

# **«ЖИЗНЬ БЕЗ ПРОСТУД»**

**ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ 3 ЧАСА**

**В КОНЦЕ ОТВЕЧУ НА ВОПРОСЫ  
ВО ВРЕМЯ МАСТЕР-КЛАССА ОТКРОЮ ПРОДАЖИ ВЕБИНАРА «ЭНЕРГИЯ ЖИЗНИ»**

# **ПРАВИЛА**

- 1. Сторонние ссылки запрещены**
- 2. Реклама запрещена**
- 3. О политике и религии не говорим**
- 4. Вопросы в конце вебинара**

**ЗАПИСЬ ДЛЯ ТАРИФА 790 РУБЛЕЙ**

# **ВСЕХ, КТО ПРИШЕЛ, Я ПОЗДРАВЛЯЮ**

**ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВЬЕ ВАШИХ БЛИЗКИХ БУДЕТ ЛУЧШЕ  
ЕСЛИ ВЫ ВНЕДРИТЕ В ЖИЗНЬ МОИ РЕКОМЕНДАЦИИ, ТО УВЕЛИЧИТСЯ  
КОЛИЧЕСТВО ЭНЕРГИИ**

# НЕМНОГО ОБО МНЕ



## ТАМАРА ХЕСТАНОВА

Врач-рефлексотерапевт Высшее медицинское образование Основатель и идейный вдохновитель медцентра «Акупунктура.РФ». Медицинскому центру — 14 лет. Обучалась в Китае Преподаватель ИВМ РУДН Участник и соорганизатор конференций по Китайской медицине В работе сочетаю Китайскую медицину и современные лабораторные методы диагностики Один из самых больших блогов в инстаграм\* на тему акупунктуры — 134 тысячи подписчиков

\*Meta признана экстремистской организацией в РФ

**10 000+** пациентов  
вылечила за годы работы

**25+ ЛЕТ** помогаю  
людям быть здоровым

# МНЕ 52 ГОДА

САМЫЙ ЧАСТЫЙ ВОПРОС — КАК Я ВСЕ УСПЕВАЮ?



Тамара Зауровна, и когда вы все успеваете!!! Это так восхищает и заряжает!!

# ПОЧЕМУ Я МОГУ ВАМ ДАВАТЬ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЗДОРОВЬЮ?

1. Сколько вы знаете специалистов, у которых получается лечить самые сложные заболевания, включая аутоиммунные?
2. Сколько вы знаете экспертов, к которым запись на 2–3 месяца вперед или только через лист ожидания?
3. Сколько вы знаете специалистов с 10 000+ пациентов?
4. Сколько вы знаете специалистов, которые успешно передают свои знания, а ученики повторяют результаты?
5. Сколько вы знаете экспертов, по чьим блогам и статьям лечат пациенты другие специалисты?
6. А сколько вы знаете экспертов, которые совмещают все это?

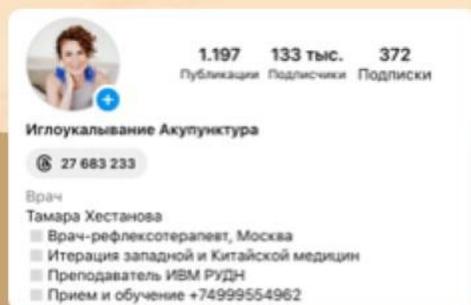
**И САМОЕ БОЛЬШОЕ ПРАВО РАССКАЗЫВАТЬ ВАМ  
О ТОМ, ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТО БЫ ЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ  
ПРЕКРАСНО — МОЕ САМОЧУВСТВИЕ И  
СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ!**

**МОЯ НАПОЛНЕННОСТЬ ЭНЕРГИЕЙ**

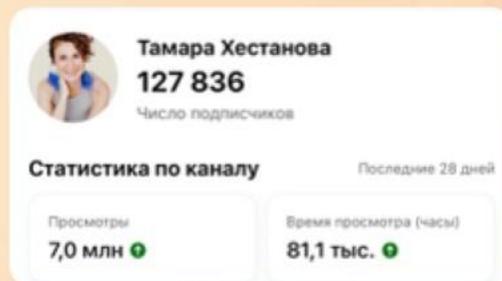
**НА ЭТОМ СЛАЙДЕ МОЖНО БЫЛО БЫ РАЗМЕСТИТЬ  
ФОТО МОИХ ЗВЕЗДНЫХ И ИЗВЕСТНЫХ ПАЦИЕНТОВ**

Фото не будет, так как  
я сохраняю конфиденциальность

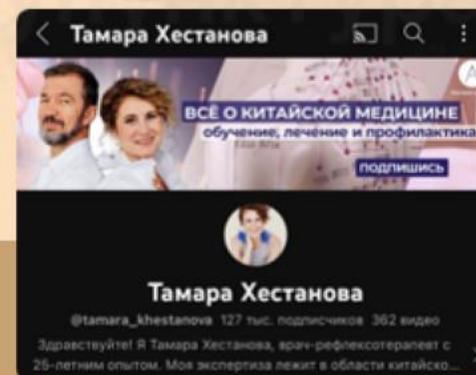
- 1. Как давно вы меня знаете?**
- 2. Как узнали обо мне?**
- 3. В каком городе, стране живете?**
- 4. В каких социальных сетях читаете?**
- 5. Как давно подписаны в соцсетях?**



Подписчики блога  
**133 тысячи человек**



Подписчики видеоканала  
**100 тысяч человек**



Смотрят ежемесячно  
**7 миллионов пользователей**

Вовлеченность —  
**25% моей аудитории**

**8 миллионов пользователей**

Охваты по всем площадкам  
на август 2023



# ОТЗЫВЫ О МОЕЙ РАБОТЕ

Сегодня

Дорогая наша, любимая Тамара Зауровна!!!  
Наконец-то выдалась минутка чтобы поделиться нашей радостью! Мы родились 14-го января, уже неделю дома))) Вес 3740, рост 53 см. Назвали Татьяной 😊  
Спасибо Вам от нашей семьи за это долгожданное чудо 🥰!  
Спасибо за Ваши золотые руки!!!!

20:20

В октябре 2016 года я встретила с. Тамарой Зауровной и уже к марту могла обнимать цветущие березы и нюхать все цветы и травы. С этого времени мне не понадобилось ни одной таблетки от аллергии! Радуюсь каждую весну и от всей души благодарю любимую Тамару Зауровна!

Сегодня

Тамара, доброе утро!  
Праздник: у Арины месячные!  
СПАСИБО  
Стасу привет горячий!  
🥰🥰🥰

10:01

+7 985 763-51-31 ~Tatiana  
Тамара, доброе утро!  
Праздник: у Арины месячные!  
СПАСИБО

Ура!!!!

10:01 ✓

Обнимаю вас!  
Аж до слез....

10:01 ✓

Сегодня

Тамара Зауровна здравствуйте! Всё хотела написать вам и поблагодарить! Последний раз когда была на приеме у вас, сказала что меня мучает сильный непрекращающийся зуб в ушных проходах в течении уже наверное 2,5 лет, вскоре после рождения ребёнка началось. Это было что-то связанное с нервами. Хотела сказать, что зуд прошёл! Я сама не знаю как, это какое-то чудо прям! Вы мне тогда поставили иголки и выписали мазь китайскую, уж не знаю что именно помогло, но самое главное что помогло! Мне врачи не могли помочь с этим зудом, наверное десяток мазей разных перепробовала и анализы сдавала и на сахар, и на грибы. Так что, спасибо вам огромное!!! Вы как всегда помогли!!!

16:30

\*зуд в ушных проходах 16:31

Тамара Зауровна, хочу вас поблагодарить от всей души! Ведь благодаря вам и встрече с вами, после первой же процедуры, я почувствовала себя полноценной женщиной - я стала матерью. Несколько лет бесплодных каждый по врачам. Синдром поликистозных яичников ведь не лечится толком в традиционной медицине. Что толку в моем повышенном АМГ, если яйцеклетки все равно не созревают или делают это крайне редко 😞 Спасибо вам большое и дай вам бог здоровья, чтобы вы и дальше продолжали делать нас, девочек, беременными 🥰🥰 и дарили нам это счастье - быть мамками! И ещё, отдельное спасибо, за то, что во время беременности, вы также помогали иголками: и вылечили за один сеанс мигрень, которая мучила, а таблетки пить не хотелось, и вылечили острый синусит с помощью игл, чтобы не пришлось пить антибиотики во время беременности. Так что, дай бог, если что, за вторым ребёнком, только к вам! 🥰🥰🥰

13:31

Тома, здравствуйте! Я Нина сестра Софы. Хочу Вас поблагодарить за нее. Вы ей дали возможность поверить что не все потеряно. И вернули ее в жизнь. Низкий Вам поклон и огромное человеческое спасибо! Дай Вам бог всего что сами себе желаете 🙏🙏🙏❤️💋

17:32

# **ПОЧЕМУ Я ПРОВОЖУ ВЕБИНАРЫ?**

# ЖИЗНЬ БЕЗ ПРОСТУД ЧТО ТАКОЕ ПРОСТУДА?

Группа острых инфекционных заболеваний, при которых патоген проникают в организм человека через дыхательные пути и вызывает синдром поражения респираторного тракта и общей инфекционной интоксикации.

## ПРОСТУДЫ МОГУТ БЫТЬ ВЫЗВАНЫ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ ПАТОГЕНОВ:

- бактерии (стафилококки, стрептококки, пневмококки, гемофильная палочка, моракселла катаралис и др.);
- вирусы (риновирусы, аденовирусы, респираторно-синцитиальный вирус, реовирусы, коронавирусы, энтеровирусы, герпесвирусы, вирусы парагриппа и гриппа);
- хламидии (хламидия пневмония, хламидия пситаци, хламидия трахоматис);
- микоплазмы (микоплазма пневмония).
- холод

Все их объединяет наличие синдромов общей инфекционной интоксикации (СОИИ) и поражения дыхательных путей в той или иной степени. СОИИ проявляется общей слабостью, адинамией, быстрой утомляемостью, повышенной температурой тела, потливостью и др.

## СИНДРОМ ПОРАЖЕНИЯ РЕСПИРАТОРНОГО ТРАКТА (СПРТ) — ОСНОВНОЙ СИНДРОМ ДЛЯ ДАННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, ОН ВКЛЮЧАЕТ:

- **Ринит** — воспаление слизистой оболочки носа. Характеризуется заложенностью носа, снижением обоняния, чиханием, выделениями из носа — сначала прозрачными слизистыми, затем слизисто-гнойными (более плотные выделения жёлто-зелёного цвета появляются в результате присоединения вторичной бактериальной флоры).
- **Фарингит** — воспаление слизистой оболочки глотки. Основные симптомы: першение и боли в горле различной интенсивности, сухой кашель — «горловой».
- **Ларингит** — воспаление слизистых оболочек гортани. Проявляется осиплостью голоса, иногда афонией (отсутствием голоса), кашлем и болью в горле.
- **Трахеит** — воспаление трахеи. Сопровождается мучительным, преимущественно сухим кашлем, саднением и болями за грудиной.
- **Бронхит** — воспаление слизистой оболочки бронхов. При этом возникает кашель с наличием мокроты и без, сухие хрипы, редко крупнопузырчатые хрипы при аускультации (выслушивании).

**Бронхиолит** — воспаление бронхиол (мелких бронхов). Характеризуется наличием кашля различной интенсивности и хрипов разных калибров.

# ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ СИНДРОМЫ:

- синдром экзантемы (высыпания на кожных покровах);
- тонзиллита (воспаления миндалин);
- лимфаденопатии (ЛАП) — увеличения лимфатических узлов;
- конъюнктивита (воспаления слизистой оболочки глаза);
- гепатолиенальный синдром (увеличение печени и селезёнки);
- геморрагический синдром (повышенная кровоточивость);

синдром энтерита (воспаления слизистой оболочки тонкого кишечника).

# ОСЛОЖНЕНИЯ

Если острое респираторное заболевание не пролечить вовремя, могут появиться различные более серьезные заболевания:

- **Связанные с ЛОР-органами:** отит, синуситы, бактериальный ринит, ложный круп.
- **Связанные с легочной тканью:** вирусные пневмонии, вирусно-бактериальные и бактериальные пневмонии, абсцесс лёгкого (ограниченный очаг гнойного воспаления в лёгочной ткани), эмпиема плевры (скопление гноя в плевральной полости). Пневмония проявляется значимым ухудшением общего состояния, выраженным кашлем, усиливающимся на вдохе, при аускультации звуком крепитации (потрескиванием или похрустыванием), влажными мелкопузырчатыми хрипами, иногда одышкой и болями в грудной клетке.
- **Связанные с поражением нервной системы:** судорожный синдром, неврит (воспаление нерва), менингит (воспаление оболочек головного и спинного мозга), менингоэнцефалит (воспаление оболочек и вещества головного мозга), синдром Гийена — Барре и др.
- **Связанные с поражением сердца:** миокардит (воспаление сердечной мышцы).
- **Связанные с обострением хронических заболеваний:** обострение

# ПРОСТУДА В КИТАЙСКОЙ МЕДИЦИНЕ

## ГАНЬМАО

Простуда развивается при проникновении внешних патогенных факторов в организм через нос, рот или поры.

# ВЭЙ ЦИ

«Вэй» означает «защищать», «охранять». Вэй Ци оберегает организм от вторжения внешних патогенных факторов — ветра, холода, жара, сырости, вирусов и бактерий.

**Вторая важная функция — увлажнение и согревание кожи и мышц.**

Если энергия питающая органы течет во внутреннем, по каналам, кровеносным сосудам и органам, питая их, то защитная Ци циркулирует в наружном — между мышцами и кожей, под кожей. Защитная Ци более грубая и скользкая, по этому не может попасть в каналы.

