



ЧЖУД-ШИ

Клиника тибетской медицины

ежеквартальная газета

весна 2018 года

№5

Актуально

Почему тибетский доктор — семейный доктор?



Тибетская медицина рассматривает человека как целое, в комплексе. Поэтому врачи у нас не делятся на терапевтов, ЛОРов или гинекологов, а одинаково хорошо разбираются в разных заболеваниях. Традиционно врач был один и лечил всех: и маленьких детей, и взрослых, и стариков. Так накопился опыт и знания, как развивается болезнь, как она проявляется у разных людей в разных поколениях. Врачи нашей клиники получили образование как в области тибетской, так и западной медицины. Поэтому всегда, когда есть сомнения или под вопросом серьезный диагноз, назначают анализы и отправляют на исследования, например УЗИ.

Семейными докторами для пациентов нашей клиники уже давно работают наши врачи: Жимба Данзанов, Анастасия Батуева, Николай Халтанов и Рада Батуевна. Приходите семьей!

Читайте статью целиком в нашем блоге на сайте jutshi.ru □

Новости

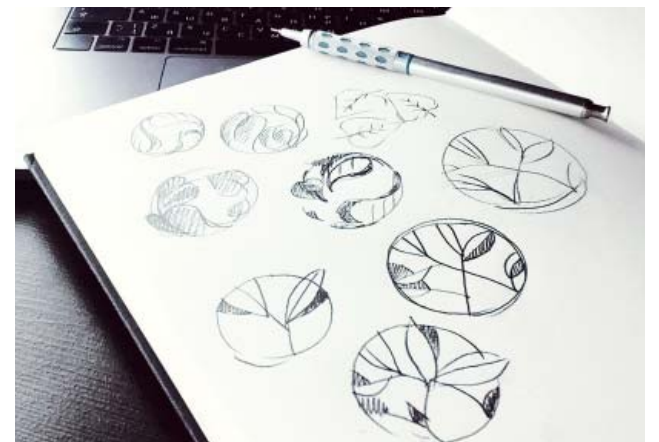
Аллергия: когда и как лечить

Если весной вы чувствуете не радость от пробуждения природы, а грусть от заложенного носа или крапивницы, то вы точно знаете, что такое сезонная аллергия. А мы знаем как с ней бороться. Во-первых, делать это лучше не во время приступа, а заранее. В марте или апреле до начала цветения. А во-вторых, прежде чем лечить, необходимо установить, дисбаланс какой из дош, привел к такой реакции. Для этого наши врачи проводят пульсовую диагностику и расспрашивают о симптомах. Избыток «слизи» в дыхательных путях сопровождается воспалением и становится средой для накопления аллергенов — тогда и появляется насморк и удушье; возмущение «желчи» сопровождается крапивницей и отеком Квинке, а «ветра» — кожным зудом. Лечение состоит из сеансов иглотерапии и назначения фитопрепаратов и направлено на восстановление баланса дош. □



Срочно в номер

Знакомьтесь: НОВЫЙ ЛОГОТИП Чжуд-Ши



Наверное, вы заметили новый логотип Чжуд-ши. Всё правильно: в нашей жизни начинается новый этап. А логотип нам нарисовал Илларион Гордон — дизайнер, график и художник. Работая над проектом мы много говорили о том, что главная задача нашей клиники — использовать знания накопленные тибетской медициной тысячелетиями на пользу современным жителям большого города. Восточная медицина рассматривает организм во всей его целостности и индивидуальности, как часть природы. И использует природные, натуральные методы — растения, тепло, массаж, рефлексотерапию для достижения баланса и гармонии, а значит и здоровья. В логотипе нам хотелось увидеть сочетание строгости современного шрифта, простоты общей формы знака и природных, хаотических мотивов. Мы сознательно ушли от симметрии, потому что все живое — несимметрично. И поместили в круг — символ гармонии и целостности стилизованные листья миробалана, который есть почти в каждом нашем фитосборе, как символ роста, развития и жизни. В результате получился свежий, современный, простой и открытый бренд. Надеемся, и вам понравится. □



Александр Роганов

Врач-остеопат

Окончил ординатуру по неврологии, специализировался по мануальной терапии, закончил Академию остеопатии в Санкт-Петербурге.

