

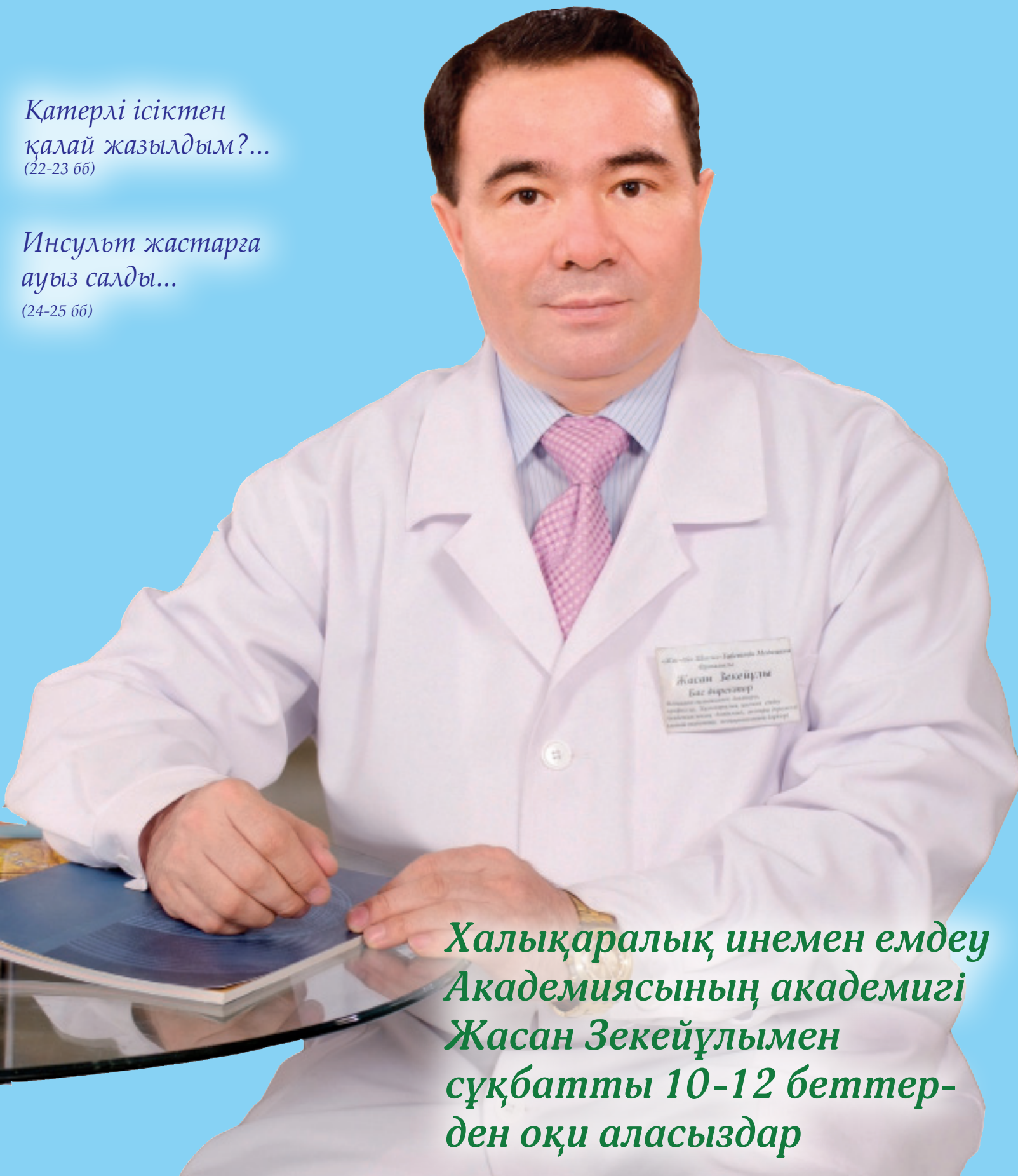
Жас-Ай

№ 1, наурыз
2009 жыл

Республикалық Шығыс-Тибет медициналық ақпараттық журналы

Қатерлі ісіктен
қалай жазылдым?...
(22-23 бб)

Инсульт жастарға
ауыз салды...
(24-25 бб)



Халықаралық инемен емдеу
Академиясының академигі
Жасан Зекейұлымен
сұқбатты 10-12 беттер-
ден оқи аласыздар

«ЖАС-АЙ» ШЫҒЫС-ТИБЕТ

Бас директоры - ЖАСАН
ЗЕКЕЙҰЛЫ

Халықаралық инемен емдеу
Академиясының академигі,
Медицина ғылымдарының док-
торы, профессор.



Төмендегі аур

Жүйке жүйесінің аурулары: бас сүйек миының шайқалуы, жүйке ауырсынуы, жүйкенің қабынуы, жүйкенің тозуы, бас сақинасы, бас сүйек ішіндегі қысым, миға қан құйылу, құяң, нейроциркуляторлық дистония, омыртқа аралық шеңберінің жарығы, остео-хондроз.

**Жүрек-қан тамыр аурула-
ры:** миокард жүрек кемістігі, инфаркт қан қысымының көтерілуі, жүректің ишемиялық ау-руы, жүректің беріштенуі, жүрек ырғағының бұзылуы, қан тамырының кеңеюі, тромбофлебит.

Асқазан-ішек аурулары: асқазан қабынуы, асқазан ауруы, асқазан-ұлтабардың қабынуы, асқазан мен ұлтабар ойық жарасы, өт қабының қабынуы, өт тасы, тоқ ішектің қабынуы, геморрой, ұйқы безінің қабынуы, өт шығару жолдарының дискинезиясы.

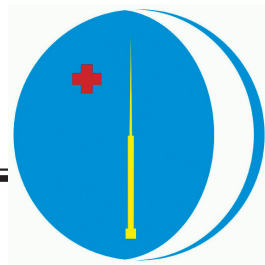
Несеп-жыныс жүйесінің аурулары: пиелонеф-рит, бүйректің төмен түсуі, түнде зәр тоқтамауы, қуық асты безінің қабынуы, белсіздік, сүндетке отырғызудың жаңа әдістері, қуықтың қабынуы.

Гинекологиялық аурулар: етеккірдің аз келуі, етеккірдің келуінің бұзылуы, аналық без жылаулығы, жатыр ет өспесі, бедеулік, емшек дерті.



Мекен-жайымыз: Алматы қаласы, 5-ықшамаудан, 23А-үй, 1-кеңсе
Абай даңғылы мен Өтеген батыр көшесінің қиылысы

МЕДИЦИНА ОРТАЛЫҒЫ



у түрлерін емдейді:

Буын аурулары: буын қабынуы, буын шеміршегінің өзгеруі, буынның қабынуы.



Тыныс алу жүйесінің аурулары: бронх демікпесі, бронхтың қабынуы, аллергиялық мұрын қабығының қабынуы, гаймор қойнауының қабынуы, өкпе қабынуы.



Тері аурулары:

ақтаңдақ, теңге қотыр, безеу бөртпелері, тері қабынуы, терінің созылмалы ауруы, шаш түсу.



Эндокриндік аурулар: қантты диабет, зоб, семіздік, гормондық қалыпсыздық.

Көз аурулары: глаукома, катаракта, қабақтың қабынуы, миопия, көз көру қуатының әлсіреуі.



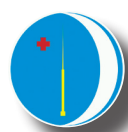
Сонымен қатар: темекі тарту, ішімдікке салыну, есту қабілетінің төмендеуі, отадан (операция)кейінгі хирургиялық асқынулар.

Емдеу Қытай-Тибет медицина әдістерімен кешенді түрде жүргізіледі: тамыр соғысы бойынша ауруды анықтау, нүктелі және жалпылама уқалау(массаж), ине салу, инені шөппен қыздыру, «хассы», «зывишин» және «каудиян», бел омыртқа жарығын емдеуге арналған ТМ 400 құрылғысы сияқты жаңа Қытай аппараттары қолданылады.

Қабылдау уақыты: 9:00-14:00 және 15:00-19:00 сағатта, сенбі - 14:00-ге дейін. Демалыс күні: жексенбі



Тел/факс: 226-07-26, факс 226-06-99, 278-84-88,+7 707 110 38 18



Жас-Ай

Республикалық Шығыс-Тибет медициналық ақпараттық журналы

Ақылдастар алқасы:

Жақсылық Досқалиев

Қазақстан Республикасының Денсаулық Сақтау министрі

Мұрат Жұрынұлы

ҚР ҰҒА президенті, ҚР Премьер министрінің кеңесшісі

Тоқан Анарбекұлы Сұлтанәлиев

А.Н. Сызғанов атындағы ғылыми-зерттеу орталығының директоры

Матқан Молдағали

Жазушы, академик, саясат және қоғам қайраткері

Зиядан Қожалымов

ҚР Емшілер Қауымдастығының бас төрағасы

Асан Әбеу

Қытай Халық Республикасының Жазушылар одағының мүшесі, сыншы

Бас Директор

Жасан Зекейұлы

ҚР денсаулық сақтау ісінің үздігі, профессор, академик

Редакция ұжымы:

Бас редактор

Гүлия Әлиханқызы

Педагогика ғылымдарының кандидаты, доцент

Жауапты редактор

Ирина Советжанқызы

Тілшілер

Индира Чайзадина

Жазира Маратқызы

Техникалық редактор

Анар Әлімбаева

Атқарушы полиграфист

Әсел Саппаева

Редакцияның мекен-жайы:

Алматы қ., 5-ықшамауданы, 23 А үй, 1-кеңсе

Телефон: 8(727) 2 260699

e-mail: zhasai_67@mail.ru

Таралымы 7000 дана

Журнал «Бизнес медиа» баспаханасында басылды.

Алматы қ., Ереванская көшесі, 2

Журнал Қазақстан Республикасының Мәдениет және ақпарат министрлігінде 12.12.2008 жылы тіркеліп, № 9751 - Ж куәлігі берілді.

Редакция келісімінсіз журналда жарияланған материалдарды көшіріп басуға болмайды. Автордың пікірі редакция көзқарасын білдірмейді.

БҮГІНГІ САНДА:

«Жас-Айдың» емінен соң балалы болдық!»

13



Ине емі деген не?

16



«Шығыс-Тибет медицинасына мемлекеттік қолдау қажет!»

Сенатор Ғарифолла Есіммен сұхбат

18



Ең қымбат дерттің емі – 76 миллиард \$

32



Наурыз көжесінің пайдасы

34



Редактор бағаны



Қадірлі оқырман!

Денемізді дерт дендесе, дәріге жүгіретініміз шындық. Ал дәрі атаулы – асқазанның жауы. Оның денені жаулап алғанын қаламайтын адам, зиянсыз емдік шөптер мен ине еміне жүгінеді. Бұл – Шығыс-Тибет медицинасына тән емдік ерекшелік. 5000 жылдық тарихы бар шығыс медицинасының өзге де құпияларын білгіңіз келсе... онда, сіздің іздегеніңіз - біздің журнал. Мақсатымыз - Сізге ауырмайтын жолды нұсқау. Іздегеніңізді тапсаңыз – ойлағанымыздың жүзеге асқаны...

Көзі қаракты оқырман! Наурыз мерекелеріңіз құтты болсын! Еліміз аман, заманымыз тыныш болғай!

Ізгі тілекпен

Гүлия Әлиханқызы



М. Жұрынов

Құрметті Жасан Зекейұлы!

Шығыс-Тибет медицинасының тәсілдері, соның ішінде ине терапиясы қазіргі медицинада кеңінен қолданысқа еніп отыр. Дегенмен, бұл емнің еліміздегі ғылыми зерттелу деңгейі әлі де жеткіліксіз. Сіз сол емді Қазақстанда толыққанды жүзеге асырып, инемен емдеудің жаңаша түрін қолданысқа енгіздіңіз. Шығыс-Тибет медицинасының ине терапиясы халқымызға тың тыныс әкелді. Инфилтрат, анастомоздың қабынуы мен асқынуы сынды ауруларды емдеуде жақсы нәтижелер көрсетті. Медицинаны жаңа қырынан танытып, ғылым саласына сіңіріп жүрген ерен еңбегіңіз үшін зор алғысымды білдіремін! Мыңдаған жандарды ауруынан айықтырып, Шығыс-Тибет медицинасының нағыз білгір, ғалым-дәрігері екеніңізді дәлелдеп келесіз! Енді, сол ғылыми еңбектеріңіз бен тәжірибеңізді халықпен бөлісу, тибеттік медицинаның қыр-сырын түсіндіруді мақсат тұтқан журнал дүниеге келінті. Қадамы құтты болсын!

Тоқан Апарбекұлы Сұлтанәлиев
А.Н. Сызғанов атындағы ғылыми-зерттеу орталығының
директоры, профессор, академик



*генерал-майор
Дамир Халықов*

Қадірлі Жасан Зекейұлы!

Сіз классикалық хәм Шығыс-Тибет медицинасының қыр-сырын терең зерттеп, толық игерген ғалым дәрігерсіз. Сондықтан өз Отаныңызға оралып, Шығыс-Тибет медицина орталығын ұйымдастырғаныңызды туған еліңізге арналған үлкен қызмет деп санаймын. Шығыс-Тибет медицинасы адамзаттың мыңдаған жылдар бойы ғылыми-тәжірибелік зерттеулерінің негізінде қалыптасқан емдеу саласы. Оның көптеген құпия сырлары да бар. Бірақ ол кәдімгі классикалық медицинаға қайшы емес, керісінше, оны толықтырады. Өзіңіз ұйымдастырған Шығыс-Тибет медицинасының ғылыми тәжірибелік жаңалықтарын уағыздау мақсатында жарық көргелі отырған «Жас-Ай» журналына сәттілік тілеймін. Орталық дәрігерлерінің әрбір адамның ең қымбат дүниесі – оның денсаулығын сақтау қызметінде шығармашылық табыстары мол болсын!

Мұрат Жұрынов

ҚР ғылым академиясының президенті,
ҚР мемлекеттік сыйлығының лауреаты,
академик



А. Н. Сызғанов

Елімізді сауықтыру жолындағы қадамдарыңыз сәтті болсын!

Құрметті Жасан Зекейұлы! Адам өмірін ажалдан арашалап жүрген жандардың бірісіз! Науқастардың дертіне иіппе болып жүрген ерен ерлігіңіз үшін, әскери шендегілер, Отан қорғаушы азаматтарымыздың атынан айтар алғысымыз шексіз. Елімізді сауықтыру жолында жасаған қадамдарыңыз сәтті болсын! Жас мемлекетімізбен бірге көгеріп, көктей берулеріңізге тілектеспін!

Ізгі ниетпен генерал-майор

Дамир Халықов

Алматы қалалық

төтенше жағдайлар жөніндегі

басқарма бастығы

«Журналдың берер емі көп болсын!»

Мен әскери салада еңбек етіп, зұлмат соғыс күндерін бастан өткергендіктен, денсаулықтың қадірін жете түсінген жанмын. Денсаулық – адамның ең басты байлығы екенін ескере отырып, осы салада халыққа қажетті ақпарат бере алатын «Жас-Ай» секілді журналдың болуы заңды. Бұл басылымның берер емі көп болсын!!!

Осыған мұрындық болып отырған, Жасан Зекейұлын «Денсаулық, адам байлығын қорғайтын доктор, маршал» десем қателеспеймін. Журналдың «Жас-Ай» деп аталуының өзі «жасар, ауруыңнан айық» дегенге келіп тұр. Аты жақсының заты да жақсы болса керек. Сіздерге тілерім, игілікті істеріңізбен халықтың қажетіне жарай беріңіздер!



Бақытжан Ертаев
Халық қаһарманы,
генерал-лейтенант



«Жас-Ай» журналы жасай берсін!

Дәрігер - ажалмен арпалысқан адам өмірінің арасшысы. Осы қағиданы берік ұстанған медицина ғылымдарының докторы, Академик, профессор Жасан Зекейұлы басқарған Шығыс-Тибет медициналық орталығының ұжымымен көптен таныспын. Ашылғанына санаулы ғана уақыт болғанына қарамастан, бұл медициналық мекеме ел алғысына бөленіп үлгерді.

Халық медицинасының жанашыры Жасан Зекейұлына сан ғасыр өтсе де, сарқылмайтын байлық болып қалатын ғылым жолындағы еңбегіңіз жемісті болсын дегім келеді. Сіздің басшылығыңыздағы ел ықыласына бөленген мекеме енді мәңгілік денсаулық жаршысы – медициналық журнал шығаруға мұрындық болуда. Еңбектеріңіз жансын! «Жас-Ай» журналы жасай берсін!



Ыстық ықыласпен:
Зиядан қажы Қожалымов
Қазақстан халық емшілері
қауымдастығының Президенті,
Ресей халықаралық
медицина мен ғарышты қуат
академиясының академигі

ЕЛГЕ БІЛІМДІ ДЕ БІЛІКТІ ТЕКТІ ЕР ҚОС

Жақсының жақсылығын айт!



Қытайда туылып, әке мұратын, ана парызын Атажұртында қапысыз өтеу үшін оралған жаны жайсаң әмбәбап Жасан Зекейұлы хақында үзік ой...

«Бірінші байлық — денсаулық, екінші байлық — ақ жаулық, үшінші байлық — он саулық» деп исі қазақ жатса да, тұрса да бар ғұмырын неге зарлаумен өткізген? Десек те ұрпаққа айтылуы керемет. Еш қатесі жоқ. Ал нәтижесі қандай? Әлбетте, осынау әйгілі үш байлық ең құдіретті болуына мүдделі әрбір қазақтың жаны мен тәнінің тазалығына, жан-жақты ізденімпаз, озық сауаттылығына, күнделікті ұтқыр салауаттылығына, жанқияр халықшыл қайсарлығына... тікелей байланысты екенін түсінеміз бе? «Денсаулықтың кәдірін — жанға батқанда білерсің!» дейтін қазақтың қанқақсауы, қан құсуы неліктен?

Әу баста, Ұлы Жаратушы әрбір пендесіне 120 жасқа жетуді, ол үшін дұрыс денсаулықты да берген екен. Бұл шындық. Бірақ олардың есейе келе бәрі ауру, тіпті, ана бойына біткен бала да ауру. Неге? Кім кінәлі? Бұның сыры неде? Қасіретті қазанның шырмауықты қақпағын кім ашады? Қандай байлықты аңсасақ та оған қапысыз қол жеткізе білу үшін жан-жақты сауатты да білімді, іздемпаз да іскер бола білу, денсаулыққа өзің күнделікті ұқыпты да зейінді күйде қорған бола білу, не нәрсенің болса да алдын ала білу қатаң шарт. Халықшыл Жасан Зекейұлының «ауырып ем іздегенше, ауырмайтын жол ізде!» деген ұлы қағиданы үнемі ұстануы осыдан.

Журналға бізден бір тілек!

