



НАРАН работает с 1989 г.

- ДИАГНОСТИКА
- ЛЕЧЕНИЕ
- СОВЕТЫ


NARANFITO
Тибетские фитосборы и чай



Интернет-магазин
NARANFITO.RU
8(495) 180-04-46

ТОЛЬКО В «НАРАН»

27 лет доверия
Бесплатная консультация и диагностика
Комплексное лечение хронических заболеваний
Профессионализм и ответственность
Семейное лечение
Индивидуальный подход
Специальные программы

Только в июле
Предъявителю купона первый пробный сеанс комплексного лечения за 1000р.

~~5000~~ = 1000



Известная телеведущая, журналист

Арина Шарапова:

Стр. 2
Слово главного врача
КАК ДОСТИЧЬ ГАРМОНИИ ПО-ТИБЕТСКИ

Стр. 3
Полезное
БЕРЕГИТЕ «ОГНЕННУЮ» ТЕПЛОТУ ЖЕЛУДКА

Стр. 6
Детки, не болейте
ЕСЛИ У ВАС РАСТЕТ НЕПОСЕДА «ВЕТЕРОК»

Стр. 7
6 ИЮЛЯ – ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ ЕГО СВЯТЕЙШЕСТВА ДАЛАЙ-ЛАМЫ XIV

Стр. 5
«В «НАРАН» мне провели сеанс абсолютной релаксации»



Акция
Солнечное лето с «НАРАН»
-30%
на комплексное лечение

Встречай лето, зарядись энергией в «НАРАН»



Комплексное лечение хронических заболеваний
По авторским методикам основателей клиники «НАРАН», к.м.н. Светланы и Баира Чойжинимаевых

Клиника «НАРАН» – для тех, кто хочет жить не болея!

Слово главного врача

Как достичь гармонии по-тибетски?

Тибетская медицина – одна из самых древних систем в мире



Его Святейшество Далай-Лама XIV и Светлана Чойжинимаева, к.м.н., главный врач и основатель клиники «НАРАН»

Ценность пищи

Еда в жизни человека имеет первостепенное значение. По канонам тибетской медицины, существует семь основных тканей: прозрачный сок пищи, кровь, мясо, жир, кости, костный мозг и красное либо белое семя. Каждая из тканей представляет собой «прозрачный» сок предыдущей. Это значит, что из пищи образуется кровь, из крови строятся клетки мышц, далее жировые ткани, кости, суставы и связки, клетка костного мозга и, наконец, красное или белое семя (женская яйцеклетка и мужская сперма). Если происходит сбой хотя бы на одном из трех этапов переваривания пищи, наступает так называемое истощение огненной теплоты желудка или несварение (тиб. ма-жу), которое является причиной большинства внутренних болезней человека.

Сочетайте продукты

Несовместимые продукты – это яйца и рыба, яйца с любыми молочными продуктами, рыба с молоком или коричневый сахар и чечевица. Натощак полезно выпивать стакан теплой кипяченой воды. Вода должна быть свежая! По утрам употребляйте «теплую» еду: каши, хлеб грубого помола. В обед, когда особенно «активен» желчный пузырь, поджелудочная, – мясо. И на ужин что-нибудь легкое например, тушеные овощи. Ни в коем случае не употребляйте «холодные» продукты, которые бы накапливали в организме «Слизь»: кефир, холодное молоко, йогурт. Ни в коем случае не запивайте горячую еду холодными напитками.

Таблица несовместимости продуктов питания

Продукт питания	Продукты, запрещенные для одновременного употребления
Рыба	Яйца, мясо курицы, утки, гуся, кролика, свинина, молоко и молочные продукты
Курятина	Молоко и молочные продукты, крольчатина, рыба
Мед	Растительное масло любое (подсолнечное, оливковое, кунжутное)
Молоко	Овощи, фрукты (фруктовые йогурты), продукты с кислым вкусом, мысо, рыба, крупа, злаки
Вода	Топленое сливочное масло, животные и растительные жиры
Грибы	Горчичное масло, молоко и молочные продукты
Огурцы	Помидоры, молоко и молочные продукты
Фрукты	Молоко и молочные продукты
Крупы, злаки	Мясо, картофель, сладости, фрукты, молоко и молочные продукты
Картофель	Мясо, рыба, сладости, фрукты, молоко и молочные продукты
Бобовые	Мясо, рыба, крупы, картофель, сладости, фрукты

Правило 4-х часов

Между приемами пищи лучше выдерживать не менее четырех часов. Иначе происходит обман организма: он принимается переваривать новую пищу, не закончив процесс с предыдущей. Так возникает «ма-жу», что означает «несварение», и образуются шлаки. Если захотелось перекусить,

лучше выпить чаю или воды, но не есть твердую пищу. Наш желудок имеет четыре «кармана». Два должны заполняться пищей, один – жидкостью, а оставшийся – для перемешивания и переваривания пищи. Важно придерживаться именно этих пропорций и не переедать – часть желудка должна оставаться пустой, чтобы была энергия все хорошо переварить. Последовательность в еде должна быть от легкой, которая переваривается быстрее, а затем более тяжелая. Фрукты полезно есть за полчаса до плотной еды, либо между перекусами. Иначе начнутся процессы гниения и будут образовываться газы и токсины.

Вредно не есть

Тибетская медицина против методов голодания – без еды человек теряет силу. Сидеть только на соках и фруктах плохо, особенно людям Слизи и Ветра. Это снижает пищеварительный огонь и телесное тепло. Доктора тибетской медицины не приветствуют вегетарианство и искусственные витамины, так называемые БАДы. Древний тибетский трактат здоровья «Чжуд-Ши» гласит: «По природе и составу нет ничего на Земле, что не было бы лекарством».

Баланс мозга и семени

Когда мужчина много говорит – это вызывает ослабление энергии «Ветра» (нервной системы). А еще в Тибете считают, что мужская уверенность в себе напрямую связана с хорошей работой почек (усилить их функции зимой можно с помощью корня женьшеня). В отношении секса важно тоже соблюдать сезонные рекомендации. Зимой, когда сперма плотная, – лучшее время для зачатия, надо заниматься сексом часто. Весной и осенью – два-три раза в неделю, а летом – два раза в месяц. В противном случае наступает истощение почек, печени, снижение энергии и быстрое старение организма.

Поступки и мысли

Они напрямую влияют на здоровье. В тибетской медицине считается, что причины болезней – это «три яда ума»: неведение, гнев и привязанность. Главное правило жизни – сострадание. Об этом всегда говорит в своих лекциях Его Святейшество Далай-лама XIV. На этом принципе строится тибетская медицина.

Новости клиники «НАРАН»

В ООН заслушали доклад Светланы Чойжинимаевой

Основатель и главный врач клиники тибетской медицины «Наран» приняла участие в 32-ой сессии Совета ООН по правам человека

Основатель и главный врач клиники тибетской медицины «Наран» приняла участие в 32-ой сессии Совета ООН по правам человека.

Руководитель клиники «Наран» стала первым представителем альтернативной медицины в ООН от России. Светлана Чойжинимаева побывала в штаб-квартире Организации Объединенных Наций в Женеве с делегацией общественной организации «Деловые женщины России». Представители 47 стран, в том числе и России, обсудили актуальные проблемы в области защиты прав человека: ситуацию на Украине, в Сирии, Южном Судане и ряде других стран и территорий, борьбу с расизмом, защиту прав женщин, мигрантов, обеспечение свободы слова. Руководитель клиники тибетской медицины «Наран» выступила с трехминутным докладом на заседании круглого стола. – В своей речи я рассказала о внедрении и распространении методов восточной медицины в жизнь современного человека. Отметила, что это послужит для профилактики различных заболеваний современности и правильному лечению без последствий для организма! В особенности для социальной категории

людей с ограниченными возможностями. Ведь только в России 8 миллионов инвалидов, нуждающихся в ежедневной нашей помощи, – поделилась впечатлениями Светлана Чойжинимаева.

Делегация «Деловые женщины России» также провела показ коллекций российских женщин-модельеров.

– Хочу поблагодарить «Деловых женщин России» за предоставленную возможность и столь активное участие на сессии совета ООН, – говорит Светлана Чойжинимаева.



