

КЛИНИКА



# Наран

работает  
с 1989 года

№20(81)  
16-31 октября  
2009

## Вестник тибетской медицины

Учредитель издания – клиника «Наран». Выходит два раза в месяц с июня 2005 года. [www.naran.ru](http://www.naran.ru)



Пациентка Наталья Реш:  
**«В «НАРАНЕ» ДЛЯ МЕНЯ  
ДЕЛАЮТ ВСЕ ВОЗМОЖНОЕ  
И НЕВОЗМОЖНОЕ»**

Стр. 7

### КУПОН

**ОСЕННЯЯ  
АКЦИЯ**  
с 16 по 31 октября

~~4000.-~~  
**2975.-**  
сеанс комплексного  
лечения

Скидка действует при предъявлении купона

### КУПОН

**ОСЕННЯЯ  
АКЦИЯ**  
в филиалах  
клиники «Наран»  
с 16 по 31 октября

~~1975.-~~  
**1975.-**  
сеанс комплексного  
лечения

**ДЛЯ ДЕТЕЙ**

Скидка действует при предъявлении купона

### В НОМЕРЕ:

**ЛЕЧЕНИЕ  
ОНКОЛОГИЧЕСКИХ  
ЗАБОЛЕВАНИЙ  
В ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЕ**

Стр. 2

**ИНТЕРВЬЮ  
С ДОКТОРОМ  
БУДДИЙСКОЙ  
ФИЛОСОФИИ**

Стр. 3

**ИНСТРУМЕНТ  
ЛЕЧЕНИЯ –  
РУКИ ВРАЧА**

Стр. 4

**20-ЛЕТИЕ «НАРАНА»:  
ПОДВОДИМ ИТОГИ ЮБИЛЕЙНЫХ  
КОНКУРСОВ**

Стр. 5

**БЕСПЛОДИЕ:  
НЕ ТЕРЯЙТЕ НАДЕЖДУ!**

Стр. 6

Слово главному врачу

# БРАС И СКРАН: КАК БОРОТЬСЯ С ОПУХОЛЯМИ?

## Тибетская медицина предлагает эффективные меры лечения и профилактики онкологических заболеваний



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

– Тибетская медицина существует несколько тысячелетий. Ее методы не содержат в себе никаких опасных новшеств – это уже проверили на себе миллионы людей. А главное, это медицина, которая рассматривает человека 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.

Все это относится и к онкологическим заболеваниям. На собственном опыте мы убедились в том, что тибетская медицина эффективна при многих случаях рака.

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. Тибетские препараты значительно облегчают течение болезни после операции или химиотерапии.

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

**Брас** – это тибетское название злокачественных опухолей. **Скран** – доброкачественные опухоли. При благоприятных для этого условиях скран преобразуется в брас.

Онкологические заболевания не развиваются внезапно. Во многих случаях они рассматриваются как конечные стадии хронических болезней. 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. Постепенно новообразование «закупоривает» пути движения энергии по сосудам и нервным окончаниям, причиняя вред всем внутренним органам и создавая реальную угрозу человеческой жизни.

Различают 11 разновидностей опухолей: опухоли *каменные, кровяные, водянистые, гнойные, кисты* и другие. Попавшие с пищей в желудок песчинка, волосок или непрожеванные частицы пищи обволакиваются слизью, как клеем, твердеют со временем и образуют волосную, каменную или гнойную опухоль.

Если организм здоров и все физиологические системы, а особенно желудок, работают нормально, этого не происходит. Твердые частицы пищи перевариваются, а песчинки и другие инородные тела с успехом выводятся наружу.

В каких случаях этот естественный механизм перестает работать?

В этом «виновато» патологическое состояние, называемое в тибетской медицине *мажу*. Оно является одним из главных провоцирующих факторов развития онкологических заболеваний.

*Мажу* – состояние, которое характеризуется общим снижением функций органов и систем, угасанием «огненной теплоты» желудка – метаболического огня. Оно приводит к тому, что расстраивается вся работа организма, нарушаются обменные процессы в организме.

Как это происходит? «Огненная теплота» желудка, который еще именуется в каноне тибетской медицины «Чжуд-Ши» «котлом для приготовления пищи», поддерживается тремя регулирующими системами нашего организма. А именно – Слизью Разлагающей, Желчью Переваривающей и Ветром, выравнивающим Огонь. Все они «встречаются» в желудке, чтобы довести попавшую в желудок пищу до «созревания». Это нужно для того, чтобы она легче переваривалась в других отделах желудочно-кишечного тракта и превращалась в жизненно необходимый для человеческого организма питательный сок, благодаря которому обновляются все клетки организма, кровь, формируется иммунитет.

Чаще всего состояние *мажу* возникает у людей с преобладающей конституцией Слизь, имеющей в своей основе стихии Вода–Земля. К возмущению этой конституции приводят тяжелые стрессы, психические травмы в сочетании с малоподвижным образом жизни, пристрастием к пресной, тяжелой пище сладкого, кислого, горького вкусов. Также вредными факторами являются: употребление несовместимых продуктов, сырого молока, сырых фруктов и овощей, несвежих и прокисших продуктов, плохо проваренной пищи. Слизь в этом случае утрачивает разлагающие функции, Желчь – переваривающие. Ве-

тер, выравнивающий Огонь (отделы головного мозга, отвечающие за пищеварение), оказывается не в состоянии отделить питательный сок пищи от «осадка» – вредных и ненужных веществ, «плохую» кровь от здоровой. В крови накапливаются шлаки и токсины. Они разносятся с током крови по всему телу, оседают в органах или тканях, постепенно покрываются налетом слизи, твердеют, начиная, подобно пылесосу, всасывать в себя все новые и новые токсины и яды. Из-за дурных привычек человека в течение длительного времени (до нескольких лет) эти сгустки растут и постепенно преобразуются в опухоли – скран или брас.

Каковы общие симптомы онкологических процессов?

Очень часто начальные признаки не расцениваются как симптомы серьезного заболева-

### Опухоли желудка

Опухоль желудка чаще локализуется во входе из пищевода, в привратниковой части или в нижней трети желудка. Причины: застарелая язвенная болезнь, употребление очень твердой, сырой, грубой и жесткой пищи, испорченных продуктов, частый прием алкоголя на фоне состояния *мажу*.

Признаки рака желудка выражены вначале неочевидно: понижение трудоспособности, апатия, падение веса тела, анемия, бледная кожа, белые ногтевые ложа, упадок сил. Затем присоединяются: потеря аппетита, отвращение к мясной пище, тошнота, болевые ощущения, рвота кислой коричневой или черной массой, чувство печения в желудке, гнилостный запах изо рта, шейные лимфоузлы воспалены, желудок и живот твердые, моча коричневая,

Рак пищевода начинается обычно с нарушения функции глотания.

Вначале больной чувствует сужение пищевода, боли за грудиной и в подложечной области, чувство присутствия инородного тела, задержку в пищеводе при глотании грубой пищи, желание откашляться.

По мере роста опухоли и сужения просвета, сдавливания пищевода опухолевыми образованиями развивается его непроходимость: пища не доходит до желудка, застревает за грудной, появляется хрипота, одышка, слабость, истощение, отеки лимфатических узлов, понижение гемоглобина в крови.

Опухоль пищевода поддается лечению тяжело в силу того, что лекарство не может попасть в желудок. Для лечения рака пищевода кроме противоопухолевых препаратов применяются драгоценные пилюли «Ринчен Данджор Ченмо» и «Ринчен Дзо-Тру Дашел» и другие.

### Опухоли печени

Причинами болезни являются: злоупотребление алкоголем, жирной пищей на фоне *мажу*, перенесенный ранее гепатит. В правом подреберье при ощупывании легко определяется болезненное уплотнение. Живот увеличен, несмотря на хороший аппетит, у больного после еды наступает рвота. Особенно ухудшается состояние после жирной пищи. Нарастает желтуха, зуд кожи, потеря аппетита, моча приобретает коричневый цвет. Болезнь прогрессирует, переходя в тяжелую форму, наблюдается похудание, боли, чувство распирания в правом подреберье, в животе, из-за нарастающей слабости больной перестает ходить. Пульс очень быстрый, тонкий. Такая клиническая картина патологии печени без лихорадки соответствует опухолевому поражению печени, желчного пузыря.

