

ТАМАРА ХЕСТАНОВА:

«МЫ ЗНАЕМ, КАК ВОССТАНОВИТЬ ЭНЕРГИЮ»

СЕГОДНЯ, НЕСМОТря НА РАЗВИТИЕ ТЕХНОЛОГИЙ И КЛАССИЧЕСКОЙ ЗАПАДНОЙ МЕДИЦИНЫ, МНОГИЕ БОЛЕЗНИ ВСЕ ЕЩЕ НЕ ПОДДАЮТСЯ ЛЕЧЕНИЮ, БОЛЕЕ ТОГО — ПОЯВЛЯЮТСЯ НОВЫЕ И МОЛОДЕЮТ, КАЗАЛОСЬ БЫ, ХОРОШО ИЗУЧЕННЫЕ. В ПРОФИЛАКТИКЕ И ЛЕЧЕНИИ ПОДОБНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ НА ПОМОЩЬ ПРИХОДИТ КИТАЙСКАЯ МЕДИЦИНА — НЕ ПРИЗНАННАЯ В ЕВРОПЕ И США, НО ТРАДИЦИОННАЯ ДЛя АЗИАТСКИХ СТРАН. В РОССИИ КИТАЙСКАЯ МЕДИЦИНА РАЗВИТА И РАБОТАЕТ НАРАВНЕ С КЛАССИЧЕСКОЙ. О ЕЕ ВОЗМОЖНОСТЯХ МЫ ПОГОВОРИЛИ С ВРАЧОМ, БОЛЕЕ 30 ЛЕТ ПРАКТИКУЮЩИМ ИГЛООКАЛЫВАНИЕ, ТАМАРОЙ ЗАУРОВНОЙ ХЕСТАНОВОЙ, ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ АКУПУНКТУРЫ В ШКОЛЕ «ПРАКТИЧЕСКАЯ АКУПУНКТУРА» И ВЛАДЕЛЬЦЕМ КЛИНИКИ «АКУПУНКТУРА.РФ».