Врачи «Наран» на национальной премии России "Призвание"

Приглашение клинике тибетской медицины поступило от Первого канала

Торжественная 16-ая церемония вручения Премии лучшим врачам России состоялась в Центральном академическом театре Российской Армии. Красочное ежегодное событие по традиции прошло накануне профессионального праздника День медицинского работника. Вели церемонию Заслуженный артист РФ Александр Розенбаум и ведущая телепрограмм Первого канала «Здоровье» и «Жить здорово!» Елена Малышева. 16-ая церемония «Призвание» началась с поздравительных выступлений председателя правительства России Дмитрия Медведева и министра здравоохранения РФ Вероники Скворцовой.

Национальная премия «Призвание» в этом году была вручена врачам в 6 номинациях. Как отметили организаторы, выбирать лучших из лучших было непросто. История каждой спасенной жизни пациентов заслуживает высоких наград. Церемония награждения прошла в теплой атмосфере, которую украсили своими выступлениями звезды российской эстрады: Николай Басков, Григорий Лепс, Надежда Бабкина и др. Овации зала собрало выступление

победителя телевизионного конкурса Первого канала «Голос. Дети» Даниила Плужникова.

Клиника «Наран» в 2006 году была удостоена диплома национальной Премии – «За большой вклад в поддержку достижений российской медицины». Врачи клиники тибетской медицины неизменно получают приглашение на главную национальную премию лучших врачей России.



Какао - от давления, редька - от болезней горла

Каждый продукт питания обладает неповторимым вкусом и лечебным свойством

При пониженном давлении от сельдерея лучше отказаться. А тыква вредна тем, у кого слабое пищеварение. Необычные качества привычной нам еды. «ВТМ» продолжает серию познавательных, полезных публикаций о продуктах питания.

Продукты	Вкусы и свойства	Действия	Противопоказания
Тмин	жгучий и сладкий, нейтральный и слегка тёплый	помогает успокаивать «жар», возбуждаемый «Ветром», что может привести к нарушению «Ветра» или жару в сердце, помогает при отравлениях, болезнях глаз, лечит болезни «Слизи»	вреден при болезнях «Желчи» и болях в коленях
Чеснок	жгучий и тёплый	успокаивает болезни «Ветра», помогает при спазмах в животе, опухолях, бактериальной инфекции, болезнях лимфы, астме и простуде, хорош при последствиях отравлений, увеличивает температуру тела и переваривающее тепло, улучшает аппетит, помогает при бактериальной инфекции, ранах, лейкодерме, поносе, при бессоннице	увеличивает температуру тела, вреден при болезнях желчи, синуситах, вызывает жжение во рту и желудке, приводит к появлению неприятного запаха изо рта, если употребляется сырым
Лук-порей	немного жгучий и сладкий, тёплый	улучшает переваривающее и телесное тепло, содействует хорошему пищеварению, помогает при болезнях «Ветра» и «Слизи», бактериальных болезнях, опухолях, опухании в горле и хорош для вызывания сна	вреден при «жаре» от «Желчи», синуситах и вызывает появление неприятного запаха от тела
Мята перечная	вяжущая или жгучая, тёплая или слегка прохладная	увеличивает переваривающее тепло и улучшает аппетит, помогает при вздутии и «жаре», при язвах и сыпи, успокаивает боли в мышцах, хороша при болезнях горла и опухании век из-за нарывов	вредна при физической слабости и слабой крови
Чай	горький или сладкий; прохладный (и лёгкий)	помогает при лихорадке и жажде, уменьшает потоотделение, делает тело «легче», устраняет «жар», «прилипли» к костям (если использовать в виде ванн)	стимулирует движения «Ветра» и циркуляции крови, вреден при газах в кишечнике и проблемах в желудке
Чёрный кардамон	жгучий и тёплый	помогает в порождении пищеварительного огня, улучшении пищеварения, при болезнях «холода», связанных с желудком и селезёнкой, улучшает аппетит и освобождает от газов в желудке и кишечнике	может обострить болезни, относящиеся к «жару» или «Желчи»
Какао	нейтральный	укрепляет тело, улучшает состояние крови, лечит язвы во рту, стимулирует образование мочи и понижает кровяное давление	неполезно при болезнях «Ветра» и сахарном диабете
Редька	сладкий или жгучий, тёплый	увеличивает переваривающее тепло, помогает пищеварению, выводит мокроту, помогает при болезнях горла, ранах, болезнях «Ветра», является профилактическим средством против простуды и кист, хороша в случае астмы, задержки мочи и поносе.	вредна при болезнях «Желчи», Крови и «жара», производит жгучий вкус во рту и ощущение дискомфорта в желудке, если употребляется в сыром виде

Берегите «огненную» теплоту желудка

Дисбактериоз – усильте или усмирите пищеварительный «огонь».



Владислав Лян, врач клиники «НАРАН», м. «Юго-Западная», тел: 8(495)180-04-43

Симптомы

Снижение аппетита, вздутие живота, запах изо рта, запоры, аллергические реакции, тошнота, неприятный вкус во рту, метеоризм, понос и др. Каловые массы имеют резкий гнилостный или кислый запах. Часто наблюдаются признаки общей интоксикации, снижение трудоспособности, вялость.

Дисбактериоз – это нарушение нормальной микрофлоры в кишечнике и активизации в нем патогенных бактерий. На слизистой оболочке здорового кишечника мирно сосуществуют мириады микроорганизмов, как полезных, так и потенциально опасных. Среди них можно выделить: – полезные бактерии, обуславливающие усвоение питательных веществ, способствующие образованию аминокислот и обмену липидов, создающие условия для адекватного переваривания пищи. Они (бифидобактерии, лактобактерии, колибактерии) блокируют деятельность патогенных микроорганизмов, препятствуют

развитию гнилостных процессов, поддерживают иммунные реакции и обеспечивают необходимый рост организма.

– потенциально патогенные микроорганизмы. В минимальном количестве они (энтерококки, стафилококки, грибы, некоторые простейшие) нейтральны и не оказывают ни положительного, ни отрицательного воздействия на микрофлору. Таких бактерий в кишечнике немного, около 1%, тем не менее, рост их числа может привести к подавлению функций полезных бактерий. При наличии определенных факторов патогенные кишечные микроорганизмы активизируются и провоцируют болезни внутренних органов.

Причины возникновения заболевания

Тибетская медицина считает, что все существующие болезни можно разделить на два типа: болезни «жара» и «холода». «Все болезни относятся или к жару, или к холоду. Перепутать их – значит погубить чужую жизнь» («Чжуд-ши», Тантра наставлений.) В первом случае (по типу «жара») лечение будет направлено на успокоение, усмирение соответствующей конституции, а во втором (по типу «холода») – на усиление и активизацию обмена веществ. По предствлениям тибетских медиков, расстройство пищеварения вызывает или болезнь «жара» вследствие избытка Янь-энергии в полых органах или же болезнь «холода» – дисбаланс иньских (холодных) конституций «Ветер» или «Слизь».

Причинами потери «огненной» теплоты желудка, способствующей правильному перевариванию пищи, тибетская медицина называет регулярное переохлаждение организма, систематическое употребление продуктов с холодными элементами (сырые овощи, свежие фрукты без термической обработки, прохладительные напитки, обезжиренная еда, много мучной еды, картофеля, молочных изделий и т.п.). А также увлечение диетами или голоданием; прием «холодных» лекарств (к ним, как известно, относятся современные химические средства); поглощение пищи происходит на ходу, поздно вечером или

хаотично в течение дня; опущение (гастроптоз, надсада) желудка или кишечника; стрессовые ситуации и др.

Лечение в клинике «Наран»

Для устранения причины, которая вызвала болезнь, необходим системный подход к лечению и плодотворное взаимодействие врача тибетской медицины и пациента. Соблюдение рекомендаций касательно образа жизни и коррекции питания – одно из важнейших условий лечения. Питание при дисбактериозе должно соответствовать природной конституции «Ветер», «Желчь» или «Слизь» пациента. Подробнее можно узнать на бесплатном приеме у врача-консультанта клиники «Наран» по тел. 8 800 180 04 40. С помощью грамотно подобранного питания можно усилить или, напротив, усмирить пищеварительный «огонь».

Сочетая такие методики лечения, как иглоукалывание, глубокий точечный массаж, моксотерапия, вакуум-терапия и другие, в зависимости от определения по какому типу, «жара» или «холода», протекает болезнь, а также в соответствии с индивидуальными особенностями пациента, врачи клиники «Наран» помогают ликвидировать возникший дисбаланс, выровнять нарушение и привести в гармонию три регулирующие системы человека «Ветер», «Желчь» и «Слизь», и, следовательно, вылечить человека.

