать и сдерживать всплески негативных эмоций – раздражительности и гнева. Расстройство кон-



ституции Желчь провоцирует нарушение обмена веществ, развитие желчнокаменной болезни, ведёт к заболеваниям сердечно-сосудистой системы (гипертония, инфаркт), сахарному диабету по горячему типу, болезням печени, способствует образованию болезней кожи (дерматиты, псориаз, прыщи).

Люди конституции Желчь (холерики) очень возбудимы и иногда не могут понять природу своего возбужденного и нервного состояния, даже после еды, казалось, когда человек должен быть доволен, спокоен и расслаблен, могут вести себя агрессивно и становиться неуправляемыми, перестать контролировать свои эмоции.

Привести в норму представителя этого типа, сделать спокойным, умиротворенным и счастливым помогут фитопрепараты, которые очистят его печень и кровь, весь ЖКТ, изгонят излишки желчи, которая является отравляющим фактором для всего организма. Излишняя желчь приводит к проблемам с волосами, они могут сильно выпадать, появляется ранняя седина, ногти, язык и кожа становятся желтого цвета. В данном случае для людей конституции Желчь (горячей доши) изготавливаются тибетские фитопрепараты, обладающие охлаждающими и очищающими свойствами, собранные ночью при Луне. Для препаратов с охлаждающими свойствами учитываются все факторы, связанные с водой (отливы, приливы воды, лунные дни), собираются травы, цветы, коренья, лепестки, которые накопили иньскую, холодную энергию окружающей природы. Если человек принимает фитопрепараты, он меняется на глазах, становится спокойным, его гормональный фон приходит в норму, меняется настроение, сон, цвет лица, очищаются кожные покровы, исчезают прыщи, папилломы, родинки, пигментные пятна. Чудесное исцеление человека происходит, потому что его кровь и печень очистились.

Конституция Слизь



Несмотря на изначально хорошие физические качества, люди Слизь (флегматики) при определенных условиях и со временем могут испытывать массу проблем со здоровьем. Медлительность перерастает в нежелание двигаться и лень, привычка к обильной вечерней трапезе – в неумеренное чревоугодие независимо от аппетита. Если природная неспешность перерастает в лень, то, совместно с переизбытком и замедленным обменом

веществ, она становится причиной появления избыточной слизи в организме. Человека начинают одолевать насморк, бронхит, боли в суставах и позвоночнике, отёки на ногах или лице. Расстройство конституции Слизь сопровождается ощущением тяжести в пояснице и во всём теле, тело часто немеет, утолщается шея (зоб), появляется склонность к икоте, суставы и позвонки теряют свою подвижность и отекают, ухудшается память. Бронхиты, бронхиальная астма и сахарный диабет по холодному типу, полипы, гипертония, холод почек, онкология – вот неполный перечень заболеваний, характерных для людей типа Слизь.

Слизь – холодная доша, поэтому для гармонизации состояния фитопрепараты используются с согревающими свойствами, например, серия препаратов Сэмбру, Джубрил, Дали-16 и ряд других. В их состав входят корни, цветки, ветки, листья, лепестки и плоды, которые собираются в полдень в жаркий день. Самое ценное – это то, что фитопрепараты не только согревают, но и выводят избытки слизи, жира, воды, лимфы из организма.

Вот основные составляющие возмущения конституции Слизь:

- избыток воды
- избыток жира
- избыток слизи
- избыток лимфы

И поэтому назначенные лекарства выводят из организма избыток воды, слизи, где бы она ни скапливалась (носоглотка, щитовидная железа, легкие, бронхи, желудок, кишечник, матка, суставы), сжигают внутренний жир и выводят из организма желтую кровь – избыток лимфы.

Фитопрепараты влияют на лимфатическую и гормональную системы организма, согревают лимфу, удаляют ее избытки. Таким образом, при приеме 3–4 курсов лечения виден результат, наступает гармония во всем организме.

Все больше современных ученых в своих трудах отмечают, что тибетские лекарства намного безопаснее, чем современные синтетические медикаменты, практически не имеют побочных эффектов, не вызывают привыкания и аллергических реакций, подходят и детям, и пожилым людям, в том числе беременным женщинам и ослабленным больным. Они способствуют выведению избыточного жира, солей, жидкостей, лимфы, токсинов через ближайшие «двери»: нос, рот, кожу, половые органы в виде соплей, слюны, мокроты, сукровицы, мочи.

Индивидуальные рекомендации врача тибетской медицины и комплекс процедур помогут Вам привести в гармонию организм в целом.