**Защита от вторжения внешних патогенных факторов происходит за счет открытия и закрытия пор.** Если Вэй Ци мало, то поры остаются открытыми и любому патогенному фактору очень просто попасть в организм. Закрытие - открытие пор это еще про потоотделение и регуляцию температуры тела.

**СУЩЕСТВУЕТ ТЕСНАЯ СВЯЗЬ МЕЖДУ ВЭЙ ЦИ И ЦЗИНЬ Е, КОТОРАЯ ПРЕДСТАВЛЯЕТ СОБОЙ ТОНКИЙ И ЛЕГКИЙ АСПЕКТ ТЕЛЕСНЫХ ЖИДКОСТЕЙ. ЦЗИНЬ Е ЦИРКУЛИРУЕТ ВМЕСТЕ С ВЭЙ ЦИ И УВЛАЖНЯЕТ КОЖУ.**

Если Вэй Ци заблокирована, разжиженная жидкость будет скапливаться. Это можно увидеть, например, у человека, который болеет простудой. Вторжение патогенной Ци блокирует Вэй Ци, и в результате нарушения распределения Цзинь под кожей можно увидеть отечность вокруг глаз.

## ОТ ЧЕГО ЗАВИСИТ КОЛИЧЕСТВО ЗАЩИТНОЙ ЦИ?

1. Легкие контролируют циркуляцию Вэй Ци и открытие — закрытие пор. Ослабление Ци Легких приводит к ослаблению Защитной Ци и и предрасположенности к простудным и вирусным заболеваниям
2. Желудок с Селезенкой основные «производители» Защитной Ци из пищи. Исходя из этого понимаем, что важно наличие сырья для выработки Вэй Ци — пищи богатой энергией. Прием пищи в максимально активное время Желудка и Селезенки (7:00–11:00).  
Здоровые Желудок и Селезенка.
3. Третий важный фактор — наследственная Ци, хранящаяся в Почках.

КАК ИТОГ — ВСЕ ТРИ ОБОГРЕВАТЕЛЯ — ВЕРХНИЙ,  
СРЕДНИЙ И НИЖНИЙ.

## **СИМПТОМЫ НЕДОСТАТКА ЗАЩИТНОЙ ЦИ:**

- частые простудные заболевания;
- непереносимость холода, озноб, так как Защитная Ци не выполняет свои функции и согревает кожу и мышцы;
- спонтанное потоотделение. Возникает оно из за неспособности удержать жидкости (пот) в подкожном пространстве;
- холодные руки и ноги;
- бледные кожные покровы.

Защитная Ци за сутки совершает 50 циклов. 25 за день. 25 за ночь. Днем она циркулирует по поверхности тела, а ночью внутри организма — по Инь органам. Дневной цикл начинается в внутреннего угла глаза, что пробуждает нас и открывает наши глаза.

## ЮЙ ПИН ФЭН (YU PING FENG )

Ширма родом из Китая. И ее предназначение — защитить внутреннюю часть комнаты от ветра.

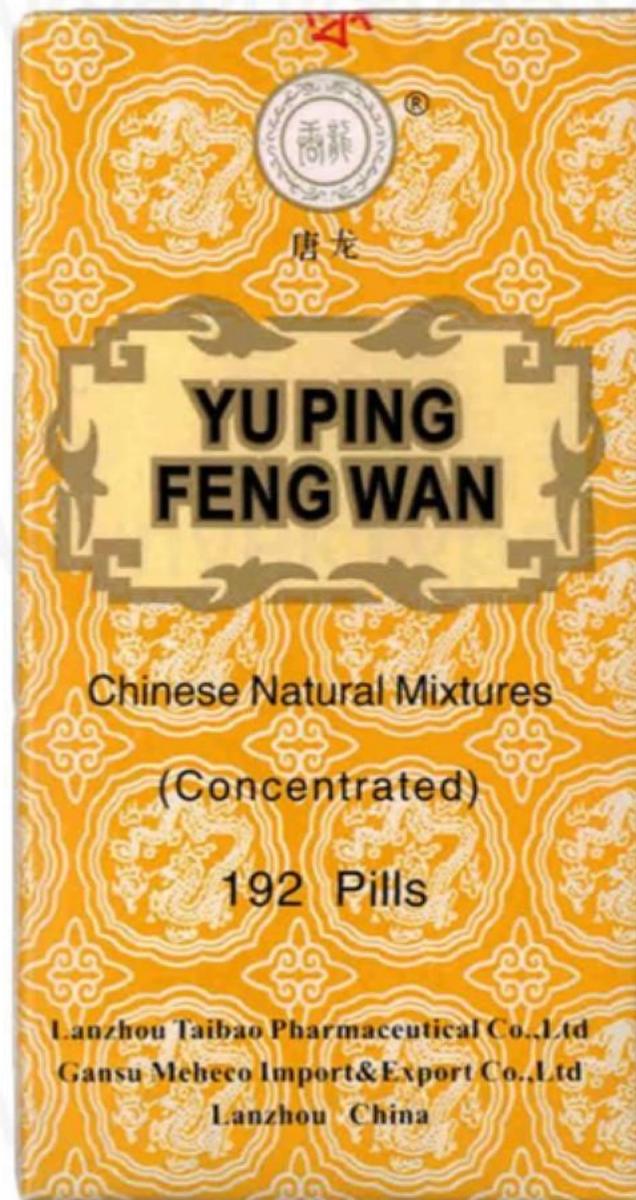
И название пилюль Юй Пин Фэн (Yu Ping Feng ) переводятся как Нефритовая Ширма от Ветра.

Ширма для защиты, а нефритовая — потому что рецепт драгоценный и полезный!

Упоминания этого рецепта есть в записях 1213 года.

### **В состав входят:**

- Корень астрагала, Хуан Ци (Huang Qi)
- Корневище атрактилодеса большеголового, Бай Чжу (Bai Zhu)
- Корень сапожниковии, Фан Фэн (Fang Feng)



**КОРЕНЬ АСТРАГАЛА «ГЛАВНЫЙ» ВОСПОЛНИТЕЛЬ ЦИ (ЭНЕРГИИ). НАМНОГО ЧАЩЕ ИСПОЛЬЗУЕМЫЙ ЧЕМ ЖЕНЬШЕНЬ.**

**КОРЕНЬ САПОЖНИКОВ И И ЕСТЬ ТА САМАЯ ШИРМА, КОТОРАЯ ЗАЩИЩАЕТ ОТ ВЕТРА.**

Корневище атрактилодеса большеголового гармонизирует средний обогреватель.

Восполняет Ци Селезенки, высушивает сырость, улучшает переваривание. Создает все условия для образования Ци из пищи.

Препарат хорош при недостатке Ци и самопроизвольным потоотделении.

Основное его предназначение — профилактика простудных и вирусных заболеваний.

Он есть в пилюлях и порошках. Если в порошке, то предварительно разводится в теплой воде.

Принято принимать по 8 горошин или 1 порошок от 1 до 3 раз в день. В зависимости от количества Ци. Детям пересчитывается по возрасту.

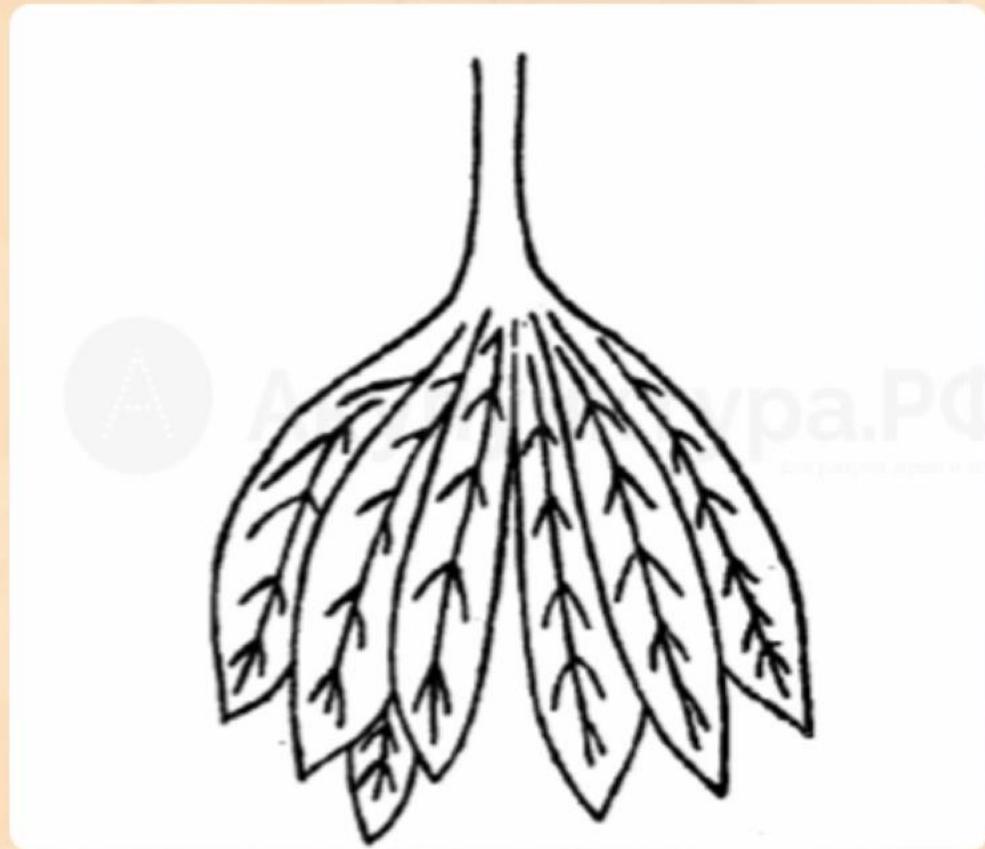
**ВАЖНО! ПРЕПАРАТ ПРИНИМАЕТСЯ ЗА 30–60 МИН ДО ЕДЫ ИЛИ ЧЕРЕЗ 1 ЧАС ПОСЛЕ. ИЗ ЗА ТОГО, ЧТО ДАЕТ МНОГО ЦИ, ЭНЕРГИЯ МОЖЕТ «ПОДНЯТЬ» ПИЩУ, ЧТО ПРИВЕДЕТ К ТОШНОТЕ ИЛИ ДАЖЕ РВОТЕ.**

**НЕ ПРИНИМАЕТСЯ ВО ВРЕМЯ БОЛЕЗНИ С ВЫСОКОЙ ТЕМПЕРАТУРОЙ. ПРИВЕДЕТ К ЕЩЕ БОЛЬШЕМУ ПОВЫШЕНИЮ ТЕМПЕРАТУРЫ.**

Перед употреблением проконсультируйтесь с врачом.

## ЛЕГКИЕ В КИТАЙСКОЙ МЕДИЦИНЕ

- Направляют Ци вниз и по всему телу, по каналам и сосудам
- Управляет Ци и дыханием
- Граница между внутренним и внешним
- Под влиянием Легких - кожа и Вэй Ци
- Единственный орган в прямом контакте с внешней средой (обмен между внутренним и внешним)
- Легкие вверху получают чистую Ци снизу, а нечистые направляют вниз (Толстый к-к)
- Помогает избавиться организму от старого и ненужного



## **ЛЕГКИЕ В КМ**

### **ПРЕМЬЕР-МИНИСТР, ОТВЕЧАЮЩИЙ ЗА РЕГУЛИРОВАНИЕ ПРИ ИМПЕРАТОРЕ ЛЕГКИЕ УПРАВЛЯЮТ ЦИ, СЕРДЦЕ СЮЭ**

Регулярное, ритмичное движение Ци из Легких используется Сердцем для отправки Сюэ через тело, и оно будет использоваться для отправки Ци через систему каналов ко всем частям тела.

Легкие оказывают определяющее влияние на всю физиологическую активность в организме. «Ответственность за регуляцию» Легких также относится к функции Шэнь - аспекта Легких, то есть По.

По отвечает за общее управление всеми физиологическими действиями, движениями и рефлексамии, которые происходят в теле без сознательного размышления человека о них. Это включает в себя такие процессы, как дыхание, рефлексии, восприятие раздражителей, прикосновение и т. д.

## **ЛЕГКИЕ В КМ**

- **РИТМИЧНЫЙ ОБМЕН ЧИСТОГО И НЕЧИСТОГО ВОЗДУХА**
- **РИТМИЧНОЕ ДВИЖЕНИЕ ЦИ ВНИЗ И ПО ВСЕМУ ТЕЛУ**
- **ПРОИЗВОДСТВО ЦИ (ПРОСТУДА)**

## ЛЕГКИЕ В КМ

Отношение Легких к производству и распределению Цзинь е очень похоже на отношение Легких к производству и распределению Ци. Чистые жидкости направляются в Легкие из средней цзяо к Селезенке. Легкие осуществляют дальнейшую трансформацию, прежде чем чистая Цзинь распространяется в виде тонкого тумана вокруг тела, и более тяжелые Е направляются в суставы и отверстия, в то время как оставшиеся нечистые жидкости направляются вниз через тело в мочевой пузырь.