Это одна из очень тяжелых болезней, поддается лечению с трудом. Рекомендуются особая диета, рассасывающие, очищающие кровь препараты и кровопускание.

### Опухоли легких

Причины: загрязнение атмосферы, злоупотребление кислой пищей, курение, работа на сильном ветру, в пыли, застарелые инфекционные и воспалительные заболевания легких и бронхов, например туберкулез легких, плохое пищеварение (*мажу*).

Рак легких вызывает вначале сухой кашель по утрам, а в дальнейшем и ночью. Признаки: чувство тяжести в грудной клетке, кашель, больному тяжело дышать, в мокроте много крови, гноя и слизи, слабость, похудание, боли в сердце, сердцебиение то учащенное, то слабое. Набухают вены на шее, они становятся черными и извилистыми, как при варикозном расширении. Пульс сердца, как и пульс легких, меняется в разное время суток. Успех лечения зависит в значительной степени от того, насколько рано оно предпринято. ▶



**Тибетские противоопухолевые и рассасывающие препараты состояются из множества растительных ингредиентов (от 3–4 до 100 и более). Иллюстрация из «Атласа тибетской медицины»**

Человек постепенно перестает различать вкусы, во рту ощущение чего-то пресного, в желудке появляется чувство распирания, вздутия. Беспокоит изжога, отрыжка или метеоризм, «сохнет» кал, что выражается в длительных запорах, «овечьем» стуле. Аппетит ухудшается, еда не прибавляет сил, а приводит к слабости и сонливости. Лицо, веки и лодыжки отекают, в теле ощущается дрожь, головокружение. Нарастают симптомы интоксикации, подобные отравлению ядом – слабость, холодный липкий пот, боли в эпигастрии, человек худеет, кожа приобретает землистый оттенок. К сожалению, очень часто эти симптомы так и не становятся поводом обращения к врачу, попыток изменить свои привычки и питание.

Рассмотрим подробнее некоторые виды опухолей и рекомендации по их лечению.

пульс очень слабый. Больной со временем не может принимать даже жидкую пищу.

Чем раньше начато лечение, тем легче врачу справиться с болезнью. Рекомендуется рассасывающая терапия. Противоопухолевые тибетские препараты, кроме лечебных действий, снимают интоксикацию организма, повышают сопротивляемость, восстанавливают энергетику, приводят в гармонию три физиологические энергии. В их состав входят: мумие, ладан, миробалан хебула, хрен дикий, тысячелистник шестилистный и другие растения.

### Опухоли пищевода

Причины: состояние *мажу*, частый прием алкоголя, употребление испортившихся продуктов, очень кислой пищи, плохо измельченной, твердой или очень горячей пищи, которые травмируют пищевод.

## Персона

## «ВСЕПРОЩЕНИЕ И МИЛОСЕРДИЕ ВЕДУТ К БЛАГОЙ КАРМЕ»

Для врачей клиники «Наран» курс лекций прочел доктор буддийской философии Геше Лхарамба Джомпа Тоньет



✳ **Учитель Геше Лхарамба Джомпа Тоньет родился в Ладаке – северном штате Индии в 1971 году. В 13 лет он решил, что станет монахом, хотя родители не поддержали его. В монастырском университете Гоманг-дацан он получил рукоположение от Линга Ринпоче, который являлся одним из наставников Его Святейшества Далай-ламы XIV. Он был очень способным учеником с раннего возраста и всегда получал лучшие результаты на годовых экзаменах. После 22 лет обучения защитился и получил степень доктора буддийской философии (Геше Лхарамба). Геше Лхарамба Джомпа Тоньет был главным наставником по философии в тантрическом колледже Гьюто, является автором философского трактата «Комментарии к трудным местам «Золотых Четок» Чже Цонкапы».**

– **Уважаемый Учитель, расскажите, пожалуйста, в какой семье вы росли?**

– Мои родители не были монахами, если вы об этом (улыбается). Мы не были ни богатыми, ни бедными. Я был самым младшим ребенком. Кроме меня родители воспитывали еще 3 сыновей и 3 дочерей. Они не хотели, чтобы я уходил в монастырь. Но я осознал, что монашеское общество мне ближе, нежели семейное. Я считаю, это отпечатки из прошлой жизни.

– **Вы потратили 22 года на учебу, расскажите, что вы изучали?**

– Мне всегда была интересна буддийская философия, на которую я впоследствии, после общего обучения, и сделал акцент. После защиты меня направили в тантрический университет. Там я выполнил все требования для получения звания мастера. В 2008 году проходили выборы ректора в один из монастырей Дрепунг. Из пяти кандидатов выбрали меня.

– **Если я не ошибаюсь, в монастыре ведут достаточно ас-**

**кетичный образ жизни. А как питаются ученики-монахи?**

– Утром – чай и лепешка. Лепешки готовят сами ученики – вручную раскатывают тесто и жарят на плите без масла. На обед – постная похлебка. Мясо нельзя, но если из дома присылают кому-то, то его можно есть. Бывает, кто-то не выдерживает такой жизни или не сдает экзамен и уходит. Но многие не поддаются искушениям, исправно учатся и соблюдают все негласные правила.

– **Думаю, многие хоть раз обращали внимание на то, что монахи, ламы очень равнодушны к богатству, роскоши и бедности, как будто не замечают мирских трудностей...**

– Если говорить, относя все это к человеку, то скажу так. Важно не то, что его окружает, а он сам. Богатство сегодня есть, завтра его нет, а человек должен оставаться человеком.

– **А у вас есть свои ученики, которых вы ведете, скажем, как классный руководитель?**

– У меня 20 учеников. В основном, это дети из небогатых се-

мей, есть несколько сирот. Хотелось бы отметить, что монахи, принимающие обеты, отрываются от своих семей. Именно поэтому мы не придаем большого значения – есть семья или ее нет. К своим ученикам, конечно, я отношусь по-отцовски, но и как учитель тоже. Самому младшему моему ученику 8 лет.

– **В России сейчас много последователей буддизма, многие изучают буддийскую философию. Мы хотели бы попросить вас рассказать, что вы думаете о реинкарнации...**

– Перерождение в буддизме традиционно связывают с прошлой жизнью. Монах, достигший просветления в определенном уровне сознания, может выбрать человеческое рождение – лучшее из всех существующих рождений, ведь человеку даны воля и разум. Именно поэтому, если лама выбирает человеческое рождение, будет больше помощи живым существам.

Люди, не достигшие какого-то определенного уровня, не властны над перерождением. Лама может выбрать любое перерождение – он может родиться в определенной стране, в определенной семье, чтобы принести пользу миру. Все остальные перерождаются в зависимости от причинно-следственных связей, что в свою очередь зависит от сопутствующих условий. Я имею в виду от поступков человека, от того, насколько хорошо, правильно он прожил свою жизнь.

– **А какие заболевания считаются кармическими, то есть заслуженными?**

– Все наши болезни – плод неблагодарной кармы из прошлой и нынешней жизни. Карма всегда в стадии выжидания. Чтобы она проявила себя, должны быть сопутствующие условия. Возьмем простой пример: чтобы вырос

цветок, нужно ухаживать за ним – поливать, удобрять. Также и карма. Есть способы очистить карму. Для этого нужно огромное, искреннее сожаление. Во-первых, вы должны очень сильно сожалеть, если совершили грешный поступок. Во-вторых, необходимо собирать благие заслуги (подавать нуждающимся, спасти человеческую жизнь, отпустить на волю живое существо и т.д.). К примеру, если должны убить животное, то вы можете отпустить его. И, в-третьих, надо дать себе слово, что в будущем вы не будете совершать неблагие поступки.

– **Чтобы не заработать плохую карму?**

– Основные факторы, порождающие неблагодарную карму, злые поступки, нарушение общепринятых норм – не убей, не укради. Такая карма приходит вследствие плохого отношения к старшим, к родителям, к своей религии, учению. И еще один немаловажный пункт – плохое отношение к существам, которые слабее вас.