ТИБЕТСКИЙ Астрологический прогноз

СЕНТЯБРЬ – ОКТЯБРЬ
(01.09.2012 – 15.10.2012)

Благоприятные дни для стрижки волос

4, 7, 8, 12, 13, 18, 19, 20, 21, 23, 24,
25, 26, 28, 29, 30

В октябре: 4, 7, 8, 11, 12

Благоприятные дни для начала приема лекарств

1, 8, 9, 6, 12, 13, 20, 22, 25, 29, 30

В октябре: 2, 4, 5, 6, 14, 15

Благоприятные дни для выезда в дорогу

4, 7, 9, 10, 13, 14, 17, 18, 22, 24, 25, 28

В октябре: 4, 7, 9, 10, 12, 13



Записаться на прием можно по телефонам:

ст. м. «Войковская», 5-й Войковский проезд, д. 12,
8 (499) 74-74-962; 8 (963) 99-312-77;

ст. м. «Проспект Вернадского», ул. Удальцова, д. 23,
8 (495) 510-39-61; 8 (495) 510-39-62

Или на сайте www.naran.ru

Шаг второй

В память о враче тибетской медицины, основателе клиники «Наран» Чойжинимаеве Бaire Галсановиче, который при жизни мечтал построить дацан, родные, его мама, коллеги и друзья начинают строительство Молельного дома на его родине. Четвертого августа, в день его рождения, была выделена земля под строительство и заложен первый камень. Дорогие друзья, просим вас помнить, что строительство любого священного храма является благим делом и улучшает нашу карму. Все желающие могут принять участие в строительстве дугана и перечислить денежные средства:

ОАО АК Байкал Банк

Республика Бурятия, г. Улан-Удэ, ул. Красноармейская, д. № 28

БИК 048142736 ИНН 0323045986 КПП 032601001 МРИМНС №2

к/с 30101810200000000736 р/с № 40817810400000000001

«Вклады для расчетов РПС» в назначении платежа указывать карточный счет № 1787461

Данчиновой Галине Галсановне





Шкатулка здоровья

Морковь, огурцы и капуста – самые любимые, вкусные и полезные овощи, доступные и известные с детства взрослым и детям. Любят морковь за её яркий цвет, сладкий вкус, огурцы – за хрустящую мякоть, а любимым салатом давно является хрустящая, острая и сочная капуста. Рассмотрим подробнее всем нам знакомые овощи в свете тибетской медицины для каждой доши.

Конституция Ветер

Люди конституции Ветер отличаются невысоким ростом и худощавым телом. Как правило, у них холодные руки и ноги, сухая, часто шелушащаяся кожа и сухие волосы. Лицо бледное, при волнении покрывается лёгким румянцем. Это холодный, иньский тип. Ветер соответствует психологическому типу «сангвиник». Для гармонизации доши тибетская медицина рекомендует 4 вкуса: острый, кислый, соленый и сладкий.

Морковь обладает сладким вкусом, оказывает на организм антисептическое, глистогонное, деминерализующее, желчегонное, обезболивающее, отхаркивающее, противовоспалительное, противосклеротическое действия. Она также усиливает деятельность желез желудочно-кишечного тракта. Как профилактическое средство цельный сок моркови или в смеси с другими соками снимает утомление, улучшает аппетит, цвет лица и зрение, ослабляет токсическое действие антибиотиков на организм, укрепляет волосы и ногти, повышает сопротивляемость к простудным заболеваниям.

С незапамятных времен знахари лечили половую слабость морковным соком, который в смеси с медом принимался по 1 ст. ложке 3–4 раза в день до еды. При климаксе очень полезно ежедневно пить морковный сок со сливками в такой пропорции: 150 мл свежесжатого морковного сока смешать с 50 мл сливок. Этот напиток нужно пить в течение 10 дней каждый месяц. Так же людям-Ветрам можно порекомендовать вкусный и полезный морковный пирог, который нужно употреблять в горячем виде, чтобы иньский продукт стал янским.

Пирог морковный

Взбить 2 яйца с 100 г сахара и 0,5 стакана растительного масла. Натереть 4 средние морковки на мелкой терке, добавить в яичную смесь. Отдельно смешать тертую цедру 1 апельсина, горсть изюма (можно орешки), неполную ч. ложку соды, ванилин, корицу (0,5–1 ч. ложка) и 1 стакан муки. Соединить две смеси. Тесто должно получиться нетяжелым, легко «капающим» с ложки. Форму застелить бумагой, вылить тесто и выпекать в разогретой духовке при 180–190° около 25–30 мин.

Рецепт морковки по-корейски

Морковь натереть на терке, посолить, поперчить, добавить сахар, уксус, молотый кориандр и все тщательно



перемешать. Морковку сложить «горочкой», на которую сверху выложить мелко порубленный или же раздавленный чеснок. Масло растительное нагреть на сковороде до дымления (ни в коем случае не до кипения) и сразу же вылить на чеснок. Морковку тщательно перемешать, выложить в плотно закрывающуюся банку и оставить на сутки в холодильнике.

Конституция Желчь

Это «горячий» тип, его также называют «кипящим», «бурлящим», «воинствующим». Представители Желчи решительны и предприимчивы, обладают острым умом, вниманием, наблюдательностью, легко усваивают новую информацию и быстро схватывают суть проблемы. От природы наделены аккуратностью и стремлением к порядку. Конституция Желчь соответствует психологическому типу «холерик». Людям конституции Желчь рекомендуется пища горького,пряного, вяжущего вкуса.

Огурец прекрасно утоляет голод. Этот овощ на 95% состоит из воды, причем воды «живой», то есть структурированной. Огурец является природным адсорбентом, поэтому ежедневное употребление его способствует очищению организма и выведению токсинов, накопившихся в результате его жизнедеятельности. Кроме того это естественное мочегонное средство – благодаря оптимальному сочетанию калия и натрия огурцы нормализуют водно-солевой баланс организма, обладают мягкими слабительными и мочегонными свойствами, отлично справляются с очисткой организма от токсинов и шлаков.

