



НАРАН
www.naran.ru

НАРАН – клиника тибетской медицины № 1 в России (основана в 1989 году)

ВЕСТНИК ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ

№ 12 (171) декабрь 2014 г.
Выходит с июня 2005 года

Научно-популярное издание клиники тибетской медицины «Наран»

ЛЕЧЕНИЕ БЕЗ ОПЕРАЦИЙ, ГОРМОНОВ И ТАБЛЕТОК

5 причин для обращения в «Наран»

- 25 лет работы в области тибетской медицины;
- Авторские методики основателей клиники Светланы и Баира Чойжини-маевых;
- Бесплатная консультация, диагностика по пульсу, тест на определение конституции человека;
- Доступное и качественное лечение без побочных эффектов;
- Все методы лечения у одного врача.

Слово главного врача

**БРОНХИАЛЬНАЯ
АСТМА**

Стр. **2**

Анатомия болезни

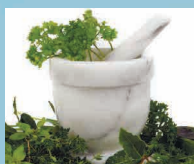
**СПАСТИ
ЖЕЛЧНЫЙ ПУЗЫРЬ
ОТ ОПЕРАЦИИ**

Стр. **4**

Вопрос - ответ

**МАЛЕНЬКАЯ ЖЕЛЕЗА
БОЛЬШОЙ
ТРЕВОГИ**

Стр. **6**



Весь ассортимент
фитобара клиники
«Наран»
и многое другое
на сайте

NARANFITO.RU

Курьерская доставка по Москве,
наложенный платеж по России
тел.: +7 (495) 255 10 89,
+7 (985) 641 83 69



ПАЦИЕНТКА КЛИНИКИ «НАРАН»

ВИКТОРИЯ НОВОЖИЛОВА:

«НАРАН»

СПАС МЕНЯ

ОТ ОПЕРАЦИИ!

С наступающим Новым 2015 годом!



Новый 2015 год придет к нам под покровительством Зеленой Деревянной Козы (Овцы) и принесет много позитивных перемен. На Востоке считается, что в год Козы высшие силы помогают тем, чьи сердца открыты для добра и сострадания. В Новом году рекомендуется больше заботиться о своем здоровье и поддерживать душевную гармонию.

Желаем Вам здоровья и благополучия!

Новогоднее предложение!



**С 15 декабря
по 10 января**

Детям, студентам и кому за 60

СКИДКА 50%

на комплексное лечение

С 15 декабря по 10 января

Встретим Год Козы
здоровыми и бодрыми!

Приглашаем Вас на комплексное лечение

СО СКИДКОЙ 25%

16+ Консультация бесплатно. Тел. +7 (495) 221 21 84. Работаем без выходных с 9.00 до 21.00.

NARAN.RU



СЛОВО ГЛАВНОГО ВРАЧА



Светлана Чойжинимаева, к.м.н., основатель клиники «Наран»

**БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА:
БОЛЕЗНЬ РЕГУЛИРУЮЩИХ СИСТЕМ
«СЛИЗЬ» И «ЖЕЛЧЬ»**

В классическом медицинском каноне «Чжуд-ши» говорится, что все болезни возникают из-за нарушения равновесия трех конституций – трёх жизненно важных регулирующих систем нашего организма: «ветер» (нервная система), «желчь» (пищеварительная система) и «слизь» (лимфатическая и эндокринная системы). К развитию бронхиальной астмы приводит нарушение двух систем организма – «слизи» и «желчи». При возмущении «слизи» бронхиальная астма протекает по сценарию «холода»; возбуждение «желчи» вызывает болезнь по сценарию «жара».

В европейской части России чаще всего встречается астма по сценарию «холода», то есть, вызванная возмущением конституции «слизь». Если летом люди, страдающие бронхиальной астмой, чувствуют себя относительно хорошо, потому что в теплое время года болезнь «усмиряется» – солнечные лучи, теплая земля, продукты питания несут теплое начало и согревают организм, то с наступлением холодов болезнь вступает в свои права: холод вызывает спазм бронхов, хрипы, свист, удушье. Заболевание бронхиальной астмой по сценарию «жара» чаще всего встречается у людей, имеющих от природы конституцию «желчь», или ее сочетание с двумя другими: «желчь-слизь», «желчь-ветер». Люди типа «желчь» горячие по натуре и темпераменту, склонные к горячей, жирной, жареной, острой еде. Они подвержены простудным заболеваниям гораздо реже, чем представители конституции «слизь» и «ветер», но имеют склонность к пищевым отравлениям. Во взрослом состоянии представители «желчи» страдают от сердечно-сосудистых заболеваний, диабета по «горячему» типу, подагры. Если люди типа «желчь», «желчь-ветер», «желчь-слизь» простужаются, то, как правило, они переносят болезнь «на ногах», игнорируя постельный режим. Коль скоро они склонны к заболеваниям ОРЗ, ОРВИ, гаймориту и прочими простудным инфекциям, то это провоцирует у них развитие бронхиальной астмы по «горячему» типу. Совершенно очевидно, что бронхиальная астма по сценарию «жара» встречается у представителей конституции «желчь» гораздо реже, чем у людей типа «слизь». У представителей конституции «желчь» провоцирующим фактором для развития бронхиальной астмы является вдыхание резких, сильных запахов (лакокрашочные изделия, бензин, дым, одеколон, духи и т.д.).

С точки зрения тибетской медицины, возмущение конституции «слизь» происходит из-за частого охлаждения организма, неподходящего питания и образа жизни. Выработка слизи в организме увеличивается, изменяются ее физические свойства. Она становится густой, вязкой, трудно отделяется, накапливаясь в дыхательных путях (носовые ходы, бронхи, легкие) в виде слизистых отложений, которые служат благоприятной средой для размножения болезнетворных микробов.

Можно еще раз подчеркнуть, что появлению бронхиальной астмы и других болезней «слизи» способствуют, прежде всего, неправильный образ жизни и неправильное питание: потребление большого количества «охлаждающей» иньской пищи (молоко, кефир, йогурты, глазированные сырки, картофель, хлебобулочные и кондитерские изделия, сырые овощи и фрукты и др.), продуктов из холодильника и употребление холодной воды приводят к избытку (накоплению) слизи в организме.

Механизм заболевания бронхиальной астмой состоит, прежде всего, в том, что избы-

ток слизи в бронхах вследствие неправильного образа жизни и питания суживает их просвет и препятствует дыханию (болезнь «холода»). С другой стороны, при воспалительном инфекционном процессе в бронхах происходит разбухание, утолщение стенок, что также вызывает сужение просвета между ними. Чем больше сужение просвета, тем больше затруднено дыхание. В обоих случаях спазм бронхов вызывает острый приступ удушья – мышцы, окружающие бронхиальные трубочки (бронхиолы), резко сокращаются, суживая просвет бронхов, и затрудняя прохождение по ним воздуха. В результате воздух, находящийся в альвеолах (воздушных мешочках) легких, оказывается закупоренным и не может выйти наружу, а свежий воздух не может проникнуть в легкие. На первой стадии приступы могут происходить один или два раза в год, на второй – уже до двух раз в месяц или неделю.

И, наконец, когда болезнь переходит в третью стадию, приступы становятся постоянными, доводя пациента до состояния status asthmaticus, который продолжается от нескольких часов до нескольких суток, приводя больного человека до глубокого изнурения. Чаще всего они происходят в интервале с 3 до 5 часов ночи – во время активизации меридиана легких. Последствия астмы очень серьезны: нарушение функций легких ведет к развитию хронической легочно-сердечной недостаточности и гипоксии (кислородному голоданию) всего организма и поражению всех органов и систем.

Западная симптоматическая заместительная терапия, направляя усилия только против внешних проявлений болезни, никоим образом не затрагивает истинных причин недугов. Таким образом, вместо подлинного исцеления создается лишь видимость здоровья. Расплачиваться за эту иллюзию приходится порой по очень высокой цене. Любой химический препарат, всасываясь стенками кишечника, попадает в кровь, и затем с кровотоком поступает в печень, что приводит к ее поражению. Даже следы алкоголя сохраняются в крови в течение нескольких дней, что же тогда можно говорить о лекарственных средствах, которые употребляются изо дня в день и по несколько раз за день.