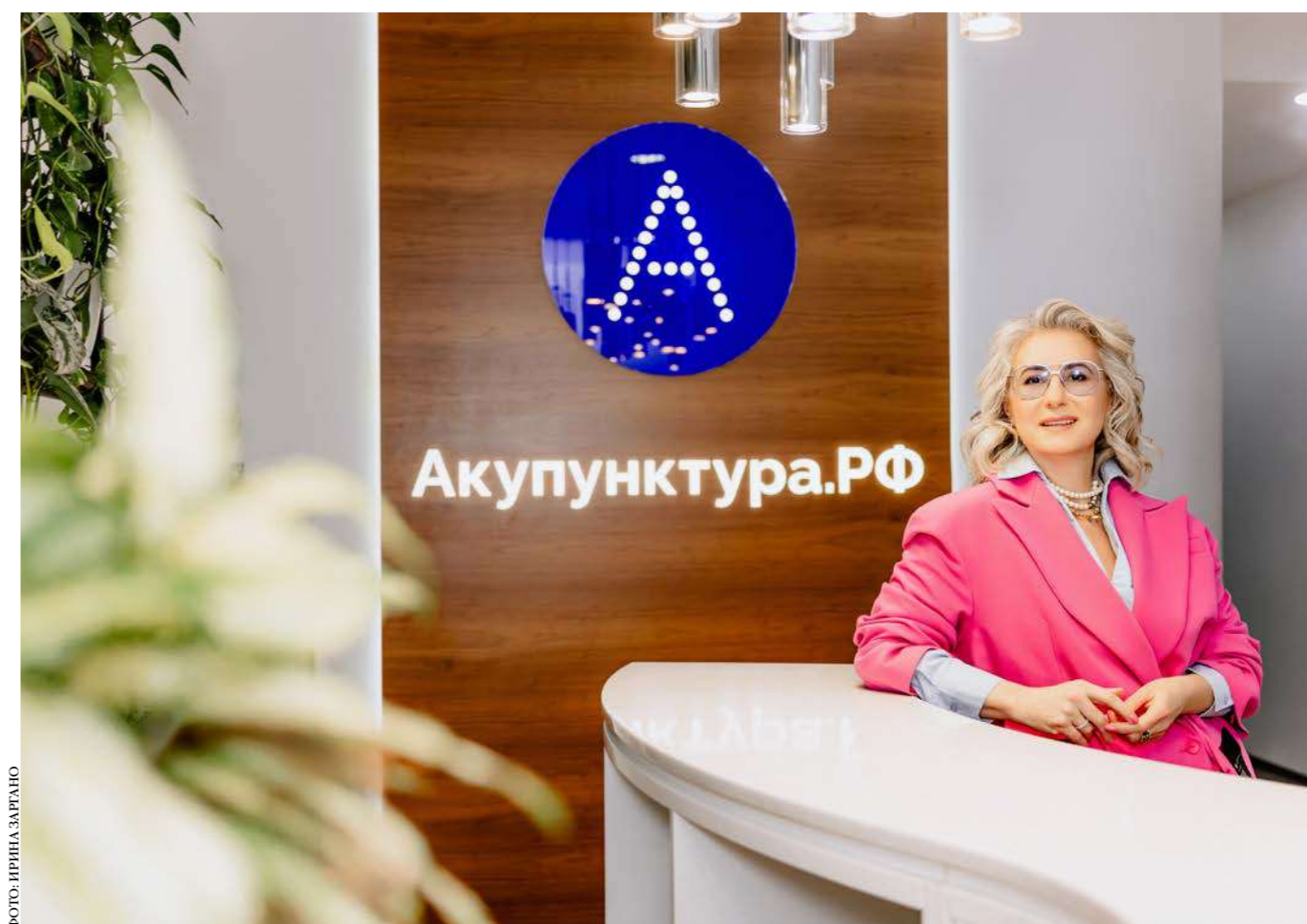


ФОТО: ИРИНА ЗАРГАНО

Тамара, по образованию вы врач. Почему вы пришли к иглоукалыванию (акупунктуре)?

— Да, у меня высшее медицинское образование. С детства хотела быть врачом. Я родом из Северной Осетии. Училась во Владикавказе на педиатрическом факультете. Без ложной скромности могу сказать, что была одной из лучших студенток, окончила вуз с красным дипломом. Все шесть лет, пока училась, работала — сначала санитаркой в травматологической операционной, потом медсестрой. На 5-м курсе я вышла замуж за одногруппника, на 6-м у нас родился первый ребенок. И вот наконец мы оба выпустились, а работы нет. В Осетии, во Владикавказе, всего одна детская больница. Мест нет. А в средней полосе России врачей, наоборот, не хватало, но в то время, в середине де-

вяностых, специалистов с Северного Кавказа на работу не брали. И это стало моей личной трагедией. Я столько лет шла к осуществлению своей детской мечты, наконец получила диплом — и осталась не у дел. Пришлось устроиться на работу в другой населенный пункт.

— Прямо как у Хазанова: «А соседняя поликлиника — в соседнем городе...»

— Мы жили во Владикавказе, а я ездила в Алагир на работу — в больницу, меня взяли дежурным педиатром. Ужасное время было: ни лекарств, ничего. Я с собой возила одноразовые шприцы, лекарства, которые покупала на свои деньги. Не могла иначе. Представляете, привозят к тебе больного ребенка, а ты помочь ничем не можешь... Оставшиеся от зарплаты деньги тратила на дорогу. Потом была вторая беременность, я ушла в декрет. А у меня мама с папой на тот момент жили в Монголии. Когда они при-

ехали, мама рассказывала мне что-то про пиявок, дала денег и практически силой отправила в Москву учиться гирудотерапии. Отучилась, вернулась во Владикавказ, сняла кабинет, стала ставить пиявок. Но меня это не грело. Думала: зачем же я оканчивала мединститут, когда все свелось к пиявкам? Для этого интеллекта не надо — примитивная техническая работа. Решила как-то расширить профиль. Пришла во Владикавказе к специалисту — это была главный внештатный рефлексотерапевт города, и она меня взяла на обучение. И я ей так понравилась своим рвением, что она устроила меня на работу в поликлинику на полставки.

— Поясним для читателей: рефлексотерапевт — это врач, который лечит различные заболевания и состояния с помощью воздействия на биологически активные точки и зоны тела. Рефлексотерапия — официальная медицинская дисциплина, при-



ФОТО: ИРИНА ЗАРГАНО

дес, связанных с акупунктурой, я бы в этом деле не осталась. Цель любого врача — счастливые, довольные пациенты. Как измеряется качество медработника? Очередью в записи к нему на прием. А у нас в клинике люди готовы сидеть в коридоре, лишь бы я их приняла, потому что в записи окон нет. Сегодня попасть ко мне на прием сложно, так как основное время я трачу на преподавание — на подготовку новых специалистов.