Огурцы содержат тартроновые кислоты, которые нейтрализуют действие углеводов, попадающих в наш организм во время приема пищи, тем самым предупреждая появление жировой массы.

К р е м н и й и калий, которые содержат огурец, необходимы для здоровья и тонуса



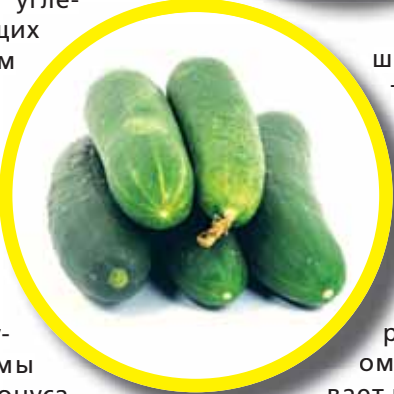
кожи, блеска и силы волос. Огурцы полезны для кожи, зубов и десен, причем не только при употреблении внутрь, но и внешнее воздействие этого овоща так же эффективно, так что не забудьте протереть лицо и шею кусочком огурца – он увлажняет, питает и отбеливает кожу.

100 грамм огурцов содержат 3 мкг йода, при этом щитовидная железа практически полностью усваивает йод, содержащийся в них, что в свою очередь является профилактикой заболеваний щитовидной железы. Огурцы содержат инсулиноподобные вещества, способствующие нормализации уровня сахара в крови, препятствующие превращению углеводов в жиры, благодаря чему эти водянистые овощи активно используются для борьбы с лишними килограммами и в борьбе с диабетом.

Пряный огуречный салат

Нарезать огурец кольцами. Укроп вымыть, обсушить, мелко нарезать. Огурцы посолить, поперчить, смешать с оливковым маслом и укропом. Вкусный салат, поражающий простотой своего приготовления, готов. Приятного аппетита!

Помидоры имеют кислый вкус, но несмотря на это обладают свойствами уравнивать Желчь. Яркий пример: на Кавказе живут в основном люди конституции Желчь, и в их национальной кухне присутствует большое количество томатов. Жители этих регионов интуитивно выбирают те продукты, которые гармонизируют их дошу. Помидоры – хороший антидепрессант, они регулируют работу нервной системы, благодаря серотонину улучшают настроение. Они очень полезны для пищеварительной системы, улучшают обмен веществ; кроме того служат хорошим диуретиком при болезнях почек и мочевого пузыря, помогают при астении, атеросклерозе, расстройствах кишечника. Немаловажно косметическое и омолаживающее свойство помидора – он улучшает цвет лица, омолаживает кожу, разглаживает морщины.



Конституция Слизь

Так же, как и Ветер, это холодный, иньский тип. Слизь отвечает в организме человека за работу лимфатической и эндокринной систем. Люди этого типа отличаются спокойным, невозмутимым характером. Главные качества Слизи – доброжелательность к людям, добродушие и миролюбие – заложены в них самой природой. В западноевропейской классификации типов личности Слизь соответствует психологическому типу «флегматик». Для людей конституции Слизь больше других полезна пища с острым, кислым и соленым вкусом.

Капуста повышает устойчивость к стрессам, активизирует обмен веществ, стимулирует выработку красных кровяных телец, способствует росту клеток и омоложению тканей, регулирует жировой обмен и понижает уровень холестерина в крови, укрепляет сердечную мышцу, повышает иммунитет. Капуста – один из немногих овощей, сохраняющих свои полезные свойства при квашении. Квашеная капуста – источник витаминов группы В: витамин В12, В6 необходимы для ясности мышления, хорошего настроения, снабжения клеток кислородом, образования костно-мышечной ткани.

Особыми свойствами обладает острая белокочанная капуста. Острая капуста по-корейски – не только вкусный, но и очень полезный продукт. Чтобы укрепить иммунитет, достаточно в день употребить 100 грамм острой капусты, что не только поднимет иммунитет, но и укрепит сосуды.

Капуста по-корейски

1 кг белокочанной капусты, 0,5 кг лука, 1 головка чеснока, соль, кориандр, красный перец, кунжутное масло. Капусту нашинковать, пересыпать солью, желательнее крупной, и, перетряхнув, оставить на 4–5 часов до выделения сока. Полкило лука и головку чеснока мелко нарезать, смешать с красным перцем и кориандром (можно использовать как растёртые зёрна, так и порошок), затем перемешать всё с капустой, сложить в стеклянную посуду, придавить грузом и оставить на 2–3 дня. Подают капусту, полив кунжутным маслом. Если капуста подаётся в тот же день, то можно добавить уксус. Это блюдо хранят в холодильнике при температуре от 0 до +5 градусов Цельсия.



Рубрика «Вопрос - Ответ»

Добрый день. Какое-то время назад у меня обнаружили полипы в кишечнике. От них избавились, но сейчас они появились вновь в толстом кишечнике и в желудке. Подскажите, пожалуйста, как можно эффективно бороться с ними без операций? И что такое полипоз с точки зрения тибетской медицины?