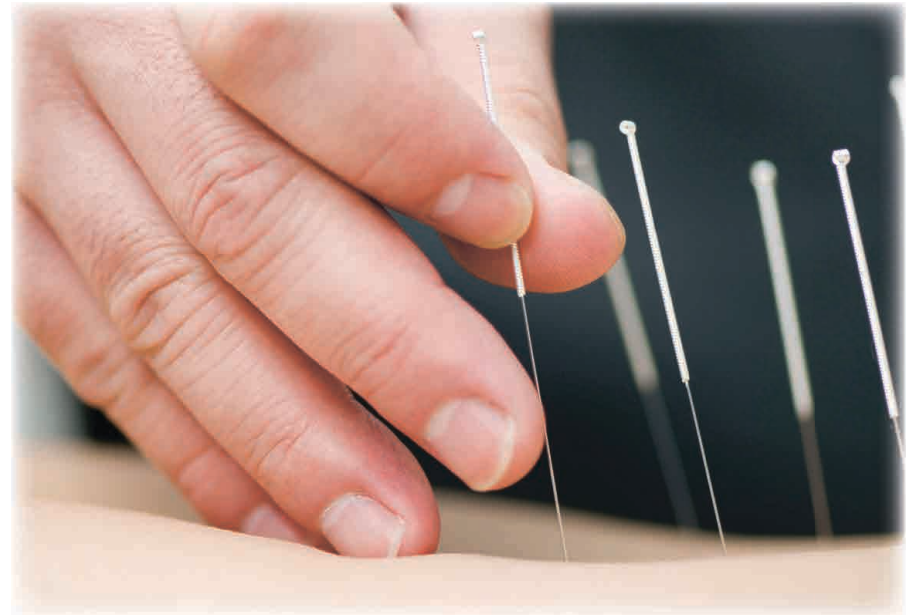
Например, применение небулайзера оказывает на легкие негативное воздействие и охлаждает и без того холодные бронхи и холодную кровь человека, страдающего бронхиальной астмой. Такое же воздействие холодного характера оказывает применение капельницы, которая состоит из физиологического раствора (практически холодной воды) и растворенных в нем химических лекарств. Нужно помнить и о том, что пациента с бронхиальной астмой всегда сопровождает страх смерти, который отрицательно воздействует на нервную систему, вследствие чего происходит спазм мышц гладкой мускулатуры бронхов и возникает большая опасность прерывания дыхания и полного закрытия их просвета слизью. Дальнейшее накопление слизи распространяется затем на легкие, что приводит к развитию легочных заболеваний, например, пневмонии.

Образ жизни, провоцирующий болезнь: частое переохлаждение организма, особенно в сыром и влажном климате, «закаливающие» процедуры, не до конца вылеченные и перенесенные на ногах бронхиты, ангины, грипп, пневмония и другие инфекционные заболевания дыхательных путей. Особенно велика опасность возникновения заболевания при наличии аденоидов и полипов в носовых ходах.

КТО В ГРУППЕ РИСКА?

Регулирующая система «слизь» отвечает за рост организма и наиболее активна в детском возрасте. Этим объясняется тот факт, что дети наиболее подвержены болезням «слизи», причем с локализацией преимущественно в верхней части тела (носоглотка, бронхи). К ним относятся риниты, гаймориты, синуситы, фронтиты, аденоиды и полипы в носу, ларенгиты и трахеиты, обструктивный бронхит. Эти болезни находятся в тесной взаимосвязи.

Так, если ребенок страдает аденоидитом, это часто является прелюдией бронхиальной астмы. То же самое с хроническим насморком: нос – это «ворота» легких, и заложенность носовых ходов обязательно будет приводить к застою явлениям в бронхах и трахеях.



Антон И., 12 лет, диагноз «бронхиальная астма» поставлен в три года. Началось все с простуды, перешедшей в воспаление легких. После стал беспокоить кашель, который с трудом поддавался лечению, присоединилась аллергия. Мальчик начал реагировать приступами кашля на острые, резкие запахи и на некоторые продукты питания. Этого было достаточно, чтобы сложилась типичная картина бронхиальной астмы. Максим с трудом переносил холодные затяжные зимы. Заболевание начиналось с осени, в сезон дождей, и затягивалось на долгие зимние месяцы. Мальчик получал стационарное лечение, капельницы, без конца пользовался ингаляторами, небулайзером, стал отставать в физическом развитии, питался йогуртами, бутербродами, вид бледный. Лечение в клинике «Наран» было начато с коррекции питания, назначения фитосборов, вызывающих отхождение слизи и обладающих согревающими свойствами. Внешние процедуры в виде точечного массажа, иглоукальвания, прогревания полыньными сигарами и теплыми байкальскими камнями полностью сняли симптомы астмы.

Успех лечения зависит не только от врача, но, в случае с маленькими пациентами, очень многое зависит и от родителей. Очень важно выполнять все врачебные рекомендации, а они касаются и образа жизни, и характера питания, и умения оказать помощь ребенку во время приступа с помощью простых доступных методов, таких как массаж и прогревание полыньными сигарами.

Детей не рекомендуется кормить молочными продуктами, всевозможными йогуртами, сладкими творожками с фруктами, ягодами (фрукты и молоко – продукты несовместимые, с точки зрения тибетской медицины). Не нужно давать детям фруктовые соки (я понимаю, что это делается из лучших побуждений), но результат вы получите прямо противоположный: постоянное потребление холодных иньских продуктов, плюс к этому внешнее охлаждение организма способствуют накоплению слизи, гипертрофии слизистой бронхов и, как следствие, развитию такого заболевания, как астма.

Можно после предварительной консультации с врачом тибетской медицины подключить естественные, натуральные способы лечения, такие как фитотерапия и внешнее воздействие на бронхиальную астму с помощью точечного

массажа, прогревания полыньными сигарами, вакуум-терапии, стоун-терапии и др.

АСТМУ ВЫЛЕЧИТЬ МОЖНО

Опыт врача тибетской медицины показывает, что нельзя опускать руки в самых, казалось бы, безвыходных случаях. Вылечить астму можно и не только у маленьких детей, но и у взрослых, страдающих этим недугом долгие годы. Поэтому так важно помнить, что запустить простудные заболевания нельзя, поскольку это может стать прелюдией к такому сложному заболеванию, как бронхиальная астма.

СПРАВКА

Сегодня в мире насчитывается около 300 млн. больных бронхиальной астмой. К 2025 г., по мнению экспертов, эта цифра увеличится до 400 млн. По распространенности астма превосходит такие заболевания, как ишемическая болезнь сердца (в 300 раз), рак легких (в 33 раза), рак молочной железы (в 20 раз), инсульт (в 15 раз) и ВИЧ-инфекция (в 5 раз). Большую тревогу вызывает тот факт, что бронхиальной астмой болеют более 10% детей.

Заболеваемость в России на первый взгляд не очень большая – 2,2% (около 7 млн. человек), однако, имеет место значительное количество летальных исходов – 28,6 случаев на 100 тыс. населения. Это означает, что около 43 тыс. человек в России ежегодно погибает от бронхиальной астмы. (Источник: www.libma.ru)



ПРАКТИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ

ПОЧЕМУ ВОЛОСЫ ПОКИДАЮТ ГОЛОВУ?

Проблема облысения и усиленного выпадения волос знакома очень многим. Вы уже, наверное, обратили внимание, что сегодня лысых молодых людей в возрасте 20–35 лет намного больше, чем среди мужчин даже более старшего возраста. Облысение не вызывает физической боли, но создает массу психических проблем и способно испортить жизнь каждому, кто с ним столкнулся.

Какой точки зрения придерживаются тибетские медики?

Врачи тибетской медицины вполне согласны с представителями современной медицины: причина любого вида алопеции чаще всего кроется в нервных расстройствах. Чрезмерное умственное беспокойство, тревога и гнев считаются причинами этого недуга. Стрессовые ситуации провоцируют «засыпание» большого количества волосных фолликулов, что, в свою очередь, способствует усиленному выпадению волос спустя несколько месяцев.

В группе риска этого заболевания находятся мужчины, имеющие природную конституцию «желчь». Энергичные, напористые, сильные, они легко впадают в гнев, могут быть агрессивны и категоричны, склонны к злоупотреблению жирной, острой пищей и алкоголем и курением. Если не контролировать подобные качества характера и потакать подобному образу жизни, это может привести к возмущению «желчи» в организме. «Плохая», перенасыщенная желчью кровь имеет щелочную среду, что неблагоприятно сказывается на состоянии волосных луковиц: они разрушаются, волосы выпадают.

Способствует возникновению алопеции и дисбаланс конституции «ветер», вызванный накоплением «холода» в организме. Чтобы избежать этого, необходимо следить за сохранением тепла в организме: не переохлаждаться, не увлекаться «холодными» продуктами (пиво, соки, свежие, не обработанные термически овощи и фрукты, еда непосредственно из холодильника и т.п.), обязательно носить зимой шапку. Также появление алопеции могут вызвать эндокринные нарушения, травмы головы, аутоиммунные процессы, длительная интоксикация, болезни ЖКТ, тяжелые инфекционные заболевания.

Представители конституции «слизь», флегматики, страдают от избыточного веса, увеличения в крови шлаков и токсинов, отравляющих их организм. Шлаки и токсины появляются вследствие недозревания пищи, т.е. от несва-

рения – состояния «мажу». Кровь переокисляется и токсически действует на волосные луковицы и кожу. Стрессы, страхи и другие отрицательные эмоции усугубляют эти процессы и способствуют еще большему выпадению волос. Особенно благоприятным для развития алопеции состоянием является существование в организме двух равновесных «возмущенных» дош: «слизь» (холод) и «желчь» (жар). Они находятся в борьбе между собой, не уступая дорогу другу подобно двум горным козлам на узкой тропинке.