## ЛЕГКИЕ В КМ

- контролирует Ци и дыхание
- контролирует каналы и сосуды
- спускается и распространяет Ци по телу
- распространяет Цзинь по всему телу
- регулирует движение воды
- является высшим источником Цзинь е
- контролирует Вэй ци
- контролирует кожу и пространство между кожей и мышцами
- проявляется в волосах на теле
- открывается в носу
- контролирует обоняние
- контролирует нос

является нежным и уязвимым органом

- повреждается Сухостью
- ненавидит холод
  - поражаются в положении лежа
- на них влияет и проявляется белый цвет
- зависит от пряного вкуса
- проявляется гнилостным запахом
- контролирует голос
- проявляется плачущим или плачущим голосом
- страдает от горя, печали, беспокойства и меланхолии
- является резиденцией По

## **ПРОСТУДА**

### **ПАТОГЕННЫЕ ФАКТОРЫ**

- **Ветер**
- **Холод**
- **Жар**
- **Сухость**
- **Сырость**
- **Зной**

**ВЕТЕР - ГЛАВА СТА БОЛЕЗНЕЙ,  
НАЧАЛО СТА БОЛЕЗНЕЙ**

# **ДВЕ ПРИЧИНЫ ПРОСТУДЫ**

- 1. Вильный патоген**
- 2. слабая Защитная Ци**

# ПАТОГЕНЕЗ ПРОСТУДЫ

## Результат борьбы между Защитной Ци и патогенным фактором

ЛОКАЛИЗАЦИЯ ПАТОЛОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА - ПОВЕРХНОСТНЫЙ СЛОЙ ТЕЛА ЧЕЛОВЕКА = ПОВЕРХНОСТНЫЙ СИНДРОМ ТАЙ ЯН

- озноб
- жар
- ломота
- головная боль
- заложенность носа
- насморк
- кашель
- чувствительность к холоду и ветру
- возможны головокружения и позывы на рвоту

**НУЖНО ПРОПОТЕТЬ**

# ПРОСТУДА

1. холодная
2. горячая

## В ЧЕМ РАЗНИЦА?

Симптомы

Холодная простуда

Горячая простуда

Синдром

Поверхностный  
Холодный синдром

Поверхностный  
Горячий синдром

Озноб и жар

Преобладает озноб

Преобладает жар

Жажда

Нет

Есть

Выделения из носа

Светлые прозрачные

Мутные желтые

Боль в горле

Незначительная

Покраснение, отек и  
боль в горле

Налет на языке

Тонкий белый

Тонкий желтый

Пульс

Поверхностный напряженный

Поверхностный частый

## ОТВРАЩЕНИЕ К ХОЛОДУ И ВЕТРУ

Внешний Ветер проникает через кожу и препятствует циркуляции Защитной Ци в пространстве между кожей и мышцами. Поскольку Защитная Ци согревает мышцы, когда ее циркуляция нарушена Ветром, человек чувствует озноб и испытывает отвращение к холоду. «Отвращение к холоду или ветру» является характерным и - существенным симптомом вторжения внешнего Ветра и заключается не только в ощущении холода и озноба, но и в нежелании выходить на улицу на морозе. Это отвращение к холоду не проходит , если укрыться.

**ЛЕГКИЕ КОНТРОЛИРУЮТ РАСПРОСТРАНЕНИЕ ЗАЩИТНОЙ ЦИ ( ВЭЙ ЦИ ) ВО ВНЕШНЕЙ ЧАСТИ ТЕЛА, А ТАКЖЕ ОТКРЫТИЕ И ЗАКРЫТИЕ ПОР. ПРИСУТСТВИЕ ВЕТРА В ПРОСТРАНСТВЕ МЕЖДУ КОЖЕЙ И МЫШЦАМИ ПРЕПЯТСТВУЕТ РАСПРОСТРАНЕНИЮ И ОПУСКАНИЮ ЦИ ЛЕГКИХ И ВЫЗЫВАЕТ ЧИХАНИЕ И, ВОЗМОЖНО, КАШЕЛЬ.**

Нарушение распространения и опускания Ци Легких препятствует распространению и опусканию жидкости Легких, что приводит к насморку с обильными белыми выделениями.

**БОРЬБА МЕЖДУ ПАТОГЕННЫМ ВЕТРОМ И ЗАЩИТНОЙ ЦИ В КОЖЕ И МЫШЦАХ МОЖЕТ ВЫЗВАТЬ ЛИХОРАДКУ, КОТОРАЯ НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО ЯВЛЯЕТСЯ НАСТОЯЩЕЙ ЛИХОРАДКОЙ, А ПРЕДСТАВЛЯЕТ СОБОЙ ОБЪЕКТИВНОЕ ОЩУЩЕНИЕ ЖАРА В ТЕЛЕ БОЛЬНОГО ПРИ ПАЛЬПАЦИИ.**

Одновременное появление «отвращения к холоду» (субъективное) и «излучение тепла» (лихорадка, объективное) знаменует собой вторжение внешнего Ветра.

**ВЕТЕР В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ АТАКУЕТ САМЫЕ ПОВЕРХНОСТНЫЕ КАНАЛЫ, ТО ЕСТЬ КАНАЛЫ БОЛЬШОГО ЯН (ТОНКИЙ КИШЕЧНИК И МОЧЕВОЙ ПУЗЫРЬ), И ПРЕПЯТСТВУЕТ ЦИРКУЛЯЦИИ В НИХ ЗАЩИТНОЙ ЦИ: ЭТО ВЫЗЫВАЕТ СКОВАННОСТЬ И БОЛЬ ВДОЛЬ ЭТИХ КАНАЛОВ, ОСОБЕННО В ЗАДНЕЙ ЧАСТИ ШЕИ.**

Ветер атакует верхнюю часть тела и часто застревает в горле, вызывая ощущение зуда в горле.

Если Ветер сочетается с Холодом с преобладанием последнего, то потоотделения не будет, потому что Холод сужает поры и не будет потоотделения.

Если Холод не так преобладает, но преобладает Ветер, поры открыты, человек немного потеет,

## **ВЕТЕР-ХОЛОД**

Отвращение к холоду, чихание, кашель, насморк с беловато-водянистой слизью, лихорадка, сильная скованность и боль в затылке, отсутствие потоотделения, жажды, плавающий напряженный пульс, цвет тела языка неизменен, тонкий белый налет.

## **ВЕТЕР-ТЕПЛО**

Отвращение к холоду, лихорадка, чихание, кашель, насморк со слегка желтоватой слизью, скованность и боль в затылке, легкая потливость, зуд в горле, боль в горле, опухшие миндалины, жажда, плавающий учащенный пульс, тело языка красное на кончике или по бокам, тонкий белый налет.

## **ВЕТЕР-СЫРОСТЬ**

Отвращение к холоду, лихорадка, опухание шейных желез, тошнота, потливость, скованность затылка, ломота в теле, боль в мышцах, ощущение тяжести тела, припухлость суставов, плавающий-скользящий пульс.

## **Ветер-Сухость**

Лихорадка, легкое отвращение к холоду, легкая потливость, сухость кожи, носа, рта и горла, сухой кашель, боль в горле, сухой язык с тонким белым налетом, плавающий учащенный пульс.

## ГАНЬ МАО ЦЗЕ ДУ ЛИН КЭ ЛИ (GAN MAO JIE DU LING KE LI)

Противопростудный экстракт, выводящий

Жар. В составе много трав.

Показания к применению: простуда с головной болью, жаром, ознобом, ломотой и болью в теле, насморк со светлыми выделениями, кашель, сухость в горле.

Фармакологическое действие:

жаропонижающее,

противовоспалительное, противовирусное,

антибактериальное, дезинтоксикационное.



## БАНЬ ЛАНЬ ГЭНЬ КЭ ЛИ (BAN LAN GEN KE LI)

Содержит в себе одну траву Вайды корень.  
Самое сильное противовирусное средство.  
Используется для лечения бактериальных инфекций.

Показания к применению: высокая температура, боль и отечность в горле, сухость во рту и губ, паротит, острый гепатит, менингит и любая другая вирусная инфекция.

Фармакологическое действие:

противовирусное, антибактериальное, противогрибковое, жаропонижающее, противовоспалительное.



# XIAO ER ZHI BAO WAN СЯО ЭР ЧЖИ БАО ВАНЬ

## БЕСЦЕННОЕ СОКРОВИЩЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ В ПИЛЮЛЯХ

Основные функции и показания к применению в ТКМ: **изгоняет ветер, умиряет судороги и спазмы, рассеивает макроту и удаляет застой пищи.** Применяется при **детской простуды из-за ветра-холода**, несварение пищи и молока, температура и заложенность носа, кашель с обильной, рвота, понос.

**ПРИМЕНЕНИЕ В КЛИНИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ: ПРИ ДЕТСКОЙ ПРОСТУДЕ И ОРВИ С УКАЗАННЫМИ ВЫШЕ СИМПТОМАМИ ПО ТКМ, КАШЕЛЬ, ОТСУТСТВИЕ АППЕТИТА ВО ВРЕМЯ ПРОСТУДЫ, ДИСПЕПСИЯ, РВОТА И ПОНОС; СНИМАЕТ СУДОРОГИ И СПАЗМЫ.**



# **ПОВЕРХНОСТНЫЙ СИНДРОМ ПЕРЕХОДИТ В ГЛУБОКУЮ ПРОСТУДУ**

1. Очень высокая температура
2. Потливость, которая
3. Сильная жажда, хочется пить холодные напитки
4. Налет на языке желтеет и сохнет
5. Запор
6. Сосочки на языке

# XIAO QING LONG KE LI SЯO ЦИH ЛУH ТАН ВАНЬ

Быстрорастворимый экстракт  
«Маленький Зеленый Дракон»



# **ПРОСТУДА ШАО ЯН МЕЖДУ ПОВЕРХНОСТНОЙ И ГЛУБОКОЙ**

## **КОГДА НУЖНО ТОЧНО ВЫЗЫВАТЬ ВРАЧА?**

# BI TONG WAN - БИ ТУН ВАНЬ

ПИЛЮЛИ ОТ

ЗАЛОЖЕННОСТИ НОСА.



**Основные функции и показания к применению в ТКМ:** удаляет ветер и жар, очищает носовые пазухи (облегчает заложенность носа). Используется при синдроме патогенного ветра-жара или ветра-холода, переходящего в жар. Возможные симптомы: заложенность носа, головная боль, слезотечение, воспаление носа.

**Применение в клинической практике:** острый или хронический ринит, аллергический ринит, острый или хронический гайморит, синусит.

**Фармакологическое действие:** противовоспалительное, антибактериальное, болеутоляющее.

# ХО ДАНЬ ВАНЬ (HUO DAN WAN)

## ОСНОВНЫЕ СВОЙСТВА И ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ В ТКМ:

удаляет скопление мутного; очищает жар; облегчает заложенность носа; применяется при скоплении внутри патогенной влаги и при застое огня в меридиане желчного пузыря, что проявляется симптомами: заложенность полости носа с ухудшением обоняния вплоть до его потери, жидкие прозрачные или мутные выделения из носа, возможно с дурным запахом, головная боль с в лобно-носовой части.

**ПРИМЕНЕНИЕ В КЛИНИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ:  
ПРИ ХРОНИЧЕСКОМ РИНИТЕ, ХРОНИЧЕСКОМ  
НОСОВОМ СИНУСИТЕ И ГАЙМОРИТЕ.**



# ТУНСЮАНЬ ЛИФЭЙ ВАНЬ Зеленые сопли

## TONG XUAN LI FEI WAN

### ПИЛЮЛИ ДЛЯ ГАРМОНИЗАЦИИ И АКТИВИЗАЦИИ ЛЕГКИХ

#### ОСНОВНЫЕ СВОЙСТВА И ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ В ТКМ:

облегчает поверхностный синдром и изгоняет холод; активизирует работу легких и удаляет кашель; используется при кашле от простуды ветра-холода с трудно отделяемой мокротой, лихорадкой и ознобом; при заложенности и выделениях из носа, головной боли, отсутствии потоотделения, боли или ломоте во всем теле и суставах, на языке тонкий белый налет.

**ПРИМЕНЕНИЕ В КЛИНИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ: ЛЕЧЕНИЕ ПРОСТУДЫ, БРОНХИТА, АСТМЫ И ЭМФИЗЕМЫ ЛЕГКИХ С УКАЗАННЫМИ ВЫШЕ СИМПТОМАМИ.**



# ЦЗЕ ГЭН ВАНЬ (JIE GENG WAN, JIEGENG WAN)

**Пилюли из платикодона**

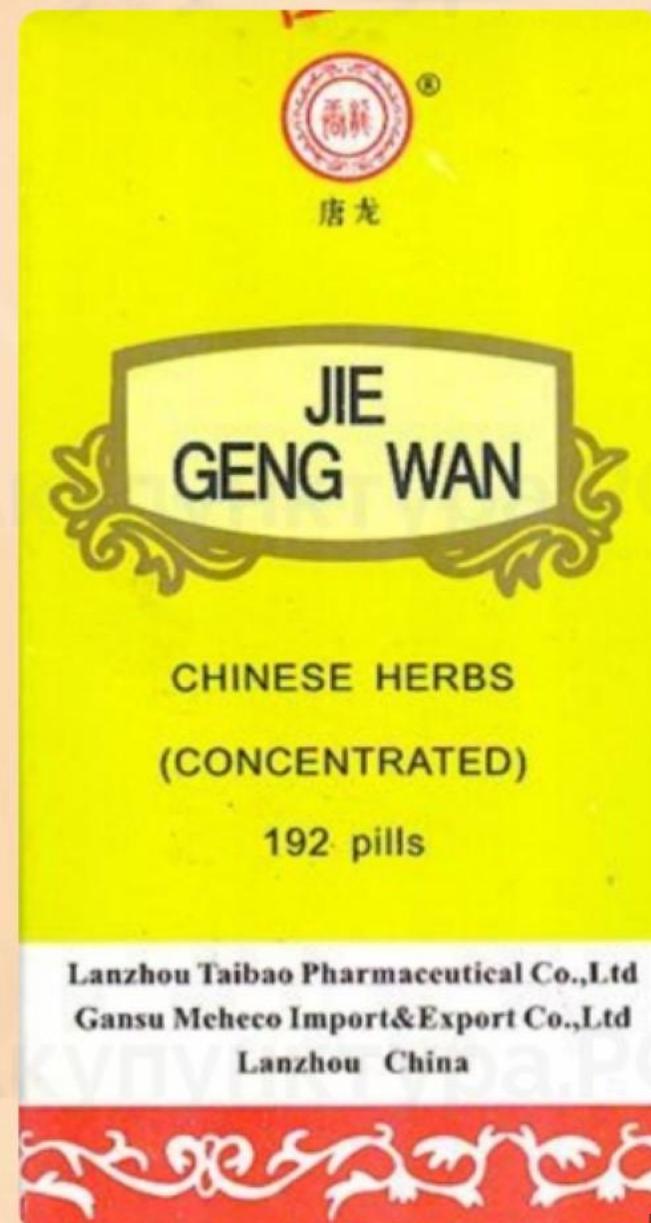
**Сведения взяты из медицинского сборника  
«Цзиньгуйяоло».**

**Состав:** платикодон крупноцветковый (jie geng).

**Основные свойства и показания к применению:**

улучшает функцию легких, удаляет мокроту, снимает воспаление горла, выводит гной; используется при кашле с обильной мокротой, при болях и отеках горла, чувстве распирания в груди, при хриплом голосе, при кашле, вызванном холодом или жаром легких.