Н. Петрова, г. Киров



О проблемах и лечении полипоза рассказывает врач клиники тибетской медицины «Наран» на ул. Удальцова, д. 23
Евгения Бастуева

Тибетская медицина рассматривает человека в единстве с окружающим его миром, как часть Вселенной, живущую по единым с ней законам. Тип нашего телосложения, привычки, характер, климат, в котором мы живем, наша пища – все оказывает влияние на нас. Обследуя пациента, мы стремимся определить не только внешние симптомы заболевания, как это делают западные врачи, но и внутренние: дисбаланс составляющих наше тело энергий и жизненных субстанций, нарушение гармонии с окружающей средой. Это позволяет распознать истинную причину болезни, любой, в том числе и онкологии. Не пугайтесь этого слова – онкология занимается не только злокачественными опухолями, но и доброкачественными, к которым и относятся полипы.

Полип – это доброкачественная опухоль, имеющая эпителиальное происхождение. Принципиально полип может возникнуть в любом полном органе, где есть слизистая оболочка: носовая полость, глотка, бронхи, весь желудочно-кишечный тракт от полости рта до ануса, желчный пузырь, мочевой пузырь, шейка матки и цервикальный канал. Полипы могут быть единичными и множественными.

С точки зрения тибетской медицины, полипы развиваются из-за возмущения конституции Слизь. И понимая природу происхождения заболевания, тибетские доктора успешно лечат полипоз, что подтверждается опытом клиники «Наран». Приведем примеры. Если мы имеем дело с новообразованиями, появившимися из-за неправильного и однообразного питания и образа жизни, то больного легко поставить на ноги естественным путем, назначив ему наиболее подходящее питание и образ жизни.

Чтобы избежать полипоза, нужно помнить, что заболевание возникает в результате возмущения конституции Слизь,

которая отвечает в нашем организме за обмен веществ, гормональную и лимфатическую системы. К расстройству Слизь может привести употребление сырых овощей и фруктов, козьего и коровьего молока и других молочных продуктов; много картофеля, гороха, пшеницы; свинина, козлятина, растительное масло, недоваренная или пригоревшая еда, холодная вода и чай в больших количествах. Поэтому сейчас, в сентябре с его богатым урожаем, старайтесь варить варенье, компоты, джемы, делать рагу и т.д., чтобы не провоцировать опухолевые образования. Кроме того, возмущение конституции Слизь охлаждает ЖКТ, и желудок вынужден «варить» сырую пищу и работать в непривычном для себя режиме. А так как наш желудок – это котел для переработки пищи и его нормальная температура больше 37,6° С, то все выше перечисленные причины способствуют появлению и обострению хронических заболеваний. Но нельзя забывать, что к возмущению конституции Слизь также приводят лень, дневной сон, малоподвижный образ жизни, уныние, так что старайтесь следить и за своим духовным состоянием, чтобы физическое оставалось на должном уровне.

Опасная диета, основанная на употреблении большого количества сырых овощей и фруктов и кисломолочных продуктов (кефир, йогурты, ряженка), разработанная в Советском Союзе классической медициной, не приводит к желаемому снижению веса и способствует появлению гастритов и даже бронхиальной астмы.

К лечению полипов нужно относиться серьезно: пациенту необходимо прислушаться к рекомендациям врача тибетской медицины, относящимся к изменению питания и образа жизни. Назначенные процедуры и фитопрепараты в комплексе способствуют рассасыванию полипов, нормализации важнейшей регулируемой системы организма Слизь.

Добрый день! Недавно у меня обнаружили «многоузловой эутиреоидный двухсторонний зоб II степени». Я живу в городе Сочи, по утрам бегаю вдоль берега моря, ем морепродукты, то есть внешних причин для возникновения заболевания у меня быть не может. Тогда с чем связано его появление? Подскажите, пожалуйста, смогу ли я излечиться от зоба без операции и гормонов, может ли мне помочь тибетская медицина?

С уважением, И. Пертровских, г. Сочи



Как справиться с многоузловым зобом, рассказывает врач клиники тибетской медицины «Наран» в г. Санкт-Петербург, пр. Просвещения, д. 33, корп. 1
Аюна Бальжиева

Обычно при диагнозе «многоузловой зоб» пациенты жалуются на учащенное сердцебиение, потливость, затруднённое глотание. Окружность шеи при осмотре увеличена. Согласно тибетской медицине, воспаление щитовидной железы чаще всего обусловлено влиянием холода – как внешнего, так и внутреннего, и общим снижением энергетических ресурсов организма.

Тиреоидит (воспаление щитовидной железы) – прелюдия к развитию зоба (увеличению железы) и образованию узлов. Ткани железы 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 питания и образа жизни, повреждает ткани щитовидной железы, слизь накапливается в железе.

На развитие заболевания в значительной мере влияет эмоциональный фактор. Этому заболеванию особенно подвержены легко возбудимые и обидчивые люди, глубоко таящие свои обиды от окружающих. От малейших переживаний у них в горле образуется ком из непролитых слез и невысказанных обид, что приводит к регулярному спазму кровеносных сосудов, питающих щитовидную железу, и, как следствие, к ухудшению ее состояния. Стати нами замечено, что чаще всего от зоба страдают женщины, рожден-

ные под зодиакальными знаками Овен, Рыбы, Рак, Лев, Телец, Весы. Известно также, что мужчины редко подвержены заболеваниям щитовидной железы, исключения составляют лишь представители зодиакального созвездия Рыбы.