Случается, люди посылают друг другу проклятия. В этом случае неблагодарная карма ждет и того, кто проклинает, и того, кого проклинают. Ведь для него

это сопутствующие условия плохой кармы. Именно поэтому следует проводить обряды, чтобы проклятия «пролетали» мимо. Здесь буддизм пересекается с православием, которое проповедует «всепрощение». Хорошее отношение к людям, животным, добрые мысли, всепрощение и милосердие – все это ведет человека к благой карме.

– **Что делать пациентам, страдающим тяжелыми недугами, не встающим с постели?**

– Могу сказать, что я всегда молюсь за таких людей. В таких случаях все зависит от самих пациентов и врачей. Каждый сам для себя определяет течение жизни, ее насыщенность. Также и с больными людьми, способ победить болезнь должен исходить от самого человека. Даже если врач очень хочет помочь, удачный исход возможен, только если доктор и пациент объединятся.

Безнадежно больным необходимо верить в исцеление, а врачам до последнего пытаться вылечить человека. Все эти испытания порождают благой карму, как для больного, так и для врача.

Сангира УЛЮМДЖИЕВА



## СОВЕТЫ СВЕТЛАНЫ ЧОЙЖИНИМАЕВОЙ

## Какие продукты провоцируют рак?

► Население Тибета, Непала, Индонезии, Индии, несмотря на низкий уровень жизни по сравнению с европейцами, меньше подвержены онкологическим заболеваниям. Они умеют достигать умиротворения с помощью молитв и медитации, ведут весьма умеренный образ жизни.

В западном мире – все наоборот: люди мало двигаются, проводят все свободное время перед телевизором, много и плотно едят на ночь, употребляют много синтетических лекарств, пива, алкоголя. Бывает, опомнятся, а уже поздно.

Однако многие уверены в том, что соблюдают достаточно здоровый образ жизни и питания, но тем не менее угроза онкологии не миновала их или близких людей. В пору задаться вопросом: почему?

Прежде всего, я всегда повторяю, что важно уметь следить за своим эмоциональ-

ным состоянием. Чем старше человек, тем актуальнее этот совет. Хочется обратиться к мудрым словам Его Святейшества Далай-ламы XIV: «Нет достоинства выше терпимости, нет недостатка хуже ненависти». Раздражение и гнев – плохие помощники. Они работают только против вас. Расстроенная нервная система негативно влияет на Ветер, выравнивающий Огонь, и на весь метаболизм в целом. В таком состоянии никакая пища не пойдет впрок. Особенно вредно «заедать» стрессы, обиды и злость. Желудок напряжен, кардия и привратник недостаточно смыкаются, что ведет к забросу воздуха, излишков желчи, ухудшению перистальтики и накоплению слизи в желудке.

Старайтесь есть чаще, но понемногу. При приеме пищи лучше ориентироваться на объем, который умещается в

вашей пригоршне. Обратимся к «Чжуд-Ши»: «Две четверти желудка можно наполнять пищей, одну четверть – питьем, а одну – оставь для ветра». То есть одна четвертая желудка должна быть свободной, для соответствующих токов физиологических систем.

При наличии хронических болезней – язв, эрозии, полипы, кист, различных воспалений, белковую пищу лучше употреблять в первой половине дня, когда особенно активна Желчь. Без белковой пищи нечего и думать о том, чтобы привести в норму конституцию Слизь – лимфатическую систему, отвечающую за состояние иммунитета человека. Именно белки, содержащиеся в мясе, участвуют в процессе кроветворения, в формировании лимфоцитов и лейкоцитов, собственных стволовых клеток, костного мозга.

Еще раз о сырых овощах и фруктах. Если для людей конс-

титудии Желчь вполне приемлемо их употребление в небольших количествах, то людям типа Слизь и Ветер эта легкая, но грубая и жесткая для желудка пища противопоказана. Желудку приходится самому «варить» ее до состояния пищевого сока, с чем он не всегда успешно справляется.

Некоторые из нас употребляют слишком много жирной пищи, вред от нее общеизвестен; но мало кто знает, что не менее вредны консервированные, маринованные продукты (вообще все продукты с большим содержанием уксуса). К этому списку можно прибавить сырое молоко, совершенно непригодное для переваривания, и пиво – оно содержит солод и консерванты, это сочетание также губительно для организма.

Тибетцы говорят, что употребление несовместимых продуктов равносильно собственноручно приготовленному для себя яду. Несовместимыми продуктами являются мед и растительное масло, мясо и рыба, яйца и рыба, молоко и фрукты, мясо курицы и кефир. Если

вы ели баранину или топленое масло, не запивайте их холодной водой!

Не храните вареное мясо в закрытой посуде – в нем накапливаются канцерогены. Обязательно пейте после приема пищи – это способствует более быстрому образованию пищевой кашицы. Вообще горячая кипяченая вода, особенно слегка приправленная имбирем, – первое лекарство при несварении. Она изгоняет излишнюю слизь из желудочно-кишечного тракта, не давая ей скапливаться в организме, очищает кровеносные сосуды и желчные протоки, разжижает кровь.

Привыкайте прислушиваться к своему организму, определять самостоятельно, что для него вредно, что полезно. Мету питания устанавливайте по силе огня желудка; следите, хорошо ли работают ваши органы. Если они дают вам даже небольшой повод для беспокойства, обращайтесь к помощи тибетской медицины: любую болезнь легче вылечить в ее ранней стадии.

# ИНСТРУМЕНТ ЛЕЧЕНИЯ – РУКИ ВРАЧА



**Наш организм работает как хорошо отлаженный часовой механизм – пока при поломке какого-нибудь винтика не даст сбой вся система. Современная медицина решает эту проблему посредством таблеток или скальпеля. Врачи тибетской медицины – с помощью умелых рук. Об эффекте точечного массажа и мануальной терапии в клинике «Наран» рассказывает один из ее основателей – доктор тибетской медицины Баир ЧОЙЖИНИМАЕВ.**

**– Баир Галсанович, все ли можно вылечить при помощи рук?**

– Мы не всегда догадываемся, что, например, подвернутая в спортзале нога может стать причиной боли в пояснице. Ведь в организме все взаимосвязано. Сначала травма приводит к воспалению. В результате отека соединительные ткани уплотняются. Нерв, идущий к поясничному отделу, натягивается, и появляются так называемые радикулитные схватки. Таким образом, если лечить поясницу без рассмотрения изначальных причин, можно лишь на какое-то время снять болевой синдром. Но чтобы избавиться от него полностью, надо освободить нерв.

Человек – это единое целое. Поэтому смотреть только на руку или на ногу – это неправильно. Нас интересует все тело. Так вам скажет любой врач клиники «Наран», где практикуется комплексный подход к пациенту и его лечению.

Примерно каждый третий сейчас страдает от болезней позвоночника. Связанная с ним потеря трудоспособности соперничает с респираторными заболеваниями. У большинства из нас сидячий образ жизни. Мы не умеем правильно ходить, сидеть, стоять, почти лишены физических нагрузок. От всего этого в первую очередь страдает позвоночник, «осевой орган» организма. Результаты – сколиоз (болезнь, в процессе которой происходит боковое искривление

позвоночника с разворотом позвонков вокруг своей оси), лордоз (прогиб позвоночника вперед в шейном и поясничном отделах), кифоз (прогиб позвоночника назад в грудном отделе).



**– «Бич» современного человека – это автомобиль?**

– Во-первых, компьютер. Во-вторых, автомобиль. За рулем вы хоть какой-то минимум движений совершаете. А за компьютером человек неподвижно сидит много часов, используя лишь правую руку.

**– В своих работах вы говорите о том, что о проблемах с позвоночником также свидетельствуют хроническая усталость и депрессия.**

– Верно. Более того, боли в сердце, головные боли, затрудненное дыхание также сигнализируют о проблемах с позвоночником. Но почему возникает депрессия? Человек устроен

так, что при любом стрессе он напрягает свой мышечный корсет, который, в свою очередь, «держит» косточки. Когда ему что-то угрожает, человек напрягается: держит мышцы в тонусе. Но постоянный гипертонус мышц предопределяет развитие остеохондроза и прочих заболеваний позвоночника. Когда мышцы постоянно сверхнапряжены, они не получают должного питания. Более того, не выводят отработанные нами отходы, шлаки крови, образовавшиеся в результате метаболизма. А снимать это напряжение мы не умеем или ленимся.