Прийти на прием к Александру Сергеевичу можно не только с жалобами, которые связаны с суставами и позвоночником — остеохондрозом, радикулитом, последствиями различных травм, сколиозом, плоскостопием. Он может помочь с нарушениями прикуса и при бронхите, избавит от головной боли, головокружений, гайморита и многих других заболеваний. И, кстати, Александр Сергеевич принимает как взрослых, так и детей. □



Игорь Ким

Невролог, рефлексотерапевт

Окончил Первый Ташкентский медицинский институт по специальности реаниматолог, затем в Национальном медико-хирургическом центре им Н.И.Пирогова прошел интернатуру по неврологии.

Игорь Ким — потомственный иглорефлексотерапевт, работал вместе с отцом, практикует уже почти 30 лет, является автором ряда методик по лечению широкого спектра болезней с помощью рефлексотерапии. Занимается лечением центральной нервной системы, опорно-двигательного аппарата, внутренних органов, обменных нарушений, помогает облегчить болезненные состояния при хронических заболеваниях. □



Людмила Цыренжапова

Массажист

Владеет различными профессиональными методиками массажа, практикует более 20 лет. Дипломированный и сертифицированный специалист. Людмила считает, что «людям необходимо объяснять как изменить отношение к вопросам лечения и профилактики заболеваний, сохранения и укрепления как физического, так и энергетического здоровья своего тела, психической гармонии и баланса основных сторон жизни. В соответствии с основными понятиями традиционной восточной медицины, необходимо выполнять программу из трех пунктов и усвоить простые правила, и тогда здоровье станет вашим постоянным спутником». □

Чтобы получать ежемесячную рассылку новостей, отправьте пустое письмо с темой «Подписка» на электронный адрес jutshclinic@gmail.com. Будьте с нами на связи, мы ответим на все ваши вопросы!

Наше здоровье

Равнение прямо:
восточная медицина
для здоровой спины

Часто бывает, что человек спал в неудобной позе и проснулся с затекшей шеей, или поднял что-то тяжелое и прихватило поясницу. А еще целый день за компьютером сидишь и по дороге на работу продуло. В результате с болями в спине на протяжении жизни сталкивается почти каждый.

Обычно мы ждем, когда само пройдет. Но проще и, в результате, дешевле сразу показаться врачу. И уж точно стоит сделать это, если боль не проходит несколько недель или распространилась на другую часть тела: например, заболела голова или стала немая рука.

К какому врачу идти?

С болью в спине справляются с помощью остеопатии, иглорефлексотерапии и массажа. Но решить какой метод подходит именно вам, может только врач. Прежде всего он установит истинную причину боли, часто она не настолько очевидна, как кажется пациенту. Например, за боли в спине принимают проблемы с почками. Боль в локте, может иметь корни в проблемах позвоночника, и так далее. Затем соберет анамнез. И только потом назначит лечение, исходя из поставленного диагноза и возможных противопоказаний к тому или иному методу. В нашей клинике с первичной жалобой на боль в спине можно обратиться к тибетским докторам Жимбе Данзанову и Анастасии Батуевой, остеопатам Александру Роганову и Григорию Иванову и неврологу и иглорефлексотерапевту Игорю Киму.

Как поможет остеопат

Задача остеопата — найти, что в организме сломалось, восстановить всю цепочку поломок, которая за этим последовала и восстановить баланс. Причин болей в спине или других частях тела бывает очень много и они как правило достаточно отдаленные. Например, из-за проблем в стопе может болеть голова, а швы после полосной операции, проведенной много лет назад, отдавать сильными болями в коленях. Задача остеопата найти причину проблемы, ослабить напряжение и восстановить баланс в теле.

Как поможет массажист

Массаж снимает мышечные блоки, разгоняет застойные явления, улучшает кровоток и таким образом возвращает подвижность и восстанавливает здоровье поврежденных частей тела. Его часто назначают при остеохондрозе, сидячем образе жизни тем, кто перетренировался или неудачно поднял что-то тяжелое.

Как поможет иглорефлексотерапевт

Иголки, которые опытный врач ставит в определенные биологически-активные точки, прекрасно снимают болевой синдром, но это не единственное, чем иглорефлексотерапевт может помочь при болях в спине. Этот вид терапии часто назначают при миозитах. Иголки также применяют для стабилизации состояния пациентов с грыжей межпозвоночного диска. □

Гороскоп Март — май 2018



Месяц март — первый месяц весны. В этом году символ марта — Синий Тигр, его стихия — железо.