Для нормального состояния щитовидной железы имеет большое значение прохождение нервных импульсов через шейный ганглий симпатической нервной системы, так называемый «звездчатый» узел, отвечающий за иннервацию гортани и щитовидной железы. Согласно тибетской медицине, длительные обиды, гнев и другие отрицательные эмоции, угнетая «звездчатый» узел, вызывают возмущение Двигающего Ветра, т.е. препятствуют продвижению нервных импульсов, что ведет к развитию заболеваний щитовидной железы.

Кроме этого существуют еще заболевания щитовидной железы, которые приводят к «зобу от желчи», «зобу от слизи», «зловещему зобу», вызванные возмущением соответствующих систем регуляции – Желчь, Слизь, Ветер.

Врач тибетской медицины поставит правильный диагноз и назначит эффективное лечение, исключая хирургическое вмешательство и применение гормональных средств. Уже после нескольких курсов фитотерапии и внешних процедур окружность шеи значительно уменьшается, исчезает отечность лица, уменьшается экзофтальм (пучеглазие, выпячивание глазного яблока), улучшается общее самочувствие пациента. Ультразвуковая диагностика подтверждает эти положительные изменения. Таким образом, можно избежать операции.

Записаться на прием можно по телефонам:

ст. м. «Войковская», 5-й Войковский проезд, д. 12, 8 (499) 74-74-962; 8 (963) 99-312-77;
ст. м. «Проспект Вернадского», ул. Удальцова, д. 23, 8 (495) 510-39-61; 8 (495) 510-39-62

Или на сайте www.naran.ru



О «Наране» с любовью

Телеведущие, эстрадные звезды, актеры и политики, как и все мы, тоже нуждаются в отдыхе и восстановлении здоровья. Сейчас многие из них отдают предпочтение не дорогим заграничным клиникам, а ищут эффективные и безопасные методы лечения на родине. За два десятилетия работы крупнейшая в России клиника тибетской медицины «Наран» доказала, что является одним из немногих отечественных лечебных учреждений, которое предлагает каждому человеку эксклюзивные методики оздоровления, учит бороться не только с болезнью, но и с ее причинами. Об этом свидетельствует и мнение известных и успешных людей, которые доверили нам свое здоровье.



Катя Лель

Заслуженная артистка Кабардино-Балкарской республики, лауреат Национальной премии «Золотой граммофон», премии «Стопудовый хит», лауреат Народной премии «Авторadio», Муз-ТВ, Песни года.

Я убедилась, что тибетская медицина – серьезная и глубокая наука. Очень важно, что она может научить человека, как помочь себе самому, например, воздействуя на те или иные точки, уменьшить головную боль, снять напряжение, усталость, повысить работоспособность. Точечный массаж, иглоукалывание, прогревание камнями – очень приятные процедуры, и делаются они для того, чтобы повысить в организме уровень «тепла» и энергии, изгнать «холод». Кроме того, мне назначили фитопрепараты для улучшения пищеварения, сна и успокоения нервной системы.

Порадовал имбирный напиток – такого я раньше не пробовала. Вообще, я узнала здесь массу нового, интересного. Тибетская медицина помогает избежать страха перед болезнями, быть хозяином своей жизни и чувствовать себя уверенно.



Иосиф Кобзон

Депутат Государственной Думы РФ, член Комитета по информационной политике, информационным технологиям и связи, народный артист СССР.

С начала деятельности клиники «Наран» десятки тысяч россиян уже отдали предпочтение методам тибетской медицины. Это объясняется тем, что тибетская медицина – самая здоровая медицина на сегодняшний день, точно так же, как и буддизм является здоровой и мудрой религией.

Я очень рад, что клиника «Наран» развивается, ведет открытый и доверительный разговор с широкой аудиторией, в то же время, как и подобает истинным буддистам, не навязывая свое знание людям. У нас порой принято примитивно относиться к традиционной медицине, не понимая, что она имеет историческую и общечеловеческую ценность, завещана нам нашими предками. А врачам тибетской медицины начали по-настоящему верить, относиться с уважением и вниманием. Желаю коллективу «Нарана» счастья и благополучия в деле оздоровления нашего общества!

Георгий Дронов

Российский актёр театра и кино, режиссёр. В основном известен по съёмкам в сериалах «Саша+Маша» и «Воронины».

С клиникой «Наран» я дружу очень давно. Массаж, фитотерапия, иглоукалывание и другие процедуры, выполняемые умелыми врачами тибетской медицины, помогают мне поддерживать форму при моем напряженном ритме

жизни. Я пришел в «Наран» и не ошибся: боли в спине почти прошли, чувствую себя на «ура». Теперь у меня есть собственная «скорая помощь».

Думаю, у тибетской медицины в нашей стране большое будущее: многим горожанам совсем не помешает курс иглоукалывания и фитотерапии. Так что, безусловно, весь опыт работы клиники «Наран» – подтверждение того, что по-настоящему эффективная медицина людям просто необходима.