**– А как снимать?**

– Лечиться надо движением – с помощью несложных упражнений, точечного самомассажа – шейно-воротниковой зоны, кистей рук, головы. Чтобы спина сильно не уставала, можно, например, прислониться спиной к стене, так, чтобы ступни располагались в 30 см от нее. Руки опустите отвесно, ладонями назад. И скользите по стене медленно вниз. Пока бедра не примут положение, параллельное полу. Задержитесь на несколько секунд, а потом, не отрывая спину от стены, медленно поднимайтесь.

Один мудрый врач сказал: «Каждый человек настолько молод, насколько молод его позвоночник». Посмотрите, даже кошки встают, обязательно протягивая спину. Что людям мешает делать то же самое?

**– В чем заключается метод мануальной терапии и точеч-**

**ного массажа, применяемый в «Наране»?**

– Руки врача воздействуют на тело пациента для того, чтобы освободить его от функциональных блоков и восстановить циркуляцию жидкостей в организме и энергий по меридианам. То есть задача доктора – заставить эффективно работать внутренние резервы организма, воздействуя руками на кожу, мышцы, суставы, связки.

**– Какие болезни исцеляют руки врача?**

– Распространенный остеохондроз, сколиоз, грыжи дисков, посттравматические хронические боли, спортивные травмы, хронические и острые головные боли, артриты и артрозы, хронические расстройства желудочно-кишечного тракта. А также вегетососудистую дистонию, опущение внутренних органов, сахарный диабет, гипертонию и другие. На самом деле список заболеваний гораздо шире, поскольку в

«Наране» мануальная терапия и точечный мышечный массаж применяются в составе комплексной терапии. Сюда включены такие эффективные и обновляющие все клетки тела процедуры – баночный массаж, иглотерапия, аурикулотерапия, прогревание полыньными сигарами и конусами, гирудотерапия и, конечно, природные растительные препараты, рецепты которых имеют многовековую историю. «Наран» – это прекрасный симбиоз тибетской и китайской медицины в сочетании с достижениями современной науки. Мануальный терапевт, костоправ, остеопат – есть много названий, но суть одна – он должен быть профессионалом. Наши врачи – квалифицированные специалисты, окончившие медицинские вузы и в совершенстве владеющие знаниями о физиологии и биомеханике опорно-двигательной системы, практическими навыками рефлексотерапии и мануальной терапии.



## Повод для визита к врачу тибетской медицины

**Чтобы справиться со стрессом**

Часто из-за перенесенных стрессов сосуды пережимаются, а лимфатическая система, в которой расположены клетки, загрязняется. Справиться с этим можно лишь с помощью ручного лимфодренажа, снимающего глубокие спазмы мышц, сосудов и нервных окончаний, и даже артерий и вен. Это восстанавливает нормальный лимфо- и кровоток в организме. Исчезает напряжение и чувство тяжести, вы легче переносите неприятности и стрессы.

**Вы слишком быстро устаете**

Мануальная терапия в сочетании с точечным массажем – очень мягкое лечение, которое может быть использовано с первых дней жизни и до глубокой старости. Здесь почти нет противопоказаний. Обратиться за консультацией к остеопату можно не только при физической боли, но также и при общем ощущении нездоровья:

быстрой утомляемости и усталости, снижении работоспособности, пониженном иммунитете. Достаточно порой 3–5 сеансов таких процедур, чтобы восстановился сон, вернулась бодрость духа и тела.

**У вас проблемы с позвоночником**

Люди в таком состоянии испытывают чувство физической тяжести, которое не проходит даже после ночного сна. Дело в том, что неподвижные позвонки раздражают так называемые проприорецепторы, отвечающие за все болевые, температурные и тактильные ощущения и чувство тяжести. Но как только позвонки «встают» на свои места, они сразу же перестают давить на рецепторы, и взамен вы получаете приятное ощущение легкости во всем теле. Устранение спазмов мышц и связочного аппарата также способствуют вправлению грыжи диска и снятию болевого синдрома.

**Постоянные головные боли**

Головная боль, апатия, перепады давления, переменчивое настроение – часто результат остеохондроза шейно-грудного отдела позвоночника. Спазм мышц в этой области наблюдается у тех, кто много времени проводит за рулем и работает за компьютером. Их преследует не только чувство перенапряжения и головные боли. Нарушается питание и иннервация органов чувств, снижается острота зрения, слуха, возникает шум и звон в ушах, замедляется умственная деятельность. В зависимости от конституции человека преследует сонливость или мучит бессонница. Снятие спазмов в шейно-воротниковой зоне быстро устраняет эти неприятные симптомы.

Воздействие на сердце, печень, почки, поджелудочную железу с помощью массажа и других методов помогает решить проблемы с органами чувств, которые являются «окнами» внутренних органов.

Внутричерепное давление снимается массажем затылочной части головы, который способствует выходу излишнего ликвора, вызывающего повышенное внутричерепное давление, в ликворное пространство спинного мозга – так называемый силвиев водопровод.

**Онемение пальцев рук и ног**

Судороги, онемение, чувство холода и «ползания мурашек» в конечностях связаны с защемлением чувствительных нервных окончаний, связанными с мышцами, связками и кожей рук и ног. Глубокий точечный массаж с элементами мануальной терапии снимет спазмы и защемления, усилит приток энергии и кровообращение.

**Боли в области сердца**

Тупые ноющие боли в области сердца, нестабильное артериальное давление связаны с гипертонусом мышц воротниковой зоны, особенно в обла-

сти заднего срединного меридиана (точек тонкого и толстого кишечника), в зоне VII шейного позвонка (точка «ста встреч»). Это приводит к нарушению движения энергии к мышцам передней грудной стенки, спазму и болям, становится причиной гипердиагностики болезней сердца. Руки врача справятся с этими проблемами за несколько сеансов массажа.

**Боли в области желудка**

Боли в эпигастрии, колики и спазмы в животе, «сосание под ложечкой» из-за стрессов, неуправляемой эмоциональности, душевного смятения опытный врач снимет с помощью «волшебной» точки в области левой лопатки. Она расположена на середине между углом лопатки и VI позвонком. Воздействие на эту точку в течение 1–2 минут на протяжении нескольких сеансов позволит забыть о болях и спазмах в животе. ►

Клинике «Наран» – 20 лет

# ОТ ВСЕХ ДУШЕВНЫХ И ТЕЛЕСНЫХ РАН ВЫ ИСЦЕЛИТЕСЬ В КЛИНИКЕ «НАРАН»!

**Дорогие читатели! В предверии юбилейных торжеств, посвященных 20-летию юбилею клиники «Наран», мы подводим итоги конкурсов на «Лучшее литературное произведение», «Лучший слоган», «Лучшая фотография». Поздравляем победителей, занявших по результатам голосования первое место! Они станут обладателями главного приза – сертификата на бесплатное комплексное лечение в клинике «Наран». Все остальные победители получат специальные призы и подарки.**

Коллектив клиники благодарит всех участников конкурса за энтузиазм, талант и душевность. Мы были приятно удивлены обилием рассказов, стихов, теплых отзывов и даже научных статей, посвященных нашей клинике и тибетской медицине. К сожалению, газетных полос не хватит, чтобы разместить их все. Но мы обязательно постараемся в следующих номерах «Вестника» опубликовать наиболее интересные работы читателей.

А сейчас слово победителям.

## «Лучшее литературное произведение»

I место в конкурсе «Лучшее литературное произведение» присуждается **Татьяне Юрьевне Мамедовой** из г. Санкт-Петербурга. Талантливая поэтесса прошла курс лечения в «Наране» в феврале-марте 2009-го и выразила свою признательность в нескольких прекрасных стихах и в «Оде тибетской медицине».

Вот, например, один из проникновенных отрывков из «Оды», посвященных главному канону тибетской медицины «Чжуд-Ши»:

\*\*\*

Книгам тибетским  
о жизни здоровой



Фото Екатерины Яременко

Тысяча, две, может более лет...  
Хрупок пергамент,  
но каждое слово  
На неотложный вопрос –  
ответ.