Құрметті оқырман! Сиыр жылы мерекелі, берекелі, етті де сүтті, ұлық жылы болғалы тұр. Себебі «Жас-Ай» журналы қолдарыңызға тиді. Жаңа басылымның қадамы құтты болсын! Ұлы Жаратушы сәулелі нұрына бөлеп, Қыдыр-Ата әрқашан қорғаушы әрі қолдаушы болғай! «Ауырып ем іздегенше, ауырмайтын жол ізде!» қағидасын ұран еткен «Жас-Ай» қалай болғанда да, ХХІ ғасыр азаматтарын дені сау, бай-қуатты, алаңсыз ғұмыр кеше білуге үндейді. Ендеше, жаңа денсаулық журналының абыройы асқақ, мерейі үстем, жеңісті, жемісі мол болатынына кәміл сенімдімін. Іске сәт!

ЕВРЕЙ АУРУДЫҢ АЛДЫН
АЛУҰҰШІН МІНДЕТТІ ТҮРДЕ ЖЫЛЫНА
БІРНЕШЕ РЕТ АУРУХАНАДА ЖАТЫП ТЕКСЕРІЛЕДІ.
ОРЫС СЫРҚАТЫНАН АЙЫҒУЫ ҰШІН АУРУХАНАҒА БАРЫП,
МҰҚИЯТТЫ ТҮРДЕ ЕМДЕЛЕДІ. АЛ ҚАЗАҚ БОЛСА, АУРУЫНА
ЕШҚАНДАЙ ЕМ-ДОМДЫҚ ШАРАЛАР ҚОНБАСТАЙ ШЕКТЕН
ШЫҚҚАН КЕЗДЕ АУРУХАНАҒА ТЕК БІР КҮН ҚАЛҒАНДА
ЖЕТЕДІ ДЕСЕДІ. БҰЛ АШЫ ДА, БОЛСА АЙДАЙ
АЙШЫҚТЫ АҚИҚАТ.

Сонда бұл қазақ өзінің сүйегіне сіңген (егер қанда болса, оны алмастыруға мүмкіндік жеткілікті әрі оңай шаруа ғой!) ең аждаһалы қасіреттерін бүкіл әлемге әшкерелеуге, әлемде теңдесі жоқ дәрежеде сайқымазақ етуге неге құмар? Мұндай аждаһалы қасіретке құлаудың себеп-салдары қандай? Қазақтың бүгінгі табиғаты, оның мұттағаласы (озорение) қандай? Ұлттың осындай тағдырлы сауалдарына ешкім үңілмейді. Зерттеуге бара да алмайды. Құлқы мүлде құрыған. Себебі, ешкім басын қатырып, әділ де адал халықшыл болғысы келмейді. Өйткені олар өз құлқындарының құлы.

Оның себебі, біріншіден, қазақта ұлттық сауаттылық төмен деңгейде. Екіншіден, жаппай жауапсыздық дәстүрге айналды. Үшіншіден, ортақ ұлттық мүдде үшін ұтқыр

ЫЛСА – ТЕҢДЕСІ ЖОҚ ҚҰТ ҚОНАДЫ

өмір сүре білу, болашақ ұрпақтың бақыты үшін шын мәнінде адал, жанкешті қорған бола білу деген ұғым мүлде құрыды.

Қазақ өз денесіндегі миллиардтаған жасушасын, генофондық тұқымын, ұлттық ой-санасын қанішер хас ата жаудан да бетер орыстың ішімдігі мен темекісіне, басқа да денсаулыққа аса зиянды сан алуан қасіреттеріне бөктіру, тұншықтыру, улау арқылы барды өшіруде.

Кеше ұлы текті Ата-Бабаларымыз көзі ашық, көкірегі ояу, дені сау, азулы арыстандай айбатты, көкбөрі күрескерлерді неліктен армандап өтті? Аманатқа қиянат жасау кісілікке жата ма? Көзі саудан, көкірек көзі ауру — аса қатерлі. Сонда бүгін не істеу керек?

«Демі бардың, емі бар» демекші, кеудесінде жаны бар, бойында әлі бар қазақ жаппай құлшына емделу керек. Қолы шипалы, дәрігер, әрі ағартушы, әрі қамқоршыл Жасан Зекейұлы секілді тұлғалы дәрігердің қасынан қазақ табыла білуі қажет. Бүгін біздер құдай бұйыртқан мол мүмкіндік пен озық өзгешеліктердің он пайызына да ие бола алмай отырмыз. Қазақты пештің түбінен шығармастай жоюға жеткізер ең жойқын індеттен, яғни, кешелік, көрсоқырлық, надандықтан, енжарлық пен жауапсыздықтан, опасыздық атаулыдан міндетті түрде тезірек арылту қажет.

«Мен ауыруға тиіспін, ал сен дәрігер екенсің емдеуге міндеттісің» деген апатты құл-құтандық психологиядан тезірек арылғанымыз жөн. Қалай дегенде де қалауын тапса — қар жанады. Олай болса, дауасын тапса, шипасы дарыса жазылмайтын дерт жоқ. Осы ретте адамның ағзасындағы 700 нүктенің сырын, 12 мүшенің тілін білетін Халықаралық инемен емдеу академиясының құрметті академигі, медицина ғылымдарының докторы, профессор, «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медицина орталығының бас директоры Жасан Зекейұлын ерекше айтуға болады.

Ол адам ағзасын, анатомиялық, физиологиялық, биологиялық бір тұтастықта (опасыз евроцентристік әдісті негізге ала отырып, адам мүшелерін жеке-жеке бөлшектеп талқандау емес) дамуын қарастыратын жүйелі ілім - Қытай Шығыс-Тибет медицинасының ұтқыр, ең озық әдіс-тәсілдерін жетік меңгерген білімді де білікті, жан жылуы да, қолы да, сөзі де ерекше шипалы кемеңгер текті дәрігер. Су төгілмес жорғадай Жасанның шешендік сөзі, дәрігерлігінен өзге кісілік келбеті, қазақ халқының келешегіне қатысты өткір түйіні, мемлекеттік, елдік, ұлттық құнды үрдісті жасақтау турасында Азаматтық асқақ позициясы

туралы айтқым келеді. Оның ұлттық тәлім-тәрбие, тіл, дін, ділге байланысты көкейтесті мәселелері, қысқасы қай салаға салсаң да күллі жан-дүниенді еріксіз жылытады, көңілді еріксіз жадыратады. Ал ешкімге кіріптар болмай, тәуелсіз азат ұлы ұлт болып ұйысуға, дербес көкбөрі ел болуға тезірек қол жеткізе білу жайында айтқан әңгімесі кім-кімді болса да ерекше қанжылатады. Сырқат жанның диагнозын дәлме-дәл қоя білу арқылы адамның миллиардтаған жасушасын шипалы алтын инемен оята білу, жан-дүниенді серіппедей серпіліске, бойдағы қуат-жігерді сілкініске



түсіре білу, көңіл-күйді жаздай жадырата білу сиқыры туралы әңгіме бөлек.

Екіншіден, бұл дәрігер адам ағзасындағы сезімтал гармоналдық және барометрлік ең өзекті нүктелерді дөп анықтай білуге қоса, өзара үйлестікті ұйыстыра білу арқылы энергетикалық қуат-көздерін ашып, ағысқа шығу каналдарын тазалай біледі.

Қалай десек те, еміне дауа тапқан науқастардың Жасанға алғысы, ақ батасы шексіз екені сөзсіз. Жалпы Жасан 1989 жылы ҚХР Суар медициналық жоғарғы білім беру академиясында білім алып, бітірген соң Шыңжанның Күйтін қаласындағы орталық емханада алғашқы еңбек жолын бастайды. Кейін Бейжің, Тяньжин қалаларында білімін одан әрі жетілдіріп, Қытайдың «жоғары дәрежелі аға зерттеуші-дәрігер» мәртебесіне қол жеткізе біледі.

Жасанның ғылыми жетекшісі Қытай халқының көрнекті ғалымы, инемен емдеу методикасының маманы болған. Сондықтан шәкірт Жасан алған жан-жақты терең дәріс пен озық ұтқыр тәжірибе де орасан зор ұтымды болғандығын айтпаса да түсінікті. Сондай-



Дәрігерлікті күн көріс қамын күйттейтін кәсіп ретінде емес, өмірінің негізіне айналдырған жандардың халықтың ерекше ықыласына бөленуі заңды құбылыс. Еліміз егемендік алып, еңсесін түзеген алғашқы жылдарында Қытайдан Отанына оралған дәрігер Жасан Зекейұлы атамекеніне құр алақан келмеptі. Ол қазақ халқына ежелгі Шығыс-Тибет медицинасының сауықтыру тәсілдерін әкеліп, кеңінен таныстырды. Инемен емдеу әдісі арқылы болашағынан күдер үзген талай науқастарды аяғынан тік тұрғызды. Сөйтіп, бүгінде халықаралық инемен емдеу академиясының академигі, медицина ғылымдарының докторы, профессор, «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медицина орталығының бас директоры Жасан Зекейұлын еліміздің түкпір-түкпіріндегі қалың көпшілік кеңінен танып үлгерді. Соның бір дәлелі - дәрігердің шарапатын сезінген емделушілердің алғыстары орталыққа толассыз ағылуда. Осы орайда ел арасында дертіне дауа іздеп жүрген жандардың тән азабынан арылуына септігіміз тиер деген үмітпен дәрігер Жасан

Жасан Зекейұлы:

Елге оралғандағы мақсатым - Ал- тын инемен халқымды емдеу

Зекейұлымен сұхбаттасуды жөн санадық.

Қытай елі шекарасынан асырмай құпия ұстаған инемен емдеу тәсілін ортамызға қалай алып келдіңіз?

Қытайдың медициналық академиясын тәмамдағанмын. Мұнда негізі шетелдік азаматтарды оқытпайды. Мен ол жақта туылған мүмкіндігімді пайдаланып, ине терапиясының қыр-сырын меңгеріп алдым. Ондағы оқыту жүйесі бойынша халықты сауықтыру барысында табиғи тәсілдерге баса назар аударылады. Ине салу, шөппен емдеу, энергия көздерімен айықтыру әдістерін үйретеді. Ұстазым – аспан асты елінде жеті атасынан бері ине салу әдісін меңгерген, аталмыш ілімнің түп-тамырына дейін зерттеп, том-том кітап жазумен қатар, мыңнан астам шәкірттер тәрбиелеген Ли Жи Сун деген ғалым-дәрігер кісі. Жасы тоқсанға келсе де, алтын иненің құдіретін әлемге танытудан жалықпаған ұстазымның қазақтан шыққан тәлімгері тек мен болдым. Қазақтың қамын, жағдайын қазақ ойламағанда кім ойласын?! Елге оралғандағы басты мақсатым – инемен емдеу әдісі арқылы өз халқымның жағдайын жақсарту, денсаулығын қалпына келтіру болды. Атамекенге табан тірегеннен кейін осы мақсатымды жүзеге асыру үшін бір жыл орыс тілінен даярлық курсынан өтіп, содан соң үш жыл аспирантурада оқыдым. Оқуды тәмамдағаннан кейін Алматы қалалық орталық ауруханасын-

да аға дәрігерлік қызмет атқардым, 2004 жылы халықтың сұранысына сай қаланың орталығынан жеке емханамды ашуды ұйғардым. Аллаға шүкір, осы уақытқа дейін 40 мыңнан астам науқас емделді. Түгелдей дерлік 99 пайызға ауруынан айығып шықты.

Осындай мүмкіндігі бар Шығыс-Тибет медицинасының емдеу ерекшелігі неде?

Қазір Батыс елдерінің барлығы осы медицинаға жаппай ден қою үстінде. Біз білетін дәстүрлі Еуропалық медицинадан бүкіл әлем шаршаған. Химиялық препараттар ауырған жерінді жазғанымен, екінші сау мүшеңе залал әкелуі мүмкін екендігін көп мамандар дәлелдеуде.

Сондай-ақ, науқастың диагнозын тексеріп, ауруын анықтауға көп уақыт жіберіп алып жатамыз. Ал емделушіні ауруынан құлан таза айықтыру үшін ең алдымен дұрыс диагноз қоя білу маңызды. Дұрыс қойылған диагноз – жартылай жазылумен тең. Мен тамыр ұстау арқылы диагноз қойып, бірден емге кірісемін. Бұл тәсілмен 80% ауруды анықтауға болады. Кейіннен соңғы технологиямен шыққан құрылғылармен тексеруден өткізіп, медициналық зерттеу жүргіземіз. Бізде тек табиғи қуатыңызды ашу арқылы емдейді.

Бүгінгі таңда жүйкелері жұқарған адамдар өте көп.

Негізі аурудың бәрі жүйкенің қалыпты жұмыс істемеуінен басталады. Осы тұрғыда алтын ине зақымданған жүйке жүйелерінің қызметін қалпына келтіреді. Қан тамырларының ішіндегі ұйыған қанды таратады. Біздің емханада алтын ине қою, нүктелік уқалау (массаж), табиғи шөппен қыздыру, жалпылама уқалау тәрізді ем түрлері қолданылады.

Шығыс-Тибет медицинасының негізгі емдеу әдісі - Алтын ине. Оның адам денсаулығын қалпына келтіруде әсері қандай?

Адам ағзасын арнайы жанды нүктелер – жүйке талшықтары басқарып отырады. Шаршаған немесе тіршілігін жойған

талшықты қалпына келтіру үшін иненің ықпалы зор деуге болады. Жанды нүктеге қойылған ине іштегі ағзаға өз «бұйрығын» беру арқылы оны оятады. Оянған нүктелері адам денсаулығын сауықтырады. Яғни, қажет нүктені дәл таба білу керек деген сөз.

Мысалы, адамның сау қолымен де, жансызданып қалған қолымен де қан жүреді. Бірақ жансызданып қалған қолды көтеру мүмкін емес. Себебі неде болуы мүмкін? Мәселен, машинаның жүрегі – мотор, ал моторды айналдыратын – жанармай. Бірақ кейде машина от алмай қалған сәттерде «провод» тигізуге тура келеді. Тура осы секілді адамның жүрегінен (моторыңыздан) айналған қан (бензиніңіз) күллі денеде ағып тұр. Бірақ қол



істемейді. Яғни «провод» тигізу керек. Ол «провод» - ине. Паралич болған кісі бізге келіп екі-үш апта көлемінде қаралса, екі курс емнен соң аяғынан нық тұрады.

Осы уақытқа дейін қырық мыңнан астам ауруды емдедіңіз. Кейбір есіңізде қалған науқастар жайында оқырмандармен бөліссеңіз...

Осыдан біраз жыл бұрын ем қабылдауға тоғыз жылдан бері бала көтермеген әйел келді. Жолдасы екеуінің емделмеген дәрігері қалмаған соң, жұбайлар соңғы үмітімен бізге келген екен. Сауатсыз жасалған бірнеше отадан (операция) кейін әйелде 100 пайыздың тек бір пайыздық қана бала туу мүмкіндігі бар екенін анықтадық. Яғни бір жақ аналық безі толық алынып тасталған.

Енді бір аналық безінің үштен бірі ғана қалған. Екі курс толық ем қабылдағаннан кейін жолдасы сүйіншілеп, жарының жүкті болғандығын хабарлады. Алла Тағаланың шапағатымен қазір олар екі балалы болып, бақытты отбасын құрып отыр. Мұндай оқиғалар өте жиі кездесіп тұрады. Тағы бірде маған Қанат



есімді жігіт хабарласты. Омыртқааралық жарықпен ауырған (позвоночная грыжа) жігіттің жағдайы тым нашарлап кетіпті. Төсекке таңылған боздақтың түрін көріп, бірден қол ұшымды созып, емдеуге кірістім. Алла жар болып, алтын иненің арқасында бел омыртқасы толық орнына келіп, қазір халықтың мүддесіне сай еңбек атқарып жүр.

Өткенде алдыма бір тал шашы жоқ асаба жігіт келді. Ас-суын тойларда ажыратып жүргендіктен халық алдына жасанды шаш киіп шығатын көрінеді. Онысы ауа кіргізбей әбден қышытады екен. Жан азабын тартқан жігіт 30 күн ем қабылдаған соң шашы шықты. Орталыққа деген алғысы шексіз. Міне, осы секілді мысалдар өте көп.

Сіздердің емдеу орталықтарыңызда қандай аурулар емделеді?

Жүйке-жүйелік аурулар, жүрек-қан тамыр, асқазан-ішек, несеп-жыныс аурулары, гинекологиялық түрлі науқастарды емдейміз. Сонымен қатар, буындары ауыратын адамдар, тыныс алу жүйесіне қатысты дертке шалдыққандар біздің орталықтан ауруына дауа тауып жатады. Сондай-ақ, тері, эндокриндік аурумен ауырғандар және көзі ауыратындарды да сауықтырамыз. Ішімдік пен темекіден арылғысы келетін адамдар да үш күннен соң немесе бір курс ем қабылдағаннан кейін нәтижеге риза болып жатады. Хирургиялық отадан (операциялардан) кейін болатын асқынуларды да емдейміз. Нәтижесінде 100 пайызға сауыққан емделушілерімізді көріп, халыққа қуаныш сыйлап жатқанымызға шүкіршілік етеміз.

Алтын инемен емделген соң қалай күтіну керек?

Адам ағзасының барлық меридиандық нүктелер жұмыс жасағандықтан, суықты тез қабылдайды Сондықтан ыстық

монша қабылдауға болмайды. Тек су құйынып, бойын жылы ұстап, күтінуі керек.

Жасан аға, алтын инені аурудың алдын алу шарасымен дені сау адамдар да қабылдайды деп естігенмін.

Иә, ол рас. Кез келген қытайлық дені сау болса да жылына екі рет өзінің қуат көздерін ашу үшін алтын ине қабылдайды. Көрші қытайлықтардың саны әлемде бірінші

орында тұр, оларда туу көп, өлім аз. Халқының саны соңғы 200 жылда күрт өсіп кетті. Оның басты себебі Шығыс-Тибет медицинасының жаппай қолданылуында. Солар секілді біздің де халқымыздың көбеюі, табиғи өсімі керек. Сондықтан аталмыш үрдісті кеңінен жаңғырту керек деп ойлаймын. Ине қабылдаудың тиімділігі де осында.

Шәкірт тәрбиелеу ойыңызда жоқ па?

Бар. Біздің медициналық орталықта бірнеше шәкіртіміз кәсіби тұрғыда үйреніп, ем көрсетіп жүр. Жуық арада Астана қаласынан да бөлімше ашуды қарастырып жатырмыз.

Көп балалы отбасыларға, жағдайы төмен жандарға, мүгедектерге қарайласып тұратын көрінесіз...

Атап өту керек, науқасқа ақысыз ем жасау - мекеме басшылығы мен ұжым қызметкерлерінің ақылдасуымен жүзеге асырылады. Кейбір көмекке ерекше зәру мүгедек жандарға 100 пайыз жеңілдік жасаймыз. Биылғы жылдың басынан бері 895 науқасқа тегін ем көрсеттік. Қайырымдылық қанымызда бар қасиет болғандықтан, көмек беруді ешқашан ұмытпаймыз. Әрі дәрігерлік міндетіміз де соған келіп тіреледі.