Облысение у женщин

Облысение у женщин – это не диагноз, а симптом, который возникает на фоне скрыто протекающих внутренних заболеваний, вызванных дисбалансом трех конституций: «ветер», «желчь» и «слизь». Причиной облысения у женщин является «возмущение» трех конституций: «слизь» (лимфатическая и гормональная системы), «желчь» (пищеварительная система, кровь) и «ветер» (нервная система). Нарушение конституции «слизь» может спровоцировать повышение мужских половых гормонов (андрогенов), которое может привести к неравномерному росту волос, росту волос по мужскому типу (усы, борода) и выпадению волос. У женщин типа «желчь» алопеция усиливается от нервных стрессов, отрицательных эмоций, таких как гнев, обида, ревность, зависть и мн.др. Кроме этого, волосы у них рано седеют, уже в молодые годы.

Женщины конституции «ветер» отличаются сухими, тонкими и ломкими волосами. Любые нервные переживания (депрессия или, наоборот, чрезмерная радость и веселье) вызывают неправильную нервную регуляцию кожи головы и волосных луковиц, что приводит к раннему поседению и выпадению волос.



Симптомы: кожа становится жирной на голове и лице, возможно развитие воспалительного процесса в сальных железах и волосных мешочках кожи.

Как лечат алопецию в клинике «Наран»?

В поисках эффективного средства от неконтролируемого выпадения волос люди нередко обращаются к специалистам тибетской медицины, и неспроста. Восточные методы лечения издавна, уже несколько тысячелетий, успешно применяются для лечения алопеции и у женщин, и у мужчин, и даже у детей. Их главные отличия от общепринятых медицинских мер – отсутствие побочных эффектов и комплексный подход.

Организм человека – единая взаимосвязанная система, поэтому любая болезнь рассматривается в клинике «Наран» как следствие общей дисгармонии в организме трех регулирующих систем: «ветер», «желчь» и «слизь». В связи с этим лечение обычно начинается с рекомендации специалиста по питанию и режиму жизни в целом. Для нормализации психоэмоционального состояния, повышения иммунитета и стимуляции внутренних резервов организма пациента, для восстановления здоровья обязательно применяется фитотерапия.

Тибетские фитопрепараты и байкальские тра-

вяные сборы настраивают организм на выздоровление, очищают кровь и регулируют энергетический дисбаланс. В качестве внешних методов лечения применяются иглотерапия, аурикулотерапия, су-джок терапия, которые улучшают питание клеток кожи головы, снимают воспаление, восстанавливают нервную систему после стрессов. При помощи точечного массажа устраняются застойные явления, активизируется кровоснабжение кожи и лимфоток. Моксотерапия «согревает» организм, налаживает обмен веществ; массаж теплыми камнями создает седативный эффект, нормализует сон, придает силы; вакуумный массаж способствует выводу накопившейся желчи, стимулирует микроциркуляцию крови в области головы, улучшает кровоснабжение волосных луковиц и способствует выведению шлаков.

Для каждого конкретного пациента личный врач назначает персональное лечение. Обычно курс состоит из 9–11 сеансов. Рост волос возобновляется полностью примерно через 1–2 месяца, уменьшается количество седины, структура волос восстанавливается, они вновь становятся сильными, блестящими и здоровыми.

Светлана Катышева,
врач клиники «Наран», м. Войковская

ИЗ ИСТОРИИ «НАРАНА» МЫ ЛЕЧИЛИ ДЕТЕЙ ЧЕРНОБЫЛЯ!

Недавно в клинику «Наран» позвонили из Белоруссии. Наши коллеги из Гродненского государственного медицинского института, кафедры педиатрии очень тепло интересовались жизнью и деятельностью клиники «Наран». В 1990 году Благотворительный Фонд «Калчэрэл Экспресс», объединяющий специалистов из разных стран: Нидерландов, Италии, Франции, Германии, США обратился за медицинской помощью к коллегам из Бурятии с призывом оказать безвозмездную помощь в лечении детей Чернобыля. Предложение было немедленно принято врачами клиники «Наран», и когда 130 белорусских детей прибыли на Байкал для прохождения курса лечения, бригада врачей тибетской медицины, состоящая из трех человек – к.м.н., заслуженных врачей Республики Бурятия Светланы Чойжинимавевой, Баира Чойжинимавеева и Панчинова Л.К. уже встречала их во всеоружии.

Дети приехали из Могилевской, Витебской, Гродненской областей Белоруссии, из Минска, из мест, наиболее пострадавших от аварии на Чернобыльской АЭС. Перед отправкой они прошли полное обследование в медицинском институте города Гродно. При первом впечатлении нас поразило, что дети совсем не выглядели больными: красиво одетые, у девочек 14–15 лет роскошные длинные волосы, модные причёски. Только у самых маленьких головы были повязаны платками, которые они не снимали. Но уже на другой день, когда мы стали знакомиться ближе, оказалось, что все эти красивые волосы и модные стрижки у девочек были париками. И когда они сняли парики, мы чуть не заплакали: у всех была алопеция – полная или частичная потеря волос: гнездная, тотальная, субтотальная. Страшно, когда видишь ребёнка с почти голым черепом и без бровей (брови они

рисовали себе карандашом). Чем больше мы изучали истории болезни и данные анализов, тем больше приходили в ужас.

У всех была инкорпорированная радиация, у всех в организме присутствовал радиоактивный йод. При радиоактивном делении атомов этот элемент разрушает организм изнутри на клеточном уровне с тяжелейшими функциональными и органическими поражениями систем и органов, разрушением иммунной системы. Поскольку общий иммунитет снижен, на этой основе развиваются практически любые болезни, что мы и наблюдали. Биохимические анализы крови у всех детей были крайне плохие, было повышено содержание лейкоцитов, и понижен уровень гемоглобина. В анализах мочи у кого белок, у кого лейкоциты. У каждого второго кожные заболевания: нейродермиты, атопические дерматиты, экземы. Поглощение радиоактивного йода тканями щитовидной железы вызывало её поражение (гипертрофию, изменение) практически у всех детей. Дерматиты, бронхиты, ангины, астма, зубные болезни, лимфоадениты, болезни почек (пиелонефрит), печени, лёгких – вот далеко неполный перечень заболеваний, с которыми нам пришлось столкнуться.

Каждому из детей был назначен индивидуальный курс фитотерапии, который включал отвары радиопротекторных травяных сборов (выводящих из организма радионуклиды) и других растений, в зависимости от конкретного заболевания. У каждого ребёнка было расписано, какой отвар он принимает – утром, днём и вече-

ром. В полном объёме применялись целебные процедуры: точечный массаж, прогревание полыньными сигарами, иглоукальвание. Для восстановления волос в кожу головы втирались лечебные мази, накладывались специальные маски, разработанные доктором Баиром Чойжинимавеевым. Курс лечения дополняли занятия физкультурой, дыхательной гимнастикой, купание, а также походы в баню. Работали по 16–18 часов в сутки, с 7 утра и до поздней ночи. Через три недели дети уехали. По возвращению в Гродно они вновь прошли полное диагностическое обследование в медицинском институте.

Данные анализов были поразительными. У 99% детей алопеция исчезла, волосы снова стали расти.

Гормональный фон значительно улучшился. Многие дети избавились от бронхита, ангины, лимфоаденита, произошли улучшения состояния щитовидной железы и кожи. Образцы мочи у детей выявили отсутствие радионуклидов. Результаты превзошли все ожидания! Не зная, к чему отнести такой удивительный эффект, к методам тибетской медицины или к влиянию природы Байкала, врачи Гродненского медицинского института просили нас провести повторный курс лечения, теперь уже на их базе в Белоруссии во время зимних каникул 1991 года. Мы вылетели в Гродно. Там, в 10 километрах от города, находился санаторий «Вирюки», где нас ждали все 130 наших детей. Они встретили нас как родных, это было очень волнительно и трогательно! Заведующая кафедрой педиатрии Гродненского института профессор Елена Евев

выразила нам глубокую благодарность и удивление по поводу такого впечатляющего успеха. Новый курс лечения продолжался две недели, его результаты были такими же впечатляющими. На весенних каникулах детей вновь собрали вместе и провели новое обследование в институте Гродно. Научные данные были собраны воедино и представлены в виде статьи, которая обошла научно-медицинские издания Западной Европы: Германии, Франции, Австрии, Голландии и других стран. В душе каждого из нас, врачей тибетской медицины, принимавших участие в программе, эта работа вызвала чувство глубокого морального удовлетворения. Кроме того, она дала возможность подтвердить эффективность наших методов лечения при серьёзных поражениях лимфатической и эндокринной систем организма и при множестве патологий, нечасто встречающихся в практике и тем более связанных с атомной катастрофой. Это был очень плодотворный труд, окрыливший нас, укрепивший нас в правильности нашего пути, нашего творческого подхода к лечению. Колоссальный опыт, полученный в эти годы, использовался нами в последующей работе с онкологическими, иммунодефицитными заболеваниями.

Наши коллеги из Гродно рассказали нам, что все те самые 130 детей живы, здоровы (у всех выросли волосы) и они до сих пор помнят нас. Мы тоже помним их, поскольку связаны с ними неразрывными кармическими узами. Пусть все живые существа избегают страданий, пусть родители видят своих детей здоровыми, и пусть все будут счастливы.