**Фармакологическое действие:** китайский препарат Цзе гэн вань улучшает функцию легких, надпочечников, подавляет рост болезнетворных бактерий, очищает легкие, выводит мокроту, укрепляет селезенку, способствует выработке жидкостей, увлажняет горло, снимает отек, утоляет боль, утоляет кашель, выводит гной.



# СЯОЭР КЭЧУАНЬ ЛИН КЭЛИ

XIAO ER KE CHUAN LING KE LI  
ГРАНУЛЫ ПРОТИВ КАШЛЯ И  
ОДЫШКИ У ДЕТЕЙ

ДЕТЯМ ОТ 1 ГОДА ДО 3-Х ЛЕТ  
СО ВТОРЫХ СУТОК БОЛЕЗНИ



**Основный свойства и показания к применению в ТКМ:** активизирует работу легких, очищает жар, облегчает кашель, рассеивает мокроту. Применяется при кашле из-за инфекции верхних дыхательных путей.

**Применение в клинической практике:** инфекции верхних дыхательных путей, фаринголарингит, тонзиллит (ангина), острый и хронический бронхит, бронхиальная астма, бактериальная и вирусная пневмония, при повышенной температуре не более 38.5°C.

**Фармакологическое действие:** муколитическое, противоастматическое, антибактериальное, противоинфекционное, противовоспалительное, жаропонижающее.

**Способ применения и дозировка:** детям возрастом от 4 месяцев до 2 лет – 1 г (пол пакетика), от 3 до 4 лет 1,5 г (полтора пакетика), от 5 до 7 лет по 2 г (пакетик) в день 3-4 раза.

# ТУНЦЯО БИЯНЬ ПЯНЬ TONG QIAO BI YAN PIAN

**Фармакологическое действие:** обладает антибактериальным, противовоспалительным, противовирусным и болеутоляющим действием, а также регулирует иммунную систему организма.

**Функции и назначение:** тонизирует Ци, укрепляет лёгкие, удаляет холод, изгоняет ветер, снимает воспаление, устраняет заложенность носа, прочищает нос.

Применяется при заложенности носа, насморке, болях в лобовой части головы, рините, синусите и аллергическом рините.

**БЕЗ ТЕМПЕРАТУРЫ, КОГДА ТОЛЬКО ТЕЧЕТ ИЗ НОСА**

**ПРОСТО НЕ ХВАТАЕТ СИЛ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ, НАПОЛОВИНУ СОСТОИТ ИЗ ЮПИНА**

# ЛЮХЭ ДИНЧЖУН ВАНЬ

## LIU HE DING ZHONG WAN

ПИЛЮЛИ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ  
СРЕДНЕГО ЦЗЯО



### ОТ КИШЕЧНОГО ГРИППА

**Основные свойства и показания к применению в ТКМ:** осушает сырость и рассеивает жар, регулирует функцию селезенки и желудка, способствует пищеварению; возможные симптомы: озноб, лихорадка, головная боль, ощущение заложенности в груди, тошнота, рвота, диарея и боль в животе.

# **ЦИ ПОЧЕК И ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ**

# **КУРС ЭНЕРГИЯ ЖИЗНИ**

## **О ЦИ ПОЧЕК + ХРОНИЧЕСКОМ СТРЕССЕ И НАДПОЧЕЧНИКОВОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТИ ДИАГНОСТИКЕ И КОРРЕКЦИИ**

**Важнейшая энергия, без которой жизнь невозможна. Когда заканчивается энергия Ци Почек, заканчивается наша жизнь.**

**Без этой энергии невозможно зачатие детей, продолжение рода. Именно недостаток этой энергии — одна из причин бесплодия.**

**Благодаря ей зарождается жизнь, благодаря ей мы вырастем, живем, и когда она начинает уменьшаться, мы стареем и умираем.**

# ОТЗЫВЫ О МАРАФОНАХ И ВЕБИНАРАХ ПО ТЕМАМ КИТАЙСКОЙ МЕДИЦИНЫ

Очень понравились вебинары Желчный пузырь и Селезенка, возвращаюсь к ним, когда есть время свободное после работы и еще остаются силы на усвоение информации

08:42

Добрый день! Сразу хочу сказать огромное спасибо! Прослушала всю первую часть вебинара, очень много полезной(нужной) информации. Буду прослушивать ещё много раз и буду с каждым разом познавать для себя новое! Жду вторую часть с большим интересом!



Наталья Александрова

Была вчера, как и на предыдущих ваших вебинарах. Вы мой любимый блогер, спикер, учитель и доктор 😊 Увлечение китайской медициной и вера в нее начались со знакомства с вами, сначала заочного в соцсетях, а потом и очного к клинике. Спасибо огромное, что делитесь своими знаниями, они очень ценны для нас всех и стоят дороже, чем стоимость ваших вебинаров 🙏❤️ Здоровья и много Ци вам, вашей семье и команде 🌿🍀🌻

19:41

Тамара Зауровна, доброе утро! спасибо Вам за наикрутейший вебинар! как человек, искушенный в ваших программах обучения, могу 100% сказать - это было круто! спасибо!!!

08:49

Natasha – Все 19:48

NK

Второй день делаю утром вместе с вами упражнение. Очень нравится, нет резкого ощущения бодрости, есть чувство, некой наполненности без излишков.

валентина -

Акупунктура Иглокальвание Рефлексотер...  
Рассказать как прошел вебинар про Ци...

Вебинар очень насыщен новыми знаниями и открытиями для меня, надо ещё смотреть и пересматривать неоднократно, информации много, хочется все разложить по полочкам, спасибо большое, слушать Вас большое удовольствие.

11:30

Galina кому Все 11:29

Да, ещё со вчера прилив энергии, как проплатила марафон 🌈

Да, я это очень почувствовала!! 💜💖

Masha кому Все 11:30

Спасибо. Мне отзывается то, что Вы рассказываете. Хочется узнать больше. И применить :)

# НАЧАЛО

МНОГОДНЕВНЫЙ КУРС «ЭНЕРГИЯ ЖИЗНИ» ПО  
ПОВЫШЕНИЮ УРОВНЯ ЭНЕРГИИ ЦИ ПОЧЕК.

**КУРС СОСТОИТ ИЗ 5 ВЕБИНАРОВ.**

**Первый вебинар курса «Энергия жизни» состоится 28 ноября в 19:00 мск.**

Для участников **все вебинары будут доступны в записи в личном кабинете геткурса**, вы ничего не пропустите.

## **ЧТО БУДЕТ НА КУРСЕ**

Вы узнаете, как восполнять энергию Ци Почек, что делать, чтобы она не тратилась быстрее, чем должна тратиться.

## **ДЛЯ КОГО ЭТОТ КУРС**

Этот вебинар для тех, кто хочет научиться не транжирить эту энергию и жить полную качественную жизнь.

**Стоимость 12 990₽ только для участников** мастер-класса «Жизнь без простуд»

# LIAN HUA QING WEN JIAO NANG.

Если говорить на языке китайской медицины, то это капсулы, которые лечат простуду и грипп, вирусные и бактериальные заболевания верхних дыхательных путей и легких. Выводит жар, яд, нормализует работу легких. Китай использует этот препарат в схемах лечения новой коронавирусной инфекции. Клинические испытания показали высокую эффективность препарата. Он борется с вирусной инфекцией и воспалением.

→ **Принимать по 4 капсулы 3 раза в день. По 3 коробочки на человека. Он тоже теперь во всех поездках с нами.**

Ляньхуа Цинвэнь  
(Lianhua Qingwen Jiaonang)



@tamara\_khestanova

# СПРЕЙ ДЛЯ НОСА МЯО ЛИН (MIAO LING).

При заложенности в носу, отсутствии обоняния и для профилактики потери обоняния. Этому средству можно петь отдельные дифирамбы и без КОВИД, но это в другой раз. В нём только компоненты растительного происхождения. Устраняет жар и выводит токсины, изгоняет ветер, осушает сырость, выводит мокроту и открывает носовые ходы.

→ По 1-2 впрыскивания в каждую ноздрю 2-4 раза в день. Детям по 1 впрыскиванию в каждую ноздрю 2-4 раза в день.

Спрей для носа  
Мяо Лин / Miao Ling



@tamara\_khestanova

## БИ ЯНЬ КАН ПЯНЬ (BI YAN KANG PIAN).

Выводит Жар и Яд. Активизирует функцию лёгких и восстанавливает проходимость носа, ликвидирует отёчность, прекращает боли, облегчает носовое дыхание.

Используется при скоплении патогенного ветра в лёгких.

→ По 4 шт. 3 раза в день.

### Би Янь Кан Пянь (Bi Yan Kang Pian, BiyanKang Pian)



@tamara\_khestanova

# ЛИН ЯН ЦИН ФЭЙ ВАНЬ (LIN YANG QING FEI WAN).

Выводит Жар из лёгких, удаляет Яд, смягчает горло, прекращает кашель. Если есть температура, ломота в теле, кашель с желтой мокротой, может быть с кровью, боль в горле, темная моча, запор.

→ **Рекомендуется применять по ½ -1 -2** раза в день. Это медовые шары.

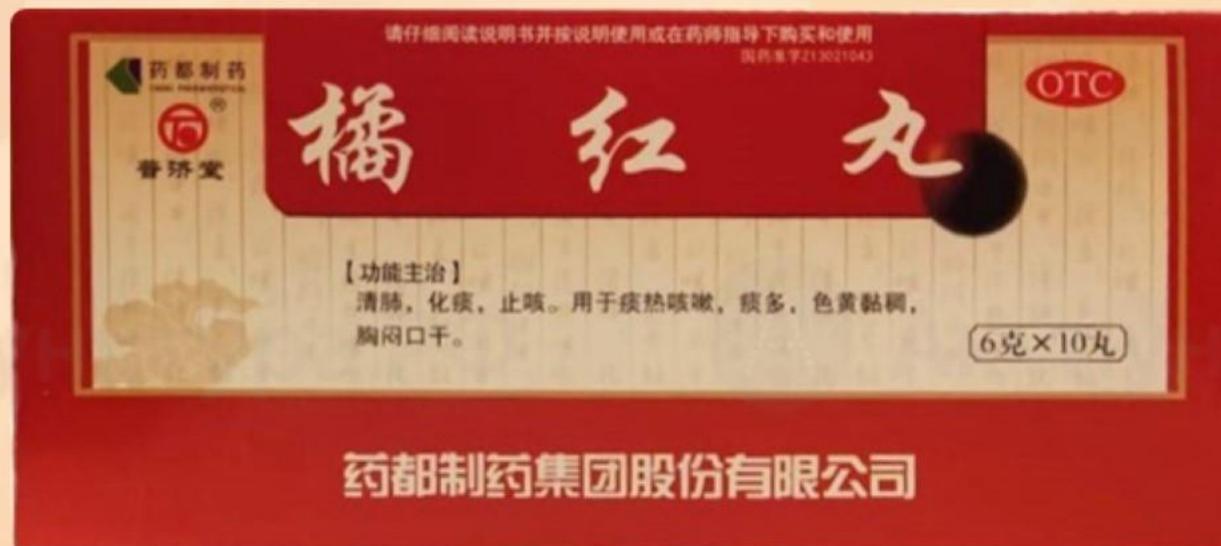


"Лин Ян Цин Фэй Вань" назначают при таких симптомах как: повышенная температура, ломота суставов, кашель с кровавыми прожилками, кашель с мокротой жёлтого цвета, боль в горле, сухость в горле и во рту, отёчность, головокружение, жажда, моча тёмного цвета, запор. Традиционная медицина Китая к симптомам также относит жёлтый налёт на ярко-красном языке и частый пульс.

# ЦЗЮЙ ХУН ВАНЬ (JU HONG WAN).

И еще один препарат с похожим действием и такими же рекомендациями по применению.

С позиции традиционной китайской медицины "Цзюй Хун Вань" очищает от жара и скопления мокроты бронхи и лёгкие, опускает Ци лёгких и останавливает кашель. Пилюли "Цзюй Хун Вань" назначают при кашле с обильной жёлтой мокротой, затруднением откашливания, чувством заложенности в груди, хрипах в лёгких, жёстком дыхании, чувстве заложенности в груди, красном языке в желтоватом налётом, скользком и частом пульсе.



# ПИЛЮЛИ "ХУАТАНЬ" (QINGQI HUATAN WAN).

## Для очищения лёгких.

Подходят при кашле с трудно отходящей мокротой, стеснении, полноте, сдавлении в грудной клетке. Не только справятся с кашлем. Они разжижают и выводят мокроту, ещё обладают противовоспалительным действием.

## Основные свойства и назначение:

- убирает жар легких
- разжижает и изгоняет сырость
- двигает Ци

Используется при кашле из-за жара с обильным выделением желтого цвета, учащенном сердцебиении, одышке, чувстве тяжести в груди. Мочи мало и она концентрированная. Возможно появление запора.

→ Принимать по 6-8 пилюль 3 раза в день.

Цин Ци Хуа Тань Вань / Хуатань  
/ Qing qi hua tan wan /



@tamara\_khestanova

## ЭР ЧЭНЬ ВАНЬ (ER CHEN WAN).

При обильной мокроте.

Напитает лёгкие.