Мария Шукшина

Известна не только как актриса, но и как телеведущая проекта «Жди меня» на «Первом канале», и как член жюри в шоу «Минута Славы». В 2006 году она была награждена медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени, а через два года, в 2008 году, удостоена звания «Заслуженная артистка России».

Я поклонник и знаток тибетской кухни. У меня дома на кухне много разных приправ и всевозможных специй, потому что «Наран» изменил мое отношение к питанию. Раньше я готовила все несолёное, неперчёное, как советуют многие врачи. А теперь мы всей семьей стараемся питаться в соответствии со своей природной конституцией. Еду нужно солить, добавлять туда специи,

тогда быстрее происходит насыщение, улучшается пищеварение. Кроме того, я пью имбирный чай, имбирный напиток, они хороши для похудения и являются противовирусными средствами. Советую всем прийти в «Наран», установить свою конституцию, чтобы в дальнейшем правильно питаться.

Я очень благодарна судьбе за то, что она свела меня со Светланой Галсановной, потому как до моего знакомства с клиникой «Наран» я лечилась в основном таблетками. Я не просто лечилась, я пила лекарства горстями, при этом понимая, что химия ни к чему хорошему не приведет, ведь одно лечим – другое калечим!

Но сегодня все кардинально изменилось – я открыла для себя комплексное лечение, которое проводят врачи клиники «Наран», включающее в себя внешние проце-

дуры и тибетские фитопрепараты. Бодрящий тонизирующий массаж по точкам возвращает телу энергию и снимает усталость. Отдельно скажу о фитопрепаратах (тибетские травы, которые собирают тибетские монахи и составляют из них чудодейственные сборы). Я ими спасаюсь, я на них держусь, фитопрепараты мне помогают сохранять здоровье и бодрость. И не могу не сказать про мой любимый «Лаоджан». Отвар «Лаоджан» – это подарок природы. Вы знаете, рецептура данного продукта насчитывает около 1000 лет, представляете, какая мудрость и какие знания положены в основу эликсира?! Я без фитопрепаратов теперь не представляю своей жизни! Спасибо клинике «Наран» и Светлане Галсановне за то, что она прививает нам культуру здорового образа жизни!



Рубрика «Вопрос - Ответ»



Тамара Васильевна Акулова

Наиболее известные роли: Маша в музыкальной комедии «Бедная Маша» (1981), леди Ровена в рыцарском киноромане «Баллада о доблестном рыцаре Айвенго» (1982), леди Гленарван в приключенческой ленте «В поисках капитана Гранта» (1985), Саша в социальной драме «Наследницы» (2001). Заслуженная артистка России.

В клинике «Наран» мне все подробно рассказали, показали, дали брошюрку специальную. На первый взгляд, это все кажется достаточно простым и в то же время недоступным для обычного человека. Например, определить свою конституцию. Я поражаюсь, а почему большинство людей этого не знает? Наша медицина не обращает на это внимание! Стоит человеку изменить питание, стиль жизни, и уже совершенно меняется самочувствие. Например, вместо холодного чая или воды перед едой, оказывается, полезно пить теплую воду или кипяток после еды. Это было для меня открытием, поскольку все говорят обратное. Питание, массаж, стоунтерапия, иглокалывание – все это мне очень помогло, перестала болеть спина, чувствую себя отлично. Я еще не закончила, продолжаю курс аурикулотерапии, сегодня все поголовно хотят худеть – и я в этом строю.

Вообще мне кажется, люди должны обращаться к тибетской медицине, приходиться не только с запущенной болезнью, но и ради профилактики пропивать травы, раз в год проходить процедуры.

Теперь вот стану пропагандистом тибетской медицины. Хотелось бы, чтобы таких клиник было больше и чтобы они работали в содружестве с нашей официальной медициной, чтобы наши врачи, как и тибетские доктора, понимали глубинные причины хронических заболеваний.

Добрый день! Хотела бы задать вопрос. У меня была киста яичника, мне сделали операцию, но врачи сказали, что опухоль злокачественная (рак), поэтому мне надо пройти 3 курса химиотерапии. Хотела у Вас спросить, могут ли мне помочь в клинике «Наран»? Я не хочу проходить курс химиотерапии, поскольку знаю последствия для здоровья после этого. Буду ждать Вашего ответа и надеяться на Вашу помощь.

С уважением, Татьяна, 47 лет, г. Одинцово



О последствиях химиотерапии и методах лечения рассказывает врач клиники тибетской медицины «Наран» на ст. м. «Войковская»

Светлана Катышева

Химиотерапия – лечение какого-либо инфекционного, паразитарного или злокачественного заболевания с помощью ядов или токсинов, губительно воздействующих на инфекционный агент (возбудитель заболевания), на паразитов или на клетки злокачественных опухолей при сравнительно меньшем отрицательном воздействии на организм хозяина. Яд или токсин при этом называется химиопрепаратом. По срокам возникновения побочные явления условно подразделяют на непосредственные, ближайшие и отсроченные. К непосредственным осложнениям, проявляющимся сразу или в течение первых суток, относятся: тошнота, рвота, жидкий стул, повышенная температура, резкая слабость, ухудшение аппетита. Ближайшие побочные явления возникают в течение 7–10 дней и проявляются в ухудшении показателей крови, нарушении функции печени и почек, воспалении слизистой оболочки полости рта и желудочно-кишечного тракта, изменениях со стороны нервной периферической системы. Отсроченные побочные эффекты проявляются в виде выпадения волос, нарушения сердечной деятельности, снижения иммунитета. Так как препараты для химиотерапии призваны убивать злокачественные клетки, то попадая в организм человека, они отравляют его. В первую очередь этот вид лечения бьет по самым важным органам нашего организма, которые являются основой жизни: сердце, печень, почки, легкие, поджелудочная железа.