Средь свитков, заботливо  
в шелк обрамленных,  
Для лекарей, ламами  
просвещенных,  
«Чжуд-Ши» – это главный  
тибетский канон;  
Бесценен в учебе и практике он.

Название канона как  
тайна звучит

И взор любопытный  
к страницам манит.  
«Целебного суицида»...  
Здесь собраны впрок  
Четырнадцать тысяч  
прекраснейших строк.

II место единогласно присвоено **Тамаре Петровне Мельниковой** и ее рассказу «По законам природы». Замечательный новогодний рассказ, повествующий о том, как милая и усталая преподавательница смогла изменить свою жизнь с помощью тибетской медицины. Мы обязательно познакомим читателей с этим рассказом.

III место заняла **Любовь Николаевна Лариошина** – пациентка клиники «Наран» на «Войковской». Она рассказала, что лечение принесло «легкость, бодрость духа, прекрасное настроение» и посвятила стихи своим любимым врачам. Вот одно из стихотворений.

\*\*\*  
Посвящается  
Санчиру ХУЛХАЧИЕВУ

Так ваши руки горячи,  
Как две горящие свечи.  
Они – сильнее молота,  
Они – дороже золота.  
Вашебные есть две руки,  
Они, как два пера легки.



1-е место: фото Екатерины Яременко «Под крылом у бабочки»

## ► Варикозное расширение вен, лимфостаз конечностей, синдром диабетической стопы

Все эти, казалось бы, не связанные друг с другом проблемы – также повод провести комплексное лечение. Массаж всего тела в сочетании с мануальным воздействием, прогревающими процедурами и фитотерапией изгоняют «холод» из организма, который и обуславливает развитие этих недугов.

### Боли в ногах

Боли в одной или обеих ногах, ноющие боли в пояснице за свою жизнь испытывал едва ли не каждый мужчина.

Особенно после стрессов, переохлаждения, подъема тяжестей. Порой боли мучают годами, часто обостряются по разным причинам. Проблемы, причина которых чаще всего кроется в пояснично-крестцовой зоне позвоночника или связаны с «холодом» почек поможет решить врач тибетской медицины.

### Вегетососудистая дистония

ВСД или нейроциркулярная дистония обычно наблюдается у школьников и студентов, у которых еще не сформировался мышечный корсет, удерживающий позвоночник. Ве-

лика вероятность возникновения остеохондроза, сколиоза, грыжи диска. В юности проблемы с позвоночником выражаются неустойчивой психикой, головокружением, общей астенией, потливостью рук и ног, потерей аппетита. Наладить нормальное кровообращение, сформировать правильную осанку поможет мануальная терапия, баночный и точечный массаж и прогревание полынными сигарами.

### Детский церебральный паралич

За годы работы «Нарана» курсы лечения прошло несколько десятков детей с ДЦП. Мануаль-

Творят добро на этом свете,  
Они за жизнь людей в ответе.  
Он излечил бы целый мир,  
Владелец рук таких – Санчир.

## «Лучший слоган»

Жюри конкурса пришлось потрудиться, чтобы выбрать лучшие из десятков речевок и слоганов, присланных нашими читателями. Мы от души благодарим их!

Итак, I место отдано слогану **Андрея Кирсанова**

«От всех душевных  
и телесных ран  
Вы исцелитесь  
в клинике "НАРАН"».

II место – слогану

«Жизнь – дар Солнца,  
здоровье – дар "Нарана"»,  
который прислал **Виталий Кутейников** из г. Ростов-на-Дону.

III место присуждено **Тамари Григорьевне Романовой** со слоганом: «Солнце – лекарь многих ран. Ждем вас в клинике «Наран!»

## «Лучшая фотография»

I место абсолютно единодушно было присуждено москвичке **Екатерине Олеговне Яременко** и фотографии «Под крылом у бабочки» в номинации «Прекрасное рядом». Талантливый фотограф-любитель прислала 46 фотографий по всем номинациям конкурса. Особое спасибо Екатерине Олеговне за цикл фотографий «Прогулка по "Нарану"». Екатерина Яременко успешно прошла курс лечения у врача Мергена Тюрбеева и считает, что обрела в лице своего врача и клиники «Наран» надежных помощников в жизни.

II место занял **Петр Ефремович Братягин** с фотографией «Счастье быть здоровым».

Снимок милой «зайки» радует глаза хорошим позитивным настроением. А ведь еще недавно героиня снимка, **Светлана Борисовна Берестова**, была инвалидом I-й группы с диагнозом «рассеянный склероз» и уже почти потеряла надежду на улучшение своего состояния, когда от нее практически отказались врачи официальной медицины. После трех месяцев лечения в больнице ей становилось все хуже и хуже. По счастливому стечению обстоятельств она попала в клинику «Наран», где ее поставила на ноги доктор-волшебник

Биндаря Шагдасурэн. Об этой истории мы подробнее поведем в следующих номерах «ВТМ».

III место завоевал жизнерадостный снимок **Анны Игнатович «Счастье»:**



Еще раз поздравляем всех победителей!

Хотим особо отметить еще нескольких участников конкурсов, которые получают приз «зрительских симпатий»: **Викторינו Кузнецов** с рассказом «Никоимия», поэтов – кандидата медицинских наук, врача высшей категории, ветерана ВОВ **Ольгу Константиновну Кубяк** («Желаю быть здоровым всем»), **Айгуль Абеиновой** («Побывала я в "Наране"»), **Алекса Ондара** («Истоки теории»), **Валерия Анатольевича Брикса** («Для мужчин и милых дам»).

А также благодарим авторов научно-популярных текстов о тибетской медицине – академика РНАН **Юлию Петровну Чукову** («Восточная и западная медицина»), врача-реаниматолога **Людмилу Александровну Лобову** («Гармония тибетской медицины»), **Б.В. Комогорцева** («Желаю быть здоровым»).

Спасибо вам огромное!  
Жюри конкурса



2-е место: фото Петра Братягина «Счастье быть здоровым»

ная терапия, энергетический точечный массаж, иглорефлексотерапия и прогревающие процедуры дают этим детям шанс на более стабильное развитие, полное или частичное восстановление функций конечностей, устранение спазма в мышцах и связках. Целительные, чуткие и мягкие руки врача порой способны творить истинные чудеса.

### Вам не нравится ваш внешний вид

Приятная новость для представительниц прекрасного пола – помимо лечебного воздействия, процедуры то-

чечного массажа и мануальной терапии обладают и косметическим эффектом. К примеру, появление морщин может быть связано с головными болями. Проходит болезнь, уходят и морщины!

С помощью точечного массажа и мануальной терапии можно бороться с отеками, нездоровым цветом лица, лишним весом и целлюлитом, поскольку все это связано с застоем лимфы. Чтобы клетка функционировала, в нее должны поступать все питательные вещества, а продукты распада, соответственно, выводиться через капилляры.

**Баир ЧОЙЖИНИМАЕВ**

## Фитобар

## «ЧИН ЖЕ ДУ» – ОТВАР ОТ ЖАРА И ЯДА

**Состав:** жимолость (Fructus forsythiae), форзиция подвешенная (Fructus forsithiae), шлемник байкальский (Radix scutellariae), ремания, вайда, сырой гипс и др.

**Действие:** отвар трав от жара и яда активизирует выделительные функции организма, выводит из организма токсины, шлаки, радионуклиды. Обладает потогонным и жаропонижающим эффектом, не затрагивающим центры терморегуляции. Кроме того, является

самым мощным антибактериальным средством широкого спектра действия. Активен в отношении грамположительных и грамотрицательных микроорганизмов, в частности, таких, как белый стафилококк, гемолитический стрептококк, кишечная палочка, дизентерия и т. д.

Жидкость от жара и яда обладает противовирусным действием в отношении вирусов группы ОРВИ, всех типов гриппа, герпеса, паротита, клещевого энцефалита. Препарат активизирует иммунную систему, позволяя бороться с инфекцией посредством внутренних защитных сил организма.