→ **Принимать по 8 шт. 3 раза  
в день.**

Эр Чэнь Вань  
(Er Chen Wan)



@tamara\_khestanova

# СЮЭ ФУ ЧЖУ ЮЙ ВАНЬ (XUE FU ZHU YU WAN)

Сожалею, что со мной не было этого препарата в отпуске, когда я болела. Самой сложно решаемой задачей в моем случае был застой крови, который привел к сильным болям. Этот препарат прекрасно справился бы, так он двигает кровь и ликвидирует застой, двигает Ци, прекращает боли. Улучшает реологические свойства крови, улучшает кровообращение, в том числе микроциркуляцию.

→ **Принимать 2 раза в день по ½ - 1 мерной крышки в день. Если медовые шары, то по ½ - 1 медовому шару 2 раза в день. Работает лучше в медовых шарах.**

Сюэ Фу Чжу Юй Вань, Xuefu Zhuyu Wan  
(Xue Fu Zhu Yu Wan, Xuefu Zhuyu Wan)



@tamara\_khestanova

## ДА ХО ЛО ВАНЬ (DA HUO LUO WAN).

И еще один препарат с похожими свойствами. Улучшает реологические свойства крови, улучшает кровообращение, в том числе микроциркуляцию. С дополнительным эффектом - улучшает трофику нервной ткани. Его обычно используют в восстановительном периоде у пациентов, перенесших инсульт.

→ **Принимать по ½ - 1 медовому шару 2 раза в день**



# ЛИ ДАНЬ ПАЙ ШИ ПЯНЬ (LI DAN PAI SHI PIAN).

На всё время болезни и восстановления — это мой обожаемый препарат. Спазмолитическое, желчегонное, обезболивающее, противовоспалительное, гепатопротекторное, послабляющее действия.

→ **Принимать по 4 таблетки 3 раза в день во время приема пищи.**

Ли Дань Пай Ши Пянь  
Li Dan Pai Shi Pian



@tamara\_khestanova

# ПИЛЮЛИ "ШИ ЦЮАНЬ ДА БУ ВАНЬ" ВЕЛИКОЕ ВОССТАНОВЛЕНИЕ (SHI QUAN DA BU WAN)

**Действие с точки зрения ТКМ.** Согревает и восполняет Ци и Кровь. Используется при синдроме Пустоты Ци и Крови.

**Симптомы.** Слабость, зябкость, холодные конечности, бледное или атрофично-желтое лицо; одышка, усиливающаяся при физической нагрузке; тихий голос, потливость, плохой аппетит, сердцебиение, головокружение, рябь в глазах, обильные месячные или скудные, аменорея. Язык бледный. Пульс тонкий, слабый, пустой.

**Фармакологическое действие.**

Общеукрепляющее, иммуномодулирующее, иммуностимулирующее, кроветворное, ранозаживляющее.

**Клинические показания (при соответствующем синдроме ТКМ).**

Общая астенизация (вследствие переутомления, хронических заболеваний, кровопотерь, оперативных вмешательств, родов, при долго не заживающих ранах), иммунодефицитные состояния, различные виды анемий, гипотиреоз.



**ЗОЛОТАЯ ПАСТИЛКА  
С САХАРОМ ДЛЯ  
РАССАСЫВАНИЯ**



# СИРОП "НИНДЖОМ РЕЙПАКОА" (NIN JUOM PEI PA KOA)

Используя уникальные рецепты традиционной восточной медицины, китайские фармацевты разработали имбирный сироп от кашля "Нинджом Рейпакоа". Сироп существенно облегчает протекание таких недугов, как грипп, ОРВИ, простудные заболевания, помогает ЛОР-органам, бронхам и лёгким восстановиться после болезней. **Сироп состоит только из натурального сырья и не является лекарственным средством. Препарат рекомендуется применять при ОРВИ, гриппе и простудных заболеваниях, сопровождающихся кашлем, сухостью и першением в горле, осиплостью голоса, при заложенности носа, одышке.**



## ЭЛИКСИР "ШУАН ХУАН ЛЯНЬ КОФУЕ" (SHUANG HUANG LIAN KOUFUYE)

Препарат оказывает на организм противовоспалительное, противовирусное, иммуномодулирующее, жаропонижающее, антибактериальное, антитоксическое, обезболивающее действие, а также удаляет жар, выводит токсины, применяется при простуде из-за ветра жара. Эликсир "Шуан Хуан Лянь Кофуе", повышая и укрепляя иммунитет организма, подавляет рост и размножение бактерий, а также выводит внутриклеточные токсины. **Поэтому борьба с инфекцией происходит за счёт стимуляции естественных защитных сил организма.**



### Показания

Показаниями к применению эликсира являются такие заболевания как ОРВИ, грипп, ангина, ринит, синусит, пневмония, бронхит, применяется также при гастрите, остром энтероколите, цистите, уретрите, простатите, аднексите.

# ВЭЙ ЦИ И ПИТАНИЕ

## Исключить

Все продукты ослабляющие Ян энергию тела:

Прохладные или холодные энергетически. Такие как сырые салаты, овощи, фрукты, продукты из коровьего молока. Холодные физически продукты и напитки, напитки со льдом.

## Рекомендуется

Продукты острого вкуса, теплые. Так как острый вкус соответствует элементу Металл, Легким и соответственно Защитной Ци.

**68. Во время начала простудного заболевания рекомендуется** также исключить продукты кислого вкуса из за того, что движение продуктов кислого вкуса направлено во внутрь. И вместо того, чтобы вынести патогенные факторы из организма, они будут вноситься в более глубокие слои из поверхностных, усугубляя простуду. Стоит задуматься о апельсиновом соке, чае с лимоном и всех цитрусовых во время болезни...

**А вот теплые и горячие продукты острого вкуса открывают поры,** что дает возможность изгнать холод, ветер из организма. Знакомо же ощущение, когда от острого бросает в пот?

Это может быть свежий имбирь, перец, чай со специями.

**Важно добиться потоотделения в начале простуды.** И

Из трав больше всего восполняет Защитную Ци корень Астрагала, Хуан Ци. Его можно добавлять при приготовлении бульонов.

**Для укрепления среднего обогревателя также необходимы нейтральные,** теплые и сладкие продукты. И Селезенка очень не любит холодные и освежающие продукты.

**Помните, что Защитная Ци ночью циркулирует глубоко,** оставляя поверхность тела незащищенной. По этому ночью легче продувает. И мало сна, ночная активность усиливают восприимчивость к патогенным факторам.

## **ОСТРЫЙ ВКУС**

**Острые овощи, редька, репчатый лук, редис, лук порей**

**Белого цвета**

**Рис + репчатый лук**

**Алкоголь**

**Острый вкус открывает поверхность тела**

**Остро - теплый вкус поднимает Ци вверх (алкоголь, печаль)**

**Жар в печени (агрессивность) и острые вкус**

# ОТИТ

## **Пилюли «Сяо Чай Ху Тан Вань» (Xiao Chai Hu Tang Wan)**

Для поддержания функции печени и желчного пузыря, общего укрепления организма, борьбы с бактериальными и вирусными инфекциями.

Грипп, ОРЗ, острый отит, гайморит, лимфаденит, сопровождающиеся лихорадкой, и состояния после них, холецистит, пиелонефрит, холангит, различные виды гепатита, орхоэпидидимит, острый аднексит, межреберная невралгия, устранение похмельного синдрома, профилактика алкоголизма, в послеродовом периоде, когда есть ощущение жара и истощение.

# ЛУН ДАНЬ СЕ ГАНЬ ВАНЬ

**«Лун Дань Се Гань Вань», или «Драконья желчь» - это биологически активная добавка комплексного действия, оказывающая благотворное влияние на состояние печени, а также общее укрепляющее действие на организм. Создана из натурального сырья, собранного, подготовленного и скомпонованного по рецептам традиционной китайской медицины.**

## **ДЕЙСТВИЕ ПРЕПАРАТА**

«Лун Дань Се Гань Вань» оказывает гепатопротекторное, противовоспалительное и желчегонное действие. Борется с вирусами, успокаивает спазмы, уничтожает бактерии и вирусы, выводит токсины и яды.

С точки зрения традиционной китайской медицины выводит жар и сырость из печени и желчного пузыря, а также нижней части тела. **Эффективное средство при синдромах скопления сырости и жара в желчном пузыре и печени, огне с подъёмом вверх и жаре желчного пузыря со стеканием вниз.**

**«Лун Дань Се Гань Вань» - это препарат, эффективный при следующих симптомах:** горечь во рту, распирание и болезненные ощущения в подреберье и боках, отвращение к пище, нерегулярный стул, тошнота, горький привкус во рту, язык с жирным налётом, болезненные ощущения при мочеиспускании, мутная моча, моча тёмного цвета, зуд в паху; покраснение и мокнущие участки в паху, жёлтые выделения с неприятным запахом, головная боль, неровный, частый и струнный пульс, головная боль, головокружение, покраснение глаз, шум, боль и чувство заложенности в ушах.

# ОПОЯСЫВАЮЩИЙ ЛИШАЙ И ГЕРПЕС

- ЛУН ДАНЬ СЕ ГАНЬ ВАНЬ
- У ВЭЙ СЯО ДУ ИНЬ
- ЧАЙ ХУ ШУ ГАНЬ

## **При хроническом течении можно использовать:**

- Сяо Фэн Ван

Пилюли "Xiao Feng San/Wan" эффективно снимают воспаление и зуд кожных покровов, обладают противоаллергенным свойством.

- Хо Сян Чжэн Ци

С точки зрения традиционной китайской медицины «Хо Сян Чжэн Ци Вань» устраняет наружный летний синдром с ветром, холодом и сыростью, а также внутреннее повреждение от застоя сырости и холода. Препарат регулирует Ци, выводит яды и токсины, регулирует функцию желудка, кишечника и селезёнки, а также останавливает диарею.

- Фан Фэн Тун Шэн

**Пилюли оказывают противовоспалительное, противовирусное, иммуномодулирующее, жаропонижающее, послабляющее, противоаллергенное, антисептическое и стабилизирующее действие.**

Пилюли рекомендуется применять больным с острой гнойной ангиной, пневмонией, острым конъюнктивитом, синуситом, инфекциями мочевыводящих путей, стойкой формой бронхиальной астмы; головной болью при гипертонии, невралгии тройничного нерва, крапивнице, а также при зудящей сыпи, нейродермите, лекарственной аллергии, гнездной алопеции, рожистом воспалении, фурункулах и карбункулах, себорейном дерматите и различных видах лишая (розовом, красном плоском).

**Если герпес рецидивирующий, то мы обязательно что то добавляем по синдрому для укрепления иммунитета:**

- Лю Вэй
- Юй Пин Фэн









# ТОЧКИ

## **Точки от простуды и КОВИД**

При ознобе, подозрении на COVID-19 или подтвержденном диагнозе, можно облегчить состояние при помощи 66-ой точки мочевого пузыря. Манипуляции ускоряют выздоровление и смягчают симптомы.

**Для этого следует приложить легкое давление на точку, которая расположена на задней стороне лодыжки, и провести вращательные движения против часовой стрелки.** Проведение этой процедуры требует определенных знаний в области акупунктуры. Неопытным людям стоит применить вращательные движения зубочисткой против часовой стрелки.

## **Как воздействовать на точки**

Для воздействия на точки нужно использовать пальцы и подручные материалы в виде зубочисток и спичек.

## **Как работать пальцем:**

При работе пальцем нужно с помощью него массировать точку или просто оказывать давление.

**Нужно соблюдать правило — массаж 30 секунд, после отдых — 60 секунд, затем — опять массаж 30 секунд, после — опять отдых 60 секунд.**

**Массаж точки должен ощущаться, но не доставлять существенную боль.** При сильной боли интенсивность нажатия следует уменьшить.

## **КАК РАБОТАТЬ ЗУБОЧИСТКОЙ И СПИЧКОЙ**

При работе зубочисткой и спичкой нужно приложить инструмент к точке, прокрутить его по часовой стрелке. Не стоит протыкать, прокалывать кожу, нужно просто применять небольшое нажатие.

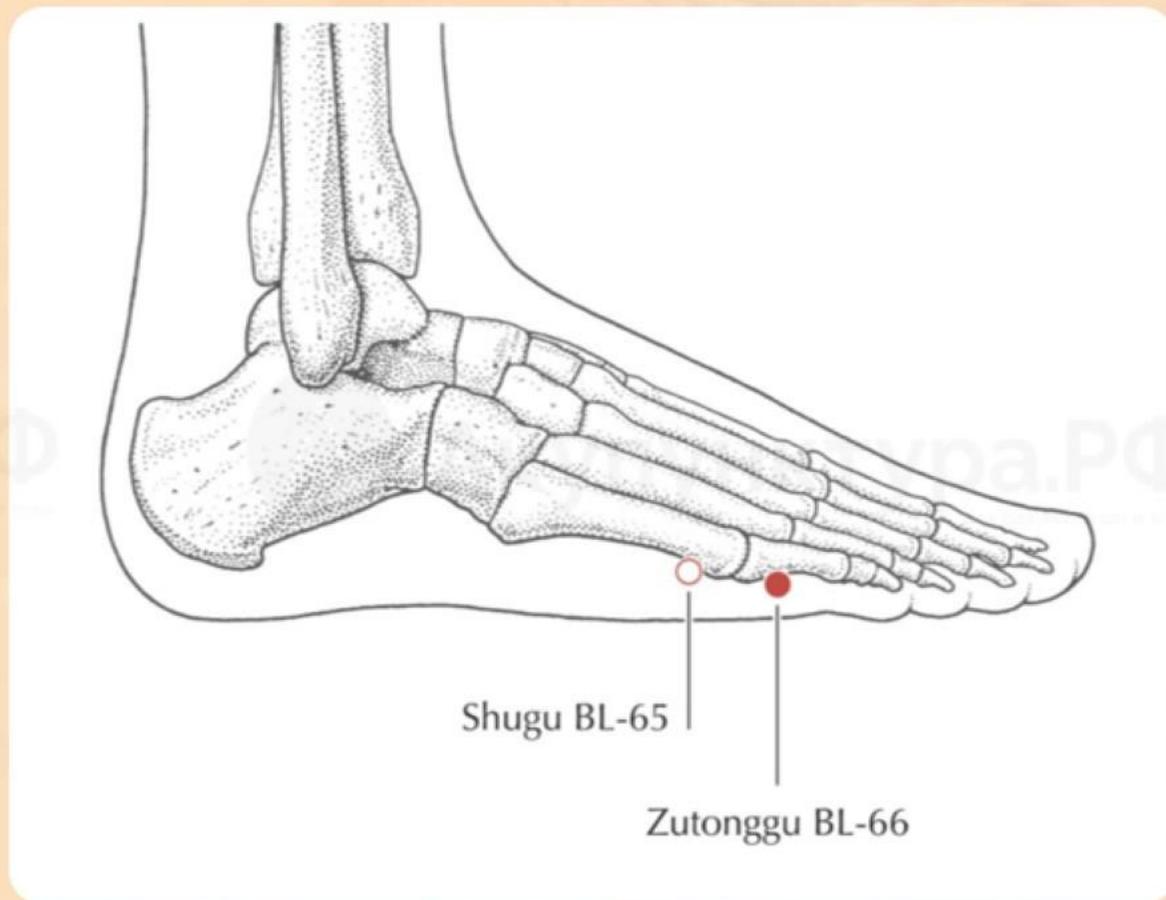
Пальцами работать легче, чем спичкой и зубочисткой.