Ұлыстың ұлы күні Наурыз мерекесі де келіп қалды.

Оқырмандарымызға тілегіңіз...

Жер бусанып, даламыз ал қызыл гүлдерге толып, күн нұрына бөленетін Наурыз айы оңынан тусын. Қыстың қаһарынан шаршап, көктемнің күлімдеген күнін сағынған халқыма Наурыз мерекесі құтты болсын дегім келеді. Ұлыс оң, ақ мол болсын. Еліміздің еңсесі биік, босағасы берік, халқымыздың көңіл күйі көтеріңкі, денсаулығы мықты болсын!

Сұхбатыңызға көп рахмет.

«Жас-Айға» рахмет!

Алтын қолды адамның емі...

Терісінің 90 пайызы псориазға шалдыққан 58 жастағы Әбусағит Молдахметов ұзақ жылдар бойы осы аурудан зардап шегеді. Емдеу мекемелерінің табалдырығын тоздырған ол арғысы Германия, бергісі Белорус еліне дейін барады. Ондағылар жазылуы қиын ауру деген диагнозбен шығарып салады. Сөйтіп жүргенде, «Қазақ радиосынан» берілетін «Денсаулық» бағдарламасынан Шығыс-Тибет медицинасы туралы естиді. Бір болса, осы емдеу орнынан айығып қалармын деген соңғы үмітін арқалап, «Жас-Ай» Тибет-медициналық орталығына аяқ басады...

«Тіпті, қонаққа барудан қалдым. Түнемеге баратын жерлерге мүмкіндігі болса, қонбай қайтуға тырысатынымын. Мұның бәрі – сол құрғыр аурудың кесірі» - деп көз жасын бұлап келген науқас, екі курс емнен соң, өзінің жазылып келе жатқанын байқайды. Мекеменің «Алғыс хаттар» топтама-сына жазған лебізінде ол, «Алдымен Алланың ризашылығы, содан кейін осы медициналық мекеменің басшысы Жасан Зекейұлының алтын қолды емінің арқасында, екі курстық емнен кейін құлан-таза жазылдым» - дейді орталыққа шексіз алғысын білдірген алматылық Әбусағит Молдахметов.

«Жас-Айдың» емінен соң балалы болдық...

Екі жыл перзент көтере алмай, ақырында бедеулік диагнозы қойылған Гауһар Кәрімова атты келіншек те ауруына ем іздеп, «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медициналық орталығына келген. Бұл емдеу мекемесіндегі дәрігерлер науқасқа диагноз белгілемес бұрын, алдымен ол дерттің себебін анықтайды. Осы әдіспен Гауһар Кәрімованың бедеулігінің себебін ішек қабысуы (спайка) деп анықтаған. Тәңірден бала сұраған Гауһардың да бармаған жері қалмапты. Соңғы кездері қаптап кеткен ақылы медициналық мекемелердің табалдырығын қалтасындағы соңғы ақшасын түгескенше тоздырған. Сөйтіп жүріп, бір құрбысынан «Жас-ай» орталығы туралы естіп, осында келеді. 2 курс емнен кейін, құрсақ көтереді...

Қазір Гауһар жүктіліктің жетінші айында. Орталықтың «Алғыс кітабына» жазған лебізінде ол «Көптен күткен арманым орындалды. Тіл көзім тасқа, әрбір отбасына осындай үлкен қуаныш сыйлап отырған «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медициналық орталығы дәрігерлерінің еңбегі орасан деп білемін. Отбасымызға періште сыйлаған ақ халаттыларға шексіз алғысымды білдіремін» - деп қуанышымен бөлісті.

Өлеңмен өрілген алғыс

Көзінен шипагердің нұр кетпейді,
Ізінен жақсылардың гүл көктейді.
Жақсының жақсылығын айту парыз,
Қалай алғыс айтса да, тіл жетпейді.
Сіздердей жаны жайсаң, абзал жанды,
Неге жұртым шынайы үлгі етпейді.
Халық үшін ашылған емханамыз,
Арманның биігіне шын беттейді.
- Жасасың, біздің «Жас-Ай» емханамыз,
Сіздерді халық солай құрметтейді!!!

Бұл «Жас-ай» Шығыс-Тибет медициналық орталығына келіп, ауруына дауа тапқан Халықаралық ақындар айтысы жыр мүшайрасының жеңімпазы Қайрат Құл-Мұхаммедтің ақ халаттыларға жолдаған жыр-алғысы.

Ауыр дертіме ТЕГІН ем жасалды!

Ине терапиясымен емдеу орталығы бар дегенді Талдықорған қаласында тұратын Гүлжан Әлпейісова да естіп, Алматыға арнайы ат арылтып келеді. Артериялық гипертонияның 2-ші дәрежесі, оның үстіне, қауіпті үшінші топ, невроз ауруын артынып жүрген науқасқа мұнда мойын омыртқалар остеохондрозы мен Глаукоманың басталуы деген диагноз қоса қойылады.

49 жасында түрлі ауруды жамап келген науқасты орталық медбикелері жылы қабылдайды. Гүлжанның отбасылық жағдайы да ақылы емдеу орталығының емақысын көтере алмағанықтан, «Жас-Ай» басшысы науқасқа тегін ем көрсетілсін!» - деген бұйрық шығарады.

«Ауруымнан айығамын, оның үстіне, оның емі тегін болады-ау деген ой үш ұйықтасам, түсіме кірмеген еді» - деп еске алады бүгінде Гүлжан Әлпейісова. Ауру жанымды бір қысып, оны емдетуге қаржының жоқтығы қоса қинап жүргенде, бұл – мен күтпеген тосын сый еді... Осы орталық туралы теледидардан ести сала, бар-жиған тергенімізді жол пұлымызға жинақтап, Алматыға алып ұштық. Медициналық мекеме басшылығы біздің отбасылық жағдайымызды ескеріп, тегін ем қабылдауға рұқсат етті. Алғысым шексіз. Қызығы – неге екенін білмеймін жазылып кетемін деген сеніммен келдім. Мүмкін ауруымнан айықтырған да осы сенімім шығар,» - дейді ол.

Аурумен алысқан күндер артта қалды

Мақтағали Бектемесов алғаш «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медициналық орталығына екі кісінің сүйемелдеуімен әрең келген. Науқасқа – Омыртқа аралық диск жарығы, бел-құйымшақ омыртқалар остеохондрозы деген диагноз қойылады.

Өмірінде алғаш рет, онда да орнынан тұра алмай науқастанған Қазақ ұлттық педагогикалық университетінің проректоры Мақтағали Бектемесовтің отбасы әрине қорқып кетеді.

Айналасы екі-үш күннің ішінде жеңіл-желпі сырқат емес, беломыртқа жарығына шалдыққан Мақтағалиды туыстары бірнеше медициналық мекемеге қаратуға апарады. Алайда, олардың барлығы да бұл дерттің бір ғана емі – операция жасату деп кеңес береді. Пышаққа түсуге бірден шешім қабылдай алмаған ол, сұрастыра келе, жолдас-жарандарынан естіп, «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медициналық орталығына келеді.

Әуеліде аурудың жанына батқаны соншалықты, орталық дәрігерінен «Менің беломыртқама операция жасаймыз деген. Мұнда текке уақыт өткізіп алмаймын ба?» - деп сұрайды.

Медициналық емдеу мекемесінің басшысы Жасан Зекейұлы:

- «Адам өміріне, әсіресе, денсаулыққа кепілдікті Алладан өзге ешкім бермейді. Ал ақ халаттылар жаратушыдан асып ешнәрсе жасай алмайтынымыз хақ. Сізді алдымен Алла қолдасын! Жаратқанның демегені сол - Сізді бізге жіберіп отыр,» - дейді.

- Айығып кететініңізге көзім жетеді деген орталық басшысының сөзі оған қуат беріп, емін бірден бастап кетеді.

Тибет медицинасы негізіндегі Алтын инемен емдеу тәсілін 10 күн үзбей алып, алғашқы бес күннен соң, емнің әсерін сезеді. «Үш күннен кейін, түнімен ұйықтай алмайтын әдетімді қоя бастадым, - деген науқас, бесінші күні ешкімге сүйенбей, өздігімен ақырын жүреді. - Тіпті, жұмысым қарбалас деп сұрануды шығардым,» - деген науқас аурумен арпалысқан ауыр күндердің артта қалғанын қуана еске алады.



«Сөнген үмітім қайта жанды...»

«Мен бұл орталықты өте көп уақыт іздедім. Таныстарымнан инемен емдейтін медициналық мекеме бар екен» дегеннен өзге ақпарат ала-алмай жүргенмін».

«Жас-Ай» Шығыс-Тибет медициналық орталығындағы Қызыл кітапшадағы келесі алғыс хат осылай басталады...

- Біреуге екінші бір адамды себеп қылатын тағдырдың көмегімен, әйтеуір таптым-ау... Лариса Королева деген жүзтаныс келіншек бар еді. Сол Лариса дәрігерлер қойған диагнозға сеніп, осыдан жеті жыл бұрын бұл дүниенің ырыздығына шүкіршілік етіп, жалған тірліктен үмітін үзіпті. Яғни, ақ халаттылар оның науқасының ауырлығына қарап, «қолымыздан келер шара жоқ» деп шығарып салған. Осы халдегі науқасқа сол жылдары Жасан Зекейұлы қайтадан өмір сыйлаған көрінеді... Сол себепті Лариса Королеваның бұл медициналық орталыққа деген алғысы шексіз.

Мен де мұндай орталықтың бар екендігін сол кісіден естіп білдім. Ұлым Михаил Марининнің белі ауырып, аяқтары жұмыс істеуден қала бастаған. Оның түні бойы ауырдым деп дөңбекшігенін көргенде... жанымды қоярға жер таппайтынмын. Шеше үшін, баласының қиналғанын көруден асқан азап жоқ шығар... Енді міне «Жас-Ай» орталығына келіп, ем алуды бастағалы бері ол күндер ұмытыла бастады.

Ем алған алғашқы курстан кейін ұлымның белі қақсап ауыратынын қойды. Бұл біздің сөнген үмітімізге шоқ тастады. Жасан Зекейұлының басшылығындағы жылы жүзді орталық қызметкерлерінің арқасында ұлымның аяғынан тік тұратынына сенімім мол. Балам қайтадан өзінің шаңғы тебетін сүйікті ісіне оралады.

Әсіресе, алғысымды осы орталықтың терапевт дәрігері Бибігүл Тұрсынжанқызына, Ығизат Тоқтарқызына, медбике Майра Қанағатқызына айтқым келеді. Барлық мекеме ұжымына үлкен рахмет! Сіздер, науқас жандарға қайтадан өмір сыйлап, олардың сөнген үміттерін қайтадан жақтыңыздар. Сондықтан сіздердің еңбектеріңіз өлшеусіз. Осындай орталықтар көп болса екен деп тілеймін!»



Анамның аяғына жан бітірді!

Алматы облысының Кеген ауданынан келген науқас Бәтімхан Жантасова «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медициналық орталығына қан қысымының аяқ асты көтерілуінен оң жақ қолы мен оң жақ аяғы жансызданған деген диагнозбен түседі.

Науқастың «Жас-Ай» емінен кейінгі жағдайын ол кісінің туыстары төмендегідей жеткізді.

«Анамыз Жантасова Бәтімханға «ЦВЗ Состояние после перенс. ОНМК Артериальная гипертония III р. IV» деген диагноз қойылып, 2007 жылдың 28 қазанында №7 қалалық ауруханадан ем алып шықтық. Алайда, ол емдеу мекемесінен шыққан кезде, анамыздың сал тартқан оң жақ қолы мен аяғы сол күйінде жансыз қалған болатын. Қаңтар айының 12-жұлдызында «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медициналық орталығына келдік. 10 күн алтын ине емін қабылдадық. Емнен кейін аяғы түзеліп, оң қолының саусақтары қимылға келді. Біз енді екінші он күндік емге келеміз....»

Ине емі

Чжень-цзю, яғни ине шипасы - көне заманнан келе жатқан емнің түрі. Оның шыққан жері, тарау тарихы, даму жолдары туралы ғалымдар арасында түрлі көзқарастар бар. Кейбір ғалымдар ауру адамдарды инемен емдеу алғаш Тибетте пайда болып, содан соң Қытайда кеңінен қолданылып, дамыған деп жорамалдайды. Енді біреулері бұл емнің шыққан жері Қытай десе, үшіншілері Жапон елі деген тұжырымға келеді. Жыл санауымызға дейінгі III ғасырда Қытайда жарық көрген 18 томдық «Хуанди Нейцзин» атты медициналық трактатта инемен емдеу тәсілі жазылған екен. Сәл кешірек Қытайдың белгілі ғалымы Хуан Фум инемен емдеуге тікелей арналған 12 томнан құралған «Дон Цзин» атты еңбегін жазып шығарады. VI-XII ғасырлар аралығында Қытайда Чжень-цзю (инемен емдеу) тәсілі одан әрі дамып, ол әр түрлі аурудың емдеу жолы ретінде кеңінен қолданыла бастаған. Аталған уақыт аралығында инемен емдеуге арналған көптеген ғылыми жазбалар жарыққа шыққан. Мысалы, 1026 жылы «Тун женьшу сюэ жень цзю» (Қола адамның нүктелерінің аталасы) атты көлемді еңбек жазылды. Ол кітапта науқасты емдеуге бағытталған ине қою нүктелері сипатталып, адам денесіне түсірілген болатын. Сол заманның белгілі ғалымы Ван Вени адамның қоладан жасалған мүсініне 600 инемен емдеу нүктелерін түсіріп, оларды емдеу барысында қалай табу керектігін анықтап көрсеткен. Бұл нүктелер 12 сызық бойына (меридианға) орналастырылған. Автордың ойынша, әр сызық адам денесінің шеткі (периферия) бөлігін ішкі ағзалармен байланыстырады. Сонымен, Чжень-цзю (инемен емдеу) тәсілі ғасырлар бойы дамып, толықтырылып отырды. Біршама уақыт аралығында зерттеушілердің еңбектерінің арқасында 12 сызық 14-ке дейін көбейіп, небәрі 695 ем нүктелері анықталады. Айта кету керек, сол уақыттарда белгіленген

нүктелердің көбі күні бүгінге дейін қолданылып келеді. Нәтижесінде 1789 жылы «Чжень-цзю фән юань» (Чжень-цзю негіздері) атты көлемді еңбек жарық көрді. Көп ғасырлық даму жолында инемен емдеу тәсілі және ол үшін қолданылатын заттардың түрі де, сапасы да өзгеріп отырды. Мәселен, ең алғаш инемен емдеу сүйектен, тастан жасалған құралдармен іске асырылса, кейіннен өндіріс өркендеуіне байланысты, олардың орнына темір, күміс, алтыннан жасалған инелер шығарыла бастады. Инелердің бұл түрлері аурудың түріне, табиғатына, барысына, тіпті ауру адамның шыққан тегіне, қоғамдағы орнына және олардың ауруларының түріне қарай қолданылатын болған. Мысалы: қабыну, ісіну және тоңаздану себептерінен туған ауруларды емдеу үшін көбіне күмістен жасалған ине қолданылса, дене ыстығы көтерілгенде, «қан азаю» кезінде темірден жасалған ине қолданылатын болған. Ал алтыннан жасалған инелер бай-шонжарларға, қоғамда ерекше орын алатын адамдарға қолданылған екен. (Хуато тарихынан Жаңа хуа)

Инемен емдеу Қытайдан тыс Шығыс елдерінде, соның ішінде Кореяда, Жапонияда, Монғолияда, Вьетнамда, Үнді және тағы басқа елдерде де кеңінен тарай бастады. Кореяның солтүстігінде тастан, сүйектен жасалған инелер табылған. Бұл елде иненің қолданылуы туралы алғашқы қолжазбалар жыл санауымызға дейінгі

561 жылдары пайда бола бастапты. Қазіргі заманда Кореяда инемен емдеу ұлттық заңмен бекітілген және университеттер жанында акупунтураны қолдана білетін мамандар дайындайтын арнайы колледждер бар.

Ресей дәрігерлерінің ішінде инемен емдеу тәсілін алғаш қолданған Санкт-Петербург қаласындағы Медико-хирургиялық академияның профессоры П. Чаруковский еді. (1828) Біздің заманымызда инемен емдеу тәсілінің даму тарихында Бейжің қаласында орналасқан Қытай



медицинасының Орталық ғылыми-зерттеу институтының 1955 жылы ашылуы және сол институт жанында Чжень-цзю емдеу бөлімінің жұмыс істеуі ерекше орын алады деуге болады. Бұл мекемеде инемен емдеу тәсілі жан-жақты зерттеліп, көптеген ғылыми еңбектер жарық көрді, сөйтіп, әлемге кеңінен таныла бастады. Солардың ішінде Чжу-Лянь жазып шығарған «Қазіргі замандағы Чжень-цзю емі» атты көлемді кітабын атап өту керек. Осы жылдары Қытайдың көптеген ауруханалары мен емханаларында және басқа медициналық

деген не?

мекемелерде инемен емдеу бөлімдері ашыла бастады.

1956 жылы кеңес өкіметінің бір топ дәрігерлері ҚХР-ға барып қайтқан соң, Чжень-цзю емін қолдану Ресейде қайтадан кеңінен тарай бастаған. Оған дәлел ретінде Кеңес өкіметі тарапынан шыққан біраз құжаттарды атап өтуге болады. Мысалы, 1959-1971 жылдары КСРО, ал 1973 жылы Ресей Денсаулық

тәсілін медицинаның әр саласында қолдануға жол ашты. Емдеу жән зерттеу жұмысының нәтижелері сол жылдары шыққан еңбектерде жарық көрді. Мысалы, инені жүйке қызметі мен дем алу жүйесінің ауруларына, көз, зәр-жыныс жүйелерінің ауруларына хирургия саласында қолдану, асқазанның ойық жарасын емдеу туралы еңбектер бірінен соң бірі жариялана бастады.

Ресейде, Украинада инемен емдеу туралы алғашқы ғылыми диссертациялар да жарық көре бастады. Сол кездегі клиникалық және тәжірибелік хирургия институтында инемен отадан (операция) соң пайда болатын ауру сезімін жою жолдарын және кейбір қызметтік бұзылу құбылыстарын емдеу нәтижелерін сауықтыруға арналған біраз ғылыми жұмыстар жүргізілді. Қазақстанда инемен әр түрлі ауруларды емдеу нәтижелерін зерттеуге арналған ғылыми жұмыстар тек өткен ғасырдың 70-жылдары жарық көре бастады.