**Показания к применению:**

- инфекционные и вирусные заболевания, в том числе ОРВИ, грипп;
- обострения хронических воспалительных патологий любой локализации, сопровождающейся симптомами общей интоксикации;
- пищевые, химические, фармакологические отравления;
- синдром алкогольной абстиненции;
- абстинентный синдром при наркомании;
- для снижения токсического влияния при химио- и радиотерапии, при медикаментозном лечении;
- интоксикация при злокачественных новообразованиях;
- при различных аллергических процессах.



## ЧУДЕСНЫЙ ЭБОНИТ

В медицине давно известен метод электротерапевтического воздействия эбонита. При скольжении эбонита по телу в поверхностных тканях создаются естественные отрицательные заряды статического электричества, которые активизируют биотоки, стимулирующие трофические функции клеток.

Массажеры с эбонитовыми валиками дают прекрасный ле-

чебный эффект при следующих заболеваниях:

- радикулиты, спазмы мышц (массаж спины по 10–15 минут; при болях в пояснице массаж 10–15 минут);
- миозиты (массаж в области болезненности по 10–15 минут, 5–7 процедур);
- онемение конечностей (ежедневный массаж области суставов в течение 10–15 дней, затем перерыв на 5–7 дней);



- запоры, колиты (массаж живота утром натошак круговыми движениями по часовой стрелке в течение 2–3 минут);
- бронхиты, астма, пневмония (массаж спины в области лопаток в течение 10–15 минут);
- при головных, зубных болях, респираторных заболеваниях, гриппе, гайморите и фронтите (массаж лица 1–2 раза в день в течение 15 минут).

## Вопросы к врачу тибетской медицины

## БЕСПЛОДИЕ – НЕ ПРИГОВОР?

✉ «Мы с мужем ровесники – нам по 35 лет. Около 8 лет живем в браке, но до сих пор нет детей. Многочисленные обследования пока ничего серьезного не выявили. Я стараюсь не терять веру и очень жду помощи от тибетской медицины и врачей «Нарана», о которых слышала много хорошего от друзей».

Кира Н., г. Саратов



Отвечает  
врач-гинеколог  
клиники  
«Наран»  
на «Таганской»  
Гильяна  
ХАНЧАЕВА:

– Тысячи современных семей, несмотря на высокотехнологичную медицину, страдают от невозможности иметь детей. Причин тому масса – ранние половые связи, частая смена партнеров, инфекции, хронические заболевания. Эндометрит, аднексит, эндометриоз, эрозия, киста яичников, полипы эндометрия, миома матки сегодня уже не редкость у девушек 17–25 лет. То же можно сказать о ранней аменорее (прекращении менструального цикла) у женщин в возрасте 30–35 лет. Проблема женского бесплодия становится глобальной. Лечение заболеваний женской половой сферы гормональной терапией и хирургическими методами зачастую не приводит к желаемому результату, более того, способны нанести ощутимый удар по организму женщины. Обычный врач-гинеколог пытается лечить конкретно органы мочеполовой системы, не учитывая общее состоя-

ние организма, конституцию женщины.

Главным же принципом работы врачей клиники «Наран» является комплексный подход к пациенту, где каждая патология – часть общего болезнетворного процесса. Прежде всего важно выявить причину заболевания, условия, способствовавшие его развитию. Для этих целей используются и достижения современной медицины. В «Наране» оборудованы врачебные гинекологические кабинеты, при диагностике учитываются результаты анализов УЗИ и другие. Однако приоритетными остаются пульсодиагностика, опрос и осмотр пациентов.

Лечение осложняется тем, что жительницы мегаполиса, увлеченно занимаясь карьерой, надолго откладывают рождение детей и сильно запускают свое здоровье. К нам часто обращаются молодые женщины, которым уже предложено оперативное лечение, а порой за их плечами операция и химиотерапия.

Значительную роль в развитии женских заболеваний играет эмоциональный фактор – стрессы и нервные переживания (возмущение конституции Ветер – нервной системы), которые нередко приводят к ощущению дискомфорта внизу живота, онемению в области матки; менструации становятся частыми, скудными, водянистыми и пенистыми, учащаются мочеиспускание.

Нарушение конституции Слизь проявляется зудом и чувством холода внизу живота, слабыми колющими болями; выделения при менструациях слизистые, клейкие.

При возмущении конституции Желчь менструальные выделения густые, темные, обильные; ощущается жар внизу живота и во всем теле, поднимается температура тела; возникают боли в костях, жжение в пояснице, боли, рези при мочеиспускании, наблюдается головкружение, тошнота, склонность к обморокам, обильные и болезненные менструации.



Согласно тибетской медицине, женская матка, функция которой заключается в регуляции менструации и вынашивании плода, непосредственно связана с почками и печенью. Поэтому

## ПРОТИВ ВИРУСОВ И БАКТЕРИЙ – БЕЗ ПОБОЧНЫХ ЭФФЕКТОВ



**Состав:** жимолость японская, плоды форзиции подвешенной, байкальский шлемник.

Шуан Хуа Бао – уникальный препарат, сочетающий в себе одновременно антибактериальную активность, противовирусное действие и иммуностимулирующий эффект. Является антибиотиком широкого спектра действия, активен в отношении многих грамположительных и грамотрицательных микроорганизмов, в том числе белого стафилококка, гемолитического стрептококка, кишечной палочки, сальмонелл, протей, клебсилелл, энтеробактерий, синегнойной палочки Флекснера и др. Прием экстракта не нарушает подвижного равновесия микрофлоры кишечни-

ка, не вызывает дисбактериоза.

При гнойных синуситах, гайморитах для быстрого выздоровления рекомендовано одновременное использование экстракта внутрь и местно.

**Показания к применению:** вирусные инфекции (ОРВИ, респираторные вирусы, грипп, паротит, герпес, клещевой энцефалит).

Заболевания органов дыхания (тонзиллиты, бронхиты, пневмонии), острые заболевания органов пищеварения (гастриты, острые энтероколиты), заболевания мочеполовой системы, гинекологические и урологические (острые циститы, простатиты и др.).

Эффективен при местном использовании (в виде капель в нос – при насморке, в виде турунд – для введения в наружный слуховой проход при отитах).

**Побочные действия:** нетоксичен, не имеет побочных действий и возрастных ограничений.

правильный менструальный цикл и развитие плода зависят от жизненной субстанции почки, от функции накопления крови и ее регуляции печенью.

Очень часто «пусковым механизмом» заболеваний мочеполовой системы у женщин, как, впрочем, и у мужчин является переохлаждение. Холод имеет свойство накапливаться в организме и «сесть» в почках. Очень важно «согреть» почки, ведь вместе с надпочечниками они играют особую роль в развитии заболеваний, снабжая кровью и энергией все органы и ткани, находящиеся ниже поясницы, в том числе половые органы.

Итак, лечение женских заболеваний направлено в первую очередь на восстановление равновесия трех жизненных конституций и устранение «холода» почек. В зависимости от природной конституции пациентки и состояния ее здоровья врач назначает лечение. Для устранения застоя крови и энергии, подавления воспалительных процессов и регуляции менструального цикла в клинике «Наран» применяется комплекс методов

воздействия на организм: фитотерапия, прогревания, в том числе, полынными сигарами, горячими камнями, точечный массаж, иглоукальвание, гирудотерапия, вакуумный массаж. В случае опущения внутренних органов восстанавливается их нормальное анатомическое положение при помощи уникальной методики. Благодаря многовековому опыту, накопленным знаниям и широкому выбору средств, врачи клиники «Наран» добиваются высокой эффективности излечения бесплодия.

Осенью 2007 года в клинику обратилась 33-летняя Ирина С. (конституция Ветер–Желчь) с жалобами на нерегулярные и болезненные месячные, миому матки, бесплодие. При осмотре были обнаружены загиб матки и опущение желудка, кишечника и правой почки, которые давили на органы малого таза. Кроме того, у пациентки было диагностировано состояние «холода почек». Вследствие этих двух факторов возникла гипертрофия матки с образованием миомы (3,5 см в длину и 2,2 см в ширину). Лечение было направлено на восстановление нормальной положения внутренних органов с помощью массажа. Одновременно были назначены фитопрепараты для устранения «холода почек», рассасывания миомы и регуляции менструального цикла. На фоне комплексной терапии миома полностью рассосалась, загиб матки был устранен. Зимой к всеобщей радости врачей «Нарана» Ирине удалось зачать, а затем выносить и родить здоровую девочку.