Светлана Чойжинимавеева,
гл.врач клиники «Наран»

В РЕЧАХ СТРЕМИТЬСЯ К ПОБЕДЕ НАД ЧЕЛОВЕКОМ – ЭТО БОЛЕЗНЬ

АНАТОМИЯ БОЛЕЗНИ

В редакцию стабильно поступают письма с вопросами о камнях в желчном пузыре. Современные врачи утверждают, что в силу особенностей этого деликатного органа удалить камни из желчного пузыря безоперационным путем НЕВОЗМОЖНО. Что говорит по этому поводу тибетская медицина? Об этом мы разговариваем с главным врачом клиники «Наран» Светланой Чойжинимаевой.

– Основным методом лечения холелитиаза в западной медицине является прием медикаментозных препаратов для растворения камней на ранних стадиях, в более тяжелых случаях – операции по удалению камня в желчном пузыре или же самого желчного пузыря, если камень слишком велик. Резкое обострение желчнокаменной болезни с закупоркой протоков, безусловно, требует оперативного вмешательства, но зачастую эта крайняя мера не делает человека здоровым. Причина болезни не исчезает вместе с желчным пузырем, а остаётся, создавая человеку дополнительные проблемы.

Если при наличии даже большого количества камней нет печеночной колики, возникающей на фоне неправильного питания, отсутствуют камни с острыми краями (фестончатые), причиняющие боль при физических нагрузках, нет острого воспалительного процесса в области печени и желчного пузыря с резким подъемом температуры, жаром в теле, сильными болями, коликами, рвотой с желчью, то, считаю, что удалять желчный пузырь можно не торопиться. Тибетская медицина предлагает эффективные методы лечения желчнокаменной болезни без операции. Соблюдение всех рекомендаций врача, применение специально подобранных тибетских фитопрепаратов позволяет восстановить нормальную функцию печени и желчного пузыря.

При желчнокаменной болезни я могу рекомендовать следующий сбор: трава чистотела, шлемника байкальского, полыни горькой, кукурузные рыльца, цветки ромашки и календулы, мята перечная – по две части; семена укропа огородного и моркови посевной – по одной части. Все измельчить, хорошо перемешать.

1 ст. ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, прокипятить 1 минуту, настоять 1 час, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды на протяжении 3-4 недель.

– Какие методики применяются в клинике при лечении желчнокаменной болезни?

– В клинике тибетской медицины «Наран» для лечения желчнокаменной болезни применяются фитотерапия, очищающая печень, желчный пузырь, кровь и способствующая растворению камней желчного пузыря, и методы внешнего воздействия: энергетический точечный массаж, иглоукальвание, моксотерапия и др. Тибетская медицина относит воспаление желчного пузыря и желчнокаменную болезнь к синдрому пустоты меридиана печени и полноты желчного пузыря. Поэтому точки меридиана печени тонизируют, а желчного пузыря – седатируют.

В ходе лечения, за счёт нормализации биохимического состава желчи, происходит не выход камней, а именно их растворение с последующим удалением продуктов распада из организма. При соблюдении правильной диеты и образа жизни вероятность повторного образования камней равна нулю. При восстановлении нормальной функции печени и желчного пузыря пропадает изжога, горечь во рту, исчезает чувство тяжести и боли в правом подреберье. Эти неприятные симптомы уходят, так как улучшается моторика желч-

ного пузыря, уменьшается вязкость желчи, улучшается её отток, понижается уровень холестерина в крови.

– Что делать людям с диагнозом хронический калькулезный холецистит?

– Во-первых, если в области печени появляется чувство тяжести, а во рту – изжога (горький привкус желчи), это не говорит еще о том, что «зашевелились» камни. Скорее, речь идет о возмущении конституции «желчь», связанном с неправильным питанием и образом жизни.

Камни в желчном пузыре бывают двух видов – холестериновые и билирубиновые.

– ли-рубиновые. Первые чаще образуются у людей с доминирующей конституцией «слизь», вторые – у тех, у кого преобладает «желчь». Холестериновые камни – светлые и более мягкие, они легче растворяются при помощи фитотерапии и диеты, билирубиновые – зеленоватые и более твердые, их растворение возможно на начальных этапах образования.

– Следует ли бояться того, что в процессе приема сбора камни движутся и перекроют желчный проток?

– Такие случаи встречаются крайне редко. Растворение камней надо контролировать при помощи УЗИ, но делать это не раньше, чем через три курса, перерыв между которыми составит неделю. То есть, надеяться на какие-то сдвиги в растворении камней можно не ранее, чем через три месяца.

Для нормализации эмоционального фона и улучшения сердечно-сосудистой деятель-

ности:

Смешиваем настойку пиона – 60 мл, настойку валерианы – 40 мл, настойку боярышника – 50 мл, настойку пустырника – 40 мл, настойку мяты – 20 мл, настойку календулы – 40 мл., настойку полыни – 20 мл.

Пить по 15 капель 3 раза в день на 1 ст. ложку воды за 20 минут до еды. Курс лечения – 1,5-2 месяца, через 3 недели при необходимости курс можно повторить.

– Какие рекомендации дает тибетская медицина в отношении диеты при желчнокаменной болезни?

– Питание должно быть направлено на снижение возбуждения печени, уменьшение ее «жара». Для этого

следует отказаться от мяса, колбас

и всех видов овец

и птицы

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

супа. Вместо соли использовать соевый соус и добавлять по чуть-чуть неострые приправы: мускатный орех, гвоздику, кардамон, корицу, кориандр, можно немного сушеного имбиря и красного перца. Черный перец исключается. Лук и чеснок – только в тушеном виде, горчица и хрен – в небольших количествах. Допустимые вкусы: горький, сладкий, вяжущий. Солёный, кислый и острый – ограниченно.

В качестве гарниров подойдут тушеные овощи или макаронные изделия из твердых сортов пшеницы.

Фрукты есть по сезону, желателно местные. Сейчас как раз время арбузов, которые можно употреблять практически в неограниченном количестве, в том числе с белым подсушенным хлебом и брынзой, через 2,5 часа после обеда. Позже пойдут айва и хурма – очень полезные для печени.

Полезен овсяный кисель, который нужно пить 3 раза в день за 30 минут до еды. Вечером насыпать в кофемолку 3-5 ст. ложки овса и перемолоть его в порошок. Затем этот овес пересыпать в термос и залить 0,5 л кипятка. Утром тщательно отфильтровать содержимое термоса через х/б ткань. Полученный кисель разделить на 3 части и принимать, добавляя к каждой 150 мл теплой кипяченой воды.

– Вы ничего не сказали еще о внешних процедурах. Чем можно помочь в камнерастворении?

– Если возникают болевые ощущения, их можно купировать массажем в области лопаток слева и справа от позвоночника, но с усилием на правую сторону, то есть, на проекцию печени и желчного пузыря.

Мягкому выходу мелких камушков будут способствовать нажатия на выдохе пальцами обеих рук вдоль линии правого нижнего ребра (см. рис.). При этом нужно досчитать до 9, затем – вдох с подъемом живота на «раз-два-три», и опять нажатие на выдохе со счетом от 1 до 9. Вся процедура длится 1 минуту и выполняется за 20 минут до еды 3 раза в день. Это можно выполнять как в положении сидя, так и лежа, согнув ноги в коленях.

Повторю, процесс растворения и выведения камней не быстрый, но вполне реальный. Настройтесь на положительный исход и принимайтесь за дело.

Сергей Андрусенко,
Долгор Аустермонас

Из практики клиники «Наран»

На приеме Татьяна Л., 34 года, спортсменка. Попала в больницу с сильными болями в животе. Медики ничего не выявили, выписали через неделю, так и не поставив диагноз. В сентябре она снова попала в больницу с приступом, где ей, наконец, поставили диагноз – желчнокаменная болезнь. Желчный пузырь был буквально забит множественными конкрементами диаметром от 3 до 6 мм, выходя, они застревали в протоках, вызывая воспаление и причиняя сильную боль. Врачи сразу предложили операцию. Другого выхода они не видели. Пациентка же твердо решила обойтись без оперативного вмешательства и пришла к нам. За полгода Оксана прошла три курса комплексного лечения и фитотерапии. Самый большой шок ожидал ее, когда перед очередным чемпионатом она проверила весь организм. Оказалось, что в желчном пузыре камней не осталось, они рассосались. Обнаружили небольшой песочек, и все! Этот результат документально подтвержден.



В ФОКУСЕ

В КЛИНИКЕ «НАРАН» БЕЗОПЕРАЦИОННЫМ ПУТЕМ ПАЦИЕНТКУ ИЗБАВИЛИ ОТ КАМНЯ В ЖЕЛЧНОМ ПУЗЫРЕ!

С «НАРАНОМ» ЛЮБОЙ НЕДУГ ИЗЛЕЧИМ!



Моя собеседница Виктория Григорьевна Новожилова, энергичная и жизнерадостная женщина, подкупающая своей открытостью и обаянием. Поводом для разговора стало радостное в ее жизни событие. Последнее УЗИ показало, что в ее желчном пузыре исчез камень, мучивший ее многие годы. Во время общения выяснились и другие интересные факты из ее истории исцеления.