## ТОЧКИ КАНАЛА МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ

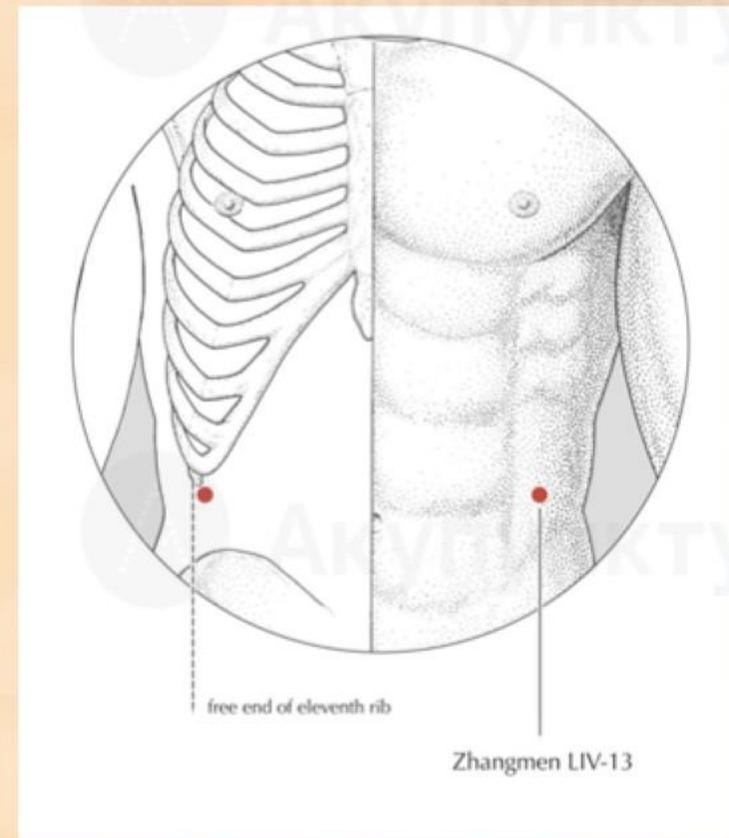
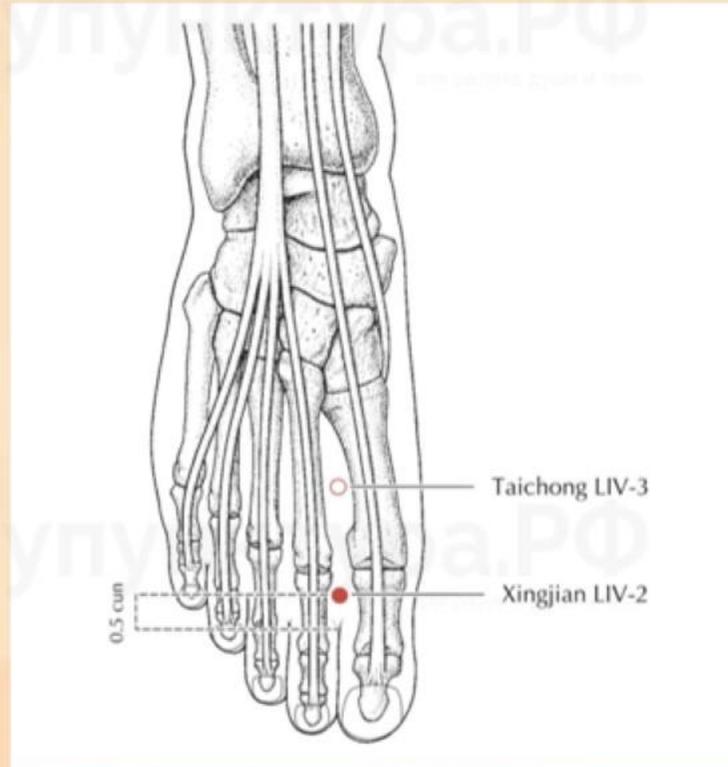
**BL - 65 ШУ ГУ**

**BL - 66 ЦЗУ ТУН ГУ**

**ШЕСТЬДЕСЯТ ШЕСТАЯ ТОЧКА** канала Мочевого пузыря BL - 66 Цзу Тун Гу расположена в углублении кпереди и книзу от V плюснефалангового сустава, на границе тыльной и подошвенной поверхности стопы.



# ТОЧКИ КАНАЛА ПЕЧЕНИ



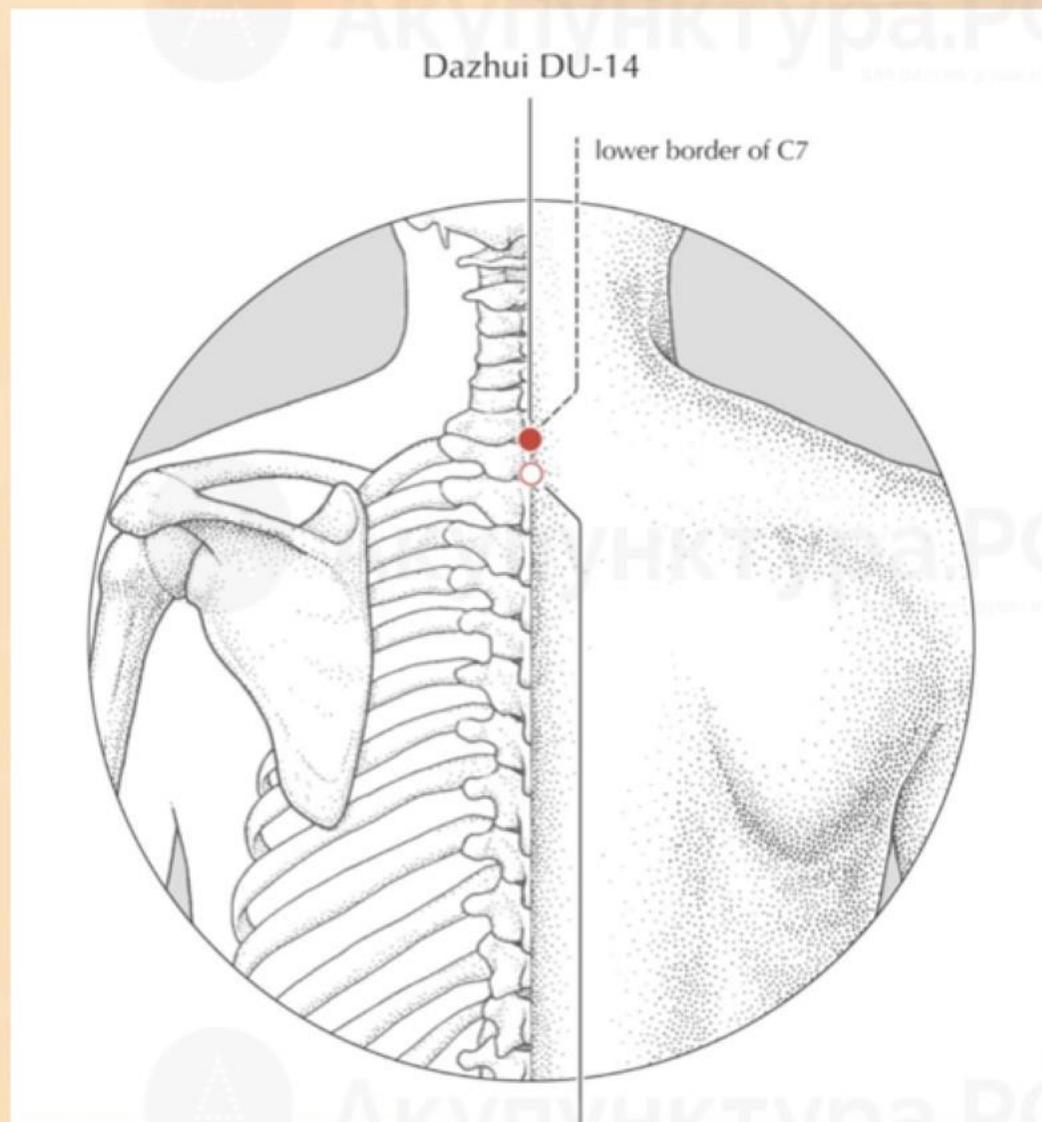
## LIV - 3 ТАЙ ЧУН

Третья точка канала Печени LIV - 3 Тай Чун расположена на тыле стопы, в переднем углублении места схождения I и II плюсневых костей.

## LIV - 2 СИН ЦЗЯО

Вторая точка канала Печени LIV - 2 Син Цзяо расположена на тыле стопы, на складке между I и II пальцами стопы, в углублении кпереди от I и II плюснефаланговых суставов. LIV - 13 Чжан Мэнь