Қазіргі кезде Қытайда және басқа елдерде ине қою арқылы ауруларды емдеу нәтижелерін сипаттайтын біраз еңбектер жарық көріп отыр. Мысалы жүйке ауырсынуын (невралгия), жүйке қабынуын (неврит) емдеу «иненің жүйке ауруларына қолданылуы», беттің үштік жүйке ауруын емдеу, ұйқы қашуды, шала сал (парез) мен сал ауруын (паралич) емдеу, ас қорыту мүшелеріндегі аурулары: асқазан қабынуы, асқазан

созылуы, асқазан түгі қырылуы, іш қатуы, ішек жолдары аурулары зәр-жыныс аурулары, қуық қабынуы, қуық безі қабынуы, дәретті қолдана алмау

ауруы, аяқ буын аурулары (полиартрит, остеохондроз), тромбофлебит, бронхиттер, аллергия, құлақ шуы, құлақ естуінің әлсіреуі және кейбір хирургиялық ауруларды емдеу» Қазіргі кезде Шығыс медицинасында рефлекс арқылы шипаны (рефлексотерапия) инемен емдеуден де басқа түрлері қолданылып келеді. Олардың негізгі ұстанымдары: «қоздырғыш сыртта болғанымен, ем ішке қонады». Солардың ішінде күйдіру(цзю), нүктелік уқалау (саусақты чжень), цуботерапияны атап өтуге болады. Цзю тәсілі терінің белгілі жерлеріне кептірілген шөптерді жағып, күйдіруге негізделген. Бұл тәсілдің басты шарты күйдірген жердің терісі үлбіреу керек. Демек күйдірген жердің терісінде І-ІІ дәрежелі күйік пайда болуы шарт. Жапонияда теріні күйдіру үшін мокса өсімдігін пайдаланады, (мокса, терапия), ал Қытайда жусан шөп оғы қолданылады.

Нүктелік уқалау немесе прессация, дененің белгілі нүктелерін басып уқалауға негізделген. Тәсілдің қарапайымдылығы сонда, оны әр түрлі науқастарды емдеу үшін кеңінен қолдануға болады. Рефлекс арқылы емдеудің бұл түрі Ресейде кеңінен қолданылады. Жапон мамандары рефлекс арқылы емнің жаңа түрі цуботерапияны ұсынды. Бұл тәсіл белгілі нүктені жұмыр басты зат (шарикпен) арқылы іске асырылады. Жұмыр басты зат тот баспайтын болаттан жасалады, оның диаметрі 1 мм-ге тең. Бұл емнің әсерін былай сипаттаған болатын: «кейбір нүктелерді саусақпен басқан кезде ине (чжень), немесе күйдіру (цзю) қолданғандай әсер туғыза алады»

Сырқаттарды емдеу барысында сыртты қоздыру тәсіліне ғалымдар көп көңіл бөліп, оны одан әрі жетілдіріп, дамыту жолдарын іздеу көзделіп отыр.



Сақтау Министрлігі ауру адамдарды емдеуге Чженг-цзю емін кеңінен қолдану туралы арнайы қаулылар шығарды. Бұл қаулылар инемен емдеу

Ғарифолла Есім: Шығыс-Тибет тарапынан қонақ



Халқы дегенде ішер асын жерге қоя жүгіріп, өзіне келгенде уақыт таба алмай жүретін ел ағалары болады. Ұлтына жанашыр азаматтардың «ауыруға» да уақыты жоқ шығар. Дегенмен, азды-кем сырқаттана қалса, «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медицина орталығына келіп, ем қабылдауды жөн деп тапқан тұлғаларымызға арнайы айдар аштық. Ондағы мақсат - халқына қатысты кез-келген жағдайға бей-жай қарай алмайтын зиялы қауымның Шығыс-Тибет медицинасына қатысты пікірін білу. «Біздің қонақ...» айдарының алғашқы кейіпкері - философия ғылымдарының докторы, профессор, академик, жазушы, саясаткер, ҚР парламентінің сенаторы Ғарифолла Есім.

Ғарифолла аға, кейде осы ауыруға да уақыт жоқ деп әзілдеп жатамыз. Бұл сөз әсіресе қызмет басындағы, халқының жоғын жоқтап, мұңын мұңдап, өзіне келгенде уақыт таба алмай жүретін сіз секілді азаматтарға арналғандай. Дегенмен пенде болған соң, ауру да айналып өтпесі анық. Ауыруға болмаса да, ауырмайтын жол іздеуге уақыт таба алып жүрсіз бе?

Әрине, ауырмай тұрып, оның алдын-алғанға не жетсін?! Бірақ уақыт жоқ деп жүріп алып, емделуге бірақ келетініміз шындық. Ал денсаулықтың қадірі кеткен соң, уақытты соншалықты қажет ететін ісіңіздің де берекесі қашады. Сондықтан денсаулықтың қадірін ауырмай тұрып білгеніміз маңызды. Менің де қан қысымым тұрақты емес. Ал бұл тұрақсыздық өте қиын, бір күні болмаса, бір күні төсекке алып ұрады. Әсіресе, күннің бірден суып, болмаса жылып кететін ауа-райы мен секілді қан қысымы қалыпсыз адамдар үшін өте қауіпті. Сондықтан қазіргі уақытта «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медициналық орталығында емделіп жатқан жайымыз бар. Алтын ине салдырып, пайдалы шөптермен ол инені күйдіріп ем қабылдап жүрмін. Медициналық мекеме мамандары укалау

секілді өзге де емдік шараларын жүргізуде. Денсаулығымдағы оң өзгерісті өзім де байқап жүрмін. Қан қысымым 120-да 70-ке шығып, тұрақтанып келеді.

Тез сауығып кетуіңізге біз де тілекшіміз.

Менің білгім келетіні – бүгінгі күні ақылысы, мемлекеттігі болсын, медициналық мекеме көп. Бірақ сіз Шығыс-Тибет медицинасын, «Жас-Ай» орталығын таңдапсыз. Бұл мекеменің еміне жүгінуге не себеп болды?

Сауалыңызға толыққанды жауап беру үшін ең алдымен не себепті Шығыс-Тибет медицинасына таңдау жасағанымды айтайын. Менің ойымша, біз дәрігерлерді дайындауда біржақты жолға түсіп кеткен секілдіміз. Тіпті, оның қай бағыт екенін айыру да қиын. Нақты анықталмаған бағытқа кетіп қалдық. Толық Еуропалық бағыт болса жақсы. Біздікі - жартылай Еуропа. Осы негізде дәрігерлерді атеист етіп дайындадық. Ал адами қасиеттерді оңайлықпен мойындай қоймайтын атеист-дәрігер науқастың бойындағы құпия күштерді білмейді. Білуге ниет те танытпайды. Сондықтан ол дерттің қалай пайда болғанын ұға алмайды. Оның кемшілігі де осында - адамның өзін-өзі қорғау күштеріне ерік

Тибет медицинасына мемлекет қолдау қажет!

бермей, таза химиялық жолмен шектеп қояды. Бұл дұрыс емес! Одан адамның ағзасы уланады. Ал, Шығыс-Тибет медицинасы адам бойындағы құпия күштерді аша біледі. Негізінен соған мән береді. Жаратушы адамды керемет етіп жаратқан. Мәселен, адамның бойында өзін-өзі қорғау механизмдері мол. Соларға күш берсе, ол тетіктер жұмыс жасай бастайды. Сондықтан ағзадағы аурумен күресу үшін адамның ішкі күштеріне ырық беру керек! Ауру дегеніміз - жол үстіндегі кедергі секілді, ыңғайын тауып ығыстырып тастасаң, ары қарай алаңсыз жүре беруіңе болады. Дәрі ең алдымен сол кедергіні алып тастауы керек! Ал тұрмыстағы медицина сол кедергіні алып тастай алмайды. Керісінше дәрі-дәрмектермен кедергі үстіне кедергі қосады. Ондай жағдайда Алла Тағала жаратқан қорғаныс механизмдеріне күш түсіп, жұмыс жасауын тежейді. Менің білуімше, Шығыс-Тибет медицинасы осы жағынан ұтып отыр. Бұл - бір мәселе. Екіншіден, адам қандай жағдайда болмасын, дәрігерге сеніп баруы керек. «Осы кісінің жасағаны дұрыс па, әлде бұрыс па?!» - деген сенімсіздік болса, онда емге барудың қажеті шамалы. Сенімділік – ауруға шипаның бастапқы іргетасы. Бұл дұрыс қаланса, әрі қарай үй сала беруіңе болады. Онда сен дертіңді жеңесің! Менің де сырқатымнан айыққаным – ең әуелі сол сенімділіктің себепші болғаны. Екінші, Жасан бауырымыздың емінің арқасында деп білемін.

Қашаннан бері бұл медициналық орталықтан ем қабылдап жүрсіз?

Жыл сайын көктем мезгілінде қандай гүл екенін білмеймін, бір гүлдің көктеуіне байланысты денеме аллергия шығатын. Он күнге дейін, кейде одан да ұзаққа созылатын. Күнделікті өзіміз жүгінетін еуропалық медицинаның қажетті деген емдерін дерлік қабылдадым десем де болады. Дәрі-дәрмектерін жазып берген. Алайда, оның барлығының көмегі болмады. Аллергияның сал-

дарын жоюда тұрмыстағы медицинамыз азды-кем дәрменсіз болып отыр. Сөйтіп жүргенде жақын таныстарымнан инемен емдейтін орталық барын естіп білдім. Қателеспеппін, он күн ем алғаннан кейін толық сауығып кеттім. Аурудың ешқандай белгілері қалмады. Қазір Құдайға шүкір, денсаулығым жақсы. Емінің шипалы екендігін білген күннен бастап, «Жас-Ай» медицина



орталығынан инемен ем қабылдау - әдетіме айналды. Ем қабылдаудың да өзіндік мәдениеті болады. Деннің саулығына ешқашан салғырт қарамау керек. Ауру жағадан алғанға дейін жүре бермей, уақтылы күтінген дұрыс. Ем деген ауа секілді, үнемі тазартып, жаңартып отыру қажет. Ауруды берген Құдай, ауыртқан Құдай емес. Дертті денемізге өзіміз қалап дендетіп аламыз. Дұрыс тамақтанбаймыз, қаламыздың экологиялық ахуалының да жақсы болып тұрғаны шамалы. Тіпті, адамдардың бір-бірімен қарым-қатынас «экологиясының» өзі таза емес. Бір-бірімізге шипалы сөз айтудың орнына, жанды жаралайтын сөздерге жиі жүгінеміз. Рухани тазалық та айтулы мәселе болып тұр. «Жаны саудың тәні сау» - дейді. Ендеше, жан саулығы бүгінгі күн тәртібіндегі өзекті мәселе. Сондықтан түрлі аурудың алдын-

алу үшін емделу керек. Адамның дені мен қоса ойы да сау болғаны абзал. Ертеде Ибн Сина «Дені сау адамның, ойы да сау болады» - деген екен. Ендеше,

денсаулығы жоқ адамның ойы да қойыртпақ келеді. Осы жағынан қарастырғанда, Шығыс-Тибет

медицинасының мүмкіндігі зор. Тек ағзадағы сырқатты емдеп қана қоймай, жүйкенді, психиканы тынықтырады. Сондықтан медицинаның бұл түріне әлі де болса қолдау қажет!

Сонда Шығыс-Тибет медицинасына нендей қолдау жетіспей тұр?

Мәселен, мемлекет тарапынан «Жас-Ай» медицина орталығына квота бөлінгені дұрыс. Ол туралы Денсаулық Сақтау министрілігі басшыларының ойланғаны жөн деп есептеймін. Себебі, ем халыққа, сырқат жандарға қажет. Жасан Зекейұлы осы жолда бір мектеп қалыптастырып келе жатыр. Абай атамыз бір қара сөзінде «Тумысынан артық адамдар болады, олардың артықшылығын айту дұрыс, ол мақтау емес» - деген екен. Адамды тектен текке мақтау дұрыс емес. Ал, жақсының жақсылығын айту - қажет дүние. Халықты емдеудің жаңаша тәсілін алып келіп, жаңа үрдісін қалыптастырып отырған Жасан секілді азаматтардың еңбегін бағалап, ризашылығымызды білдіріп тұрудың артықшылығы жоқ. Осының өзі қолдау. Жақсы қазақ атану үшін халқына қалтқысыз қызмет ету керек.



қолға алуды ойластырып жүрмін. Жас қосылған сайын жүрекке салмақ түсірмеуге тырысу керек! Қолдан келсе, ол үшін тұрмыс мәдениеті деген түсінік, өркениетті түрде орнығуы қажет. Өкінішке қарай, сол

жағдай жалпы жұрт басында жоқ. Емнің бастау бұлағы отбасындағы тұрмыстан басталмақ.

Мемлекеттік қызметте жүргендіктен ұзақ демалыстарға уақыт бола бермейтіндігін білеміз. Дегенмен, бос уақытыңызды, демалысыңызды қайда өткізесіз?

Иә, менде демалуға уақыт аз. Бірақ, жыл сайын кезекті ресми демалысқа шығамыз. Шет елдерге барып қайтамын. Өзіміздің Бурабайдың да табиғаты ғажап, сұлулығына қарап-ақ сауығып кетуге болады. Десек те, менің ең үлкен демалысым, үйде жатып ойлағанымды қағазға түсіру, кітап оқу. Қазір Аллаға шүкір, немерелерім бар, бала-шағамның ортасында отыру да мен үшін қуаныш, үлкен демалыс. Жолдастарыммен, әріптестеріммен, әңгімелесіп, сұхбаттасып қайтқанның өзінде ойым тынығып, марқайып қаламын!

Сұхбатыңызға рахмет. Аман-сау болыңыз!

Сол жақсы қазақтың бірі - Жасан Зекейұлы. Жасан бауырымыз өзі ізденгіш адам. Жаны жаңалыққа құмар. Медициналық ақпарат тарататын журнал шығару - алдыңғы сөздің тағы бір дәлелі. Құптарлық нәрсе. Бұл атқарылып жатқан істерді жұртшылыққа таныстыру, мұның өзі - насихат.

Шығыс медицинасының сіз таныған өзге ерекшеліктеріне тоқтала кетсеңіз. Сіз білгеніңізбен, кейбір оқырман үшін таңсық қой...

Мен «Жас-Айға» жиі келіп, емшара жасатып тұрамын. Әсіресе, Жасанның қан алғаны тәнге жеңілдік беретін. Меніңше, оның ағзаға зияны жоқ. Біздің тұрмыстағы медицинаның дәрі-дәрмектері секілді ағзаның бір бөлігін емдесе, басқа бір бөлігіне зақым келтіреді деп қорықпайсың. Жазылып шығатыныма нық сеніммен келемін.

Денсаулықты сақтаудың ең үлкен емі – спорт деп жатамыз. Күнделікті дене жаттығуларын жасап тұратын шығарсыз?

Жас кезімізде спортпен бір кісідей-ақ айналыстық. Қазір жасымыз ұлғайып келеді. Денеге үлкен күш түсіру қауіпті. Сондықтан, дәл қазір мен шұғылданып жүрген спорт - таза ауада жаяу жүру, бильярд және теннис. Атқа мініп табиғат аясында қыдырудың өзі спорттың бір түрі, оны да

Әркім жақсы қазақ бола алмайды.

ақ ол Өтейбойдақтың да әлемге әйгілі ілімін, ем-домдық тәжірибесін қайткен күнде де жіті игеруді мақсат еткен жан. Бүгінде ол мақсат орындалып, ұстазының үлгере алмағанын зерек шәкірт Жасан өз бетінше емдеу ұтқырлығын жаңаша жетілдіріп, өз шәкірттерін тәрбиелегісі келеді. Өйткені қазақ елінде ине еміне деген шексіз сұраныс пен мұқтаждық күн санап еселей түсуде. Халықтың игілігін еселеу үшін «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медицина орталығының аймақтық бөлімшелерін тезірек ашу қажеттілігі де өзекті мәселе болып отыр.

Демек текті Анадан туған Жасанның «Менің байлығым — халықтың денсаулығы» қағидасын өзгелер де ұстанатын күн алыс емес. Халық денсаулығы — стратегиялық маңызы зор теңдесі жоқ мемлекеттік байлық! Ол — теңдесі жоқ ұлттық мәңгі алтын қор! Ол — тәуелсіздігіміздің алтын кепілі. Оны қызғыштай қорғай білу, мемлекеттің де, баршамыздың да мінсіз атқаруға тиісті міндетіміз.

Олай болса, Жасан Зекейұлы жанталаса көмек іздеген сан алуан сырқатты жандарды қайткен күнде де сауықтырмай қоймайды. Жырақта жүрген кезінде елін сағына еске алған арда ұл - бүгін отанына келіп, халқын емдеп, алғысына бөленуде.

Жақсының жақсылығын айтқымыз келіп жыр да жаздық.



Достық лебіз

ОСЫНДАЙ БОЛУ КЕРЕК ШЫН ЕР ДЕГЕН

(жаны да, қолы да шипалы - дәрігер болуы үшін жаралған Жасан Зекейұлына арнаймын)

«...Денсаулық - үлкен байлық терең деген,
Дені сау кісі тарығар неден деген.
Абырой, байлық, билік барлығы да,
Сәлемді денсаулыққа берер деген...»
Қадірін біл саулықтың деп осылай,
Жеткізген ақын сөзін өлеңменен.

Сол айтқан денсаулықтың
қорғаушысы,
Дәрігер жан мен көмек берем деген.
Солардың бірі - Жасан Қытай асып,
Өз елі - қазағына келем деген.
Хабарын білген халық үмітпенен,
Күткен ед жолға қарап елендеумен.

Қарашы көп тілегі қабыл болып,
Жасанды келтірді рас, міне ел деген.
Асқазан, жүрек, жүйке, несеп-
жыныс,
Буын, тыныс, көз ауруын көп емде-
ген.

Шипасы жанға дауа, қолы жеңіл,
Әп сәтте-ақ тіріледі өлем деген.
Ғалым да, профессор, Академик,
Осындай болу керек шын Ер деген!

Еміне келген жанға оң қараған,
Жәрдем жасап жіберуден де
аянбаған
Жасанның шипасына таңқаласың,
Боласың жаңа туғандай енді анадан.

Түк шықпас бояу жаққан сән
күтімнен,
Экология өршіген шаң, түтіннен.
Бәрін де микробтың суырып ап,
Жандырып үміт отын, әл бітірген
Жасандар өте қажет қазағына,
Шыдаған ем қондырып азабына.
Сұп-сұр боп кірген жанға оның
қолы тисе,
Сол сәтте-ақ рең кірер ажарына.

Ақылды білімі көп тасыған,
Жан жібітер мінезін елі ұнатқан.
Көңілің көтерілер сәл тілдессен,
Білгенге жаны таза ғанибет жан.

Жасандай ерімен елі мақтанады,
Адалға бақыт барып бақ қонады.
Ақ жанды еңбек еткен ем-дом беріп,

Көтеріп биіктерге ап барады.

Аман бол қашанда әркез дәрігерім,
Силар ел ісіне адал әділ ерін.
Лайым ауырмайық, ауырса егер,
Шипа боп қона берсін дәрі, емің!