Наступает момент, когда становится ясно, что ты уже не встанешь

Трудно представить, что десять лет назад Виктория Григорьевна была абсолютно большим человеком. Она была прикована к постели, и не могла передвигаться без посторонней помощи. Женщина в подробностях рассказывает, что ей пришлось пережить:

«В 2005 году я перенесла тяжелую операцию по удалению груди. Причем онкологию я обнаружила сама, врачи просто не обращали внимание. Один из врачей даже заявил мне: «Как мне надоели эти женщины, им все кажется!»

Но я настояла на операции, после которой я перенесла химиотерапию. Последствия были просто чудовищные – болело все! Понимаете, я просто лежала. Мне муж купил большой американский надувной матрас, я на нем могла только переворачиваться. Помимо всего у меня был тяжелый остеопороз и остеохондроз, который сидел по всему позвоночнику, там все было стерто. При такой острой клинике у тебя болят все ребра. Иной раз не знаешь даже, что болит.

Я понимала, что так жить нельзя. В жизни наступает момент, когда становится предельно ясно, что ты уже не встанешь. В этот момент надо что-то сделать или уже ничего не поможет. Я верю в провидение. Чисто случайно мне попала листовочка про клинику «Наран», когда лежишь, читаешь все подряд. И я решила: «Надо попробовать, ведь там я еще не была, хуже не будет».

О тибетской медицине я читала раньше, у меня есть дореволюционная книжка лекаря Петра Бадмаева, который лечил царскую семью. Я пришла в клинику, можно сказать, приползла, муж занес меня на прием на руках.

Меня приняла главный врач Светлана Галсановна Чойжинимайева. Мне было настолько тяжело, что врач не могла скрыть свое сострадание ко мне. Она смотрела на меня с такой жалостью. Я попросила: «Сделайте так, чтобы я могла хотя бы себя обслуживать, как-то двигаться, я встать должна».

Как сейчас помню, Светлана Галсановна ответила: «Давайте что-нибудь попробуем сделать, будем лечиться».

Вот так потихоньку-потихоньку меня поставили на ноги. Сперва горошинки, потом процедуры. Мне дали сборы, а у меня астма, причем в непростой форме – аллерго-инфекционная аспириновая. Я тяжелейший аллергик, причем аллергик пятого дня. Когда принимаю лекарства, первые три-четыре дня нормально. А вот на пятый день все – сильнейшие побочные эффекты: тошнит, начинает рвать».

– У вас все аллергические болезни были в одну кучу, целый букет: бронхиальная астма, ринит, фарингит, ангина, гайморит. Все слизистые накопления были налицо, – присоединяется к разговору главный врач клиники

Светлана Чойжинимайева. – Первым делом мы предписали пациенту коррективу питания, ведь пища – один из немаловажных факторов, определяющих самочувствие человека. Наладили позитивное мышление, вдохнули в человека надежду и веру в выздоровление. Для повышения иммунитета и очищения организма от шлаков прописали фитопрепараты. И несмотря на перенесенный рак, мы решились на методы внешнего воздействия – иглоукалывание, массаж, моксотерапию.

– Да, после трех сеансов процедур я просто летала! – смеется Виктория Новожилова. – Даже взялась за косметический ремонт в квартире. Помню свое приподнятое состояние, с оптимизмом подумала: буду жить, что я перешагнула через определенную черту в своей жизни. Но на шестой процедуре у меня опять недомогание началось. И окончательное улучшение пошло через месяц – на 11 процедуре. Я поняла, что в организме происходит обратимый процесс. Как-то я столкнулась в «Наране» с женщиной, которая говорила, что ей после шестой процедуры стало плохо. Знаете, это реакция организма, идущего на поправку. Поэтому не надо бояться, и просто научитесь доверять своему врачу.



Главный врач клиники «Наран» С. Чойжинимайева и пациентка В. Новожилова

Врачи не поверили, что камня больше нет

Новым этапом в жизни Новожиловой стала борьба с камнем, образовавшимся в желчном пузыре через 8 месяцев после химиотерапии. Ее клинический случай можно смело называть уникальным – камень был прилегающий. Он перемещался по желчному пузырю, вызывая боль в разных частях тела. Конкремент обнаружили врачи клиники «Наран».

В свое время в клинике «Наран» работал замечательный узист. Он заставлял меня и наклониться, и попрыгать. Приложил немало усилий, чтобы поставить точный диагноз. Но в 2005 году мне было не до камня. Мне тогда важно было восстановить обмен веществ и начать хотя бы есть.

Со временем камень прикрепился рядом с каналом и начал расти. УЗИ показало, что его размер составляет 1,1 сантиметра. Меня все время подташнивало. Гастроэнтеролог категорически заявил, что нужна операция. Но повторно ложиться под нож я не решилась. Возраст уже не тот, мне уже 68 лет. Но 2 года назад я начала решительную борьбу, победить в которой мне опять помог «Наран».

Я пропила даже не специальные сборы, а желудочный сбор № 2. Если тошнит, то я несколько дней не пью, потом снова продолжаю курс лечения. Пропила по чайной ложечке все 2 года, но периодами, если было плоховато. 21-дневный курс пила дней за 30.

Последнее УЗИ показало, что камня нет – растворился. Заведующая 107 поликлиники сама прибежала: врачи не поверили, что камня больше нет! Дважды проверяли, даже на новом аппарате. Вместе с «Нараном» я победила свой очередной недуг».

По словам доктора Светланы Чойжинимайевой, тибетская медицина – это доказательная медицина. Один из принципов научности метода – повторяемость результатов. За 25-летнюю деятельность клиники «Наран» сотни пациентов безоперационным путем избавились от конкрементарных образований во внутренних органах, в том числе от камней в желчном пузыре.

Тибетская медицина относит воспаление желчного пузыря и желчнокаменную болезнь к синдромам пустоты меридиана печени и полноты желчного пузыря. Поэтому точки меридиана печени тонизируют, а желчного пузыря – седати-



В. Новожилова с дочерью и внуком в фитобаре клиники

руют. Внутреннее воздействие оказывает прием тибетских фитопрепаратов, очищающих печень, желчный пузырь, кровь и растворяющих камни желчного пузыря.

В ходе лечения, за счёт нормализации биохимического состава желчи, происходит не выход камней, а именно их растворение с последующим удалением продуктов распада из организма. При соблюдении правильной диеты и образа жизни вероятность повторного образования камней равна нулю. При восстановлении нормальной функции печени и желчного пузыря пропадает изжога, горечь во рту, исчезает чувство тяжести и боли в правом подреберье.

Эти неприятные симптомы уходят, так как улучшается моторика желчного пузыря, уменьшается вязкость желчи, улучшается её отток, понижается уровень холестерина в крови.

В целях профилактики ЖКБ необходимо исключить из еды острую, жирную пищу, питаться согласно своей конституции: «ветер», «слизь», «желчь». И вести умеренно активный образ жизни.

Как признается Виктория Григорьевна, в клинике она не только поправила свое здоровье, но и научилась философии здоровья. При росте в 160 см у нее идеальный вес – 60 кг. Секрет в правильном питании, сбалансированном согласно ее конституции. Нередко она возмущается, когда видит, как в поликлиниках пришедшие на прием астматики и аллергики уплетают цитрусовые. Воистину, именно невежество порождает страдания!

Виктория Новожилова за эти годы не только стала постоянным пациентом клиники, но и ее большим другом. Именно сюда она в первую очередь бежит лечить свои болячки и болезни своих родных. С особым трепетом она рассказывает, как врачи клиники «Наран» вытягивали ее новорожденного внука:

«Благодарю бога, что судьба в свое время свела меня с «Нараном»! Ребенок родился недоношенным, с деформацией грудной клетки. У дочери преждевременно отошли воды, и его, безводного, держали два месяца – дотягивали на капельницах до восьми месяцев. Сильно переживали, выживет ли ребенок. Но тибетская медицина творит чудеса, мальчика не просто спасли, а подарили ему здоровье. Сейчас нашему

мальчугану шесть лет, уже бегает в школу.

Мой папа от астмы скончался, дядя тоже. В нашем роду у всех астма во второй половине жизни, то есть после 50 лет. Но вместе с «Нараном» мне теперь ничего не страшно: любую недуг излечим, любую болезнь победим!».

Бато Багдаев

РЕЗУЛЬТАТЫ УЗИ органов брюшной полости пациентки Новожиловой В.Г., проведенных Отделением ультразвуковой диагностики ГБУЗ «Городская поликлиника № 107» г. Москвы.

– 22 марта 2011 года на ультразвуковом аппарате «Philips iU22-5МГц» – желчный пузырь: конкремент на момент осмотра определяется в размере 1,1 см.

– 02 октября 2013 года на аппарате «Aloka» – желчный пузырь: конкремент определяется в размере 0,6 см.

– 22 мая 2014 года на аппарате «Lodgic» – желчный пузырь: конкремент не визуализируется.

Справка: Желчнокаменная болезнь – холелитиаз (от греч. chole – жёлчь и lithos – камень) – заболевание, характеризующееся образованием камней в желчном пузыре и желчных протоках. Относится к числу широко распространенных заболеваний и считается болезнью «цивилизации».