— **Давайте определимся с терминами. Когда говорим «Китайская медицина», что мы вообще подразумеваем?**

— В Китайской медицине все свое. Своя диагностика, свои понятия об анатомии, о физиологии. Когда ко мне приходит пациент, я смотрю на его набор каналов, точек — использую неклассические виды диагностики. Их четыре в Китайской медицине. Первая — это осмотр. Как только человек записался, у меня уже есть первое впечатление о его проблемах. Вторая — опрос. В Китайской медицине очень важная составляющая — навык задавать вопросы. Третий этап — диагностика по языку и четвертый — по пульсу. Если в западной медицине врачу нужно заглянуть внутрь, поглубже, разложить все на молекулы, на составляющие, то у Китайской медицины другая задача. Она правильно считает, что организм, когда в нем что-то идет не так, все выносит на поверхность. Мы же знаем прекрасно, что при болезни цвет кожи меняется, цвет слизистых меняется, у кого-то волосы выпадают, седеют, ногти деформируются, появляется запах от тела, какие-то выделения, меняется осанка, наблюдаются изменения стула, мочи. И задача Китайской медицины — все эти составляющие привести к одному знаменателю: поставить диагноз.

раз то, чем сегодня я занимаюсь в акупунктуре. Каждый случай — решение задачи со множеством вводных. У тебя всегда есть большое количество «подозреваемых» (нездоровых органов), «улик» (симптомов), и тебе нужно найти то единственное, что ответственно за поломки в организме, и в итоге точным ударом, поставив иголку в правильное место, запустить процесс выздоровления.

— **Мне кажется, что вы, как врач, должны были изначально отнестись к иглоукалыванию скептически. Или сразу заметили положительный эффект акупунктуры?**

— Что важно для любого специалиста? Результаты! И конечно, если бы я не видела постоянных не только положительных результатов, но и чу-

диагноза. Первый — недостаток энергии. Это может быть недостаток энергии крови, недостаток энергии почек, селезенки, печени. Второй диагноз — застой. Застой энергии также может быть в разных органах. Он очень часто проявляется болью или напряжением. И третий диагноз — это нали-

чие патогенных ци, например холода, жара, ветра, сырости, сухости. Жар тождественен воспалению. А 90 процентов заболеваний — это воспаление. Задача Китайской медицины — убрать эти дисбалансы, привести человека в гармонию. Болезнь — это нарушение баланса.

И еще очень важно понимать, выполняет орган свою функцию или нет. А функции всех знакомых нам органов в Китайской медицине гораздо шире. Например, мы рассматриваем почки. В представлении западной медицины они фильтруют кровь. А с позиции Китайской

ЕСЛИ БЫ Я НЕ СТАЛА ВРАЧОМ, СТАЛА БЫ
СЛЕДОВАТЕЛЕМ. ЕЩЕ В МЕДИНСТИТУТЕ ОДНИМ
ИЗ ЛЮБИМЫХ МОИХ ПРЕДМЕТОВ БЫЛА
СУДМЕДЭКСПЕРТИЗА



ФОТО: ИРИНА ЗАРГАНО

И диагнозы там свои. С позиции Китайской медицины считается, что человек состоит из энергии — так называемой ци. И эта ци может быть разных видов. Есть видимая ци, есть невидимая. Ткани — это тоже ци, просто разные ее концентрации. Глобально в Китайской медицине есть три

знания в системе отечественного здравоохранения.

— Да. И хотя мы с вами будем говорить про акупунктуру, про Китайскую медицину, формально эти практики входят в специализацию врача-рефлексотерапевта.

Итак, я стала официально вести прием в поликлинике во Владикавказе. Вскоре мой супруг поступил в аспирантуру в Москве, и я поехала за ним. Именно в столице началось мое знакомство с Китайской медициной.

— **И вас это сразу увлекло?**

— Знаете, если бы я не стала врачом, стала бы следователем. Еще в мединституте одним из любимых моих предметов была судмедэкспертиза — мне очень нравится искать и находить логические связи. Это как

медицины почки отвечают за нашу способность развиваться и размножаться. И еще влияют на скорость старения. Почки отвечают за крепость зубов, костей, имеют отношение к росту волос, к состоянию коленей и поясницы. Имеют отношение и к памяти. То есть функции их иные.