Елінде еңбегімен еленер ер,
Айырар ер бағасын көреген ел.
Адал боп, адал еңбек арқасында,
Халқыңның құрметіне бөлене бер!

МАТҚАН Молдағали
жазушы, академик, саясат және
қоғам қайраткері,
Әбдіқадір Жылани
заңгер, ақын.

Қатерлі ісіктен қ

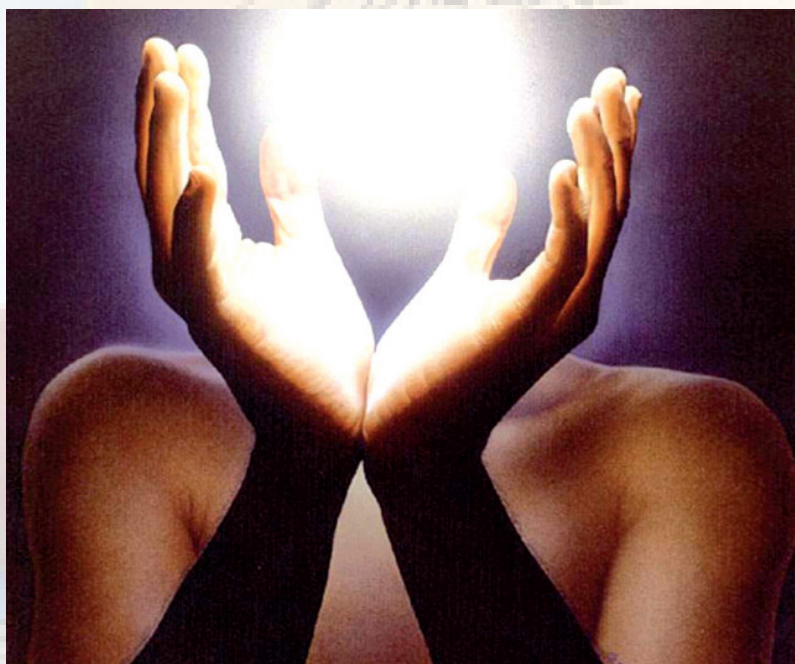
Жасы келген адамның сау күнінен ауырған күні көп болатын сияқты. Жетпісті желкелеп қалған кезімде денсаулығым күрт нашарлап, күйім кете бастағанын байқадым.

Алғашында кәріліктің белгісі-ау деп мән бере қоймадым...

...Басым айналып, көзім қарауытып, теңселіп, бір затқа сүйенбесем тұра алмайтын жағдайға жеттім. Басымның ішінде бір нәрсе қысқандай болып, лоқси беретінмін. Осы жағдай күн сайын қайталанатын. Ақырында дәрігерлермен кеңесуге тура келді. Бар бәле сол кезден басталды. Медициналық мекемедегілер мені тексере келе, «ми обыры (рак)» деген диагноз қойды. Бойында қатерлі дерттің бар екендігін білу – адам үшін жалған дүниенің шын қиындығы екен.

Қартайған шағымда

балаларды да, жақындарымды да әуре-сарсаңға салдым. Денесінен кішкене қан шықса қиналатын адам баласына басқа ота (операция) жасату – айтса нанғысыз қорқыныш пен үрейге толы дүние



екенін сонда сездім.

Күллі әлем төңкеріліп, аспан асты, жер үсті шыр айналғандай болды. Қалай? не үшін? не жаздым? кінәм не? секілді сұрақтар санамда сабылып жатты. Жүрегім сыздады...

Тілім байланып, бойымды үнсіздік билеп алды. Жан дүниемнің астан-кестені шығып, өзімді қоярға жер таппай,

абдырап қалдым... Мен үшін тіршіліктің мәні де, сәні де қалмағандай болды.

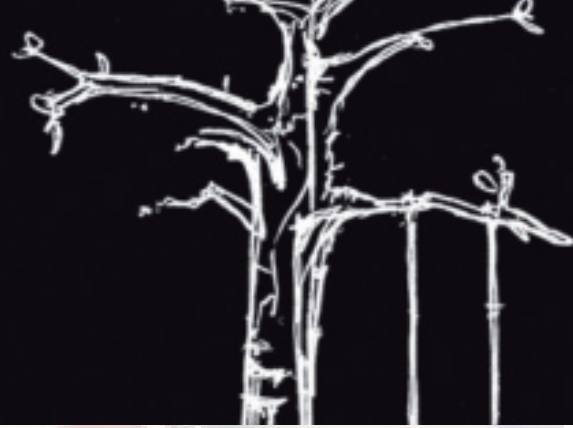
Осы өмірдегі ең үлкен бақытым – бала-шағам мен немерелерімнің ортасында жүру еді... Мені қинап бара жатқаны дертімнен гөрі,

солардың жәутеңдеген көздеріндегі мұң болды. Күндіз-түні Алланың мейірімін сұрап, дертіме ем бере көр деп тіледім. Үмітсіз шайтан ғой! Тәңірден қолдау болар деп сендім...

Диагнозды арқалап бармаған жерім,

тоздырмаған есігім қалмады. Медициналық мекемелерге, тіпті бақсы-балгерлердің ауылын аралап қайттым. Дауа болмады. Шарқ ұрып, емге шипа іздеген балаларым бір күні «Шығыс-Тибет медицинасы көп ауруға арашашы болып жатыр екен, сізді сонда ертіп барайық» деп, «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медицина орталығының бас дәрігері Жасан Зекейұлына

алай жазылдым?



алып келді.

Ол кісі мені қабылдағаннан кейін, тамырымды ұстады. 6,7*5*4,8 көлеміндегі ми ісігі деп диагноз қоюға негіз болған рентеген қағазымды өте қырағылықпен мұқият тексеріп шықты да, жара бар деген жердің күңгірт емес, анық көрініп тұрғанын айтты. Сондай-ақ, өзінің көп жылдық тәжірибесіне сүйеніп, ауыз қуысы мен лимфа бездерімді, тіл, бет пішініндегі өзгерістерді қадағалады. «Бұл бүтіндей сіздер айтып отырған ми рагына ұқсамайды. Менің ойымша, осыдан бір-екі ай бұрын қатайған қан тамырыңыз жарылып, содан қан түйіні (гематома) пайда болған. «Ми обыры (рак)» деген – қате қойылған диагноз. Сіздің басыңызда қатерлі ісік ауруы жоқ. Сондықтан да, сіз институттағы компьютер аппаратынан да жақсы көрсететін МРТ-ға(магнитті резонансты томографиялық аппарат) түсіп келіңіз. Сол арқылы бұрынғы диалогтарды салыстырамыз,» - деді.

Аңтарылып қалдым.

Қанша дәрігердің алдынан өтсем де, дәл осындай өзіне сенімді бола тұрса да, қайталай тексертіп нақтылы нәтижеге ұмтылған ақ халатты абзал жанды кездестірмегенмін. Үміт оты қайта лаулады. Тамырымды ұстап, дәрігер атаулының сөзін жоққа шығарған бұл кісідегі қандай құдірет екен,ә?! Сенер-сенбесімді білмедім. Дегенмен, ең алдымен ол кісінің айтқанын орындайын деген оймен елпілдеген күйі диагностикалық орталықтан бірақ шықтық.

Республикалық онкологиялық институттағы МРТ жасап отырған дәрігер күліп: «Миыңызда ешқандай обыр (рак) ісігі жоқ, тек түйіншек (гематома) бар. Сіздерді маған жіберген дәрігер өте дұрыс диагноз қойған. Сол кісіге барып ем алғаныңыз дұрыс» – дегенде балаларымының қуаныштары қойнына сыймай, көздері шарасынан шығып кете жаздады.

Жиырма күндей ине, шөппен қыздыру емі(терапия), нүктелік және «зывишин» уқалауы

(массаж), қанның ұйығанына көмектесетін тибеттік шөп дәрілер сынды барлық емдерін жасағаннан кейін қан айналысым, басымда болған барлық жағдайым жақсарып, жүрек соғысым қалпына келді. Үш айдан кейін толық жазылдым.

Мен өмірге екінші рет осылай келдім. «Жас-Ай» медицина орталығынан үш сеанс, яғни, арасында екі аптадан үзіліс жасай отырып, отыз күн ем алып, дертімнен толықтай сауықтым. Алланың маған жіберген періштесіндей көрінген Жасан Зекейұлына айтар алғысым шексіз. Халықтың қамқоршысы, Шығыс-Тибет медицинасының майталманы Жасанға Жаратқан ием мәңгілік жар болып, шипалы қолына қуат берсін!

**Рәзиға Елтаева
Алматы қаласы**

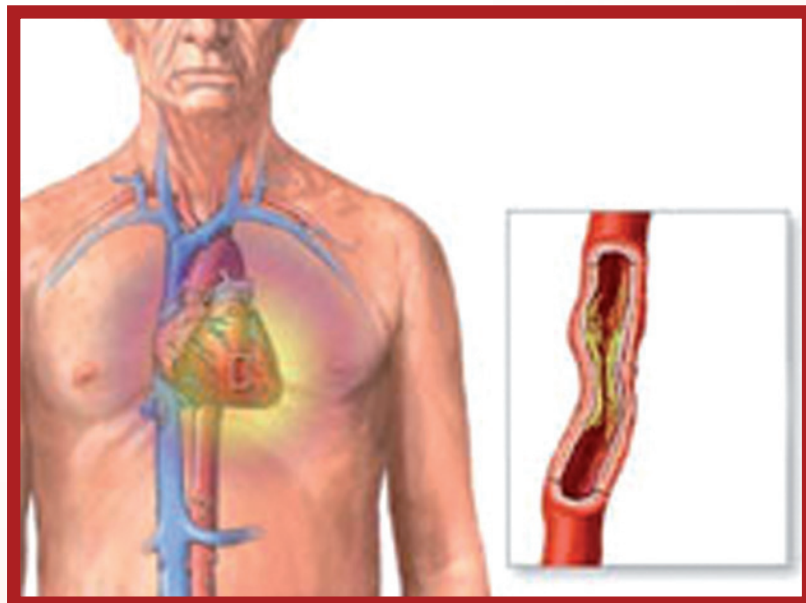
Инсульт жастар

Бұрындары 50 жастан асқан адамдарда ғана кездесетін инсульт дерті жасарып барады. Осылай деп дабыл қаққан дәрігерлер бас ми қан айналымының бұзылуы жастарға ауыз салды деп алаңдап отыр.

Инсульт - қан тамыр ауруларынан туындайтын дерттің бір түрі. Бұл негізінен атеросклероз және артериялық қан қысымының жоғарылауынан болады. Аурудың клиникалық белгісі бірнеше сағаттан бірнеше күнге дейін созылады. Мұндай дертке ұшыраған жанның бет жағы жансызданып, сөз сөйлеуі өзгереді. Қол-аяғында әлсіздік пайда болады. Инсульттің екінші геморрагиялық түрі бар, яғни, миға қан құйылу. Кенеттен төсекке алып ұратын аурудың пайда болуын ақ халаттылар түрлі себептермен байланыстырады. Мәселен, бұл дерт адамға физикалық және эмоционалды күш түсуінен де туындайды екен. Дерттенген науқас есінен танады немесе есте сақтау қабілетін жоғалтады. Артериялық қан қысымы жоғары болған жағдайда, дененің бір жақ жартысы немесе бір жақ бұлшықеттері жансызданады. Ең қауіптісі - инсульттің ақыры қайғылы оқиғамен аяқталуы мүмкін.

Дүниежүзілік Денсаулық Сақтау ұйымының мәліметтеріне сүйенсек, «инсульт» жастар арасында кең етек алуда. Мамандар бұл дертке «жаһандық эпидемия» деп баға беріп отыр. Соңғы уақытта Қазақстандық дәрігерлер ғана емес, әлемнің білікті мамандары да инсульт дертін ауыздықтай алмай, оның емін іздеп бас қатыруда. Бұл науқасқа шалдыққандардың біраз бөлігі бірден қайтыс болады. Аман қалғандарының өзі сал ауруымен ауырып қалады. Ал науқасты қалыпты еңбекке жарамды ету үшін үлкен көлемде қаражат және қымбат дәрі-дәрмектер керек. Дәстүрлі медицина әлсіздік танытқаннан кейін инсульттен қайтыс болатындар саны да өсіп келеді. Мәселен, бүгінгі күні инсульт дертінен қаза тапқандар бұрынғы жылдарға қарағанда, 2-3 есеге өскен.

Қазақстандық инсультке қарсы күрес Қауымдастығы таратқан деректер бүгінгі күні бұл дертпен ауыратындардың 52 % еңбекке



жарамды жастағылар екендігін алға тартып отыр. Яғни инсультпен ауыру 40-50 жас шамасындағы ер азаматтарда жиі тіркелген. Миға қан құйылу бір ғана жағдайдың әсерінен болуы мүмкін еместігі, оған ағзаның басқа да мүшелерінің зақымдануы себепші болатындығы анықталды. Мәселен, жай ғана қол-аяқтың жансызданып қалуының өзі инсульттің бір белгісі болуы мүмкін. Бастың бір бөлігі қатты ауыруы, бас сақинасының ұстауы да инсульттің белгілері. Сондықтан, осындай өзгерістер сезіле бастаса, науқас бірден дәрігердің көмегіне жүгінгені жөн.

«Балдақтың да, басқаның да көмегіңіз өз аяғыммен жүре аламын»

Қайратбек Бектілеуов есімді азамат 2008 жылдың 11 қарашасында қан қысымы көтеріліп, құлап қалған. Дәрігерлер оң миына қан құйылған деген диагноз қойыпты. Денесінің сол бөлігі қимылсыз қалған науқас бірнеше ауруханаларға бас сұғады. «Аудандық, облыстық ауруханаларда емделдім. Бірақ, ешқандай көмегі болмады. Кейін «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медицина орталығында инсульттен қимылсыз қалғандарды емдейтіндігі туралы естідім» - деген ол, осы жылдың басында «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медицина орталығына келеді. «Алғашында денемнің сол бөлігі мүлде жансыз қалып еді. 3 курс ем қабылдағаннан кейін орнымнан тұрып кеттім. Қазір, Аллаға шүкір балдақтың да басқаның да көмегіңіз өз аяғыммен жүре аламын» - дейді Қайратбек Бектілеуов.

Зарға ауыз салды

Маман пікірі

Маман пікірі

Маман пікірі

Маман пікірі

Маман пікірі

Маман пікірі

Лунара Юсупжанова

**№ 4-ші Алматы қалалық ауруханасының
невропотолог-дәрігері:**

«АЯҚ-ҚОЛЫ ЖАНСЫЗДАНҒАН ЖАНДАРҒА КӨМЕК КӨРСЕТЕ АЛМАЙМЫЗ»

Алғашқы 3 сағатта науқасқа қажетті көмек берілсе ғана ауыр жағдайдың алдын алуға болады. Болмаса бұл дерттің соңы қайғылы оқиғамен аяқталуы мүмкін. Қайткен күнде де науқастарға ем көрсетуден тартынған емеспіз. Инсульт ұзақ емдеуді қажет ететін күрделі ауру. Біз науқастарға толық сауығып кетуі үшін барлық мүмкіндіктерді жасаймыз. Дегенмен, ауруы асқынып, бізде толығымен сауығып кете алмайтын жағдайлар да бар. Ондай науқастарды мүгедектікке тіркейміз. Бірақ, бұл «оларға жасалатын емді тоқтатамыз» - деген сөз емес. Науқас бұрынғыдай диспансерлік есепте тұрады. Ол кісілердің емін күнделікті бақылауда ұстаймыз. Алайда, бізде емделе алмай шет мемлекеттерге ем алуға кетіп жатқандар да бар. Өйткені, кез-келген ауруды алғашқы сатыларында емдеу жеңіл, ал асқынып, аяқ-қолы жансыз қалған адамдарға көмек көрсете алмаймыз».

Бибігүл Нұртазаева,

**«Жас-Ай» Шығыс-Тибет медицина
орталығының дәрігері:**

«ИНСУЛЬТПЕН АУЫРҒАН НАУҚАСТЫ ТОЛЫҚ ЕМДЕП ШЫҒАРАМЫЗ»

Біздің орталықта инсульт ауруынан дене мүшелері жансызданып қалған науқастарға ине терапиясы жүргізіледі. Яғни, адамның жансыз нүктелеріне алтын ине қою арқылы ем-дом жасаймыз. Қол-аяғы қимылсыз қалған науқастарға ине қойып, тітіркендіру арқылы, жабылып қалған жан жүйелеріне әсер етуге болады. Нәтижесінде, сырқат адам екі-үш апта көлемінде жазылып шығады. Инсультті емдеуде «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медицина орталығының мүмкіндігі жоғары. Мысалы, 2008 жылдың өзінде біздің орталықта инсульттен аяқ-қолы жансызданып қалған 600-ге жуық науқас емделіп шықты. Олардың 95 % ине терапиясының көмегімен сауықты деп айтуға толық негіз бар.

Дерек пен дәйек

Әлемде жыл сайын 15 миллион адам орталық жүйке жүйесі қызметінің бұзылуынан зардап шегеді. Олардың ішінде 5-6 миллион адам инсульт алса, шамамен 4-5 миллион науқас сол аурудан қаза табады.

Күн сайын тек қана Алматы қаласының өзінде 10-11 адам инсульт ауруымен тіркелсе, дәл сол күні кем дегенде 2-3 адам инсульттің салдарынан қаза табады.

Қазақстанда 2007 жылдан бері 3705 адам инсультке шалдығып, алғашқы бір жылдың ішінде-ақ өлім-жітім 37-ден 45 % жоғарылаған. Инсульттің қайталануы осы жылы 19 % - дан 23% - ға өскен.



Рамазан Стамғазиев:

Әуен күдіреті - адам жанымен бірге жаралғандығында...

Әуезді әннің адам жанымен қатар тәнін де емдейтіндігін ерте кездерде-ақ ғалымдар растап қойыпты. Тіпті жүрекке жасалатын ауыр операциялар кезінде де дәрігерлер операция залына әдемі әуен қосып қояды екен. Бұл - адам жанының музыкамен үндестік табатындығының дәлелі. «Әннің де естісі бар, есері бар». Оның бірінде адамның көңіл күйін көтеріп, еріксіз қимыл қозғалысқа шақыратын үлкен күш болса, енді бірінде нәзіктік, әуезділік бар. Ондай әуендер жүйкені тыныштандырып, бойды сергітеді. Бұдан былай әуен мен денсаулық сабақтастығы біздің «Музыка және денсаулық» айдарына арқау болмақ. Айдарымыздың алғашқы қонағы Қазақстан Республикасының еңбек сіңірген әртісі - Рамазан Стамғазиев.

Рамазан аға, әлем ғалымдары әуеннің адам денсаулығы үшін орасан зор пайдасы бар деседі. Өміріңізді әнмен әрлеген жан ретінде осы пікірге қалай қарайсыз?