По статистическим данным, ЖКБ обнаруживается у 15–20% взрослого населения развитых стран. Причем у женщин встречается в 5–6 раз чаще, чем у мужчин.

ВОПРОС – ОТВЕТ

Поставили диагноз аутоиммунный тиреоидит. Мне 45 лет. Говорят, лечить не надо, просто следить за щитовидкой, сдавать анализы на гормоны и делать УЗИ. Но как же не лечить? А вдруг будут осложнения, боюсь гормонов и операции. Может, восточная медицина другого мнения? Мне кажется, что болезнь развивается.

Ирина С., Республика Татарстан

ОТВЕЧАЕТ ВЛАДИСЛАВ ЛЯН,
врач клиники «Наран», г. Москва, м. Юго-Западная



ЩИТОВИДКА: МАЛЕНЬКАЯ ЖЕЛЕЗА БОЛЬШОЙ ТРЕВОГИ

Тибетская медицина считает, что заболевания щитовидной железы возникают вследствие расстройства жизненных конституций «ветер», «желчь» и «слизь». Щитовидная железа – часть эндокринной системы, относящейся к конституции «слизь». Она занимает в ней особое место, ее называют «дирижером» этой системы. К «возмущению» этих систем приводят нервные стрессы, неправильный образ жизни и характер питания (переедание, злоупотребление алкоголем, острой, кислой, горькой и жирной пищей).

В развитии заболеваний щитовидной железы огромную роль играет эмоциональный фактор (возмущение конституции «ветер»). Это относится к такому свойству характера, как обидчивость. Постоянные переживания обид, переживание в себе стрессов («ком в горле») вызывает нарушение нормального кровотока, течения энергии на уровне горла, что отражается на щитовидной железе, поэтому необходимо работать над собой. Накапливаемые обиды, подавляемые слезы вызывают спазмы шейного нервного узла, отвечающего за иннервацию щитовидной железы, а также питающих ее кровеносных сосудов. Полноценное кровоснабжение щитовидной железы имеет огромное значение для ее работы, этот орган – один из наиболее кровоснабжаемых. «Возмущение» конституции «слизь», регулирующей в нашем организме гормональную, лимфатическую системы, возникает в результате меланхолического образа жизни, празности, лености, обливания прохладной водой, купания не по сезону в бассейнах, злоупотребления большим количе-



ством сладкой пищи (хлебобулочных и кондитерских изделий), картофеля, овощей и фруктов, молочных продуктов, мяса и т.д. В организме человека «слизь» накапливается «плохая, грязная» кровь, которая омывает щитовидную железу и нарушает в ней кровоток, накапливая в ней слизь (мукоид, коллоид). У представителей конституции «слизь» обычно развивается диффузное увеличение железы, реже появляются узлы. Присоединение носоглоточной инфекции вызывает развитие тиреоидита. Зоб с узлами, более клинически выраженный тиреоидит, характерен для людей конституции «желчь». Люди конституции «желчь» обладают горячим темпераментом в силу своего характера и употребляют в пищу много острой, горячей, соленой пищи.

Лечение аутоиммунного тиреоидита необходимо и носит комплексный характер: необходимо скорректировать образ жизни и питание, применение фитотерапии направлено на устранение первоначальной болезни – нарушения баланса конституций «ветер», «желчь» и «слизь». Наибольший эффект достигается при сочетании фитотерапии с внешними методами воздействия, такими как энергетический точечный массаж, иглорефлексотерапия, прогревание полыньными сигарами (моксотерапия) и др. Комплекс внутреннего и внешнего методов воздействия быстро и эффективно восстанавливает нарушение функции щитовидной железы.

Конкретные рекомендации даются пациенту при выявлении его конституции на приеме у врача тибетской медицины.

У меня после родов появилось недержание мочи. Очень стесняюсь своей болезни. Скажите, пожалуйста, есть ли эффективные методы лечения этой проблемы?

Марина Р., г. Химки

ОТВЕЧАЕТ ЕВГЕНИЯ БАСТУЕВА,
врач клиники «Наран», г. Москва, м. Красные Ворота



НЕДЕРЖАНИЕ МОЧИ МОЖНО ВЫЛЕЧИТЬ

Недержание мочи возникает у женщин после родов, переохлаждения, поднятия тяжестей. К другим причинам можно отнести возрастные изменения в организме, воспалительные процессы. Нередко недержание мочи у женщин возникает на фоне остеохондроза пояснично-крестцового отдела позвоночника, в результате которого происходит защемление седалищного нерва и нарушается нормальная иннервация мочеполовой сферы.

С точки зрения тибетской медицины, основной причиной, по которой происходит недержание мочи у женщин, является дисбаланс регулирующей системы «ветер», которая осуществляет нервную регуляцию процессов мочеиспускания и дефекации. Также среди причин недержания мочи можно назвать оптоз абдоминальных органов, который давит своим весом на мочевой пузырь. Нарушение архитектоники внутренних органов всего на несколько сантиметров кардинально меняет внутрибрюшное давление. Тазовое дно при опущении внутренних органов утрачивает способность противостоять давлению сверху. В результате сдавливаются расположенные ниже органы, наблюдаются загибы и миомы матки, выпадения матки и недержание мочи. Способствующим фактором, приводящим к диагнозу недержание мочи у женщин, может послужить избыточный вес.

Лечение в клинике «Наран» включает фитотерапию и комплекс внешних методов воздействия по биоактивным точкам тела (точечный массаж, моксотерапия, иглоукалывание, стоун-терапия) для восстановления баланса нервной системы, улучшения тонуса мышечных тканей тазового дна, повышения уровня энергии в области малого таза. Лечение методами тибетской медицины позволяет: устранить подтекание мочи, нормализовать процесс мочеиспускания, устранить сопутствующие симптомы недержания мочи, восстановить слаженную работу органов малого таза и тазового дна как единой системы, устранить внезапные позывы к мочеиспусканию, нормализовать частоту мочеиспускания, увеличить емкость мочевого пузыря. Методы тибетской медицины позволяют повысить местный иммунитет мочеполовой сферы, снизить риск инфекционных заболеваний (включая цистит) и возможность гинекологических заболеваний, устранить сопутствующие заболевания и их симптомы, гармонизировать нервную систему и комплексно оздоровить организм.



МОЙ ВРАЧ В КЛИНИКЕ «НАРАНА»...

...ИЗБАВИЛ ОТ ГАЙМОРИТА БЕЗ ПРОКОЛА!

Меня зовут Евгений, мне 18 лет. Расскажу свою «гайморитную» историю. Честно, я замучился: нос заложен, все болит – и глаза, и нос, и даже щеки, и даже лоб! Ко всему прочему начал проявляться неприятный запах изо рта, а сам запаха не чувствую. Деваться некуда, пошел в больницу, а там врачи говорят – надо делать ПРОКОЛ! Какой прокол, Боже упаси!

И тогда я пришел в «Наран» по совету своей бабушки Анастасии Павловны, которая давно ходит в эту клинику (страдает болезнями опорно-двигательного аппарата). Я мужественно (не пропустил ни одного сеанса) прошел курс комплексного лечения, то есть пил тибетские лекарства в виде кругленьких шариков, и одновременно мне делали прогревания полыньными сигарами, я так понял, что ими прогревают очень важные точки на теле, и такое блаженное тепло разливается по телу, в

общем, классно! И точечный массаж – хорошая вещь, между прочим (больно немножко, правда, но зато потом как новый). Про иглотерапию молчу вообще, мне показалось, что после них у меня сразу улучшение началось. Да, еще стоун-терапия, лечение байкальскими камнями. Тоже впечатляет.

При беседе со своим врачом Жалмой Лубсановой я узнал, что тибетские медики называют нос «окном легких», и что существует прямая связь между воспалением носа и заболеванием бронхов и легких. Также я уяснил, что гайморит, ринит и т.д. – это последствия простудных заболеваний, возникающие на фоне хронического насморка. Так что, свысока смотреть на насморк тоже «не айс», оказывается.

Прошел я 9 сеансов, в результате чего мне вывели скопившуюся слизь из дыхательных путей (это я опять узнал из бесед

с доктором Жалмой), а из-за этого, цитирую: «...устранилось воспаление, произошла нормализация кровотока и движения жидкостей в дыхательных путях».

Ни о каких проколах, на которых настаивал врач в поликлинике, куда я прикреплен, в «Наране» не было и речи. Спасибо доктору и моей бабушке, а то я при слове «прокол» испытал такую панику, что уже решил было не лечиться и ходить так дальше, до победного конца. Не знаю, чем бы все закончилось. А сейчас здоров, вспоминаю «свой» гайморит как страшный сон.



Мнение врача клиники «Наран» на Войковской Жалмы Лубсановой:

Одна из опасностей синусита заключается в том, что он

может привести к развитию менингита. Полость, в которой располагается мозг, отделена от лобной, клиновидной и решетчатой пазух очень тонкой костью. Через эту кость к жидкостям и тканям, окружающим наш мозг, довольно легко может проникнуть инфекция. Зная о последствиях гайморита, можно не только уберечься от болезни, но и вовремя обратиться к врачу. Чтобы точно не запустить болезнь, нужно знать, чем она грозит.