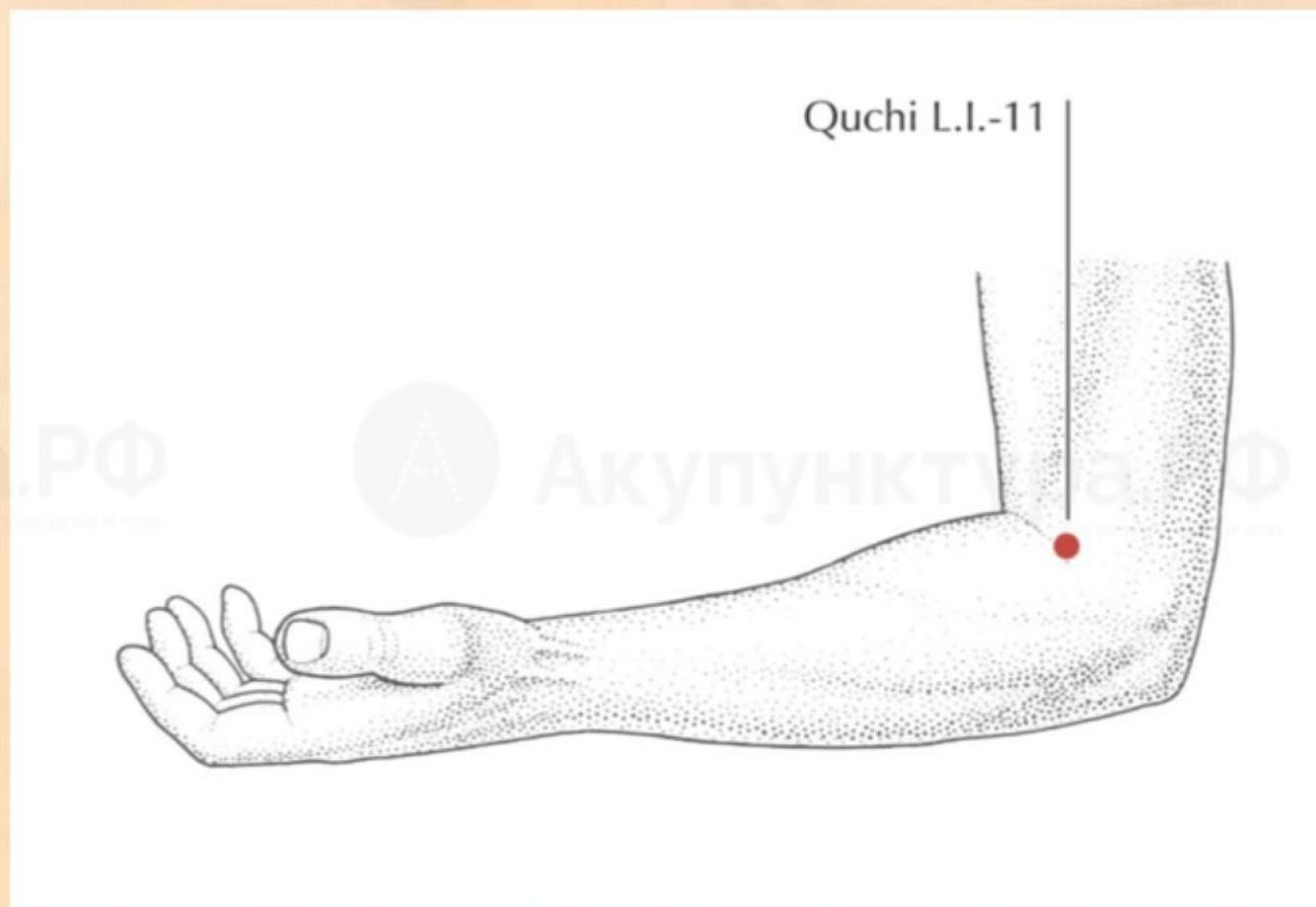
**GV - 14 ДА ЧЖУЙ -  
ТОЧКА ЧУДЕСНОГО  
КАНАЛА ДУ МАЙ**



## ТОЧКА КАНАЛА ТОЛСТОГО КИШЕЧНИКА

### СО - 11 ЦЮЙ ЧИ

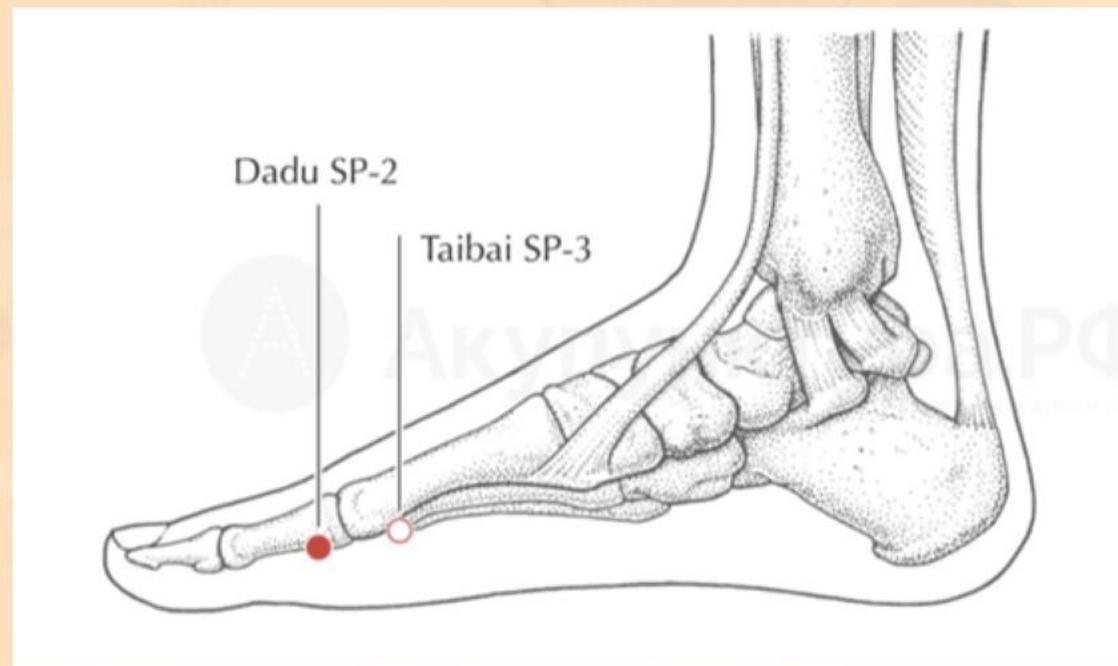
Одиннадцатая точка канала Толстого кишечника СО - 11 Цюй Чи расположена в углублении у лучевого края локтевой складки при согнутой в локтевом суставе руке.



# ТОЧКИ КАНАЛА СЕЛЕЗЕНКИ И ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

SP - 2 ДА ДУ

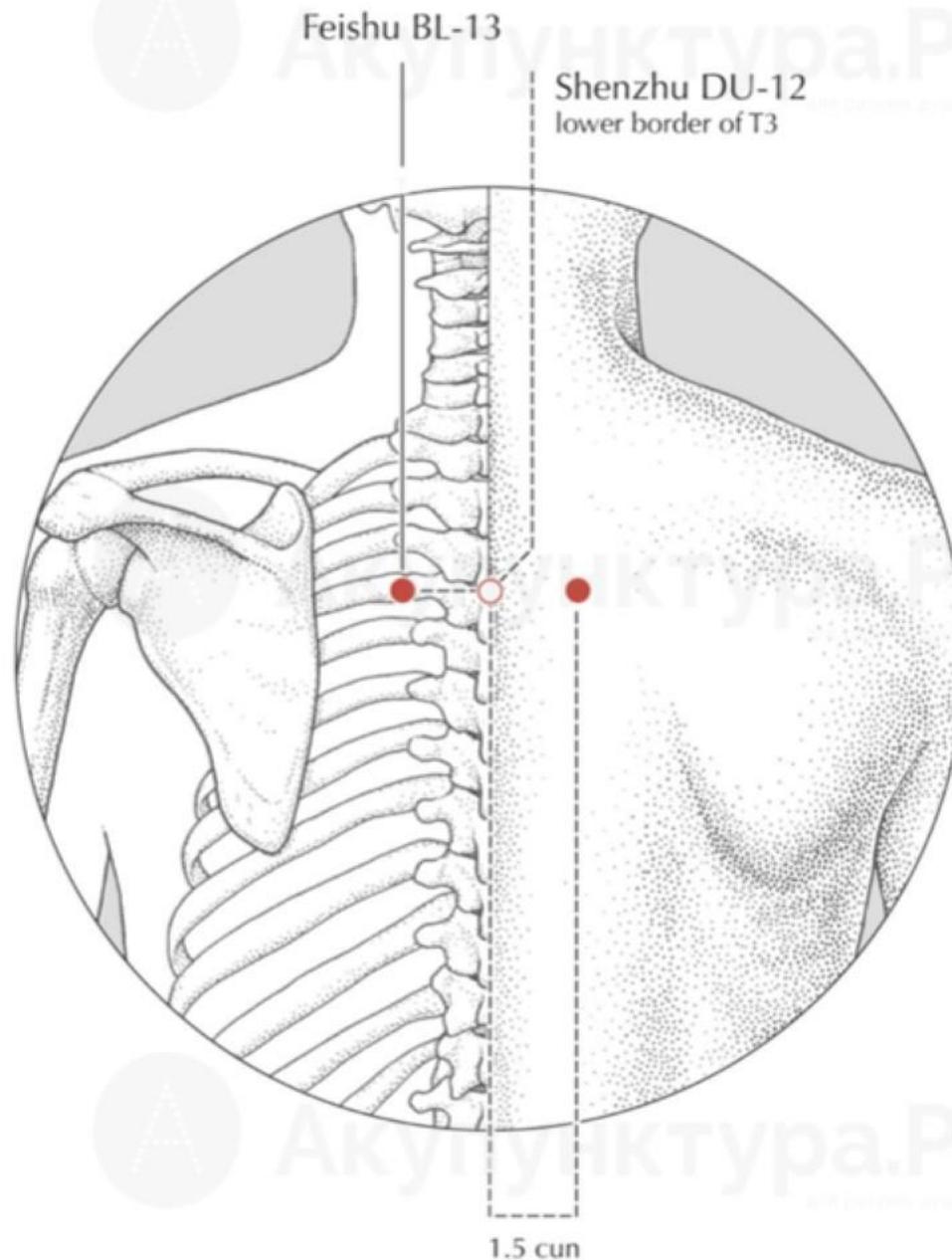
SP - 3 ТАЙ БАЙ



**BL - 13 ФЭЙ ШУ - ТОЧКА  
КАНАЛА МОЧЕВОГО  
ПУЗЫРЯ**

**GV - 12 ШЭНЬ ЧЖУ -  
ТОЧКА ЧУДЕСНОГО  
КАНАЛА ДУ МАЙ**

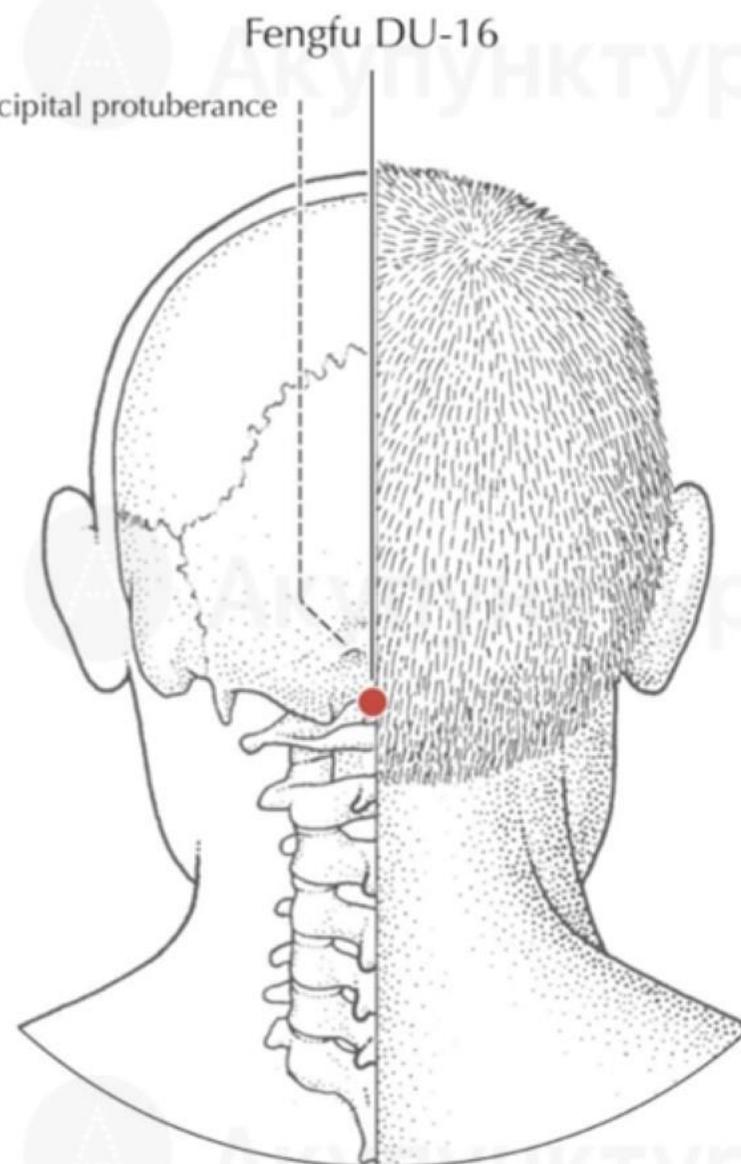
(13).



## ТОЧКА ЧУДЕСНОГО КАНАЛА ДУ МАЙ

### **GV - 16 ФЭН ФУ**

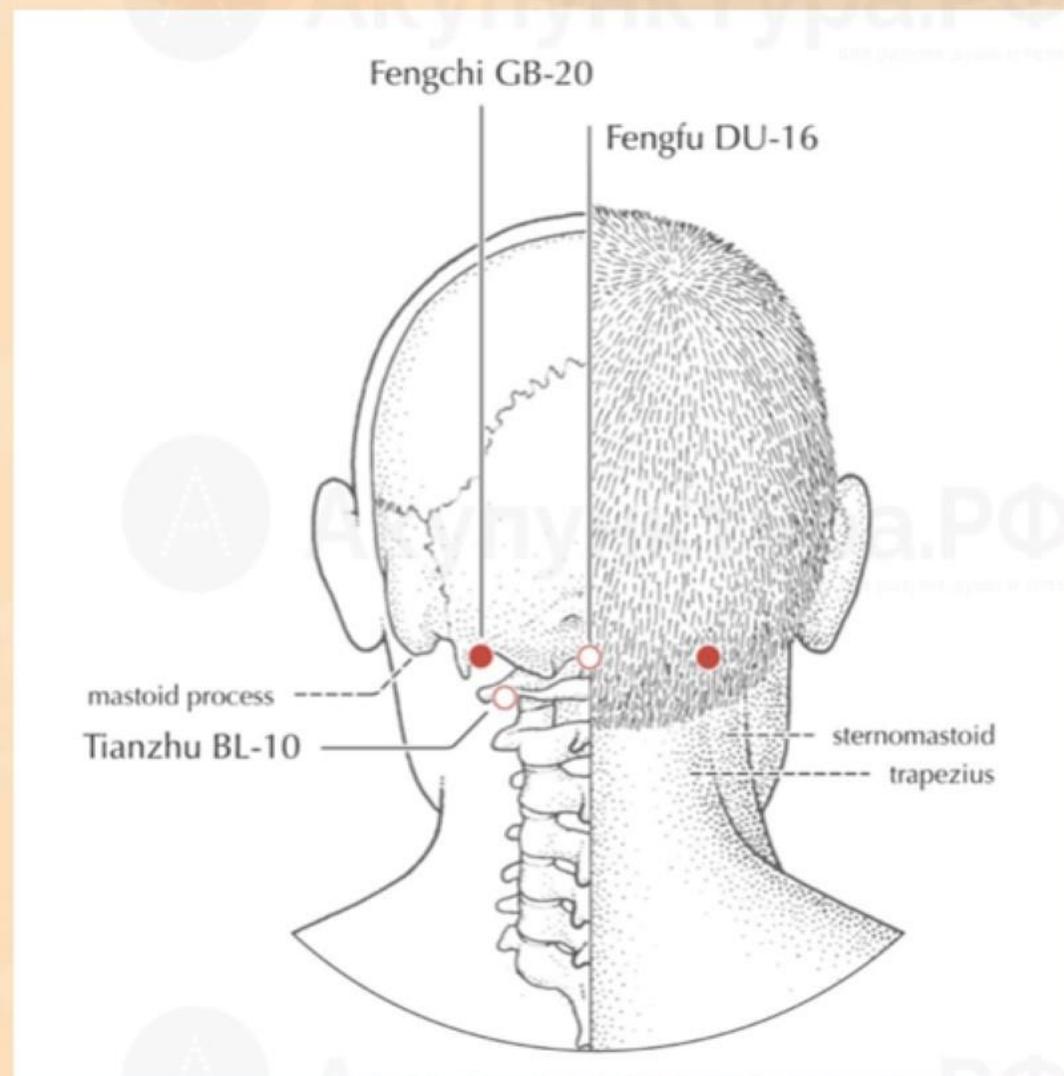
ШЕСТНАДЦАТАЯ ТОЧКА КАНАЛА ДУ-МАЙ GV - 16 ФЭН ФУ РАСПОЛОЖЕНА НА ЗАДНЕЙ СРЕДИННОЙ ЛИНИИ, НА 1 ЦУНЬ ВЫШЕ ЗАДНЕЙ ГРАНИЦЫ РОСТА ВОЛОС, В УГЛУБЛЕНИИ МЕЖДУ ТРАПЕЦИЕВИДНЫМИ МЫШЦАМИ, МЕЖДУ ЗАТЫЛОЧНОЙ КОСТЬЮ И I ШЕЙНЫМ ПОЗВОНКОМ.