Музыка адамның көңіл-күйінің әсерінен туындайтын сиқырлы дүние. Кейде қолға алған ісің алға баспай, кері кетіп жатса, көңілің құлазып, жабырқайсың. Кейіп жатқан жанымызды сөзбен жұбата алмайтын жағдайда, іштегі толғаныс, тебіренісімізді баса алатын да, сыртқа шығара алатын да дәл осы музыка. Музыка адамның қуанышын да, қайғысын да дөп басып сипаттап бере алады. Алла Тағала адамды топырақтан жаратқан. Алдымен адамның мүсінін жасап, топырақ мүсінге жан бітірейін дегенде, жасалған адамның келбетіне жаны кірмей қойған екен. Сонда Хақ Тағала әдемі бір әуен беріп, сол әуеннің көмегімен адамның мүсініне жан бітірген. Демек, әуеннің күдіреттілігі соншалық, ол адамның жанымен бірге жаралған. Әуенді жан дүниесімен тындап, сезіне білген адамға пайдасы зор. Кейде біз гастрольдік сапарларда жол жүріп шаршаймыз. Мазан кетіп ауырып тұрсаң да, халықтың алдына шығып, басыңды иіп ән салсаң, шаршағаныңды ұмытып кетесің. Естігенін сезіне білетін, қабылдаған нәрсесінен қорытынды шығара алатын адамға әуеннің пайдасы зор.

Шет елдерге гастрольдік сапармен шыққан кезіңізде отандық медицинаны өзге елдердікімен салыстырып көрдіңіз

бе?

Дүниеде қанша адам бар болса, сонша пікір бар. Біз пенде болғаннан кейін ауру-сырқау алқымыңнан алғанда, алғашқы көмекті алдымен Алладан күтеміз. Екінші кезекте ақ халатты абзал жандардан сұрайтынымыз анық. Шықпас жанға себепші болатын сол кісілер. Қазақта «Су ішкен құдығыңа түкірме» - деген ұлағатты сөз бар емес пе?! Салыстырғанмен

де, кім өзінікін жаман деуге қияды?! Қай кезде де, өлімге араша түсіп жүрген медицинаның майталмандары. Сондықтан, Қазақстандық медицинаның деңгейі төмен деп айтпаймын.

Соңғы кездері Қазақстанда Шығыс-Тибет медицинасына сұраныс артып келеді. Басы ауырып, жүйкесі жұқарған жандар осы ем түрін қабылдап жатады. Ал, қытайлар ауырмаса да профилактика ретінде ине алып тұрады екен. Сіз медицинаның бұл түрін байқап көрмедіңіз бе?

Сөзіңіздің жаны бар. Біраз уақыттан бері осы медицинаның көмегіне жүгінушілер көп. Оның бірден бір себебі, бұл - нағыз таза, ешбір химиялық қоспасыз, табиғаттан алынған дәрі-дәрмектер арқылы емдейтін медицинаның бір түрі. Осы саланы дамытушылардың басы болып жүрген Жасан Зекейұлы десем қателеспейтін шығармын. Ол кісіні Қазақстанға келгеннен бері білемін. Атамекенге оралып, Шығыс-Тибет медицинасының халыққа шын мәнісінде керек екенін ғылыми тұрғыда дәлелдеп жүрген ағамызға келіп емделгендердің, «ауруымнан айықпадым» дегенін естіген емеспін. Ал бұл медицинаның барлық мүмкіншіліктерін аша отырып ағзаны емдеу - кез келгеннің қолынан келе бермейді. Өзім де көптен бері «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медицина орталығына келіп, ем алып жүрмін.

Рамазанаытады:

Алла Тағала адамды топырақтан жаратқан ғой, адамның мүсінін жасап, топырақ мүсінге жан бітірейін дегенде, жасалған адамның келбетіне жаны кірмей қойған екен, сонда Хақ Тағала әдемі бір әуен беріп, сол әуеннің көмегімен адамның мүсініне жан бітірген екен. Демек, әуеннің құдіреттілігі сонда, ол адамның жанымен бірге жаралған.

Осыдан бір жарым жылдай бұрын әкей дүниеден өткенде бір аяғым бастырмай қалды. Он күн қатарынан осы мекемеден ем алып, аттай шауып кеттік. Адам болғаннан соң, жүйкең шаршайды, кейде денсаулығыңа қосымша күтім жасағың келеді. Сондай сәттерде осы кісіге келіп ине салдырып, уқалау жасатып тұрамын. Жұбайым да аяғынан жарақат

алып «Жас-Ай» медицина орталығынан емделіп шықты. Қазір тек инемен ғана емес, Шығыс-Тибет медицинасының емдік шөптерден дайындалған дәрілерін де пайдаланып, ем қабылдауда.

Денсаулығымызды айтарлықтай Денінің саулығына әнші, спортпен де шығар...?

Бала кезімде ақ айналыстым. Дегенмен, жүгіргенді, ұнатамын.

Сал-

жақсартуға көмектесуде. көңіл бөлетін айналысатын

күреспен бір кісідей- Қазір оның бәрі қалды. таңертеңгілік таза ауада тауға шығып, атқа мінгенді

серілік құрып саятшылыққа шығатын болдыңыз ғой!?

Тұлпарды ерттеп мініп, бүкір мылтықты иыққа асып, бүркіт салып, аңшы болып кетейін деген ойым жоқ. Дегенмен де саятшылық жаныма жақын дүние. Жора-жолдастарыммен басымыз қосыла қалса, атқа мініп, аңшылыққа тартып кететін кездеріміз көп. Саятшылық туралы кітаптан оқып, экраннан тамашалап жүргендерге шамам келгенінше құмай тазысын салғызып, түлкісін алғызып, серік болып қайтуға бармын.

Әншіліктен өзге нендей кәсіппен айналысасыз?

Ұқсата білген адамға әншілік дегеннің өзі де аз емес. Ол үшін де ізденіс керек, жаңа нәрселерге ұмтылу керек. Оған қоса педагогпыз, бала тәрбиелейміз. Шәкірт тәрбиелеу де үлкен





Жеке шығармашылығыңызға да тоқталсақ...

Тыңдармандарыңызды қандай тың жаңалықтарыңызбен қуантасыз?

Осыдан бір жарым жылдай бұрын жеке концертімді бердім. Қазіргі ең үлкен жаңалығым - Жетісу өлкесінен Қапездің, Шалтабайдың әндерін алып келдім.

Шайырдың толғауларымен қоса эстрадалық жанрда батыс өлкесінен де біраз әндер жинастырдық. Осылай репертуатымды біршама толықтырып жатқан жайым бар. Абай циклындағы біраз әндерді сахнаға алып шықтым. Ендігі мақсат - Қытайдағы қазақтардан, Моңғолия жақтағы қандас бауырлардан әндер алып келу. Жұбайым екеуіміздің, соларды сахнаға шығарсақ деген ойымыз бар.

Жақсылықтың жаршысы, аурудың арашасы
болсын деп ашып отырған журналымызға
әншіден тілек...

-Бұл игі бастама. Еңбектеріңіз жансын!
Сіздердің журнал арқылы халық білгенін
толықтырып, білмегені болса ескере жүрсін!
Дертіне шипа іздегендерге әрдайым себепші
болыңыздар. Әңгімеңізге рахмет. Сіз де
халқыңызды әнмен емдеуден шаршамаңыз!

Әуен терапиясы

Abstract

Неміс ғалымдары әдетте науқастарға медициналық емдермен қатар әуенді терапияны да жүргізеді екен. Сонымен қатар, ғалымдар кларнетте ойнау қан айналымын жақсартуға, жүрек қан тамыр ауруларына пайдалы екендігін айтады. Скрипкамен және фортепианомен ойналатын нәзік әуендер де жүйке жүйесінің тынығуына әсер етеді.

Ән айтқанда дыбысталатын әріптердің де өзіндік қызметі бар. Мысалы, «а-а» дыбысы жұтқыншақ, көмейді жаттықтырса, «о-о» кеуденің ортаңғы бөлігін жақсартады. Ал «о-и-о-и» жүректің жұмысын жақсартып, «и-э-и» миға, бүйрек, ішкі сөлденіс бездеріне (секреция бездері) әсер етеді. «а-у-э-и» дыбыстары ағзаның барлық мүшесіне пайдалы.



Даналарсөзі



Дұрыс жолға қойылған дене шынықтыру ойындары оқу – білім алуға бөгет емес, қайта бойды сергітіп, ойыңа жәрдем ететін нәрсе.

Ғабит Мүсірепов

Егер тән ауырса, көңілдің күрт түсуі – табиғи құбылыс.

Әл-Фараби

Өміріңді байлық қыл, пайдасы болсын ізгілік.

Жүсіп Баласағұн



Жігітке дәулет те көп, байлық та көп,
Қызығы дүниенің есен-саулық.

Төреқожа Қанқожаұлы

Бас аман болса, бөрік табылады.

Қорқыт ата

Тоқ адамға семіз еттің де дәмі білінбейді

Сайф Сараи

Шақтап жесең – рахат көресің,
Көп жесең – кіріптар болып өлерсің.

Ильяс Назами

Егер ұзақ өмір сүргің келсе... онда ұнтақталған грек жаңғағы аралас балды үзбей жей бер.

Ибн Сина

...адам денесінің жетілуі – оның денсаулығы: егер денің сау болса, онда оны сақтамақ керек, ал егер сау болмаса, онда денді сауықтыру керек.

Әл-Фараби

Жігітке мықты дәулет амандығы,
Қанағат барға етпесе надандығы.

Нұржан Наушабаев

Жігіттің дені сау болса сол – дәулет

Құтып

Сау адам біреудің жарасы ауырып отырғанын білмейді

Сайф Сараи

Дене құбылысының үйлесімін бірқалыпты ұстау дегеніміз – тағам мен сусынды талғау, дәрет тәртібін мұқияттау, киім мен ауа тазалығын сақтау, дене мен рух бірлестігін естен шығармау, ұйқы тәртібін бұзбау.

Ибн Сина

Дене жаттығуларымен қалыпты және өз уақытында шұғылданып отырған адам ауруды құртуға бағытталған ешқандай емдеуді қажет етпейді

Ибн Сина

Дене шынықтыру жаттығулары әр адамның жасына, әл-куатына сәйкес әрқилы болуы қажет. Орта жастағыларға салт атпен қыдыру тиімді болса, күш-куаты кеміген кекселерге жаяу жүрген пайдалы. Сондай-ақ бозбалаға қолайлы тағам қарттарға зиянды болуы ықтимал.

Ибн Сина

Өмір қимыл-қозғалысты талап етеді.

Аристотель.

Бел омыр

Бел омыртқа жарығы – қазіргі таңда жиі кездесетін аурулардың біріне айналып отыр. Сондықтан осы ауру түрінің пайда болуы, емі мен алдын-алу жолдарына кеңінен тоқталмақпыз.

Адам жасы ұлғая келе, сүйек майы мен сүйектің өзіндегі кальцилік өзгеріс пен тарамыстарының серпінділігінің азаюына байланысты омыртқа арасында дәнекер болып тұрған сіңір созылмалы түрде ішкі ағзаның әлсіреуінен, қабынуынан желіне бастайды. Ұзақ уақыт бойы желінуге ұшыраған сіңір созылып, жұлынға тікелей әсер етеді. Міне, осыдан келіп бел омыртқасы жарығы пайда болады.

Бел омыртқа жарығының пайда болу себептері ішкі және сыртқы болып екіге бөлінеді. Ішкі себеп – қалыпты тұрмыстық жағдайда бел омыртқаларының әрқайсысына, яғни, белдемелеріне ішкі қысым арқылы күш түсуі. Соның әсерінен омыртқа арасындағы сіңір қысымға ұшырап, пішінін өзгертеді.

Ішке қарай қысқан жағдайда адам орнынан тұра алмай қалады. Ал, оң жаққа қысқанда, екі жақтық жұмыс әрекеті түгелдей қалыпсыздыққа ұшырайды.

Сыртқы себеп – қалыпты тұрмыс әрекетінде, жұмыста үнемі белдің бір қысымдық өзгеріске ұшырауынан немесе шектен тыс қимыл жасауынан пайда болады. Бірқалыпты әрекет барысында кенеттен ауыр салмақтағы заттарды көтерсе, омыртқа арасындағы сіңірлер қысымға ұшырап, шегінен асып кетеді. Бел омыртқа ортасындағы сіңір тарамшалары ауыр салмаққа шыдай алмай, жарылады немесе таяды.

Сыртқы себептің келесі түрі бар. Ол адам бір орыннан қозғалмай отырып, белдің қатып қалуынан бел омыртқа арасындағы сіңірге баратын астық дәрумендік қан айналым жүйелері жабылып қалады да, сіңірдің жақсы өспей, қатып қалуы мүмкін. Осындай өзгерістен барып, бел омыртқасының жарығы немесе бел шойылу орын алады.

Сыртқы себептің өзге де түрлері көп. Оның



ішінде жарақат алу. Мәселен, түрлі жағдайда бел омыртқаға жарақат түссе немесе сыртқы қысымдық күшпен ұрылу әсерінен омыртқа жарығы пайда болады. Көп уақыт суық жел өтінде отырып, жұмыс істеген адамның бел омыртқасында суықтан сары су жиналып, сіңірлерде өзгеріс пайда болады. Оның қалыптылық дәрежесі бұзылады. Сөйтіп, ісініп, қабына бастайды. Және тарамыстана түседі. Бұлшық ет тартылып, бел омыртқасындағы табиғи қимылдауға тиісті бел омыртқалары өзара қысымға ұшырайды. Бұл дами келе осы бел омыртқасының жарығына алып барады.

КЛИНИКАЛЫҚ ТЕКСЕРУ

Бел омыртқасы жарығының негізгі тексеруіне кеңірек тоқтала кетейік. Бірінші кезекте ауру тарихы мен бел әрекетінің қызметі жайлы түсінік беру артық болмас. Сонымен, сіздің бөліңіз ауыра ма, алдымен соны анықтап алайық....

Бел бұлшықеттерінің қимылдау дәрежесін еңкейген адам тізесін бүкпей қолын жерге тигізе алатындығымен анықтауға болады.

Адам беті тегіс төсекке жатып, екі аяғын бірдей көтеріп, тізесін бүкпей жоғары көтереді. Бел омыртқасы сау адамдар, медицинада дәлелденгендей, 90 градус жасап көтере алады. Ал бел омыртқасында жарық пайда болған адамдар 45, 30 градус бұрыш жасап қана көтереді. Кейбір

науқастар, тіпті, аяқты қозғаған кезде-ақ, белінің ауырғанын бірден байқайды.

Бел омыртқа жұмысын түрлі жүйке жасушалары басқарып отырады. Оны дәрігерлер тексергіш құралмен денеден сызып тексереді. Сызған нәрсені сезінуі әлсіз болса, онда осы белгісіне қарап, ол науқастың бел омыртқасының жарығымен ауыратындығын анықтаймыз.

Денелік тексерудің де көп жақтары бар. Ауру адам етбетімен жатып, арқасына, бел омыртқасынан тартып, көкірек омыртқасына дейін барлық омыртқаны дәрігер адам өзі сызып өреді. Сонда бел омыртқасының ортасындағы жарығы бар жерден дәрігердің қолы өтер өтпесте науқаста ауырсыну пайда болады. Сол ауырсыну нүктесін белгілеп, қай омыртқада қай жерімен байланысып тұр, нешінші омыртқада байланысып тұрғандығын белгілейді.

Ауылдық мекемедегі дәрігерлер ауруды осы анықтау тәсілдеріне қарап, диагноз қояды. Қазіргі медицина ғылымының жаңа жетістіктері - дәрігер тексеріс жасағаннан кейін, тез арада анықтаушы құрылғыларға барып, қаралуды нұсқаймыз. Алдымен рентген мен компьютерлі томографиясын жасатамыз. Болмаса магнитті резонансты тексеруден өткіземіз. Ол нәтиже біздерге күдікті болып тұрған диагнозға қай жерде, қай жүйкенің қысылып тұрғанын анықтауға мүмкіндік береді. Қай бел омыртқасының жарылғандығын, ішке, сыртқа немесе оңға, болмаса



ТҚА ЖАРЫҒЫ

солға тайғандығын анықтап, ол ауруға диагноз қоюға толық негіз бар.

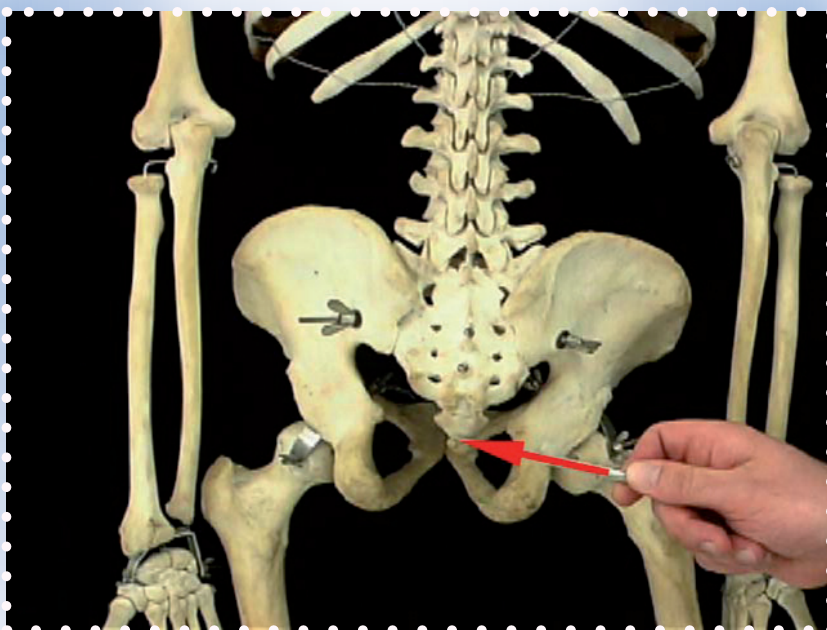
Егер ауырған адамның қозғалуға мүмкіндігі болмаса, оны қатты төсекке жатқызып, қозғалтпай, емдеу мекемелеріне алып барады. Науқас таяқ көмегімен жүре алатын болса, оны ептеп сүйеп апару керек. Қазіргі дамыған Қытайдың өзінде бел омыртқасының жарығын тоқсан пайыз отасыз (операция) емдейді. Өйткені бел омыртқасы операцияларын жасау аса қауіпті. Мұндай қадамға тек қажетті жағдайда ғана барады.

Осы тұста, Қытай-Тибет медицинасы өзінің мүмкіндігін жақсы пайдаланады. Бел омыртқаларындағы жарық болған сіңірді арнаулы нүктелерге ине қою арқылы жазуға болады. Қозғалыс жүйесін инелердің әсерімен қоздырып, ішке тайғанын сыртқа, шетінегенін оңға жылжытып қалпына келтіреді. Ол кезде инені қыздыру, әр инені бір жарым екі минуттан қыздыру талап етілетіні сөзсіз. Инеге қосылатын жүйкенің тартылуын қуаттандыратын қосымша аппарат қосылады. Қазіргі заманға сай физиоом жүргізледі. Қан жүріп, өзгеріс басталғанда, ауру да тыныштала бастайды. Өте ауыр дәрежедегі науқастың басу нүктелерін, тыныс алуын, ауырған жерін жеңілдету нүктелері бар. Соған ине қойып, ауруды тыныштандырады.