Особую роль играет фитотерапия, входящая в комплексное лечение. Специально подобранные тибетские и байкальские растения, подавляющие патогенную микрофлору и создающие оптимальные условия для развития полезных для кишечника микроорганизмов. Они незаменимы и при лечении других болезней ЖКТ: нормализуют обмен веществ, улучшают пищеварение, повышают иммунитет, купируют воспалительный процесс и выводят скопившиеся в крови и кишечнике шлаки и токсины.

Выявление онкологии на ранних стадиях дает шанс на победу, как в лечении, так и в профилактике этих заболеваний.

«СОГРЕЙТЕ» ЖЕЛУДОК

Именной рецепт от доктора Светланы Чойжинимаевой для «Ветер», «Желчь» и «Слизь».

Сливочное масло – это животные жиры, которые необходимы человеческому иммунитету: укрепляют организм, «согревают» желудок и снимают симптомы несварения (ма-жу). Особенно детям. Рецепт, который предлагает основатель и главный врач клиники «Наран», подойдет представителям всех трех конституций. Отличие – при приготовлении различаются отдельные компоненты. Готовить не сложно, быстро, невероятно вкусно и очень полезно!

Для «Ветров»

В любое сливочное масло (оно должно быть мягким) положить очень мелко нарезанные веточки петрушки и укропа, щепотку морской соли, выжать сок половинки лимона, цедру второй части лимона натереть на мелкой терке, выдавить 1-2 дольки чеснока, полчайной ложки кунжутного семени и душистого горошка и все добавить в масло.

Затем перемешать, завернуть в фольгу, сформировать колбаску и положить в холодильник. Из такого масла можно сделать бутерброд, добавлять в кашу, гарнир и т.д.

Для «Слизей»

Все то же самое, только вместо кунжутного семени класть мелко порубленные имбирь и красный перец.

Приятного аппетита!



Климакс - это не пауза в жизни!

Тибетская медицина поможет преодолеть менопаузу без гормонов



Изо́льда Ни, врач клиники «НАРАН», м. «Юго-Западная», тел: 8(495)180-04-43

Позиции древней медицины климакс у женщин протекает по двум сценариям: по типу «жара» и по типу «холода». Это является определяющим фактором при назначении комплексного лечения.

Причины

Причиной климакса с позиции тибетской медицины является возмущение «Ветра» (нервной системы). Она связана с двумя другими регулирующими системами – «Слизью» и «Желчью». Конституция «Желчь», как известно, регулирует функцию печени, пищеварения в целом, а «Слизь» – гормональную и лимфатическую систему и водно-солевой обмен.

Если у женщины преобладает конституция «Слизь», у нее большой вес, у нее происходит замещение ткани железистых клеток яичников жировой тканью, слизью. В этих клеточках образуется множество инородных веществ, которые препятствуют нормальному функционированию яичников. Жир – это самое простое объяснение. Мы можем говорить о жировой инфильтрации ткани яичников. В них накапливается вода, слизь, жир, лимфа, и поэтому функции яичников угасают. Месячные сначала становятся скудными, увеличивается их цикл: с 28 дней продлеваются до 40-45 дней, а потом постепенно прекращаются. Наступает климакс.

Женщина конституции «Желчь» очень раздражительна, нервна, эмоциональна. Такая женщина может быть руководителем на работе, в семье лидером, и у нее постоянно возбуждена кора головного мозга. Находясь в постоянном нервном стрессе, в состоянии эмоциональной нестабильности, она плохо спит – и на этом фоне происходит сбой в си-

стеме желчи. Повышенное количество желчи всасывается в кровь, распространяясь по организму и попадает в яичники. Происходит самоотравление, интоксикация, из половых органов появляются желтоватые выделения. Яичники перестают нормально функционировать. В таких случаях развиваются различные женские болезни.

Женщины с преобладанием конституции «Ветер»: нервные, худенькие, мёрзнувшие, многоговорящие или наоборот, депрессивные, курящие или потребляющие в больших количествах кофе-чай, страдающие от постоянного перевозбуждения мозга. У них идёт неправильное распределение энергии из-за различных эмоций, и, как следствие, блокируется движение энергии в организме. Определённые блоки в тазовых органах чреватые запорами, вздутиями живота, отрыжками. В органах малого таза – нарушением питания яичников, что приводит к нарушению менструального цикла (альгоменорее), а затем к аменорее. Внешними причинами могут служить охлаждение: увлечение моржеванием, контрастными душами, обливанием холодной водой, хождением босиком по холодному полу. Охлаждается энергия Инь, и в итоге, появляется целый букет женских заболеваний: аднексит, нарушение менструального цикла, аменорея и, собственно, ранний климакс.

Диагностика климакса в клинике «Наран» проводится с помощью осмотра и пульсовой диагностики. При осмотре определяется конституция женщины. Осматриваются кожные покровы, слизистые. Например, холодный пот бывает у женщин с преобладанием слизи, горячий – с преобладанием желчи.

Климакс – с достижением определенного возраста естественный процесс. Однако он не должен стать причиной неприятных ощущений и эмоций. Важно в этот период помочь организму, чтобы его хозяйка как можно менее ощутила и безболезненно прошла этот этап.

Два типа климакса

По пульсу врач тибетской медицины определит, по какому типу у женщины наступил климакс – по типу «жара» или по типу «холода». Например, у женщин типа «Желчь-Слизь» или «Ветер-Желчь-Слизь» климакс может протекать по типу «жара». Тибетские фитолечения обладают в одних случаях согревающим свойством, что нужно «Ветру» и «Слизи», в других – охлаждающим, необходимым для «Желчи». В случае развития климакса по типу «жара» лечение будет направлено на нормализацию функции печени, очищение печени, желчных протоков и крови. Если менопауза наступает по типу «холода», когда у женщины раздражительность, потливость, непереносимость жары, усталость, тахикардия, которые могут быть вызваны гипертиреозом, то есть чрезмерной активностью щитовидной железы, лечение будет направлено на нормализацию функций этого

органа. В большинстве случаев благодаря тибетской медицине у пациенток клиники «Наран» симптомы «климакса» проходят бесследно. Необходимо отметить, что женские болезни необходимо лечить, как и другие заболевания, комплексно, ведь организм – единое целое. Врач поможет скорректировать питание и образ жизни с учётом конституции и типа менопаузы женщины. Затем назначит необходимый комплекс процедур и приём подходящих фитопрепаратов. Важно знать – при неправильном лечении климакс может протекать до глубокой старости. Правильный диагноз поможет устранить первопричину, а не лечить просто симптомы. В древнем трактате тибетской медицины «Чжуд-ши» говорится: «Неправильный диагноз – это выстрел в темноту».

Симптомы по типу «жар»:

- Резкий жар по всему телу, особенно в верхней части туловища
- Потеющее и краснеющее лицо, глаза красные, слезятся
- Язык с жёлтым налётом
- Моча жёлтая с резким запахом
- Дрожь в руках
- Артериальная гипертензия
- Тахикардия (сердцебиение)
- Чувство нехватки воздуха
- Ощущение жара внизу живота
- Пот горячий липкий
- Появление родинки папиллом
- Бесплодный сон. Ночные приливы жара и пота

Симптомы по типу «холод»:

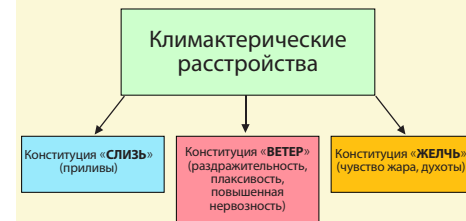
- Обильный холодный пот
- Холодный озноб (особенно рук и ног)
- Бледность и влажность кожных покровов
- Полуобморочное состояние
- Глазные яблоки бело-голубые. Слезоточивость
- Отёчные суставы, особенно лодыжек.
- Чувство замирания в области сердца
- Запоры. Вздутие живота
- Ощущение холода внизу живота
- Моча светлая, белесая, с крупными пузырями
- Тяжесть в теле. Слабость.
- Снижение работоспособности.