Итак, запущенный гайморит может открыть путь инфекции в полость черепа, а это ведет за собой опасность менингита, энцефалита. Открывается путь и в полость глазниц, что может грозить воспалением глаз и офтальмитом.

В медицинской практике есть случаи, когда гайморит дает начало заражению крови (сепсису) если отказаться от лечения или не соблюдать назначенное лечение.



НОВОСТИ

ВЫСТАВКА «АТЛАСА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ» ПРОИЗВЕЛА ФУРОР В СТОЛИЦЕ РОССИИ

14 ноября 2014 г. в Москве в Дипломатической академии МИД России на Остоженке открылась экспозиция выставки «Атлас тибетской медицины. Древнее искусство исцеления», организованная клиникой тибетской медицины «Наран» и Благотворительным фондом «Жамсаран».

Выставку посетили известные российские политики, общественные деятели, звезды театра и кино, а также зарубежные гости. Московская элита была потрясена увиденным. Организаторы получили приглашения на экспонирование выставки в других российских регионах и в столице Монголии.

Более подробно на сайте

[HTTP://NARAN.RU](http://NARAN.RU)



Открытие выставки «Атлас тибетской медицины»



Народная артистка России Людья Федосеева-Шушкина и Посол Монголии Шухар Алтанзарал



Народная артистка России Екатерина Жемчужникова и PR-менеджер клиники «Наран» Бато Багдаев



Член Совета Федерации РФ Степан Жираков, его помощник Индира Юндунова и основатель клиники «Наран» Светлана Чойжинмаева

НА ЗАМЕТКУ

ПОЧЕМУ ТИБЕТЦЫ ЛЮБЯТ МАСЛО?

Все виды масел обладают умягчающими, притупляющими, смягчающими, податливыми и увлажняющими достоинствами, и потому побеждают старческую и детскую слабость, вообще полезны всем ослабленным, истощенным, независимо от возраста, полезны людям с огрублением кожи, при истощении семени, при частых поносах, при подъеме «ветра» от чрезмерных разговоров, умственного и физического напряжения.

Свежее сливочное масло холодное, улучшает потенцию, цвет тела и силы, устраняет расстройства жара желчи. Людям типа «желчь» рекомендуется свежее сливочное масло 1–2 раза в неделю.

Старое сливочное масло годичной давности целительно для душевнобольных, при потере памяти, для страдающих обмороками, при язвах, нарывах и ссадинах.

Очищенное топленое масло, приготавливаемое из не очень старого сливочного масла, обостряет ум, улучшает память, порождает теплоту тела, улучшает сон, физические силы, удлиняет жизнь. Оно считается лучшим из масел. Тибетцы к вечеру кипятят масло, очищая его от примесей, иногда добавляют мед, сахар, затем пьют вместо чая еще горячим, либо добавляют в чай и используют его вместо тяжелого ужина.

Коровье и козье масло холодное, вследствие чего оно устраняет болезни жара, связанные с «ветром», если, оно свежее; старое масло теплое и устраняет болезни холода и «ветра».

Горчичное масло подавляет «ветер» и способствует подъему «слизи» и «желчи». В больших количествах (до 4 чайных ложек в день) его принимать не следует, это может принести вред.

5 ДЕЙСТВИЙ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ИЗБЕЖАТЬ ПРОСТУДЫ

Прежде всего, не нужно кидаться при первых признаках простуды к антибиотикам и другим химическим препаратам: так вы не только снизите свой иммунитет, но и эффективность применяемых лекарств постоянно будет уменьшаться. Тибетская медицина рекомендует простые способы борьбы с простудой легкими подручными средствами без нежелательных побочных эффектов.

Успех обеспечат два важных условия: активные действия без промедления, при первом же обнаружении признаков простуды, и регулярность в осуществлении этих действий.

ИМБИРЬ ПОДАВЛЯЕТ ПРОСТУДУ

Одну чайную ложку имбиря (молотого или наструганного, если корень свежий) заваривают стаканом кипятка, добавляют ложку меда и дольку лимона. Эта смесь оказывает более сильное действие, чем такое мощное оружие против простуды, как чеснок.

КОРЕНЬ БАДАНА

Возьмите корешок величиной с фалангу пальца, мелко накрошите и кипятите в 200 г воды 10 минут на среднем огне, по мере выкипания воды доливая ее до 200 г. Выход дубильных веществ придаст жидкости цвет темного чая. Отваром коры бадана полощите горло при ангине и промывайте носовые ходы при гайморите. Попутно вы подлечите пародонтит, если, держа отвар во рту, будете массировать десны. Ангина требует обильного притока крови в челюстную область, поэтому не ленитесь ее массировать, захватывая зоны под ухом и сгиб между горлом и челюстью.

«ЛАМСКИЙ» СУП

2–3 ст. ложки мелко нарезанной баранины (каждый кусочек по размеру не должен превышать ноготь), бросают в кипящую воду, затем добавляют горошины черного перца, лук, чеснок, кориандр, кардамон. Кипятить надо недолго – всего 3–5 минут. Заболевшему хорошо выпить стакан такого супа утром и стакан на

ужин. Он повышает иммунитет, «сбивает» подготовку организма к болезни.

МАССАЖ РУК, УШЕЙ И СТУПНЕЙ

При лечении простуды тибетская медицина не рекомендует горячие ножные ванны (влага, пусть и горячая, относится к категории Инь, а нам требуется Ян!), поэтому – только сухое тепло. Лучше взять пластмассовую авторучку и тупым торцом давить на точки ступней ног, подробно пройдя всю площадь. Точно так же промассируйте ладони. Затем руками тщательно разотрите уши. Каждая конечность и каждая ушная раковина требует 3–5 минут усердия при проведении массажа – только в этом случае вы можете быть уверены, что все органы через свои представительские точки на конечностях получили достаточную энергетическую подпитку.

КОГДА ПИТЬ МОРСЫ

Если все же момент упущен, и болезнь вступила в свои права: температура поднялась до 39–40°C, следует для понижения жара использовать продукты категории Инь: брусничный или клюквенный морс. Обратите внимание, что в начале болезни, в фазе Инь, такие морсы не пьют. Морс хорошо сочетается с лимоном. Когда болезнь разыгралась, и она уже на подходе к пику горы, требуются кислые продукты, тут самое время вспомнить о малине, облепихе, лимоне. Малиновый морс лучше пить в самом начале заболевания. Малина – самая ян-ская ягода, обладающая согревающими свойствами.

P.S. Для профилактики и лечения простуды (ангина, фарингиты, ОРЗ, ОРВИ, грипп) в арсенале клиники «Наран» имеются противовоспалительные сборы № 1, № 2, сборы доктора Баира Чойжинмаева – многокомпонентные сборы, состоящие из лекарственных растений Алтая, Сибири, Байкала, которые в первые часы и сутки снимают все симптомы заболевания. Не нужно болеть целую неделю, время – деньги. Наши сборы помогут вам устранить все побочные действия простуды, и вы будете в строю уже через 1–2 дня.



ТИБЕТСКИЙ АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ ДЕКАБРЬ 2014 ГОДА

Благоприятные дни для стрижки волос

1, 2, 4, 5, 6, 10, 13, 14, 24, 25, 26, 27, 29, 30, 31

Стрижка волос в благоприятные дни 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, 3, 4, 10, 13, 15, 16, 18, 20, 22, 24, 28, 30, 31
Отправляющиеся в путь в эти дни могут благополучно избежать непредвиденных препятствий и помех, угрожающих жизни и задуманным делам.

Благоприятные дни для приема лекарств

3, 4, 16, 20, 27, 28, 31

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

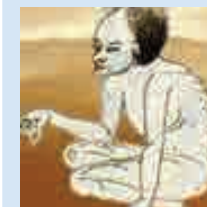
«Дни Будды»

1, 6, 16, 29, 31

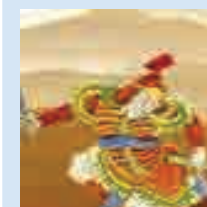
Считается, что в эти дни результаты добрых и плохих дел увеличатся в 10 млн. раз, поэтому желательно практиковать добрые дела, держать ум в добром расположении духа, следить за речью, избегать конфликтов и негативных эмоций.

СЛОВАРИК

В тибетской медицине организм человека – это единая система, основой которой являются 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, что приводит к различным специфическим расстройствам и заболеваниям. Итак, «ветер, желчь и слизь» пребывают как потенциальные причины болезней, пока в них нет изменений. 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 делают сутью болезней («Чжуд-Ши», Тантра Объяснений).