## Счастье исцеления

# МЫ БОЛЬШЕ НЕ БЫВАЕМ В ПОЛИКЛИНИКЕ



**Рассказывает Наталья Федоровна Реш:**

– Впервые я пришла в «Наран» три года назад. Моя дочь уже лечилась здесь и ей очень помогли. Когда я в очередной раз надорвала спину на даче, она повела меня в клинику. Правда, до этого уговаривала месяца два. Радикулит у меня давно, с тех пор, как родила дочь. В советское время ходила на массаж, ездила на Иссык-Куль, на лечебные грязи на Украину, но осенью-весной радикулит вновь возобновлялся.

В «Наране» я попала к доктору Владиславу Ляну – специалисту высокого класса. Он меня принял, как родную. Ничего не спрашивал, сразу определил все болячки, словно насквозь меня видел. Ставил банки, бережно массировал все тело. Я не ожидала такого – лежишь, а доктор делает все для тебя. Только лично, индивидуально для тебя! После комплексного лечения я на два года забыла о боли.

А недавно поехала на дачу и снова надорвалась.

Конечно, я с великим удовольствием вернулась в «Наран». Только на этот раз к Мучаевой Светлане Эрдни-Горяевне. Это потрясающий человек и врач! Я ей всегда говорю, что к ней приезжаю, будто к маме погостить. Вот такое сравнение! Даже просто на ее руки смотрю, и так хорошо на душе становится.

Сейчас осталось всего две процедуры пройти, и конец лечению. Думаю, как же я буду без «Нарана». Ведь скучно будет!

У меня и 11-летней внучка каждый год профилактику проходит у Изолды Владимировны Ни. В поликлинике мы уже несколько лет не появлялись. О бумажной волоките и очередях думать забыли! Я всегда говорю, нет доверия – нет лечения! Помню, раньше только в больницу зайду, как у меня тут же давление повышается. А в «Наране» все иначе, чувствуется, что люди искренне хотят помочь и делают для пациентов все возможное и невозможное.

Муж удивляется, говорит, что хожу на лечение, как на праздник. Так что раньше я бежала в театр, а теперь бегу в «Наран». Мне 68 лет, по профессии я товаровед. До того, как я пришла в клинику, мне казалось, что жизнь подходит к концу, ничего не хотелось. А теперь я будто сбросила лет десять, даже больше. Снова хочется жить, готовить вкусности, трудиться и радоваться!

# Я НЕ ОШИБЛАСЬ В ВЫБОРЕ



**Людмила Михайловна Коршунова** – самодостаточная и очень обаятельная дама, которая никак не выглядит на свои 69 лет. Страстная поклонница театра и симфонической музыки, она старается быть в курсе всех значимых культурных событий столицы.

С некоторых пор Людмилу Михайловну беспокоит здоровье. С 1995 года начались проблемы с суставами, а вскоре стали донимать головные боли. Прошла обследование и лечение в различных специализированных клиниках. Однажды нашла в почтовом ящике номер «Вестника тибетской медицины» и решила обратиться в «Наран».

– Думаю, я не ошиблась с выбором, – говорит Людмила Михайловна. – Фитопрепараты принесли огромное облегчение. А комплексное лечение произвело очень яркое впечатление. Вначале я попала в умелые руки Бадмы Бакурови-ча Барикова, а затем в нежные, но сильные и ласковые руки Татьяны Юрьевны Галсановой. Всем читателям «Вестника» от души рекомендую по возможности пройти курс комплексного лечения, чтобы убедиться не только в профессиональном подходе врачей «Нарана», но и подарить себе радость общения с приятными и внимательными людьми, которые смогут дать разумные, жизненно важные советы.

*«Ради сохранения комфорта до совершения плохих поступков – это болезнь».*

*«И в обретениях, и потерях созерцать самого себя – это лекарство».*

Лао Цзы,  
«Рассуждения о ста заболеваний»

# В «НАРАН» МЕНЯ ПРИНЕСЛИ НА РУКАХ

✉ «С 1953 года я проживала в зоне Семипалатинского ядерного полигона. Это послужило причиной ряда серьезных заболеваний. Мне поставили диагноз – рак яичника. Кроме того, у меня были стенокардия, ишемия, гипертония, давление 240, полиартрит, варикозное расширение вен, отслоение сетчатки правого глаза и другие серьезные заболевания. Наша медицина с таким букетом болезней не в силах справиться. Она может оказывать временную, скорую помощь, снять ненадолго обострение и на время облегчить страдания от нестерпимых болей.

Случайно по телевидению я увидела передачу, где Светлана Чойжинимаева рассказывала о своей клинике. Так, с 2002 года я начала лечиться в «Наране». В первый раз меня занесли сюда на руках, потому что самостоятельно ходить я уже не могла. После пульсодиагности-

ки Светлана Галсановна, назначила пилюли и порошки, сказала: «Заболеваний много, лечиться придется долго, наберитесь терпения». За этот период я не приняла ни одной аптечной таблетки и ни одного укола. Сейчас меня ничто не беспокоит, давление стабилизировалось – 130/80, я ощущаю легкость во всем теле и желание жить.

Это лечение – фантастика на фоне нашей официальной медицины. Просто благодарить за такое чудесное исцеление – это значит ничего не сказать. Я низко кланяюсь этой Светлане Чойжинимаевой – Врачу с большой буквы, и благодарю всех врачей «Нарана» за возвращение людям радости и интереса к жизни, потому что самое драгоценное, что есть у человека – это его здоровье».

**К. Н. Иванова, 71 год,  
г. Астрахань**

**Рассказывает Хайдер Абдулхамидович Сябитов, 56 лет:**

– Это случилось в конце апреля этого года – прихватил остеохондроз. Месяц был на больничном – лечился в поликлинике. Физиопроцедуры, общий массаж. Впрямь они не пошли. До этого мучили мелкие прострелы, а 21 мая меня совсем скрутило. Вызвал врача, он вколол обезболивающие, вот и все лечение.

24 мая дочь привезла меня в «Наран». Про эту клинику знаю давно. Подружка сестры лечилась, ей так понравилось, что привела с собой отца на диагностику. В «Наране» ей сказали, что отцу осталось жить всего около месяца. Дочь в шоке спешно повезла к именитому профессору, который, не зная того, что сказали врачи тибетской медицины, определил те же сроки...

Дочь меня привезла в «Наран» с большим трудом. Ходить я не мог, по ночам спал не более 15–20 минут. Лежишь – тянет, сядешь – словно на штырь сел... Жил только на обезболивающих уколах.

На консультации мне посоветовали комплексное лечение. Диагноз – грыжа диска. Я даже не мог толком лечь на кушетку – ни на живот, ни на спину. Так меня намазали ароматным маслом, положили на бок и начали массаж. Массаж в поликлинике и массаж в «Наране» – небо и земля. После сильного и болезненного массажа в поликлинике я был еле живой, грыжу только «зацепили» и растревожили. А в «Наране» Светлана Босхомджиевна Катышева каждый позвончик прощупывала, проверяла, на место ставила. После первого сеанса дочь очень удивилась. Если меня буквально занесли в кабинет, то через два часа я вышел самостоятельно, правда, еле-еле и при помощи палочки, но сам!



# БОЛЬНИЧНЫЙ С ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНОЙ

После второго сеанса я уже сидел сам, а на третий сеанс приехал на своем автомобиле, за рулем. Вскоре боль стала «стекать» в ногу, сейчас она побаливает, но это нормально. По сравнению с тем, что было, это не боль. Вычитал в «Вестнике» – очень интересной, доходчивой газете – о наколенниках и приобрел их для себя и для зятя. Вещь хорошая, в составе травы, помогает, боль через час уходит.

Я 36 лет работаю в метро, каждый год медкомиссию прохожу, все всегда нормально было, и руководство даже удивилось, когда я пошел на больничный, впервые за 10 лет.