Первый день месяца приходится на 14 лунный день. Он будет способствовать умножению добродетели и способствовать росту духовных сил.

Мы то, что мы едим. Поэтому одна из основ болезней — погрешности в питании. Поэтому уделите в марте особое внимание правильному питанию, особенно у детей и людей старше 50 лет. В марте продолжают болеть «Слизи», которые могут проявляться болями в спине, отеками, потерей аппетита, насморком. Пусть эти симптомы насторожат вас и заставят вовремя обратиться к тибетскому врачу. Особенно хорошо в марте пройти курс массажа, иглоукалывания и прогреваний.

Тем, кто родился в 1964, 1978, 1979, 1994, 1995, 2009 и 2016 годах следует быть внимательными к здоровью. Концентрируйтесь на работе, добросердечных отношениях с близкими и друзьями.

Не упустите возможность заключить удачный контракт или выгодный договор.

■ Благоприятные дни в марте: 2, 18 и 30. 25 марта самый удачный день для свадеб и юбилеев. Благоприятные дни для поездок 3, 5, 7, 9, 11, 14, 18, 20, 22 и 28 марта.

Символ апреля — Синеватый Кролик. На 1 апреля приходится день поклонения натам — хозяевам различных водоемов. В этот день увеличивается как телесная, так и духовная сила.

■ Благоприятные дни — 17 и 25 апреля. Отмечайте юбилеи и проводите торжества, заключайте сделки, подписывайте договоры, отправляйтесь в длительные путешествия.

■ Неблагоприятные дни: 11, 13, 14, 18, 24, 26 и 27 апреля. Если 2 апреля пройдут дожди — будет хороший урожай зерновых. Родившимся в 1960, 1963, 1975, 1976, 1988, 1996 и 2007 гг. нужно обратить внимание на здоровье, отношения с коллегами, отказаться от крепких напитков. Резкая смена погоды может сказаться на появлении болезней «Жара», поэтому оберегайте себя от сквозняков и капризной весенней погоды. Благоприятные дни для путешествий 2, 4, 6, 8, 9, 12, 17, 18, 20, 24 и 28 апреля.

Май — месяц Красного Дракона; он начнется с 16 лунного дня — Арвидах, то есть умножения и увеличения. С 5 мая солнце начнет поворачиваться к лету. Время, когда все страдали от сонливости и упадка сил, пройдет; уйдут болезни «Слизи» и улучшится пищеварение. Больше находите на свежем воздухе и избавьтесь от избыточного веса.

■ Неблагоприятные дни мая: 8, 16, 19, 21 и 28. Существует повышенная опасность на дорогах, риск травм и падений. Не злоупотребляйте спиртными напитками. 29 мая — День Будды Шакьямуни. Посвятите этот день медитации и духовным практикам. Отдача от добрых поступков увеличится в несколько раз.

■ Май будет сложным для родившихся в 1966, 1967, 1980, 1971, 1983 и 1996 годах. Благоприятные дни для поездок — 2, 4, 6, 8, 9, 12, 16, 18, 20, 23 и 27 мая. □

Табан Аршан: три
процедуры — одно название

Если вы недавно с нами, то, возможно, вас удивляет, что несколько наших процедур называются одинаково — Табан Аршан. Сейчас все расскажем.

Табан Аршан (Пять целебных источников) — название знаменитого тибетского сбора, в который входят пять ингредиентов: кора ивы белой, трава курильского чая и полыни холодной, побеги багульника болотного и можжевельника. Эти травы собирают и заворачивают особым образом в шелк. Затем нагревают до определенной температуры и прикладывают к биологически-активным точкам, чтобы снять усталость, улучшить иммунитет и избавиться от ряда заболеваний (гипертонии, артрита, артроза, проблем с кожей).

Наши пациенты очень любят эту процедуру и мы решили сделать травяные мешочки, которые можно забрать домой. Их стоит иметь на случай болезни. При первых симптомах простуды, мешочки надо нагреть в микроволновке, а затем, с помощью широкой резинки прикрепить к ступням.

Кроме того, из этих пяти трав можно делать отвар и его парами прогревать в фитобочке, которая также называется Табан Аршан. Фитобочка оказывает разностороннее действие на весь организм, ведь воздействию пара подвергается все тело за исключением головы. □