Ал оның көмегі де аз болса, қазіргі заманғы тыныштандыру инелерін пайдаланамыз. Содан кейін магнитті банкiлер қойылады. Ол банкiлердi бел омыртқасынан ары-бері жүргізеді. Сол кезде банкiлердiң пайдасымен тартылып қалған сiңiр немесе омыртқа жарығы қалпына келе бастайды. Осындай ем әдiсiн әр күнi жарты сағаттан бiр сағатқа дейiн жүргiзiп, он күн алып бару керек. Сол он күн барысында науқастың бел әрекетiнiң жеңiлдеуi бақыланады. Науқастың үлкен, кiшi дәретiнiң талдау қорытындысына қарап, ем әсерiнiң болған-болмағандығы бақыланады. Тұрмыстық қимылға қаншалықты белсендi екенi

анықталады.

Науқастың осы бел ауруымен қосымша бүйрек, бауыр, жүрек жұмысының аяқтардағы ісіктің бар жоғының бақылануын қатаң ескеру керек. Өйткені, бел омыртқасының қысылуы бел омыртқасының айналасындағы ішкі мүшелерге де әсер етуі мүмкін. Ол бүйрек жұмысын нашарлатуы мүмкін. Сондықтан бел ауруын емдегенде, қосымша ауруды



да емдеуді қолға алған ләзім.

Бел омыртқасы жарығының қысылуында да ауру асқынбай тұрғанда жақсы нәтиже береді. Ем неғұрлым ертерек басталса, аурудың қайтуы да тез болады. Созылып кеткен ауруларды да емдеуге болады. Бірақ оның емделу уақыты да ұзарады. Қатып қалған омыртқа арасындағы сiңiрлердiң қалпына келуi де қиын. Көп ем жасауға тура келеді.

Ендiгi кезекте бел омыртқасымен ауырған адамдардың қандай жолмен дене шынықтыруына болатындығын айтып өтсек:

Науқас етбетiнен жатқан кезiнде екi аяқты тiзесiн бүкпей, артқа қарай жоғары қырық та елу градусқа дейiн кезек-кезек көтерiп, күнiне елу рет жасау керек. Белдi шынықтыру үшiн жүрген жүрiсiн артқа қарай, керi жүруi тиiс. Маманның қадағалауымен оң белдемеден сол белдемеге бұрылу сынды қимылдар жасау да аса пайдалы болмақ.

Төменде бел омыртқа жарығымен ауырып, «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медицина орталығында емделіп, айыққан адамның пікірін беріп отырмыз

Бәріміз де Алланың жазуымен өмір сүріп жатқан пендеміз. Ақ пен қара қатар жүретін мына бір дүниенің адам баласына берер қайғысына төтеп берудің өзі ерлік екен. Мен де

талай қиындықтарды басымнан өткердім. Құрсағымда көтеріп жүрген сәбиім бар бақытым болса, балам туылғаннан кейін, мен аяғымнан тұра алмай, төсекке таңылып қалдым. Өз аяғыммен жүруге зар болдым. Тағдырдың жіберген сыны болар деп, Алланың мейірімі мен ақ халатты абзал жандардың көмегінен күдер үзбедім. Біраз уақыт аралығында ауруханадан ем алып, бұрынғы қалпыма келу үшін барлық шараларды жасадым. Бірақ, ауруым үдемесе, қайтатын еш түрі жоқ.

Жас сәбиімді қолыма алуға шамам келмегей, жанымды қоярға жер тападым. Содан енемнің кеңесімен осы «Жас-Ай» медициналық орталығына жұбайым қолымен көтеріп алып келді. Жасан ағаның емінің арқасында сол күні-ақ, аяғымнан тік тұрып, өзім жүре алатын күйге жеттім. Қуанышымда шек бомады. Ол кісі менің ауруыма бел омыртқа жарығы, бел-құймыршақ омыртқасының остеохондрозы деп диагноз қойып, он күндік ем жазып берді. Инемен ем, шөппен қыздыру арқылы қабылдаған емнің нәтижесі осы. Керемет көңіл күй кешудемін. Айтар алғысым шексіз. Жасан аға сынды адам жанын сауықтыратын мамандарымыз көбейе берсін дегім келеді!

АНАР БАЛДАШ:

«Бір-ақ күнде ауруым сап тиылды»

«Жас-Ай»

О
Т
а
н
д
ы
қ

а
қ
п
а
р
а
т
т
а
р

л
е
г
і

МЕДИЦИНАЛЫҚ ХАЛАТ ОРНЫНА, ЕСІРТКІ САТЫП КЕЛІПТІ...

Шымкент қаласында медициналық халаттар сататын фирма киімді қойып, психотропты препараттар мен есірткі заттарын саудалауға көшіпті.

Артынан белгілі болғанындай, алаяқ алыпсатар ауруханаларда тегін берілуге тиіс дәрі-дәрмектерді де саудаға шығарған көрінеді. ОҚО ІІД есірткі саудасымен күрес және «Арлан» арнайы жасақ бөлімі бірлесіп жүргізген жедел іздестіру шараларының нәтижесінде 32 жастағы келіншек қолға түскен. Кейіннен кәдімгі қара базарда медициналық халат сатып келген сауда нүктесінің қай фирмаға қарасты екендігі анықталды. Ол фирманың қоймасынан 2 миллион теңгеге бағаланған 1695 түрлі дәрілік препараттар тәркіленді. Сондай-ақ кейбір дәрі-дәрмек жәшіктерінің сыртына қала ауруханаларының «ТЕГІН!» деп жазылған мөрі басылған көрінеді. ОҚО ІІД баспасөз қызметі қазіргі күні күмәнді адамдардың үстілерінен қылмыстық іс қозғап, тергеу жұмыстары жүргізіліп жатқанын хабарлайды.



ФАРМАЦЕВТТІҢ КӨМЕГІ

Қостанайлық фармацевт дәріхананы тонауға келген ұрының бетін тырнап алыпты. Кейіннен полиция қызметкерлеріне ұрыны табуға сол қалған тырнақ ізі көмектескен көрінеді.

Дәріхана меңгерушісі Татьяна Петрукович өзін пышақпен қорқытқан ұрыға қарсылық көрсеткен. Сатушыдан ондай батылдықты күтпеген ұры абдырап қалып, қолына тиген 5800 теңгені ала салып, қаша жөнеледі. Бірақ Татьяна оның бетін тырнап үлгеріп қалады. Татьянаның ұрының түр-сұлбасын суреттеп беруінің, сондай-ақ сол қалған тырнақ ізінің арқасында, келесі күні-ақ жергілікті полиция қызметкерлері күдіктіні ұстайды. Қазіргі күні қамауға алынған күдіктінің үстінен тергеу амалдары жүргізілуде. Ал Татьяна Сергейқызына осы ерлігі үшін Қостанай облыстық ІІД бастығы бір шоқ гүл мен Алғыс хат жолдады.



11 АЙЛЫҚ БАЛАҒА ДӘРІ ОРНЫНА ХЛОРЛЫ ҚОСПА БЕРГЕН

Павлодарлық медбикелердің бірі емшектегі балаға дәрінің орнына құрамында хлоры бар қоспа беріп жіберіпті.

Аталған өңірдегі облыстық ІІД ақпарат бөлімі хабарлағандай, 11 айлық Сұлтан есімді сәби хлордан уланған деген диагнозбен жан сақтау бөліміне жатқызылады.

Бұдан бұрын ол тамақтан уланып, ем алып жатқан көрінеді. Сәбидің анасы Жақсылық Күлізбекова ұлына медбикенің дәрі орнына құрамында хлоры бар залалсыздандыруға арналған қоспа беріп жібергенін кеш білгенін айтады. «Балам шырылдап жылап, дәрі ішуге қарсылық танытып, басын ала қашқанымен, медбике ұсынған дәріні аузына күштеп құйдым. Осылай жарты сағаттай отырдық. Сосын дәмін өзім көрейінші десем... аузымды күйдіріп жіберді. Хлордың дәмін бірден білдім» - дейді сәбидің анасы. Екі сағаттан соң ғана нәрестені жан сақтау бөліміне жатқызған. Қазір баланың денсаулығы жақсарған. Ал баланы өлімге итерген медбикенің үстінен қылмыстық іс қозғауға қажетті қосымша тергеу амалдары жүргізілуде.



ҚОСТАНАЙДА ТҰМАУДЫҢ ӨТЕ ҚАУІПТІ ТҮРІ ПАЙДА БОЛДЫ



Қостанайдағы тазалық мамандары тұмаудың өте қауіпті А1 түрін анықтады.

Дәрігерлер бұл вирус ауа-райы тез құбылып тұратын аймақтарда өршіп кететіндігін айтады. Аурудың бұл түрімен науқастанған адамның басы ауырып, дене қызуы 40 градусқа дейін жоғарылайтын көрінеді. Дегенмен Қостанайлық ақ халаттылар бұл өңірден індеттің ауылы алыстығын айтып, жағдайдың қалыпты екендігін жеткізді. Сондықтан карантин жариялауды дәрігерлер жөн көріп отырған жоқ.

Тісі ауырған науқас тіс дәрігеріне оқ атты

Италияның тіс емдеу орталықтарының бірінде оқыс оқиға орын алды. Тісін емдетіп жатқан науқас дәрігердің аяғына оқ атқан көрінеді. Артынан белгілі болғандай, ебедейсіз қимылдаған дәрігер науқастың ауырып тұрған тісін одан әрі ауыртып жіберген көрінеді. Оқиға орнына дер кезінде жеткен полиция қызметкерлері жәбірлеуші мен жәбірленушіні қатар сұраққа алып, екі тарапты да айыпты деп тапқан. Өйткені, жәбірленуші өзінің тіс дәрігері емес екенін мойындаса, жәбірлеуші оқ атқанын растаған. Шиеленіскен жағдайды анықтау барысында құқық қорғау қызметкерлері жалған тіс дәрігерінің отбасы да оқиғаға қатысы бар деп тауып, тіс емдеу орталығына дәрігер болып орналасуға көмектескені үшін жалған дәрігердің әйелі мен ағасына да айып тағыпты.



Ұялы телефон лас экология мен темекі түтінінен де қауіпті

Осылайдеп мәлімдеген Австралия Ұлттық Университетінің академигі Вини Курана ұялы телефондар адам ағзасына үлкен залал әкелетіндігін дәлелдеді. Оның айтуынша, кішкентай ғана құрылғы лас экология мен темекінің зиянынан да қатерлі көрінеді. 15 ай бойы осы жайтты бақылаған маман электронды телефон құралы адам миында ісіктің пайда болуына әкеледі деп отыр. Сол себепті ұялы телефон шығарушылар мен халықаралық денсаулық сақтау қызметі бұл жағдайдың асқинуына тосқауыл болуы керек, – дейді ғалым.



Емі қымбат дерт – 76 миллиард \$ тұрады!

Дүниежүзілік Денсаулық Сақтау агенттігі АҚШ-тағы емдеу бағасы қымбат аурулардың тізімін жасады. Сондай-ақ, агенттік қызметкерлері бұл ауруларды емдеуге жыл сайын АҚШ экономикасынан қанша қаражат бөлінетіндігін атап көрсетіпті.

Жүрек қан тамырлары ауруы – 76 млрд. доллар

Жарақат алу - 72 млрд доллар

Рак ауруы – 70 млрд. доллар

Психикалық аурулар, депрессия – 56 млрд. доллар

Қант ауруы – 34 млрд. доллар

Балалардың жұлын ауруы – 32 млрд. доллар

Қан қысымының жоғарылауы – 42 млрд. долларды құраған.



Наурыз көжесінің

Көктем... Жер бетінің түрленіп, ағаштар бүршік жарып, Жер Ана бусанып, адамдарға жақсы көңіл-күй сыйлайтын осы бір жыл мезгілі қандай керемет?!

Оның үстіне, төл мерекеміз - ұлыстың ұлы күні - Наурыз мерекесі келді. Күн мен түн теңесетін Ұлыстың ұлы күні Наурызға бабаларымыз Абай мен Шәкәрім, Ахмет аталарымыз ызғардың – жылыға, сордың – баққа, жоқтың - барға ауысатын табалдырығы деп баға берген. Барлық адамдар күн нұрындай жадырап, бір-бірінен кешірім сұрап, төс қағысып жататын ұлы мерекенің ерекшелігі де осында. Наурыз мерекесінің өзіндік рәсімдері мен шартты талаптары баршылық. Соның бірі – Ұлыстың Ұлы күні Наурызнамада дайындалатын - Наурыз көже. «Ұлыс күні қазан толса, ол жылы ақ мол болар» деп, апа-аналарымыз көжені мейілінше мол жасайды. «Жақсы тамақ қалғанша, жаман қарын жарылсын» деп, тоя ішу ғұрпы сақталған. Сондықтан болар наурыз көжені «көп көже», «тоқ көже» деп те атайды. Тіпті алаңсыз тойғанынша ішсін деген ниетпен әркімнің өзі құйып алу еркі де болған. Осындай тоқтық пен молшылықтың, ауызбіршіліктің белгісі болып саналатын наурыз көженің адам денсаулығына тигізер пайдасы мол екен. Осы тұсты көпшілігіміз біле бермейміз.

Сонымен бұл астың дайындалу жолы мен құрамына көңіл аударайық. Наурыз көжені даярлау үшін алдымен қазанға сүр етті пісіріп, дайын болған сорпаны сүзіп

аламыз. Оның үстіне тары, кеспе, арпа, күріш, тұз қосып

Бүгінгі ас мәзірінде - наурыз көже...



дайындаймыз. Пісіріліп болған көжені сұйылту мақсатында құртты езіп құямыз. Дайын болған көжені келген қонақтың барлығына, туыстарға таратады. Түрлі қоспалардың дәрумендері сорпаға шығып, әрдайым зат алмасулар жүріп жатқан ағзаға тез сіңіп кетеді. Сондай-ақ жақсы көңіл күймен ішкен ас адам ағзасына оң әсерін тигізеді.



пайдасы

Наурыз көже құрамындағы әр тағамның адам денсаулығына пайдасы:

Ет

Ет негізгі тамақ өнімдерінің бірі. Қоректілігі жағынан ең құндысы -бұлшықет. Бұлшықет жасушасының ақуызында адам ағзасына қажетті амин қышқылы кездеседі. Олар ас қорыту бездерінің жұмысын жақсартады. Етте 12-15% май болады. Пісірілген ет 40% салмағын жояды. Одан минералды тұздар бөлінеді де, сорпаның қуаттылығын жоғарылатады.

Сорпа

Сорпаның азық нәрі көп, асты жеңіл таратуға пайдасы зор. Адам ағзасына қажетті заттардың 15% сорпадан

аламыз. Сүр ет мейіздей қатып қалады.

Ал оның сорпасы адам ағзасына жайсыздау, сол себепті де оған жас ет қосып пісірген жөн.

Ет қайнап жатқанда сорпа көбірек сапырылса, дәмді әрі құнарлы сорпа болады.

Тұз

Тұз-адам ағзасының қалыпты жұмыс жасауы үшін қажет бірден бір қоректік зат. Тұз жасушалардағы су мөлшерін реттеп, асқазан сөлінде тұз қышқылын түзеді. Адам ағзасына күн сайын 15 грамдай тұз сіңіріледі.

Айран

Ол өкпе ауруына пайдалы. Сондай-ақ, суық тиген кезде қайнатып, ыстық күйінде ішкізсе пайдасы зор. Сары суын малға ішкізеді. Шаш жууға болады. Тері илеу үшін де сары судан малма жасайды.

Арпа

Арпа – күнделікті ас орнына пайдаланылатын бір жылдық шөп тектес дақыл. Арпа дәнінің қайнатпасы асқазан мен ішек ауруларын, денедегі іріңді бөртпелерді бүйректегі тасты түсіріп, қуықтың қабынуын емдеуге қолданылған. Тік ішек ауруы (геморрой) түйіндерін кетіруге де көмектеседі.

Күріш

Ал күріштің қайнатылған қара суы балалардың іш ауруына бірден-бір ем. Күріштің бір кесесін бір кесе суға салып 3-4 сағат қояды. Сонан соң оны жақсылап жуып, сүзіп алады. Енді сол судың үстіне 100 грамм

бал қосып қайнатып, суытып, 30 грамм алма, сірке суын құйып, күніне 50 грамнан 3 рет жағдайы түзелгенше ішіп жүрсе, ер адамның шауқатын көбейтеді.

Қаперіңізде болсын!

Қуырылған күріш – сынған сүйектің бітуіне көмектеседі. **Жылқы еті** – іріңді тоқтатады, бүйрек пен белді желден тазартады. Бірақ қан қысымын көтереді. Тұзды тамақты көп жеу – шаштың ерте ағаруына, түсуіне, бетке әжімнің ертерек түсуіне, қуаттың төмендеуіне әкеліп соқтырады.





Жұлдыз



Тоқты

Тіршіліктің айырылмас серігіне айналған күн сәулесі бойыңызға ерекше белсенділік пен шыдамдылық қасиеттерін сыйламақ. 2009 жылы жұлдызнамада сіздің бойыңыздағы қуатқа жауап беретін 6-жұлдыздың хабары бойынша жылдың басында ағзаңызда өмірге деген ерекше талпыныс байқалады.

Бұрын сырқаттанып жүргендердің денсаулығы жақсара түспек. Дәл уақытында өзіңізге үйреншікті дәрілерден басқа, өсімдіктен жасалған қоспаларды пайдаланып, халық еміне жүгінгеніңіз абзал. Көктем айында денсаулығыңызға еш қатер жоқ. Бір ескерту: жиі демалыс алыңыз, иммунитетіңіздің төмендеуіне жол бермеңіз. Спортқа қызығушылығыңыз артады. Қазан айына қарай Танг Мон және Фам Лонг жұлдыздарының көрсетуі бойынша тоқты белгісіндегілерде іштей құлазу болады. Ішімдіктен көмек іздеудің қажеті шамалы. Қиындықтарға қарсы тұра білуіңіздің арқасында күш қуатыңызды қалпына келтіре аласыз. Қашанда ақылға жүгінгеніңіз абзал. Жыл соңына қарай қиындықтардан қашыңыз.

Қытайлар ғашықтардың символына балаған «Сиыршы жігіт пен тоқымашы қызды» ай бетінен іздесе, сығандар тағдырды жұлдызбен тоғыстырады. «Бір жұлдыз ақса, бір адам өледі» дейтін қазақ ұғымы да осыған саяды. Сондықтан, «жұлдыз жорамалды» Аллаға серік қосып, әңгіме өрбіту емес, демалысқа бағытталған «көңіл сергіту» деп ұғыңыз.