Рацион – сытный, но легкий

Женщина, беспокоенная приближением менопаузы или ее неприятными симптомами, в первую очередь должна изменить свой образ жизни и питание. Тибетская медицина считает такую меру первоочередной при лечении любого заболевания или патологического состояния. Лишний вес усугубляет проявления климактерического синдрома, поэтому необходимо ограничить употребление пищи жирной и сладкой. Однако при возмущении «Ветра» нельзя увлекаться голоданием и диетами: продукты, составляющие ежедневный рацион, должны быть

сытными, но легкими, имеющими теплые свойства и соленый и кислый вкус. Физические нагрузки должны быть регулярными и соответствующими возрасту. Кроме того, полезен в этот непростой для женщины период прием фитопрепаратов. Проверенные веками тибетские травяные сборы прекрасно успокаивают нервную систему, согревают организм, а фитогормоны, содержащиеся в сое, льне, цельной пшенице, красном клевере, регулируют гормональный фон и обмен веществ.

Симптомы проявления болезни в тибетской медицине



ДЛЯ ГАРМОНИИ ЖЕНСКОГО НАЧАЛА

Пряноароматические лечебные чаи изготовлены из экологически чистых лекарственных растений с побережья озера Байкал, Алтайских гор и Кавказа.

Нормализует менструальный цикл, регулирует интенсивность кровотечения, уменьшает проявления альгодисменореи, устраняет психоэмоциональные проявления (эмоциональную лабильность, депрессию, нарушения сна), приступы сердцебиения, колебания АД.

По типу жар: регулирует проявления «жара» (ночные приливы, потливость - гипергидроз, жар в теле и конечностях),



По типу холод: устраняет симптомы «холода» (холодный пот, приливы - гипергидроз, холод и озноб в теле и конечностях)



«Болезнью аристократов» страдают чаще мужчины

Подагра неожиданно дает о себе знать резким приступом боли в области сустава большого пальца на ногах



Доржиев Вадим, врач клиники «Наран», м. «Войковская», тел: 8(495)180-04-40

Тибетские лекари отметили, что заболеванию чаще подвержена сильная половина человечества, с преобладающей конституцией Желчь, перешагнувшая 40-летний рубеж. Многовековые наблюдения выявили, что виной всему застойные излишки и злоупотребление богатой животными белками пища в сочетании с избыточными алкогольными возлияниями. Избыточное количество животных белков и алкоголя плюс психоэмоциональная напряженность вызывают увеличение в крови количества мочевой кислоты, а это способствует образованию её

солей – уратов. Далее «грязная горячая» кровь разносит микрочастицы этих солей по организму, которые, оседая в почках и полостях суставов, образуют со временем камни.

Суставы и почки

Подагра является хроническим, весьма распространенным заболеванием. Как выглядит человек, страдающий ею? По-тибетски, это люди, конституции «Желчь» и смешанных ее типов «Желчь-Слизь» или «Желчь-Ветер». Чаще всего они имеют плотное телосложение, кожа имеет смугло-желтоватую окраску с родинками, пигментными пятнами. Лицо с ярким румянцем. Кожа на ощупь горячая, издает резкий запах пота. Язык обложен желтоватым налетом, десна и зубы также желтые. Стул неустойчивый, моча желтая с резким запахом. Если содержание мочевой кислоты повышается в крови, в тканях организма начинают откладываться кристаллы натриевой соли. Проявления этого процесса – рецидивирующий острый артрит с образованием тофусов (так называются подагрические узлы). В ходе болезни поражаются преимущественно суставы и почки.

Признаки подагры:

Основной симптом подагры – боль.

Болезнь протекает в 4 стадии:

– бессимптомная гиперурикемия – в ходе которой продукты мочевой кислоты пока ещё выводятся почками. Выявляется результатами анализа мочи.

– острый подагрический артрит – начинается внезапно, приступообразно, чаще ночью. Проявляется острой болью, опухолью суставов, покраснением. Чаще всего видна подагра на ногах (страдает, как правило, I плюснефаланговый сустав).

– межкритические состояния, стадия прогрессирования болезни с повторением острых болевых приступов.

– хроническое подагрическое отложение в различных суставах. В процесс оказываются вовлечены другие суставы, в запущенных случаях до абсолютной обездвиженности, поражаются почки (риск почечной недостаточности).

О причинах подагры

Тибетская медицина имеет представление об этой болезни очень давно. Она рассматривает подагру, как следствие расстройства регулирующей системы «Желчь», включающей печень, желчевыводящие пути, поджелудочную железу, а также кровь. К возмущению «желчи» приводят неправильный образ жизни и питание. Повышенная возбудимость нервной системы, гневливость, раздражительность часто становятся причиной гиперактивности печени, вызывая выброс плохой «горячей» крови, достигающей сердца. Это выражается учащенным сердцебиением, повышенным АД. Именно люди-«Желчь» и производные смешанные конституции употребляют горячую, мясную, жареную, острую пищу, которая также способствует повышенной активности печени, увеличению плохой «горячей» крови. В связи с этим нарушается белковый обмен, не расщепляются и не до окисляются белок в крови, образуется много промежуточных продуктов обмена белков (мочевая кислота), которые в конечном итоге вызывают приступ подагры. Также причиной развития заболевания может служить нарушение функции почек (на фоне их опущения или охлаждения), которые влияют на состояние суставов нижних конечностей.

Баланс во всем

Издавна люди пытались лечить это заболевание, используя кровь попугаев и различные снадобья, которые оказались неэффективными. Для того, чтобы вылечить подагру, необходимо восстановить баланс конституции «Желчь», улучшить функции почек и поджелудочной железы. Комплексное лечение методами тибетской медицины как раз позволяет добиться всех этих результатов. Оно заключается в изменении образа жизни, освобождении от отрицательных эмоций – гнева. Необходимо исключить на время болезни из рациона все мясные продукты, кофе, алкоголь, бобовые. Важно избегать и голодания, и переедания. Диета при подагре – молочно-творожная, фруктово-овощная. А также обильное питье (чай, вода, морсы, компоты), которое вымывает накопленную соль из организма. В клинике «Наран» практика излечения от подагры включает комплекс процедур:

– **Легкий массаж тела.** Улучшит иннервацию;

– **Фитотерапия.** Использование фитопрепаратов, основанных на тибетских рецептурах, способствующих очищению крови, сосудов, что восстанавливает хрящ внутри сустава;

– **Стоун-терапия.** Прогревания горячими камнями и прогреванием песком снимут воспаление при обострении подагры;

– **Иглоукальвание.** Восстанавливает нормальную здоровую циркуляцию крови, энергии, нормализует АД, устраняет сосудистые патологии, снимает воспаление, боль;

– **Лечение моксами,** прижигаются точки, находящиеся на меридиане почек, расположенные на подошвах стоп, рядом с суставами. Устраняет воспаление, стимулирует восстановление, регенерацию хрящевой ткани.

Лечение без химии, гормонов и операций

Известная телеведущая, журналист Арина Шарапова: «В «Наран» мне провели сеанс абсолютной релаксации!»

Лицо Первого канала и российского телевидения, любимица миллионов телезрителей посетила клинику тибетской медицины «Наран». О своих впечатлениях после первого сеанса комплексного лечения теледива рассказала в специальном интервью для газеты «Вестник Тибетской Медицины».



На фото Арина Шарапова с лечащим врачом клиники «Наран» на с.м. «Юго-Западная» Светланой Катышевой.

Арина, расскажите, как Вы себя чувствуете после сеанса «Лечим усталость по-тибетски»?

– Я считаю, что сделала хороший выбор, здесь очень внимательный персонал. Какие у меня были ощущения? Хотелось спать, потому что мне провели сеанс абсолютной релаксации!

После возвращения домой, я буквально заснула в одну секунду. Мне сделали глубокий массаж, вакуумные баночки и поставили чудесные иголки.

– То есть Ваши ожидания оправдались?

– Конечно! Для меня было главным – отдохнуть, поскольку я приехала в клинику после очень насыщенного рабочего дня. И я очень благодарна, поскольку превосходно отдохнула у вас. Честно говоря, во время сеанса я спала. Заснула, потому что, наверное, это и есть умелое создание такой атмосферы, которая помогает расслабиться и отдохнуть.

– Как Вы относитесь к альтернативной медицине?