— Допустим. Это теоретически. А вы на практике в этом убедились? Все ли вы приняли в Китайской медицине?

— Я все принимаю в Китайской медицине. Она прекрасна и тем, что не перестает тебя удивлять. Резуль-

таты, к которым ты приходишь с пациентами, зачастую такие, что даже с моим опытом бывает сложно в это поверить. Иногда такие исцеления кажутся просто фантастикой. Но это не фантастика, а положительная статистика! Бывает, что даже мои коллеги, врачи-рефлексотерапевты, считают наши результаты случайностью, настолько они не монтируются с западной теорией. Но когда такого эффекта достигаешь ты сам, такой же результат у других докторов в клинике, то же и у твоих учеников в других местах — это уже совсем не случайность!

— Методы лечения Китайской медицины разнообразные? Или все сводится к иголкам?

— Глобально их пять: акупунктура — иглоукалывание, второй — фитотерапия, третий — китайская диетология, четвертый метод — всевозможные массажи, а к пятому я бы отнесла цигун и тай-чи. Это тоже практики работы с энергией, работы с каналами.

— Все эти пять методов должны работать в совокупности? Или можно лечить людей каждым из этих способов?

— Все зависит от того, с чем пришел человек. Бывает, что достаточно

поменять, например, питание, и это будет самым эффективным. И уже иголки будут не нужны. Но все же, с моей точки зрения, самый эффективный метод — это акупунктура.

— Вы с мужем Станиславом Сидоровым создали свою школу акупунктуры.

— Да, мы проанализировали и опытным путем проверили все методики и практики, которым некогда обучались. И сейчас у нас такое обучение, о котором я сама могла только мечтать в начале своего пути. Мы готовим профессиональных акупунктуристов за три с половиной года. У нас гибридный заочно-очный обучения. Все, что мы можем дать онлайн, даем в виде лекций, а на практические занятия студенты приезжают в Москву. Горжусь, что учиться к нам едут даже из Китая и Кореи, в том числе и специалисты Китайской медицины.

— А сколько уже существует ваша клиника?

— В этом году будет 16 лет.

— Сколько докторов у вас ведут прием?

— Восемь специалистов.

— Это все ваши ученики?

— Да.

— Предусмотрено ли в Китайской медицине какое-то хирургическое вмешательство?

— В Китайской медицине хирургии не было.

— А если вы понимаете, что не можете справиться с проблемой пациента своими методами?

— Я не отрицаю современную медицину. Напротив, эффективно интегрирую две мировые системы. Одна из моих задач — перевести все западные диагнозы на язык Китайской медицины. Поэтому чем лучше обследован пациент, тем проще мне будет провести собственную диагностику. И что еще важно: если человек приходит с подтвержденным диагнозом, с анализами, я могу контролировать процесс лечения и эффективнее оценивать результат. Складывается четкая картина «до и после».

Расскажу историю. Ко мне по рекомендации приехал мой коллега —



ФОТО: ИРИНА ЗАРГАНО

КОГДА КО МНЕ ПРИХОДИТ ПАЦИЕНТ, Я СМОТРУ НА ЕГО НАБОР КАНАЛОВ, ТОЧЕК — ИСПОЛЬЗУЮ НЕКЛАССИЧЕСКИЕ ВИДЫ ДИАГНОСТИКИ

оперирующий хирург из Владикавказ. Пришел на прием со словами: «Доктор, я не верю в то, что вы делаете, но я приехал попробовать. Потому что уже не знаю, как мне быть». У него после ковида голова кружилась так, что он по коридору не мог нормально пройти — за стену держался. Конечно, перестал оперировать. А человеку и пятидесяти нет. Я продиагностировала его и обнаружила постковид. И вывела его. Сегодня мужчина снова оперирует, все хорошо.

— С какими диагнозами эффективно работает Китайская медицина?

— С любыми. Попытка ограничить в теории возможности Китайской медицины — это ошибка. Мы лечим человека и помочь можем при любом диагнозе. Аритмия, гастриты, язвы, колиты, ревматоидный артрит, бессонница, никотиновая зависимость...

— Сегодня многие заболевания стали стремительно молодеть, например рассеянный склероз. Говорят, что иглоукалывание имеет позитивные результаты в лечении этого заболевания.