Торпақ

2009 жылы Гийаи Фан жұлдызының көрсетуі бойынша торпақ белгісіндегілер физикалық күш қуатқа бай болмақ. Соның арқасында жеке басыңыздағы қиындықтарды жеңе аласыз. Бойыңызда өзіңізге деген сенім бар, қисынсыз істерде ұстамдылық байқата білесіз. Ескертетін жайт сіздің жүйкеңіздің жұқаруы ұйқысыздыққа бой алдырып, депрессияға алып келуі мүмкін. Жұлдызнамадағы Тай Дуонг жұлдыздарының орналасуы бойынша көктем мезгіліне қарай өмірге деген құштарлығыңыз арта түспек. Алайда, белсенділігіңіз төмендейді. Иммунитетіңіздің жоғарылығы ешқандай аурудың белең алуына жол бермейді. Созылмалы ауруға шалдыққандардың денсаулығы жақсарып, тіпті толықтай дерлік сырқатынан айығады. 2009 жылдың жаз айларына қарай Гийаи Фан және Түйет жұлдыздарының көрсетуінше дұрыс тамақтанып, салауатты өмір салтын сақтамасаныз, денсаулығыңыз сыр беруі мүмкін. Сондықтан абай болыңыз. Ұйқыңыздың нашарлауына жол бермегеніңіз жөн.



Егіздер

2009 жылы егіздердің денсаулығы жақсара түспек. Көп қиындықтарды бастан өткерген бұл белгідегілердің ағзасы төзімді болады. Жұлдыздардың ескертуі бойынша тамаққа тәбетіңіз арта түседі. Бірақ, бір жайтты ескергеніңіз жөн: әдемі мүсіндерін сақтап қалғысы келетіндер құнарлылығы жоғары астан бойын алшақ ұстағаны абзал. Торт, шоколад, коктейльге деген сұранысыңызды азайтқан жөн. 2009 жылдың көктеміне қарай денсаулығыңызда тек оң көрсеткіштер орын алады. Ұйқыңыздың бұзылуына абай болыңыз. Ұйқысыздық дәрісін қабылдаудың денсаулығыңызға тек зиянды әсер беретінін ескере жүрген дұрыс. Сондықтан тіршіліктің қарбаластығына аз да болса шек қою керек. Асқазаныңыздың дұрыс жұмыс жасауын қадағалап, уақытымен тамақтануды басты орынға қойған жөн. Ішімдікпен әуестенбеңіз. Бойыңызда артық салмақтың көбеюінен қысылып, тамаққа шек қоюдың денсаулығыңызға кері әсерлері көп болатындығын ескеріңіз. Дұрыс тамақтанып, мөлшерден тыс жұмыс жасамасаныз денсаулығыңызға еш қатер жоқ.



Шаян

2009 жылы бұл белгідегілердің денсаулығында кері әсерлер көп болмақ. Диетаны қатаң түрде сақтау керек. Ас ішер алдында көп мөлшерде су ішіңіз. Ағзаға тез сіңіп кететін тағамдарды пайдаланыңыз. Тәбетіңізді жақсарту мақсатында жаңаша мәзірге көшуге тура келеді. Спортпен айналысуды басты орынға қойыңыз. Қолыңыз тимеген жағдайда жұмысқа жаяу барғаныңыз абзал. 2009 жылдың көктеміне қарай теледидарға бөлген уақытты денсаулығыңызды жақсарту мақсатында пайдаланып, кітап оқып есте сақтау қабілетіңізге көбірек көңіл бөліңіз. Пха Квуан жұлдыздарының көрсетуі бойынша жоспарлы тамақтану уақыты болмағандықтан артық салмақ қосудың ғажап емес, физикалық әлсіздік пайда болады. Шаян төзімді жәндіктер қатарында. Оның қасиеттері сіздің

де бойыңызға берілген. Сондықтан денсаулығыңыздың уақытша сыр беруіне төтеп бере алатын күш қуат сізде жетерлік. Көңіл күйіңіздің көтеріңкі жүруі деніңіздің саулығымен тікелей байланысты болады. Сіздің осалдығыңыз жиі ашуланасыз. Осыны тыю үшін ұйқыңызды қадағалап, қиял әлеміне деген саяхатыңызды азайтқан жөн



Арыстан

2009 жылы осы уақытқа дейін бірқалыптылықты сақтап келген арыстандардың ағзасында өзгерістер басталмақ. Ас қорыту жолдарында қиындықтар туындайды. Дененіңізді май басудан қорғаймын деп қателіктер жіберіп алмаңыз. Тек миндаль, жаңғақ, сүт, майлы тағамдардан сақтансаңыз болғаны. Ағзадағы майлардың аздығы бүйрек қызметін нашарлатады. Көктем мезгіліне қарай физикалық, әрі зияткерлік белсенділігіңіз артады. Жұлдызнамадағы Лонг Три жұлдыздарының орналасуы бойынша денсаулығыңызға төнген қауіп жоқ. Ағзаңызға жағатын дәрілерді жиі пайдаланып отырғаныңыз абзал. Тәбетіңіз жақсара түседі. Жаз айларына қарай климаттың әсерінен денсаулығыңыз сыр беруі мүмкін. Ағзаңыздың кейбір ауруларға қарсы тұрар күші болмай қалуы ғажап емес. Жүйке жүйеңіздің шаршауынан айығу үшін психолог мамандарға көрініңіз. 2009 жыл сіз үшін қай жағынан болсын сәтті болмақ. Йогамен айналысқанның тиімді әсерлері көп. Физикалық формаңызды бір қалыпта сақтауға тырысыңыз.

жорамал

Бикеш

Жұлдыздардың көрсетуінше денсаулығыңызға байланысты еш келеңсіздіктер болмайды. Ашуланшақтық, шыдамсыздық сынды жаман әдеттерден арыласыз. Әлсіздікке бой алдырмау үшін дәрігердің айтқан кеңестерін бұлжытпай орындағаныңыз жөн. Күзге қарай Пфонтг Чао мен Тай Дуонг жұлдыздарының ескертпесі бойынша ағзаңызда келеңсіздіктер туындайды. Ішімдікті шамадан тыс ішуді тыймасаңыз, бауырыңыздың қызметі бұзылады. Жыл бойында бұдан басқа қиындықтар кездеспейді. Тек ұйқыңыздың тұрақты болмауы күйгелектікке алып келуі мүмкін. Сондықтан жатарда тыныштандыратын дәрі қабылдағаныңыз абзал. Күнделікті істеріңізді жалғастыру барысында физикалық қимылдарға жоғары мән бере қараңыз. Жаяу жүріп, жаттығулар жасаған артықтық етпейді.



Таразы

2009 жылдың басы сіздің өміріңізге әркілі өзгеріс алып келуі мүмкін. Жұлдыздардың орналасуы бойынша денсаулығыңызға байланысты біраз қиындықтар туындауы мүмкін. Әр нәрсеге күйгелектік таныта бермеңіз. Себебі, қандай жағдай болмасын сізге төнетін еш қауіп жоқ. Күйзеліске бой алдырмаңыз, одан шығудың жолдары қиынға түспек. Аздаған ұйқысыздық та болуы мүмкін. Психологиялық сезімталдығыңыз артып, әр түрлі идеялар туындайды. Дуонг жұлдызының орналасуы денсаулығыңызға оң әсерін тигізбек. Егер сіз үнемі ашу үстінде жағдайды бақылау қиынға соқса, тыныштандыратын шай ішіп, көкөністерден жасалған салат, сүрленген ет жеңіз. Спортпен айналысуды естен шығармаңыз. Бұл сіздің дем алуыңызға және жақсы ұйықтауыңызға көмектеседі. Күз мезгіліне қарай денсаулығыңызға дұрыс көңіл бөліңіз. Спортпен айналысып жүрген болсаңыз қан айналымыңызды үнемі қадағалап отырыңыз.



Сарышаян

2009 жылдың басында жұлдызнамадағы Фам Лонг жұлдызының ықпалынан шығып, сіз өмірдің қуанышына бөленіп, физикалық және эмоционалды бірқалыпты күй кешесіз. Сонымен қатар, арқа құрысудан, ревматикалық сырқаттарыңыздан толықтай арыласыз. Бір сөзбен айтқанда, сіз өте жақсы күйде боласыз. Бірақ, әр түрлі жағдайда әр жерде жүрсеңіз шаршауыңыз әбден мүмкін. Жақсы тынығып күндегідей ұйықтап, жүйкеңізді тынықтырып жүрсеңіз бәрі де жөніне келеді.

Жаз мезгілінің басында ұйқыңыз бұзылуы мүмкін. Алайда ұйықтататын дәрі-дәрімектерден бойыңызды аулақ ұстаңыз. Күнделікті сүйіп көретін телехикаяларыңызды біраз уақытқа ұмытып, ертерек дем алуға тырысыңыз. Ал күз мезгілінде денсаулығыңыз біршама жақсара түседі. Бұрын тері бөртпелері, сүйек сырқырау, тіс ауру секілді аурулар мазалап жүрген болса, енді оның барлығы да артта қалады.



Мерген

2009 жылдың басында қаншалықты белсенді болғаныңызбен сабырлық сақтай алмай қалуыңыз мүмкін. Сіз неғұрлым көбірек әрекет етсеңіз, соғұрлым нәтижелі болмақ. Көктемде ағзаңызды шаршатып алмасаңыз, сіздің иммундық жүйеңізге аса қауіп төніп тұрған жоқ. Жұлдыздардың айтуынша, жаз айларының барлығы дерлік қуаныштарға толы болмақ. Сіздің ағзаңыз қандай ауру сырқауға болмасын төтеп бере алады. Сабыр сақтаңыз, болмашы нәрселерге күйгелектене берсеңіз, бәрі де керісінше болып шығуы мүмкін. Мұндай жағдайда өзіңізді соншалықты әлсіз сезінбесіңіз де дем алуға көбірек уақыт жұмсап отырғаныңыз абзал.



Тауешкі

2009 жылдың алғашқы күндері тауешкі белгісінде туылғандар үшін аса қолайлы болмақ. Танх Лонг жұлдызының орналасуы ағзаңызға күш-қуат береді. Рухани және физикалық жағынан ағзаңыз жақсара түспек. Кәсіби шеберлігіңіз артып, жеке өміріңізде де жақсы жағынан өзгерістер байқалатын болады. Алайда, Диенг Донг жұлдызының орналасуы бойынша абайсызда сіңіріңізді созып алуыңыз мүмкін. Көктем мезгіліне қарай Дэт Сэт жұлдыздарынан тек жақсы хабарлар болмақ. Жұмысыңызда арнайы күн тәртібін орнатып, тамақтануыңызға кедергі келтіретін жайттарды жойғаныңыз абзал. Денсаулығыңызға әзірге еш қауіп жоқ. Жаз көктем айларында шамадан тыс ашуға бой берудің қажеті шамалы. Әсіресе көлік жүргізген кезде абай болыңыз. Өз қалпыңызды сақтап қалу жолында сақтанған жөн, тәбетіңіз артып, мол тамақтанудың кесірінен майлардың көптеп пайда болуы ағзаңызға зиян келтірмек.



Сукұйғыш

Биылғы жылғы жұлдыздардың орналасуы бойынша күйгелектік күйге көп түсесіз. Өзіңізді жақсы сезіну үшін ыстық шай, кофе, ішімдіктерден, ащы тағамдардан өзіңізді тыйғаныңыз жөн. Өмірде өзге де қызығушылықтарға көңіл бөліңіз. Ағзаңызда су мөлшерін көбейткен абзал. Көктем мезгіліне қарай денсаулығыңыз жақсара түспек. Хоа Кай жұлдызының орналасуы бойынша ағзаңыздан әлсіздік пайда болады. Алайда оның еш қаупі жоқ. Көбірек дем алып, азырақ жұмыс жасауға тырысыңыз. Қиындықтар болған жағдайда жүрегіңізге жақын қабылдайтын заттарға көңіл бөлмегеніңіз абзал. Сезімге емес, ақылға ерік бергеніңіз жөн.



Балықтар

Жылдың сізге әкелер еш қаупі жоқ. Егер созылмалы ауруға шалдыққандарда ғана аздаған қиыншылықтар болуы мүмкін. Ұйқыңыз келмеген жағдайда дәрі ішуден аулақ болыңыз, оның орнына кітап оқып, теледидар көріңіз. Йогамен айналысып, таза ауада жиі серуендегеніңіз денсаулығыңызды жақсартып түспек. Спортпен айналысудан бас тартып, ішімдікке салынуыңыз ағзаңыздың жұмысын нашарлата түседі. Сондықтан шешімді дұрыс қабылдап, болашағыңызды естен шығармағаныңыз абзал. Ашуланшақтыққа бой алдырмағаныңыз жөн.



БІЛГЕНГЕ МАРЖАН

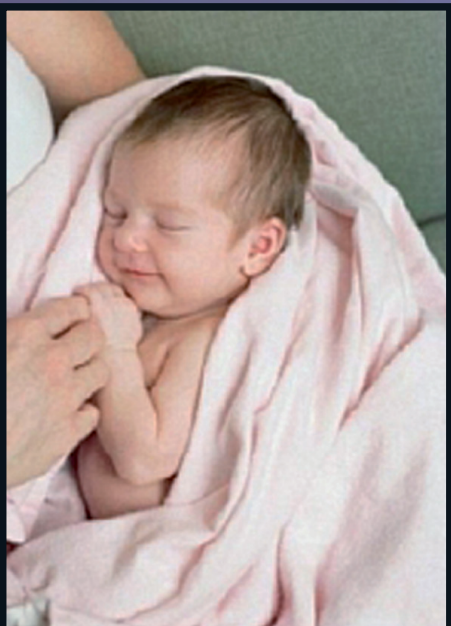
Сәбидің кіндігін кескенде...

Жаңа туған сәбидің кіндігін кескенде қан ұйып қалатын кездер жиі болады. Қанның ұйығанын тоқтату үшін көк түсті шыт матаны жетіге немесе үшке бөліп өртейміз. Оның майда күлін сәбидің кіндігінің айналасына жағамыз.



Ұсақ малдың қиымен бала емдейміз...

Кейде жасқа толмаған балалардың іші жиі ауырады. Мұның да өзіндік ем-домдарын жасап, шамалы уақыт аралығында айықтырып алуға болады. Ағаш пен ұсақ малдың қиын отқа жағып, одан шыққан ыстық күлді кесеге салып, оның үстіне қойдың құйрық майын ерітіп құямыз. Араластырып, кеседегі дайын болған қоймалжыңның бетін ыдыспен жауып, сыртынан матамен орап, Аллаға сиына отырып, жас баланың ішіне басу керек. Күл қатты ыстық болмауы тиіс.



Шақпақ

Қазіргі уақытта медицинада емі табылмаған аурулар жетерлік. Солардың бірі – шақпақ (диатез). Оны емдеу үшін сіріңке шиін алып, қасиетті сандардың біріне (3,7,21) топтастыра бөлу керек. Содан кейін толығымен жандырып, одан шыққан күлдің үстіне салқын су құйып, қоюландыра араластырамыз. Дайын болған қоймалжыңды

шақпақ шыққан жерге тегістей жұқалап жағамыз. Ем бір апта уақыт ішінде өз нәтижесін береді.



«ЖАС-АЙДАҒЫ» ЗАМАНАУИ АППАРАТТАР

«Жас-Ай» Шығыс-Тибет медициналық орталығы ине еміне қосымша заманауи медициналық құрылғылардың қызметін ұсынады.

ТМ 400 АППАРАТЫ

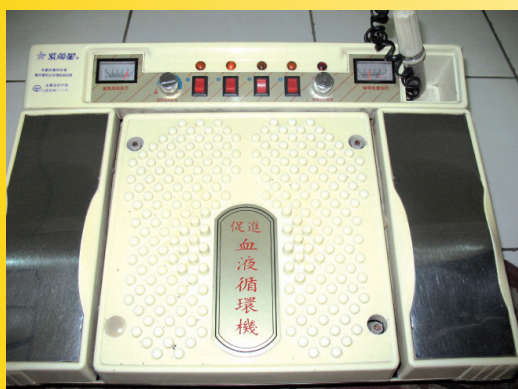


Жедел іске қосылатын ТМ 400 құрылғысы мойын, құйымшақ, бел омыртқалары ауруларын емдеуге арналған. Мәселен, мойын омыртқаларының таюы, мойын сіңірлерінің жұлынды басып қалуы, омыртқаның, белдің қисайып өсуі, қысылып қалған жүйке талшықтары, белдегі түрлі формадағы беломыртқа жарығымен ауыратын науқастарды осы кереуетке жатқызу арқылы емдеуге болады. Заманауи аппарат сонымен қатар аяқтың құймышақпен жалғасқан жеріндегі сегізкөз, құймышақ көзі омыртқаларындағы қалыпсыздықтарды орнына келтіреді. Бұл – «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медициналық орталығындағы негізгі ем-аппараттардың бірі. Жапонияда

жасалған құрылғы төсек, бел тартуға арналған бөлік және компьютерлік есептеу машинасы секілді үш құрамнан тұрады. Мұндағы негізгі бөлік – кереуетке науқас жатқызылып, емдеу құрылғысы іске қосылады. Содан кейін аппарат жедел түрде адамның дене салмағын есептейді. Соған байланысты, қысылуға ұшыраған омыртқаларды белгілі бір градустан арнайы белдемшелермен тартады. Одан әрі аппарат аурудың деңгейіне қарай салмақты теңдей етіп өлшеп тарту арқылы емдей береді. Құрылғының негізгі ерекшелігі - ота (операция) жасау арқылы емделетін бел омыртқа жарықтарын, арнаулы автоматтық теңшеу арқылы емдейді. Ем ғылыми түрде жасалады. Адам ағзасына кері әсері жоқ. Құрылғының емдеу өнімділігі - 95 пайыз. Емдеу мерзімі – 15 күн.



АЯҚ УҚАЛАУҒА АРНАЛҒАН «ЗЫВИШИН» АППАРАТЫ



«Ағаштың қурауы тамырымен, адамның қартаюы табанымен» деген ғылыми тұжырымға негізделіп, Тайвань өлкесінде жасалған уқалау аппараты табандағы адамның қуат көздеріне әсер ету арқылы емдейді. Ғылыми атауы - «Зывишин». Құрылғының ерекшелігі сол – ауруды дәрі-дәрмектің көмегінсіз, табандағы адамның ішкі ағзасына қатысты нүктелерін уқалау арқылы емдейді. Оның адам ағзасындағы барлық ауруларды жеңудегі мүмкіндігі жоғары. Негізінен жүйкені тынықтырады, қан қысымының қалыпсыздығы, ұйқысыздық, аяқта қан жүрмей қалуы және дене буындарындағы артрит ауруларына пайдалы. Ем тәсілі - күніне 20 минуттан табанды қойып отыру қажет. Сол кезде аппарат табандағы сезімтал нүктелерді автоматты түрде тауып, денеге тегіс әсер етеді. Аппараттың адам ағзасына кері әсері жоқ.