– Безусловно, я человек современности и с трудом представляю, что возможно обходиться без всяких таблеток. При этом прекрасно понимаю, что нетрадиционная медицина предлагает очень даже полезное натуральное лечение травами. Я знакома с вашим основателем и главным врачом Светланой Чойжинимасовой и ходила к вам раньше достаточно регулярно. На мой взгляд, рефлексотерапия – самая ценная и умная наука в нетрадиционной медицине. Ну и, наверное, главное, чтобы руки у врача были хорошие.

– Как Вы отдыхаете?

– Очень люблю прогулки по лесу, это такое наслаждение подышать красотой, природа восстанавливает силы. Если есть возможность, приезжаю вечером на Воробьевы горы, гуляю.

– Удастся уединиться, ведь Вас сразу узнают?

– Это же часть моей работы, моей жизни и я всегда стараюсь общаться с людьми, несмотря на усталость. Бывает, что подходят и спрашивают: «Вы Арина?». А я говорю: «Нет». (Улыбается).

– Удастся выкроить время для занятий спортом?

– Конечно! Очень люблю йогу и пилатес и стараюсь обязательно заниматься дома. Одно время увлеклась танцами, но, к сожалению последние три года забросила, не получаю.

– Какой Вы предпочитаете стиль в одежде?

– Красивый и комфортный, так как целый день в движении. Одежда должна быть удобной. К услугам стилистов не обращаюсь, я сама подбираю себе вещи.

– Ваши увлечения, хобби?

– Работа – это и увлечение и хобби. Три года назад я открыла «Школу искусств и медиатехнологий». Раньше это было увлечением, а теперь стало работой. У нас уже было два выпуска. Я горжусь нашими выпускниками, их с удовольствием принимают в ВУЗы, те, кто получает у нас дополнительное образование, фактически уходят от нас с новой второй профессией. Сейчас планируем расширяться, теперь будут курсы и для взрослых, и для детей, будем заниматься различными инновационными технологиями. Так, что планы огромные.

– В чем Ваш секрет красоты?

– Нет никакого секрета. (Смеется).

– Вас называют самой позитивной и улыбчивой телеведущей. Как удается сохранить такую энергетику в столь плотном загруженном рабочем графике?

– Главное спокойствие и терпение.

– Спасибо Вам большое!

Коллектив клиники «Наран» благодарит Арину Шарапову за предоставленную возможность побеседовать. Желаем солнечной энергии для новых творческих проектов, семейного благополучия и крепкого здоровья Вам и Вашим родным!

Тибетские драгоценные пилюли – лекарство из рук Будды Медицины

Их ценность не только в составе, они обладают особой силой. Их свойства увеличиваются, если начать прием в нужный день.



Майлас Бай Бо, врач клиники «Наран», м. «Войковская», тел. 8(495)180-04-40

Уникальность этих пилюль не только в том, что они содержат частицы драгоценных и полудрагоценных минералов. При их изготовлении проводятся специальные буддийские ритуалы, наделяющие пилюли особой силой.

Дни Будды, когда начать прием лекарств, определяют буддийские ламы-астрологи. Клиника тибетской медицины «Наран» специально публикует в каждом номере газеты «Вестник тибетской медицины» даты, когда лучше всего начать прием этих пилюль – это Дни Будды (8, 15 и 30 по лунному календарю).

Тибетские драгоценные пилюли – это уникальные лекарства, секрет которых тибетские ламы-фармакологи сохраняют на протяжении тысячелетий. По традиции, только Институт Тибетской Медицины и Астрологии Святейшества Далай Ламы XIV в Men Tsee Khang (г. Дармсала, Индия) производят такие лекарства. Клиника тибетской медицины «Наран» уже много лет сотрудничает с уважаемым во всем мире университетом и получает драгоценные пилюли непосредственно от производителя.

Принцип изготовления тибетских драгоценных пилюль основан на использовании целебных свойств металлов, минералов и лекарственных трав. Драгоценные пилюли многокомпонентные, некоторые содержат свыше 100 ингредиентов. Многие травы, входящие в их состав, встречаются только в Гималаях и не имеют аналогов. В состав входят обработанные особым способом: золото, серебро, изумруд, кораллы, бирюза, жемчуг и мн. др. В комплексе с редкими лекарственными

растениями они лечат застарелые хронические заболевания. Уже готовые драгоценные пилюли обязательно освящаются тибетскими ламами, начитываются мантры на восстановление здоровья, которые заряжают и активизируют лечебную силу пилюль. Поэтому к драгоценным пилюлям следует относиться крайне бережно, как к драгоценности, полученной из рук Будды Медицины...

Краткое описание тибетских драгоценных пилюль



1. «Ринчен данжор рилнаг ченмо» – Великая драгоценная черная пилюля)

Включает 100 компонентов. Свойство: немного прохладное, нетоксичное. Пилюля рекомендуется при всех хронических болезнях, включая хронический жар. Она лечит заболевания желудка (язвы, колики), увеличение крови в печени, хронические и осложненные гепатиты, короткие колики, возникающие по причине расстройства темно-красной слизи, боли в поджелудочной железе и колики в тонком кишечнике, т.е. при желудочно-кишечных заболеваниях, для которых характерно расстройство «Ветра», «Желчи» и «Слизи». Излечивает артриты, подагру, болезни крови, желтую лимфу, аллергию, кровянистые нагноения из различных видов ран и проказу. Устраняет опухоли в горле и инфекционные заболевания. А также защищает от скверны и эпидемий. Излечивает нервные расстройства и дебильность. Это лекарство устраняет воздействие всех ядов, накопленных в организме за всю жизнь, в том числе отравления продуктами, металлами и вредными химическими соединениями воздуха, пищи и воды. Очищает гной и кровь из полости живота, грудины. Полезно для пожилых людей. Разглаживает морщины и устраняет седину. Помогает при бессоннице и восстанавливает телесные силы. Стимулирует работу внутренних органов, укрепляет кости, волосы и ногти. Является крючком для удержания в теле жизненного ветра. Придает сияющий вид лицу. Благоприятное действие этой пилюли безгранично.



2. «Ринчен радна сампэл» – Драгоценность, исполняющая желания

Входит 86 компонентов. Свойство: нейтральное (не холодное и не горячее), нетоксичное. Эта пилюля является противоядием. Она нейтрализует действие всех видов ядов, включая пищевые, растительные, химические и другие виды ядов (укусы насекомых и животных). Пилюли полезны для устранения вредных последствий, связанных с перегревом или длительным пребыванием на солнце. Пилюля лечит правосторонний и левосторонний паралич и окоченение конечностей, вывихи суставов. Пилюля эффективна при нервных нарушениях, дрожании тела (паркинсонизм) и онемении конечностей, постоянных позывах к мочеиспусканию, затрудненном открывании и закрывании глазных век и невралгических болях. Эффективно лечит такие недуги, как снижение чувствительности (ослабление слуха, вкусовых и тактильных ощущений). Назначается при высоком кровяном давлении, начальных стадиях рака. Пилюли чрезвычайно полезны для устранения (ослабления) болей у онкологических больных. Помогает при заболеваниях головы, коликах в голове, рассеянном склерозе. Лечит внезапную потерю сознания (по причине накопленных ранее осквернений и грехов), неподвижность рук и ног, перекошенность рта, косоглазие, невнятность речи, причмокивание (как будто жуёт жвачку, как рогатый скот), недержание кала и мочи, ухудшение памяти. Помогает при глухоте и немоте, болезнях головного мозга и кровообращения в головном мозге. Также лечит болезни сердца при повышенном кровяном давлении, при образовании в крови сгустков, белокровие (лейкемия), нервные заболевания, ветер в канале жизни, проказу, болезни, вызванные ядами и злыми духами. Для здоровых людей, принимающих пилюлю в профилактических целях, она полезна как общеукрепляющее средство.