— Да, у меня много пациентов с рассеянным склерозом. И результаты, могу сказать, прекрасные! И подтвержденные современной диагностикой. У нас на сайте, кстати, есть истории пациентов. Одна девушка, у которой диагностирован рассеянный склероз, приезжает ко мне аж из Воронежа. И она марафоны теперь бегает! А до того ей на протяжении нескольких лет после КТ и МРТ подтверждали диагноз «рассеянный склероз». Но когда мы стали заниматься, постепенно очаги начали уходить, перестали случаться обострения. И последние годы неврологи моей пациентке говорят: «Наверное, мы ошиблись с диагностикой и рассеян-



ФОТО: ИРИНА ЗАРГАНО



ФОТО: ИРИНА ЗАРГАНО

ВСЕ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ
ГОНЯЮТСЯ ЗА ЭНЕРГИЕЙ.
А АКУПUNKТУРА КАК РАЗ ТО,
ЧТО ЭФФЕКТИВНЕЕ ВСЕГО
С ЭНЕРГИЯМИ РАБОТАЕТ

ного склероза у вас не было». Сложно признать то, что есть положительная динамика и неизлечимый диагноз исчез. Проще сказать, что его вовсе не было.

Похожая история и с другим моим пациентом, молодым мужчиной. После наших занятий у него тоже нет на МРТ очагов сейчас. И неврологи в унисон говорят о том, что ошиблись с диагнозом.

— Сколько вы с ними работали и с какой периодичностью?

— Я все процедуры провожу с периодичностью раз в месяц, за исключением каких-то острых состояний. У организма должна быть возможность отработать, выполнить задачу, которая поставлена иглой. На это нужно время. С тяжелыми диагнозами пациенты ходят ко мне и по 5, и по 10 лет.

— Вы упоминали, что иглками можно вылечить даже бесплодие.

— Да, огромное количество деток родилось благодаря иглокальванию. Ко мне женщины целенаправленно за этим приходят. Помню, была пациентка, которая пришла с диагнозом «бесплодие». Сейчас у нее уже двое детей. И представляете, врач-гинеколог, которая ее вела, так вдохновилась нашими результатами, что сначала привела ко мне на прием свою собственную дочь, а потом пришла учиться и стала работать у меня в клинике. Работала бы и по сегодняшний день, но ее мужа перевели в другой город, и теперь она там помогает людям с помощью акупунктуры.

— Какие-то детские проблемы на ранних этапах можно решить? Аутизм, ДЦП?

— Да, мы берем таких деток. И очень хороший результат.

— Сейчас через одного у людей наблюдаются стрессы, депрессии, тревоги, панические атаки...

— Все это хорошо поддерживается акупунктурой. Панические атаки исчезают, тревожность становится меньше. Так что акупунктура лечит и психику. Например, случилось какое-то горе, а мы через точки выводим саму дату этого события из ауры человека. Означает ли это, что он забыл про трагедию? Нет. Но воспоминания перестают его травмировать.

— Тамара, что бы вы посоветовали читателям?

— Главное, что мне хотелось бы донести до людей: необходимо задумываться о своей энергии — точнее, о ее количестве. Отсутствие энергии — первый признак того, что с вами что-то не так. Энергия — самая важная составляющая жизни. Зачастую мы не обращаем внимания на хроническую усталость. Но при таком состоянии любое потрясение, стресс, вирус, болезнь могут привести к плачевным последствиям. Человек в большом городе обычно очень сильно устает, и мы ошибочно принимаем это за норму. Нет энергии? Так ее у всех нет, думаем мы, сам город ее забирает. И мы не заморачиваемся. А энергию нужно обязательно восстанавливать!

Единственный источник энергии у взрослого человека — это еда. В Китае крупа — это основа рациона. Еще до распространения риса там ели просо. Именно оно считалось главным продуктом. Человечество выживает за счет зерновых. Крупы дают энергию! Так что от еды очень многое зависит. И от восстановления энергетического баланса. Каждому человеку нужно проанализировать себя и найти свои способы пополнения энергии. Все в современном мире гоняются за энергией. А акупунктура как раз то, что эффективнее всего с энергиями работает. Применение акупунктуры в профилактических целях дает ресурсы абсолютно на все.

Беседовал Павел Соседов

Тамара Хестанова,
врач-рефлексотерапевт
с 30-летним стажем,
и Станислав Сидоров,
мастер и преподаватель
Китайской медицины

ФОТО: ИРИНА ЗАРГАНО