И если один орган поражен химическим препаратом, то происходит сбой всех органов и всего организма, а значит, жизнеспособность человека падает. Энергия сердца зависит от легких, энергия легких – от поджелудочной железы, от печени, энергия печени – от почек. Энергии этих органов перетекают друг в дру-

га, у них есть внутренняя связь, поэтому как только произошел сбой в энергетической системе, иммунная система полностью рассыпается, и человек может погибнуть от осложнений после химиотерапии. Например, возникает воспаление легких, а организм не в состоянии бороться – очень слабый иммунитет, значит, человек умирает, не от основного заболевания, а от осложнения после химиотерапии.

Методика лечения, используемая в «Наране», уже показала свою эффективность при лечении кисты почки, полипов, рака груди, шейки матки, желудка, кишечника. Подтверждены независимыми медицинскими анализами улучшения у пациентов со II-III степенью рака, продлевается жизнь у пациентов с тяжелыми формами онкологии, а для прошедших жесткие курсы химиотерапии и хирургического лечения тибетские лекарства очень полезны в восстановительный период, они значительно улучшают качество жизни пациента.

Как и почему развивается опухолевый процесс? Каковы его симптомы и методы лечения и профилактики?

Онкологические заболевания не развиваются внезапно. Во многих случаях они рассматриваются как конечные стадии хронических бо-

лезней. К таким болезням относят длительно существующие язвы, эрозии, полипы, кисты, воспаления.

Опухолевый процесс характеризуется тем, что на фоне затяжных хронических патологий в любом полом или плотном органе или ткани образуется ненормальная составная часть.

Свернувшись в ком, она всасывает и втягивает в себя питательные субстанции из крови и окружающих тканей. Постепенно новообразование «закупоривает» пути движения энергии по сосудам и нервным окончаниям, причиняя вред всем внутренним органам и создавая реальную угрозу человеческой жизни.

В тибетской медицине различают 11 разновидностей опухолей: опухоли каменные, кровяные, гнойные, кисты и другие. Попавшие с пищей в желудок песчинка, волосок или непрожеванные частицы пищи обволакиваются слизью, как клеем, твердеют со временем и образуют волосяную, каменную или гнойную опухоль.

Чем раньше начато лечение, тем легче врачу справиться с болезнью. Пациенту назначается особое питание, соответствующее его конституции, и комплексная терапия. Особую роль играют противоопухолевые многокомпонентные тибетские препараты. Кроме рассасывающего действия, они снимают интоксикацию организма, повышают сопротивляемость, восстанавливают энергетику, приводят в гармонию три физиологические энергии: Ветер, Слизь, Желчь. В их состав входят такие сильные природные средства, как мумие, ладан, миробалан хебула, хрен дикий, тысячелистник шестилыственный и сотни других наименований. Некоторые ядовитые растения, особым образом обработанные, также входят в состав сборов – «Подобное излечивается подобным», – гласит древняя латинская поговорка.

И, конечно, мощнейшим и неоценимым по своему противоопухолевому действию средством являются тибетские драгоценные пилюли.

Самое главное в лечении – это позитивный настрой пациента, его родственников и близких, их вера в выздоровление.

Записаться на прием можно по телефонам:

ст. м. «Войковская»,

5-й Войковский проезд, д. 12,
8 (499) 74-74-962; 8 (963) 99-312-77;

ст. м. «Проспект Вернадского»,

ул. Удальцова, д. 23,
8 (495) 510-39-61; 8 (495) 510-39-62

Или на сайте www.naran.ru



ВЕСТНИК ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ

№ 14
сентябрь 2012 г.

Научно-популярное издание клиники тибетской медицины «Наран». Выходит с июня 2005 года.

наран работает
с 1989 года

8 (963) 993-12-77 8 (495) 510-39-61
8 (499) 74-74-962 8 (495) 510-39-62
Режим работы: с 9.00 до 21.00 без выходных

ЛЕЧЕНИЕ БЕЗ ОПЕРАЦИЙ, ГОРМОНОВ И ТАБЛЕТОК www.naran.ru



Гаау-Па-Совае-Чулен Омолаживающий эликсир

Причины старения: Главной причиной старения является изменение изначальных элементов в организме, и второстепенной причиной – возраст, физическое истощение, стрессы и др. Ухудшение внешних факторов способствует появлению изменений, которые ведут к таким последствиям, как сутулость, выпадение и раннее поседение волос, огрубение кожи, ухудшение зрения, появление морщинок и т. д. Все это является общими симптомами старения. Чтобы предотвратить процесс старения, мы предлагаем вам эликсир, который показывает бесспорный результат в поддержании молодости и продлении жизни.