3. «Ринчен Юнинг- 25» – Драгоценная Старая Бирюза -25

Особая пилюля из 108 компонентов, 25 из которых считаются основными. Является универсальным детоксикантом. Излечивает тяжелые заболевания даже тогда, когда тибетские лекарства, не относящиеся к высшему классу лекарств, бессильны. Практически все заболевания печени, в том числе: цирроз печени, восстанавливает нервы печени, находящиеся в стадии умирания. А также злокачественные и другие формы гипертонии, устраняет головные боли и производит профилактику таких опасных заболеваний, как инсульт и инфаркт. Излечивает кровотечения из носа, покраснение глаз (красные прожилки), близорукость, боли в подмышках и тугоподвижность плечевого пояса и шеи, дизентерию, потерю аппетита и несварение. Особо следует отметить повышение адаптационных возможностей организма в период резкой смены климата проживания и устранения опасных причин, которые при изменении климатического пояса в дальнейшем приводят к опасным и даже фатальным изменениям в организме человека. Лекарство является спасением при острых различных отравлениях, и тех, что накапливаются в течение долгого периода времени. Лекарство является мощным профилактическим средством против рака печени, желудка, селезенки, поджелудочной железы, пищевода и двенадцатиперстной кишки, также устраняет рак этих органов в скрытой форме. Для приготовления Драгоценной пилюли и после приготовления произносится большое количество мантр и молитв, снимающих порчу с человека, изгоняющих из тонкого тела человека вредоносных духов и ликвидирующих внезапные боли, заболевания и расстройства сознания, вызванные этими духами. Здоровым людям омолаживает организм и значительно продлевает жизнь.

Приобретайте драгоценные пилюли в фитобарах филиалов клиники «Наран» и в интернет-магазине Naranfito.ru

Детки, не болейте!

Если у вас растет непоседа «Ветерок»

Детскую гиперактивность «успокоят» тибетский массаж и фитопрепараты



Марина Джигаева, врач клиники «Наран», м. «Красные Ворота», тел.: 8(495)180-04-41

Согласно древней тибетской медицине, у детей с рождения и примерно до 18 лет преобладает энергия «Слизь» (лимфатическая и эндокринная системы), отвечающая за рост и развитие. Однако, зачастую встречаются непоседливые шалунишки с врожденной конституцией «Ветер» (нервная система) и «Желчь» (пищеварительная система) и их сочетаний. Что же делать, если жизненного начала «Ветер» у ребенка в организме в избытке?

Гиперактивность серьезно мешает адаптации таких детей в обществе и впоследствии приводит к серьезным проблемам во взрослой жизни. У мальчиков чаще наблюдается данный синдром. Чтобы понять, какое лечение выбрать, необходимо выяснить причину проблемы. Тибетская медицина имеет свое объяснение

на синдром повышенной активности у детей. Происходит возмущение «Ветра», которому в раннем возрасте способствуют много факторов: темпы современной жизни, напряженность, конфликтность, высокий уровень родовых травм, сложный психологический климат в семье, неправильное воспитание и питание, несоответствующие типу конституции ребенка, учебные нагрузки. Дети с диагнозом «синдром дефицита внимания» с гиперактивностью отличаются избыточной двигательной активностью, импульсивностью, слабой концентрацией внимания, высокой отвлекаемостью. Гиперактивный ребенок независимо от ситуации, в любых условиях – дома, в гостях, в кабинете врача, на улице, будет вести себя одинаково. Бегать, бесцельно двигаться, не задерживаясь надолго на любом самом интересном предмете. На него не действуют ни бесконечные просьбы, ни уговоры. Существует три основных критерия: невнимательность, гиперактивность и импульсивность.

Признаки невнимательности:

Не способен удерживать внимание на деталях, быстро переключает внимание с одного предмета на другой, плохо воспринимает обращенную к нему речь. Часто теряет свои вещи, постоянно все забывает.

Признаки гиперактивности:

Ребенок суетлив, никогда не сидит спокойно, часто беспричинно двигает кистями рук, постоянно оборачивается. Вскрикивает без разрешения, двигательная активность, как правило, не имеет какой-либо цели. Он не может играть в спокойные игры, отдыхать, сидеть тихо и спокойно, сосредоточившись на определенном занятии, часто излишне разговорчив и болтлив.

Признаки импульсивности:

Отвечает на вопросы, не задумываясь, не дослушав до конца, вмешивается в разговоры, с трудом дожидается своей очереди, мешает другим.

Гиперактивность можно определить у ребенка с первых дней жизни: наблюдается повышенный мышечный тонус, тяжело засыпает, плохо спит, громко плачет. Чувствителен к шуму, духоте, жаре, холоду и т.д. В дошкольном возрасте появляются подергивания и заикание, жалуется на частые головные боли, сонливость, запоры, у которых бывает энурез ночью и дневной.

Рекомендации врачей клиники «Наран»

При избытке «Ветра» гиперактивному ребенку показаны в питании сладкий, кислый, острый и соленый вкусы. Блюда должны быть горячими и питательными. Такому ребенку нужны максимум вашего тепла и участия. Старайтесь хвалить его при любом успехе, избегать частого повторения слова «нет» и «нельзя», говорить с ним сдержанно и спокойно. Для коррекции образа жизни важно следить за соблюдением распорядка дня, избегать переутомления, так как в противном случае гиперактивность усилится.

Практика клиники «Наран» подтвердила хороший лечебный эффект, который дает комплексное лечение. Одна из базовых процедур – точечный массаж с втиранием лечебных масел, которая позволит устранить признаки гиперактивности у ребенка: возбудимость, нервное напряжение и т.д. Особенно, если использовать кунжутное масло, смешанное с порошком мускатного ореха. Массаж улучшит проведение нервных импульсов от головного и спинного мозга, стимулирует кровообращение, снимет спазмы мышц и сосудов. А также применение иглоукалывания, прогревания биологически активных точек полынными сигарами, стоун и вакуум-терапии. Тибетские фитопрепараты на основе трав помогут ребенку «изнутри» успокоить возмущенную конституцию «Ветер» и привести организм в баланс. После комплексного лечения в «Наран» результаты не заставят ждать: у ребенка появится аппетит, хороший сон, он станет спокойнее, повысится успеваемость, появится усидчивость и интерес к занятиям. В домашних условиях хороший эффект будет от теплых травяных ванн. Например, из специальной серии для домашних ванн «Пять амрит» сбор «Успокоительный».



Бык (буйвол) 1997, 2009 г.г.

Родившись в этот год отличает целый ряд присущих им добродетельных качеств. Среди них: уравновешенность, трудолюбие, стойкость, надежность, точность и красноречие. Ребенок растет здоровым, самодовольным и рано становится самостоятельным. Обладает оригинальным умом. Бык – спокойный, миролюбивый, если его не трогать и не муштровать. В школе проявляет интерес к практическим вопросам, любит музыку, рисование, театр. Эти дети склонны к серьезности, созерцательности, сосредоточенности и упорству. Для них физическая усталость – это удовольствие. Им нравится бег, поднятие тяжестей, любят футбол и регби. Что касается условий жизни, то не стоит перенапрягаться, создавая вокруг ребенка сверх тепличную обстановку, этот знак равнодушен к комфорту и легко приспосабливается к спартанским условиям. Быки отличаются от других детей своей природной терпеливостью и выносливостью, но если их раздражать – могут прийти и в ярость. Также им свойственно упрямство и постоянство.

Продолжение в следующем номере.

Вопрос - ответ!

Щитовидка боится эмоций



Санал Бюрчиев, врач клиники «Наран», м. «Красные Ворота», тел.: 8(495)180-04-41

Слышала, что по статистике заболеваниями щитовидной железы чаще страдают женщины, правда ли это и почему?

Светлана, Московская обл., г. Долгопрудный

Практика на самом деле показывает, что чаще от заболеваний щитовидной железы страдают именно женщины. Особую

роль в развитии этого заболевания играет эмоциональный фактор. В первую очередь это относится к такой черте характера, как обидчивость, когда человек замыкается, не может высказаться и справиться с обидой. Постоянное переживание обид, когда стресс держат в себе и в горле как будто «ком стоит» нарушает кровоток, течение энергии на уровне горла отрицательно влияет на щитовидку. Накапливаемые обиды, подавляемые слезы вызывают спазм шейного нервного узла, отвечающего за иннервацию щитовидной железы, а также питающих ее кровеносные сосуды (артерия тиреоидус). Полноценное кровоснабжение щитовидной железы имеет огромное значение для ее работы. Этот орган один из наиболее кровоснабжаемых.

При дополнительных негативных факторах, таких как наличие очагов хронической инфекции в носоглотке, хронические воспалительные заболевания носоглотки, частые ОРЗ, ларингиты, тонзиллиты, фарингиты, а также профессиональные нагрузки на голосовые связки, создаются все условия для возникновения хронического тиреоидита – воспаления щитовидной железы и последующего ее увеличения (зоб) с развитием узлов.