НАРАНА

клиника
основана
в 1989

ЗАПИСЬ НА КОНСУЛЬТАЦИЮ
8 (800) 500 12 98

звонок по России бесплатный

КОМПЛЕКСНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

- **Женские заболевания:** нарушение менструального цикла (олиго-, альгодисменорея, аменорея), хронический аднексит, миома матки, мастопатия, климакс, бесплодие, загиб матки, эндометриоз, кольпиты и др.
- **Мужские заболевания:** снижение либидо, импотенция, хронический простатит и аденома простаты, заболевания сосудов половых органов, уретриты и др.
- **Заболевания детей:** хронические риниты, синуситы, полипы и аденоиды, аллергия, бронхиальная астма, искривления позвоночника 1–4-й степеней, гастриты, энурез, заикание и др.
- **Заболевания пожилых людей:** болезнь Паркинсона, расстройства сна и депрессии, артриты и коксартрозы, ишемическая болезнь сердца, заболевания желудочно-кишечного тракта, почек и мочевого пузыря и др.
- **Хронические заболевания:** гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, желчнокаменная болезнь, сахарный диабет, ожирение, аллергия, бронхиальная астма, артриты и артрозы, заболевания щитовидной железы, полипоз, остеохондроз, гастроптоз, колиты, синдром хронической усталости, заболевания сердца и сосудов, грыжи и радикулиты, подагра, расстройство стула, опущение органов и др.

УНИКАЛЬНЫЕ ФИТОСБОРЫ ДОКТОРА БАИРА ЧОЙЖИНИМАЕВА



Баир Чойжинмаев, доктор тибетской медицины, основатель клиники «Наран», фитотерапевт, оставил всем нам драгоценные рецепты, scrupulously следуя которым клиника «Наран» выпускает серию уникальных лекарственных сборов. Это чрезвычайно эффективные средства при простудных и сердечно-сосудистых заболеваниях, нервных расстройствах, болях различной этиологии, нарушениях работы ЖКТ, желчнокаменной болезни и гепатитах, патологиях почек, женской и мужской половой сферы и др.

Отвар, очищающий печень и кровь (Сбор печеночный)

Показания к применению: гепатит различных форм, холецистит, цирроз, амилоидоз печени, желчные колики, стаз желчи, желчнокаменная болезнь.

Механизм действия: применяется как для лечения различных болезней, так и в профилактических целях, улучшает и стабилизирует состояние желчного пузыря и печени, очищает организм от шлаков и токсинов.

Состав: девясил корня, чистотел, пижмы цветки, одуванчика корня, горечавка бордоская, мускатный орех, плоды дикой розы, миробалан.

Успокоительный отвар от одышки (Сбор бронхитный)

Показания к применению: острые и хронические заболевания верхних дыхательных путей и легких.

Механизм действия: оказывает антисептическое, отхаркивающее, бронхолитическое, противовоспалительное, спазмолитическое, бактериостатическое, сосудорасширяющее, иммуностимулирующее действие.

Состав: зубчатка, солодки корня, багульник, чабрец, подмаренник, аир, девясил.



Отвар, гармонизирующий женское начало (Сбор гинекологический)

Показания к применению: гинекологические заболевания – бели, миома, фибромиома матки, аднексит, обильные менструации, эндометрит, маточные кровотечения.

Механизм действия: противовоспалительное и противомикробное действие в области мочеполовой системы, борется с различными урогенитальными инфекциями, снимает отек слизистой, боли и спазмы, а также другие симптомы гинекологических воспалений, оказывает дополнительное кровоостанавливающее действие.

Состав: панцерия, боровая матка, грушанка, бадан, кашкара.

На правах рекламы. Консультация врача необходима. Лицензия ЛО-77-01-008188

Филиалы клиники «Наран»

МОСКВА

м. «Войковская»,
платформа «Ленинградская»
5-й Войковский проезд, д. 12
Тел. +7 (495) 221-21-84
+7 (495) 374-73-92

м. «Красные Ворота»

Большой Козловский переулок, д. 4
(территория Дипакадемии МИД)
Тел. +7 (495) 374-69-25
+7 (903) 288-81-80

м. «Юго-Западная»

проспект Вернадского, д.105, к. 4
Тел. +7 (495) 374-69-31
+7 (906) 758-28-11

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

м. «Проспект Просвещения»
проспект Просвещения, д. 33,
корп. 1
Тел. +7 (812) 595-03-80
+7 (921) 880-87-19

м. «Чернышевская»

ул. Таврическая, 9
Тел. +7 (812) 577-13-67
+7 (921) 880-87-42

КАЗАНЬ

Остановки Университет
(Ленинский сад)

ул. Галактионова, 3
Тел. +7 (843) 236-41-92
+7 (843) 236-41-93

Остановки Фатыха Амирхана

ул. Чистопольская, 72
Тел. +7 (843) 560-42-55
+7 (843) 236-41-93

ЕКАТЕРИНБУРГ

ул. Горького, 65 (2 этаж)
Тел. +7 (800) 775-38-80
+7 (343) 270-60-08



WWW.NARAN.RU



АССОРТИМЕНТ
фитобара клиники
«Наран»
и многое другое
на сайте

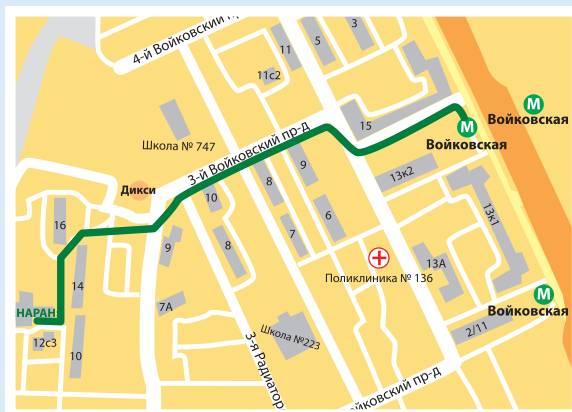
NARANFITO.RU

SHOP-TIBET.RU

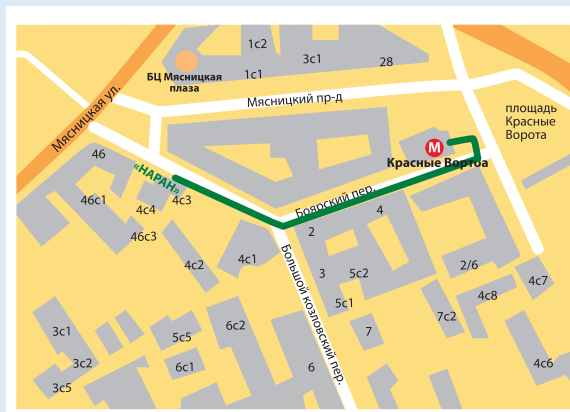
Курьерская доставка по Москве,
наложенный платеж по России

тел.: +7 (495) 255 10 89

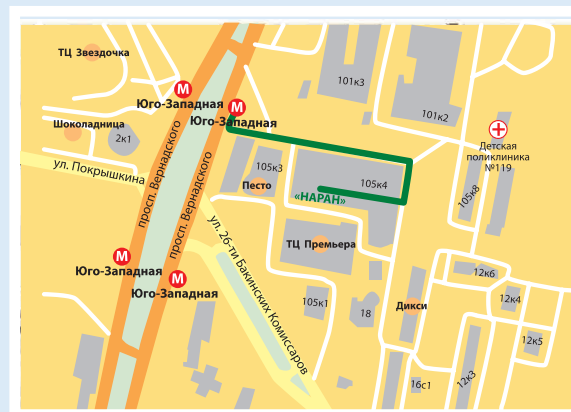
КАК ДОБРАТЬСЯ ДО ФИЛИАЛОВ КЛИНИКИ «НАРАНА» (г. Москва)



м. «Войковская», платформа «Ленинградская»
5-й Войковский проезд, д. 12,
Запись на консультацию:
(495) 374-73-92, (800) 500-12-98
Отдел маркетинга: (499) 156-29-87



м. «Красные Ворота»
Большой Козловский переулок, д. 4
(территория Дипакадемии МИД)
Запись на консультацию:
(495) 374-69-25, (903) 288-81-80



м. «Юго-Западная»
проспект Вернадского, д.105, к. 4
Запись на консультацию:
(495) 374-69-31, (906) 758-28-11

КЛИНИКА «НАРАНА» – 25 ЛЕТ СТАБИЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ БЕЗ ОПЕРАЦИЙ, ГОРМОНОВ И ХИМИИ

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

Свидетельство о регистрации
ПИ № ФС77-52718 от 08 февраля 2013 г.
ООО «Зеленый лотос»

Все права защищены и охраняются законодательством РФ.
Учредитель – ООО «Зеленый лотос» (клиника тибетской медицины «Наран»).

Председатель редакционного совета
Светлана Чойжинмаева
Главный редактор Долгор Аустермонас
Дизайн, верстка Евгений Виноградов

Адрес редакции:

125171, Москва, ул. 5-й Войковский проезд, д. 12
+7 (499) 156-29-87

E-mail: clinica@naran.ru

Газета выходит 1 раз в месяц

Отпечатано в АО «Красная Звезда»
123007, г. Москва Хорошевское шоссе, 38
Тел.: (495) 941-28-62, (495) 941-34-72,
(495) 941-31-62,

<http://www.redstarph.ru>
E-mail: kr_zvezda@mail.ru

Заказ № 6138 Тираж 180 000 экз.
Подписано в печать 20.11.2014 года.
Цена свободная