Свойства: Эликсир продлевает жизнь, эффективен в поддержании молодости, повышении бодрости, иммунитета, обостряет сенсорные функции, улучшает память и умственные способности.



Тибетский очистительный сбор

Сбор полезен практически всем. Он восстанавливает нервную систему, выводит из организма соли, шлаки, избыточный холестерин, предупреждает образование камней в почках, мочевом и желчном пузырях, удаляет образовавшиеся камни. Особенно полезен сбор при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, нарушении обмена веществ, диабете, остеохондрозе.

Состав сбора: цветки ромашки, зверобой, цветки бессмертника, березовые почки.

Почему «Наран»?

Клиника «Наран» – первая и крупнейшая в России клиника тибетской медицины, основанная в 1989 году. Ее уникальность заключается, прежде всего, в том, что здесь в точности следуют традициям тибетской медицины, комплексно применяя весь арсенал ее средств. Сегодня с уверенностью можно сказать, что 23 года успешной работы клиники – лучшее свидетельство правильности избранного пути, пути продолжения традиций древней врачебной науки Тибета.

Более 95 тысяч человек прошли курсы лечения у наших врачей и исцелились от своих недугов. Для нас важным показателем правильности выбранного пути является тот факт, что к нам 80% пациентов обращается по рекомендации друзей и знакомых, а это значит, что нашей работой довольны. И это закономерно, ведь в клинике «Наран» не латают здоровье, а прочно, на долгие годы, строят его вместе с пациентом, возвращая радость полноценной жизни.

Клиника «Наран» гордится своими врачами, которые имеют дипломы ведущих российских медицинских вузов, постоянно повышают квалификацию при учебно-методическом центре клиники, а также в Монголии, Корею, Китае и Тибете и подняли на ноги огромное количество пациентов, вернув на их лица улыбки. Синтез

западной, восточной китайской и тибетской медицины позволяет устранять причины заболеваний без таблеток, операций и побочных эффектов. Еще одним преимуществом клиники является эффект кабинета «все в одном». Здесь не нужно стоять в очередях к узким специалистам, чьи диагнозы и назначения порой противоречат друг другу, здесь каждого пациента во время и после лечения курирует личный врач-лечебник.

Мы ждем Вас в клинике «Наран»!

**Основатель и главный врач клиники «Наран»,
к. м. н. С. Г. Чойжинимаева.**

Адреса наших филиалов:

Филиалы в Москве:

ст. м. «Войковская», 5-й Войковский проезд, д. 12
8 (499) 74-74-962; 8 (963) 993-12-77;

ст. м. «Проспект Вернадского», ул. Удальцова, д. 23
8 (495) 510-39-61; 8 (495) 510-39-62

Филиалы в Санкт-Петербурге:

ст. м. «Проспект Просвещения»,
проспект Просвещения, д. 33, корп. 1,
8 (812) 595-03-80; 8 (812) 595-03-82

ст. м. «Чернышевская», ул. Таврическая, д. 9,
8 (812) 577-13-67; 8 (812) 577-15-43

Байкальские сборы

Восточная мудрость гласит, что «нет такого растения, которое не являлось бы лекарственным, нет такой болезни, которую нельзя было бы вылечить растением».

Фитотерапия – это лечение фитопрепаратами, лекарственными средствами и сборами, составленными по древним рецептам. Она способствует восстановлению природного баланса человека, стабилизации всех функций организма, искоренению причин болезни.

Клиника «Наран» рекомендует своим пациентам Байкальские травяные сборы.

Лекарственные травы, цветы, соцветия, плоды, коренья, почки были собраны вручную, в экологически чистых районах Алтая, Восточных Саян и на Байкале.

Байкальские травяные сборы:

- сбор сердечно-сосудистый
- сбор при миоме
- сбор при мастопатии
- сбор при простатите
- сбор при желчнокаменной болезни
- сбор нефропротекторный (при образовании кист)



Приобрести Байкальские сборы можно по адресам:

ст. м. «Войковская», 5-й Войковский проезд, д. 12,
8 (499) 74-74-960; 8 (499) 74-74-962;

ст. м. «Проспект Вернадского», ул. Удальцова, д. 23,
8 (495) 510-39-61; 8 (495) 510-39-62

Дни открытых дверей в «Наране»

**Лекции в клинике
на «Войковской»**

8 сентября:

Фитотерапия в клинике «Наран»

Начало в 15.00.

ВХОД СВОБОДНЫЙ

Запись по тел.:

8 (499) 74-74-962; 8 (963) 993-12-77

**Лекции в клинике
на «Проспекте Вернадского»**

8 сентября:

Фитотерапия в клинике «Наран»

Начало в 15.00.

ВХОД СВОБОДНЫЙ.

Запись по тел.:

8 (495) 510-39-61; 8 (495) 510-39-62

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 №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 – Т. Тимофеева

Корректор – А. Бомбенкова

Газета выходит 1 раз в месяц

Адрес редакции:
125171 г. Москва, ул. 5-й Войковский

проезд, д. 12

Телефоны:

8(499) 150-74-10;

8(499)156-29-87;

8(499) 74-74-960

E-mail: naran.voyka@mail.ru

Подписано
в печать 15.08.2012
Цена свободная