Женщины по природе наиболее эмоциональны. Они чаще вынуждены подчиняться родителям, обстоятельствам, мужчинам, детям и так далее, из-за чего возникают скрытые обиды, неудовлетворенность жизнью. Все эти причины и влекут к проблемам с щитовидкой. Поэтому представительницам прекрасного пола необходимо работать над собой, над своими эмоциями и скрытыми обидами.

Целлюлит – воспалилась жировая клетчатка



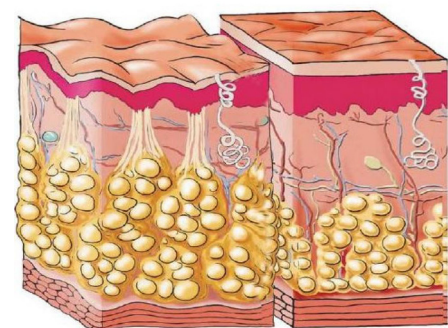
Нина Вахрушева, врач клиники «Наран», м. «Юго-Западная», тел.: 8(495)180-04-43

Считает ли тибетская медицина целлюлит заболеванием?

Ирина, г. Новосибирск

Целлюлит – это воспаление подкожной жировой клетчатки. Причиной появления, с точки зрения тибетской медицины, является «холод» в организме, приводящий к возмущению «слизи». Существенными факторами являются: регулярное переохлаждение организма, пребывание в сыром климате, в холодном

помещении. В первую очередь – употребление продуктов питания с «холодными» свойствами, ограничение физических нагрузок. Появление целлюлита провоцируют неправильное питание (большое количество «холодных» продуктов питания: картофель, хлебобулочные изделия и др. А также малое количество растительных жиров, обилие углеводов, минимум овощей, фруктов в сыром виде и искусственных витаминов), неправильный образ жизни (гиподинамия, курение, стрессы). Все эти названные факторы приводят к нарушению кровообращения, следствием чего является разрастание соединительной ткани. Скопления жира, воды и продуктов метаболизма не выводятся из жировой клетки, а остаются внутри, блокируя отток крови в кровеносных сосудах и лимфе. Целлюлит на последней стадии своего развития будет большой проблемой для здоровья. Тибетская медицина считает, что данное заболевание нужно лечить в комплексе, применяя все методы врачевания.





ПРОДУКТ МЕСЯЦА

Акция от фитобара «НАРАН»

При покупке фитопродукции «Продукт месяца» получите подарок



«Секреты красоты»: Маски для кожи век, крема серии «NonaCare», кокосовое масло, эликсиры «Лаоли» или «Чьяванпраш»



«Накопление энергии Ци»: Тибетский сбор №40, «Чьяванпраш», «Stresscom», эликсир «Маточное молочко»



Фирменные сувениры: Лунный календарь, магнит, брошюра о питании (на выбор), конверт «Фэн-шуй»

-10%

Только в июле
Предъявителю купона первый пробный сеанс комплексного лечения за 1000р.

~~5000~~ = 1000



Методы лечения, проверенные временем



Купон скидки на комплексное лечение
Вырежь купон
Предоставь в любой из филиалов «Наран» и получи указанный бонус



6 июля - день рождения Его Святейшества Далай-ламы XIV



Буддисты всего мира почитают духовного лидера, как земное воплощение Авалокитешвары - Будды Сострадания. В этот день в храмах читают молитвы о долголети Далай-ламы, обращаются к нему с самыми наилучшими пожеланиями.

В день рождения Его Святейшества Далай-ламы XIV наши новые пациенты получают эксклюзивный подарок от клиники «Наран»:

1. Тибетский сбор №44 «Монастырский»
2. Буддийское благовоние «Зеленая Тара».

Обретите «Ясный цвет»

Особая методика в сочетании с целительной энергетикой врачей



Светлана Лхасаранова, врач клиники «Наран», м. «Войковская», тел: 8(495)180-04-40

Клиника «Наран» предлагает специальную программу «Чистая кожа». Состояние кожи является зеркальным отражением функций внутренних органов. Любые внешние проявления: сыпь, прыщи, гнойники, изменение цвета и фак-

туры кожи – это сигнал о нарушении функций внутренних органов.

Лечение кожных заболеваний в тибетской медицине осуществляется в соответствии с основным каноном древней врачебной науки: организм человека - это единое и неделимое целое.

При расстройстве конституции «Желчь» активизируется работа печени, в частности, выработка желчи. Один из видов желчи, называемый в тибетской медицине «Ясный Цвет», отвечает за окрашивание кожи в нормальный цвет. При возмущении этого вида кожа становится красной, горячей, шершавой, на ней может появиться сыпь, пигментные пятна, папилломы. Проникновение желчи посредством общего кровотока в кожу может вызвать высыпание прыщей, возникновение родинок, папиллом, появление угрей, гнойничков на лице и спине, развитие таких кожных болезней, как псориаз, атопические дерматиты, дерматозы, нейродермиты, экзема.

При возмущении системы «Слизь» кожа становится холодной и бледной, липкой на ощупь, появляется холодный пот, возникает кожный зуд, и высыпают мелкие прыщики, нарывы разных размеров, появляются долго незаживающие раны.

При нарушении конституции «Ветер» кожа становится сухой, шелушится, появляется зуд, развиваются такие болезни, как себорейный дерматит, дерматозы и дерматиты нервного происхождения.

Для лечения кожных заболеваний в практике тибетской медицины, помимо фитопрепаратов, широко используются внешние методы воздействия. Совместное действие различных процедур взаимно усиливает их эффект и значительно увеличивает эффективность лекарственных средств.

В лечебную программу включены:

- консультация врача
 - точечный массаж спины, живота
 - прогревание полынными сигарами (вакуум-терапия)
 - кровопускание
 - иглорефлексотерапия
 - 2 фитопрепарата по назначению
- Каждый сеанс длится 1 час.

НА ДАЧУ И В ПУТЕШЕСТВИЕ!

Универсальный бальзам

Действие: обладает местным анальгетическим и противовоспалительным эффектами. Повышает местный иммунитет, препятствует проникновению вирусов через слизистую носа и гортани, восстанавливает механизм саморегуляции, улучшает кровообращение, оказывает бронхорасширяющее действие.



Розовое масло

Действие: обладает антисептическим, ранозаживляющим, противовоспалительным, обезболивающим, согревающим действиями. Втирать в болезненные участки легкими массажными движениями до впитывания масла. При порезах, ожогах, язвах, кровотечении промокнуть ватный тампон в масло и приложить к пораженному участку, предварительно очистив рану.



Лечебные пластыри

Показания к применению: костные и мышечные боли, сильные ушибы и вывихи, ревматические боли, боли в суставах, ноющие боли в мышцах, плеврит, артрит, в т.ч. ревматоидный, межреберная невралгия, миозит, миалгия. Наклеить на проблемное место, предварительно обезжирив кожу теплой водой или спиртосодержащим раствором. Время наложения: до 12 часов.



Тибетский астрологический прогноз

ИЮЛЬ 2016 г.

Благоприятные дни для стрижки волос
1, 9, 10, 12, 14, 15, 17, 18, 19, 23, 26, 27, 30, 31

Способствует усилению и укреплению жизненной силы, увеличивает энергию и удачу, помогает избежать конфликтов и способствует финансовому успеху. Тибетские астрологи считают, что стрижка волос в неблагоприятные дни открывает («двери») болезней и убытков, снижает жизненные силы человека.

Благоприятные дни для поездок
1, 5, 9, 13, 17, 18, 21, 23, 27, 28, 29, 31

Отправляющиеся в путь в эти дни могут благополучно избежать непредвиденных препятствий и помех, угрожающих жизни и задуманным делам.

Благоприятные дни для приема лекарств
4, 12, 19

В эти дни лекарственные средства оказывают наиболее эффективное воздействие на организм, «бьют в самое сердце болезни», способствуют ускоренному и действенному выздоровлению, нормализуют гомеостаз организма.

«Дни Будды»
4, 12, 19

Считается, что в эти дни результаты добрых и плохих дел увеличиваются в 10 млн. раз, поэтому желательно практиковать добрые дела, держать ум в добром расположении духа, следить за речью, избегать конфликтов и негативных эмоций.