Вывод сделал для себя: в поликлинике врачей как будто одно волнует – не как вылечить человека, а продлить или не продлить ему больничный. К сожалению, там – сплошной конвейер.

А здесь, в тибетской клинике, от одного общения излечиваешься. Приходишь, а с тобой как с родным разговаривают. С радостью! Прямо с ресепшена, где тебе все улыбаются, настроение повышается. «От улыбки станет всем светлее...».

**Комментирует лечащий врач Светлана КАТЫПШЕВА:**

– Хайдер Абдулхамидович обратился с жалобами на боли в поясничном отделе, в области таза, онемение и боли в области правой нижней конечности. Острая боль возникла 26 июня, он сразу обратился в «Наран» и начал лечение.

Диагноз: остеохондроз пояснично-крестцового отдела позвоночника, грыжа диска, болевой синдром, невралгия седалищного нерва.

Процедуры и фитопрепараты были назначены с учетом результатов обследования, и в итоге мы добились хорошего результата. После 5-го сеанса наступило улучшение, а на 9-м сеансе боли полностью прошли, выровнялся сколиоз. Пациенту рекомендовано питание с включением сладкого, соленого, острого и кислого вкусов, наваристые бульоны. Избегать жирного, жареного, копченого, больше отдыхать в спокойной и гармоничной обстановке. Через три месяца мы планируем продолжить лечение грыжи.

## Внимание!

### Всем заинтересованным лицам!

**Институт тибетской медицины и астрологии Его Святейшества Далай-ламы XIV (Мен-ци-кханг) в лице его ректора, профессора Дава, и полномочного представителя Его Святейшества Далай-ламы XIV в России и странах СНГ Наванга Норпа официально заявляет о том, что Институт, являющийся сегодня Мировым центром тибетской медицины, никаких договоров и соглашений по патронату с клиникой «Тибет» в Москве не имеет.**

# КЛИНИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ



# наран

работает  
с 1989 года

## Комплексное лечение хронических заболеваний

### Заболевания органов дыхания

- Хронический ринит, синусит, гайморит
- Хронический бронхит
- Бронхиальная астма
- Хроническая пневмония, альвеолит

### Сердечно-сосудистые заболевания

- Гипо- и гипертония
- Вегетосудистая дистония, кардионевроз
- Ишемическая болезнь сердца
- Варикозное расширение вен, геморрой

### Заболевания мочеполовой системы

- Хронический пиело- и гломерулонефрит
- Хронический цистит, уретрит
- Мочекаменная болезнь
- Энурез, нефроптоз
- Хронический простатит, аденома
- Хронический аднексит, эндометрит, эндометриоз
- Киста яичников, миома матки, мастопатия, фиброаденома молочных желез
- Нарушение менструального цикла, бесплодие

### Заболевания кожи и опорно-двигательной системы

- Экзема, псориаз, акне, угревая сыпь
- Нейродермит, зуд, атопический дерматит
- Остеохондроз, грыжа дисков
- Артроз, артрит, коксартроз
- Подагра

### Заболевания нервной системы

- Головная боль различной этиологии
- Дистония, депрессия, глубокое расстройство сна
- Невриты, невралгии
- Заикание, тики
- Болезнь Паркинсона
- Эписиндром
- Болевые синдромы

### Заболевания эндокринной системы

- Сахарный диабет I-II типов (сценарий «холода» и «жара»)
- Избыточный вес, ожирение
- Зоб (диффузный, узловой)
- Другие заболевания эндокринной системы

### Заболевания желудочно-кишечного тракта

- Хронический гастрит, дуоденит, холецистит, панкреатит, гепатит (сценарий «холода» и «жара»)
- Язвенная болезнь
- Желчнокаменная болезнь
- Расстройство толстого и тонкого кишечника (болезнь Крона, запоры)
- Опущение желудка, кишечника

### Хронические заболевания уха, горла, носа, глаз

- Конъюнктивиты, блефариты
- Нарушение зрения (катаракта, глаукома)
- Нарушение слуха, отиты
- Аллергические риниты, гаймориты, тонзиллиты
- Аденоиды и полипы носовой полости

## КОНСУЛЬТАЦИИ БЕСПЛАТНО

Часы работы: 9:00-21:00 (без выходных)

Тел. (495)221-21-84

www.naran.ru

### Адреса филиалов клиники «Наран» в Москве:

|   |                     |
|---|---------------------|
| м. «Проспект Вернадского», ул. Удальцова, д. 23   | Тел. (495)510-39-61 |
| м. «Проспект Мира», ул. Гиляровского, д. 50       | Тел. (495)688-42-69 |
| м. «Смоленская», Панфиловский пер., д. 6          | Тел. (495)605-04-90 |
| м. «Таганская», ул. Народная, д. 20               | Тел. (495)221-21-84 |
| м. «Крылатское», Осенний бульвар, д. 12, корп. 10 | Тел. (495)415-34-35 |
| м. «Отрадное», ул. Пестеля, д. 11                 | Тел. (499)904-16-11 |
| м. «Войковская», 5-й Войковский пр-д, д. 12       | Тел. (499)747-49-61 |

### Адрес клиники «Наран» в Санкт-Петербурге:

м. «Достоевская», «Владимирская», ул. Разъезжая, д. 4 Тел. (812)454-00-74

### Адрес клиники «Наран» в Ростове-на-Дону:

ул. 5-я Линия, д. 9, 1 этаж Тел. (863)219-07-78

### Адрес клиники «Наран» в Казани:

м. «Площадь Тукая», ул. Астрономическая, д. 8/21 Тел. (843)292-19-13



В клинике «Наран» ведет прием тибетский астролог Кончок Чинле. Устранение негативных влияний, порчи, сглаза, энергетического дисбаланса. Тибетский астропрогноз, чтение исцеляющих мантр и очистительные ритуалы при тяжелых болезнях.

### УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

**ПОДПИСКУ НА ГАЗЕТУ  
«ВЕСТНИК ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ»  
ВЫ МОЖЕТЕ ОФОРМИТЬ В ЛЮБОМ  
ПОЧТОВОМ ОТДЕЛЕНИИ РОССИИ.**

**ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС: 99683  
ПОДПИСНАЯ ЦЕНА ПО МОСКВЕ**

**44,65 РУБ. — 3 МЕС.  
89,30 РУБ. — 6 МЕС.**



### Тибетский астропрогноз с 1 по 31 октября

**Удачные дни: 6, 12, 13, 14, 21**

**Благоприятные дни для стрижки волос:  
2, 3, 4, 10, 11, 15, 21, 23, 24, 26, 28, 29, 31**

**Для начала приема лекарств: 3, 11, 21**

**Для выезда в дорогу:**

**2, 3, 6, 11, 12, 13, 15, 19, 21, 23, 27, 31**

**Неблагоприятные дни: 8, 9**

### Дни открытых дверей в «НАРАНЕ»

**Лекции в клинике на ст. м. «Войковская»  
25 октября: «Мужское здоровье».**

**Начало в 12.00. Вход свободный**

**Лекции в клинике на ст. м. «Проспект Мира»  
18 октября: «Заболевания легких».**

**25 октября: «Остеохондроз позвоночника».**

**Начало в 13.00. Вход свободный**

**Лекции в клинике на ст. м. «Крылатское»  
25 октября: «Профилактика ОРЗ».**

**Начало в 14.00. Вход свободный**

**Лекции в клинике на ст. м. «Таганская»  
18 октября: «Лечение половой слабости  
у мужчин и женщин».**

**25 октября: «Заболевания кожи: экзема, псориаз,  
нейродермит».**

**1 ноября: «Лечение язвенной болезни желудка».**

**Начало в 15.00. Вход свободный**

**Запись по тел. (495)221-21-84**

**Дополнительная скидка на лечение в эти дни — 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») Председатель редакционного совета — С. Чойжинимаева Главный редактор — Е. Санжаина Верстка — М. Лезина Корректор — О. Михайлова Дизайнер — Л. Петренко

Газета выходит 2 раза в месяц. Общий тираж — 1 400 000 экз.

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

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

Газета отпечатана в типографии ООО «ВМГ-Принт»

Подписано в печать 12.10.2009.

Заказ №  
Цена свободная