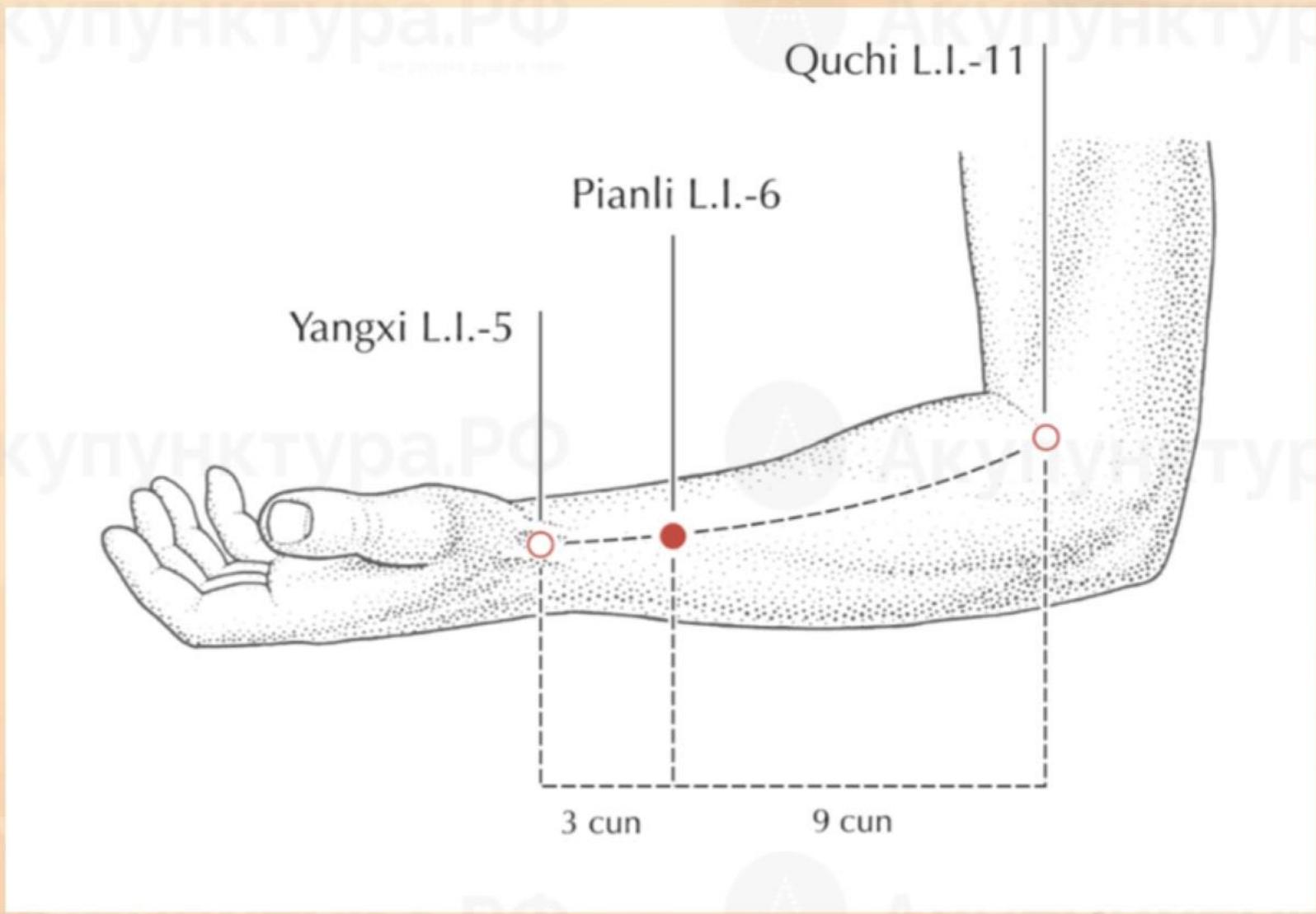


## ТОЧКИ НА ЗАТЫЛОЧНОЙ ЧАСТИ ГОЛОВЫ

**GB - 20 ФЭН ЧИ - ТОЧКА  
КАНАЛА ЖЕЛЧНОГО**

**ПУЗЫРЯВЛ - 10 ТЯНЬ ЧЖУ -  
ТОЧКА КАНАЛА МОЧЕВОГО  
ПУЗЫРЯ**

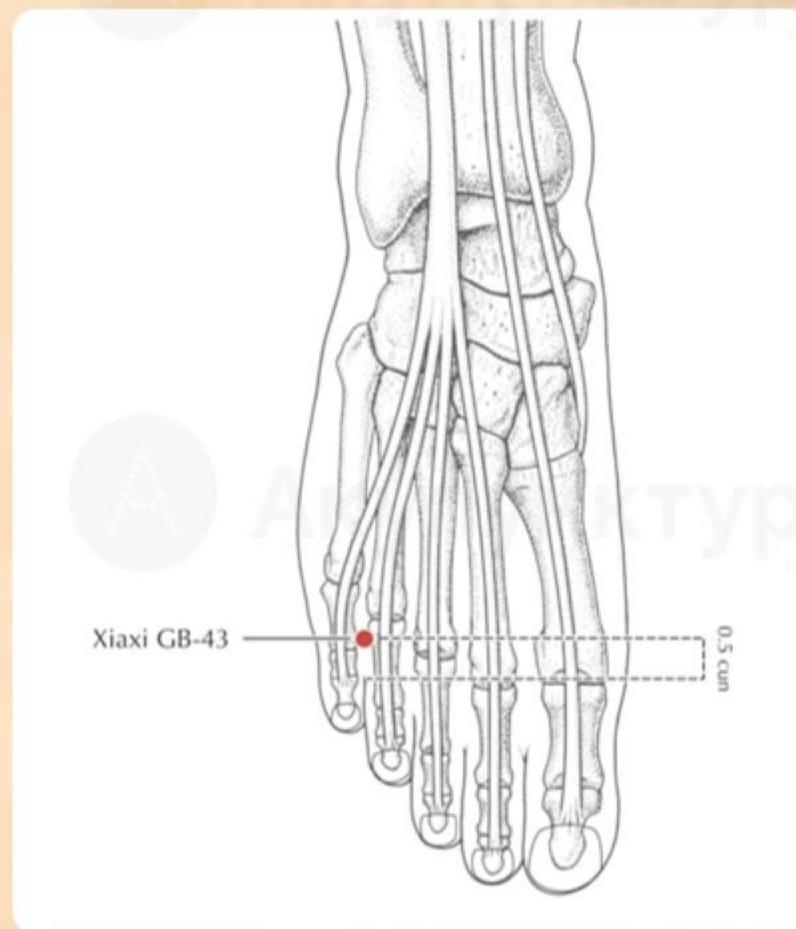
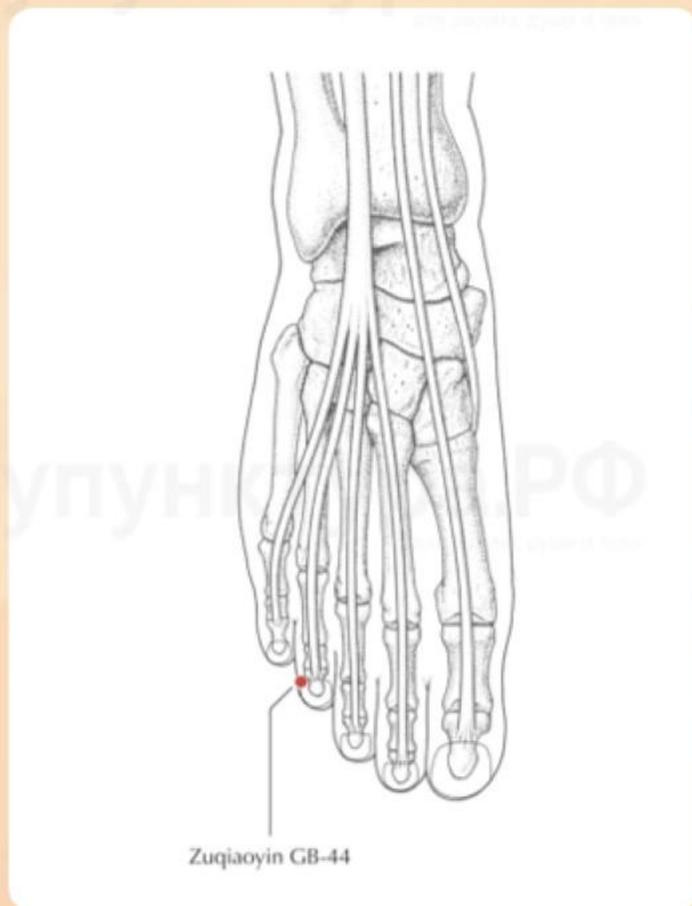




**СО 6**

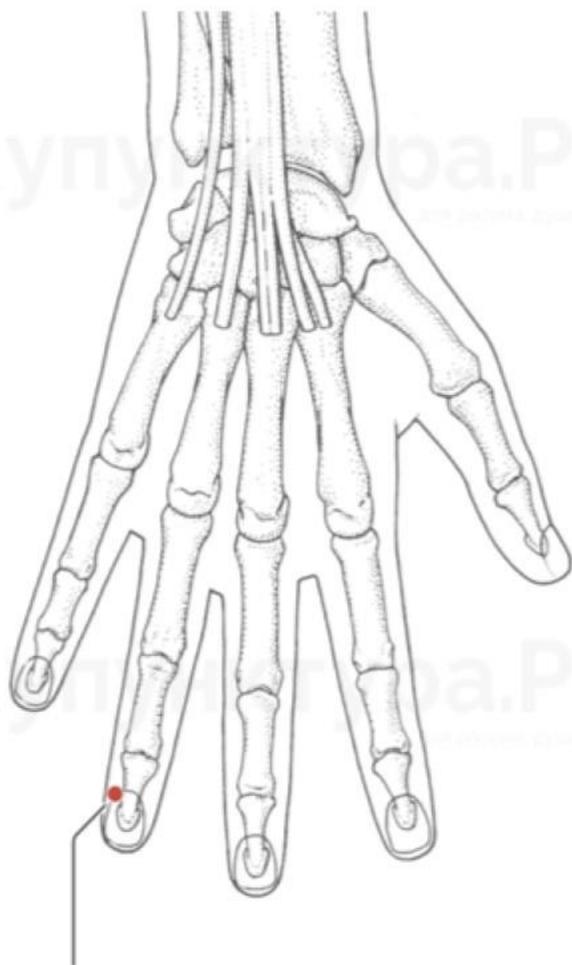
**ТОЧКА КАНАЛА ТОЛСТОГО КИШЕЧНИКА**

## ТОЧКИ КАНАЛА ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ



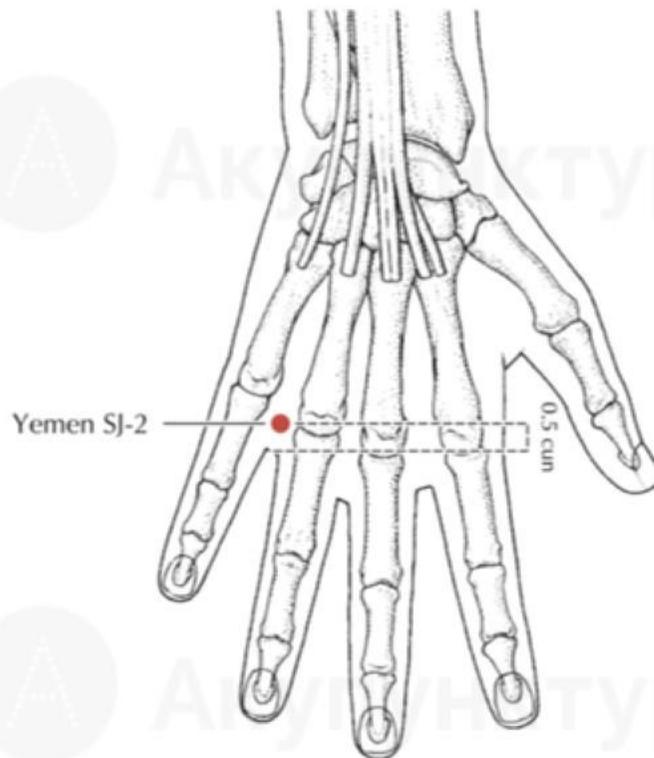
**GB - 44 ЦЗУ ЦЯО ИНЬ**

**GB - 43 СЯ СИ**



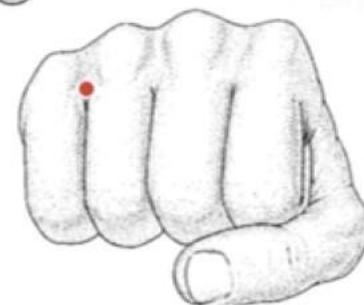
Guanchong SJ-1

**ТОЧКА КАНАЛА  
ТРОЙНОГО  
ОБОГРЕВАТЕЛЯ 1**



0.5 cm

Yemen SJ-2



**ТОЧКА КАНАЛА  
ТРОЙНОГО  
ОБОГРЕВАТЕЛЯ 2**



**БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ !**  
**ЗА ОТЗЫВЫ И ОБРАТНУЮ СВЯЗЬ.**  
**ДО СКОРЫХ ВСТРЕЧЬ!**



@IGLANEVIDIMKA