«День открытых дверей»
16 июля

Бесплатные лекции о тибетской медицине во всех филиалах клиники «Наран». Тема:

Черепно-мозговые травмы и их последствия

телефон:

8(800)555-42-00

СЛОВАРИК

В тибетской медицине организм человека – это единая система, основа которой три жизненных начала (конституции, доша) – «Ветер», «Желчь» и «Слизь»



Представитель конституции «Ветер»



Представитель конституции «Желчь»



Представитель конституции «Слизь»

В здоровом теле регулирующие системы «Ветер», «Желчь» и «Слизь» уравновешены. Переизбыток одного доша вносит дисбаланс в работу организма. Как только равновесие между ними нарушается, это приводит к болезням.

«Пока в доша нет изменений, они не проявляют себя как причины болезней, но как только равновесие между ними нарушится, они делаются сутью болезней».

«Чжуд-Ши», Тантра Объяснений



Поздравляем!
Наша пациентка Любовь Чехова из Оренбургской области стала победителем акции «Продукт месяца» от фитобара клиники «Наран» на м. «Войковская»



На благо наших пациентов

Секрет лечебного массажа в «Наран»



В «Наран» практикуется уникальный метод глубокого точечного массажа, основанного на древних канонах тибетских врачей и собственной разработке основателя клиники Светланы Чойжинимаевой.

Согласно врачебной науке Тибета, все болезни входят в тело человека и вы-

ходят через кожу. Поэтому один из основных методов лечения – внешние процедуры именно через кожу. Все внутренние органы имеют свои «представительства» на поверхности тела в виде меридианов, или энергетических каналов. На этих меридианах располагаются около 900 биологически активных точек. Воздействуя на эти точки с помощью массажа, можно непосредственно влиять на работу внутренних органов, регулируя их функции.

Проведение глубокого точечного массажа в клинике «Наран» основывается на знаниях тибетской медицины о состоянии трех конституций – «Ветер», «Слизь», «Желчь», составляющих основу жизнедеятельности организма и вариантах течения заболевания: по «горячему» и «холодному» типу.

С позиции тибетской медицины, заболевание течет по «холодному» типу при возмущении конституции «Слизь» (эндокринной и лимфатической системы). В этом случае массаж проводится глубоко и осуществляется довольно интенсивно, широко, активно, в быстром темпе, с достижением теплого эффекта. Во время процедуры используются согревающие масла и другие методы внешнего воздействия: полынные сигары (моксы), стоун-терапия, баночный массаж и солевые согревания.

При возмущении конституции «Ветер» (нервной системы) заболевание также протекает по «холодному» типу. В таком случае проводится менее глубокий интенсивный массаж, также он менее интенсивен по силе надавливания, но более медленный и плавный по темпу. Цель массажа по седативной методике – достижение лучшей релаксации и теплового эффекта.

Если у пациента преобладает конституция «Желчь» (пищеварение), заболевание протекает иначе, по «горячему» типу. В этом случае массаж проводится глубоко, в умеренном темпе, достаточно интенсивно и направлен на ликвидацию венозного застоя и болезненных уплотнений. Тепловое воздействие не требуется.



Сергей Ким, врач клиники «Наран», м. «Войковская», тел: 8(495)180-04-40

С благодарностью к «НАРАН»

«Наран» для нас стал семейной клиникой»

Анастасия Виноградова – фото- и подиумная модель международного уровня, артистка международного хора ЮНЕСКО, спела с оперной дивой Монтсеррат Кабалье.

И все эти достижения она совершила... сидя в инвалидном кресле. Она профессиональный психолог, координатор фонда социальных благотворительных проектов для детей с инвалидностью и сирот. А еще любящая супруга и прекрасная домохозяйка. Глядя на хрупкую девушку, поражаешься ее мужеству и исходящей от нее невероятно доброй энергии.



– Я инвалид с детства – у меня очень редкое генетическое заболевание, которое, к сожалению, ни в одной стране мира, не лечится, – рассказывает она. – К вам обратилась по другой причине, честно говоря, уже как к последней инстанции.

В течение года девушку мучили сильнейшие боли из-за обострившихся заболеваний желудка: «эзофагит», «рефлюкс» и «гастрит».

– Желудочные колики отдавали даже в челюсть, я не могла есть, а ночами из-за приступов не спала вообще, – вспоминает Анастасия Виноградова. – Тратила очень большие деньги на лечение медикаментозными препаратами, однако все было безрезультатно.

В «Наран» после пульсовой диагностики и консультации девушку определили к ее лечащему врачу **Нелли Кан**.

– Эффект я уже почувствовала с первого сеанса, наступило облегчение, «ушла» боль. А после второго сеанса прошли колики, появился аппетит и я начала есть. Я не ожидала, что вот так быстро и действительно мне помогут! – с благо-

дарностью вспоминает пациентка. – Моя врач Нелли Феликсовна Кан буквально стала нашим семейным доктором, я уже привозила всех домочадцев, подруг.

Анастасия Виноградова каждые полгода обязательно приходит на профилактическое лечение.

– У меня значительно улучшилось общее физическое и эмоциональное самочувствие, а также тонус мышц, что для меня важно. Я не могу выделить отдельную процедуру, мне больше как раз и нравится комплексность в лечении. Ведь один массаж не будет действенен так, как в сочетании с прогреванием полынными сигарами, иглоочками и, конечно же, мои любимые шарики (тибетские фитосборы – авт.), – со смехом говорит девушка. – И как видите, я в строю!

Она подчеркнула, что благодаря лечению в «Наране» уже год не принимает таблетки от полиаллергии.

– Если бы не «Наран», я бы, наверное, продолжала мучиться. Когда чувствуешь на себе эффект, когда обычные традиционные врачи признают, что да, есть изменения – это дорогого стоит! – с благодарностью поблагодарила Анастасия Виноградова.



На фото: Анастасия Виноградова с лечащим врачом клиники «Наран», м. «Войковская» **Нелли Кан** тел: 8(495)180-04-40

Клиника «НАРАН» – 27 лет успешных результатов

МОСКВА

м. «Войковская»,
5-й Войковский проезд, 12
+7 (495) 180-04-40
м. «Красные Ворота»
Большой Козловский пер., 4
(Дипакадемия МИД)
+7 (495) 180-04-41
м. «Таганская»
5-й Котельнический пер., 12
+7 (495) 180-04-42
м. «Юго-Западная»
пр-т Вернадского, 105, корп. 4
+7 (495) 180-04-43

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

м. «Проспект Просвещения»
пр-т Просвещения, 33, корп. 1
+7 (812) 241-16-12
м. «Чернышевская»
ул. Таврическая, 9
+7 (812) 241-16-14
м. «Звенигородская»
ул. Звенигородская, 9
+7 (812) 418-38-37

КАЗАНЬ

Остановка «Университет»
(Ленинский сад)
ул. Галактионова, 3
+7 (843) 249-00-30
Остановка
«Социальный юридический институт»
ул. Восстания, 60
+7 (843) 249-00-31

ЕКАТЕРИНБУРГ

ул. Белинского, 86
+7 (343) 300-999-0

ВЕНА (АВСТРИЯ)

Austria Wien
1010 Wollzeile 30-5
Телефон: +43664 5833030

NARAN.RU

<https://www.facebook.com/naranclinic/>
Наран. Красота и Здоровье
<https://vk.com/secretoftibet>
Наран. Секреты тибетской медицины

Первое медицинское
интернет-радио
NARANFM.RU



Как пройти до филиалов клиники «Наран» (г. Москва)



м. «Войковская»
Первый вагон из центра. Из стеклянных дверей налево по переходу. Выход на улицу – направо. От Ленинградского шоссе – прямо.

5-й Войковский проезд, 12
+7 (495) 180-04-40



м. «Красные Ворота»
Последний вагон из центра, выход направо, вход на территорию Дипломатической Академии МИД России. Бесплатная автопарковка.

Большой Козловский пер., 4
+7 (495) 180-04-41



м. «Таганская»
(кольцевая), выход налево, к церкви Николая Чудотворца, далее вниз по 5-му Котельническому пер., по правую руку от музея «Бункер-42». Вход со стороны Москвы-реки.

5-й Котельнический пер., 12
+7 (495) 180-04-42



м. «Юго-Западная»
Последний вагон из центра, выход направо, серая высотка с магазинами «Дикси» и «Пятерочка»

пр-т Вернадского, 105, корп. 4
+7 (495) 180-04-43