

BOLETÍN DE Vibriónica SAI

www.vibrionics.org

“Cuando quiera que vean una persona enferma, abatida o desconsolada,
ahí está su campo de seva (servicio).”...Sri Sathya Sai Baba

Vol 4 Número 5

Sep/Oct 2013

☞ DESDE EL ESCRITORIO DEL Dr Jit K Aggarwal ☞

Queridos Practicantes:

Han pasado dos meses muy rápidamente desde nuestro último boletín. Muchos practicantes vibriónicos continúan difundiendo el mensaje de amor a través de esta oportunidad de servicio de este seva muy especial ofrecida a nosotros por Swami. Nuestra participación en los recientes talleres en entrenamiento y repaso en el Reino Unido, Italia, Polonia y Grecia nos hizo apreciar que tanto bien se estaba haciendo sin que nos diéramos cuenta de ello. Un pequeño ejemplo de esto es el Festival de la Unidad de Todas las Fés en el Southall Park de Londres, cuyos organizadores nos invitaron por segunda vez para conducir un campamento para el conocimiento de Vibriónica y aplicar la sanación. Nueve practicantes participaron y trataron un total de 123 pacientes en ese día. Charlas cortas y presentaciones en video sobre Vibriónica hechas por nuestros practicantes generaron mucho interés entre la audiencia, que fue, sin ninguna sorpresa, completamente cautivada por el sistema de sanación.

Como todos ustedes ya saben, la Primera Conferencia de Vibriónica Sai está programada para el domingo 26 de enero del 2014. Parece que estuviéramos en una competencia de carreras contra el tiempo...es en menos de cuatro meses a partir de ahora y tenemos mucho que hacer. El propósito principal de la conferencia es que se convierta en una plataforma global para intercambiar experiencias, información y conocimiento relacionados a Vibriónica. Me complace compartir con ustedes que hemos tenido muchas ofertas de ayuda de los practicantes alrededor del globo. Cada practicante de quien he tenido noticia hasta ahora nos desea que este evento sea una experiencia memorable de aprendizaje para todos nosotros.

Ya hay planes en desarrollo para hacer del 26 de enero del 2014 un hecho memorable en la historia de Vibriónica. La Conferencia incluirá una exhibición visual llamada “Vibriónica en Acción,” basada en logros de campo a nivel de grupos de muchos países, lo mismo que de diferentes Estados de India. Habrá presentaciones y debates sobre varios tópicos de importancia, tales como la Historia y el Crecimiento de Vibriónica, Homeopatía y Vibriónica, el Rol de la Dieta en la Sanación, el Rol de la Mente para causar Enfermedad y Salud, el organizar y dirigir Campamentos de Salud en India y en otros países, éxitos con Plantas/Árboles y Animales, Casos Extraordinarios y mucho más. También tendremos un panel de debate interactivo con vistas a articular conjuntamente planes futuros, y también establecer la orientación futura de Vibriónica.

Me da inmenso placer compartir con ustedes que publicaremos un libro con las Actuaciones de la Conferencia. Este libro incluirá todas las presentaciones en la conferencia y las transcripciones de historias de casos extraordinarios. Si desean contribuir con el libro, por favor envíennos sus casos (con detalles completos como se solicita en nuestros boletines) junto con una fotografía del paciente y su testimonio. Podemos utilizarlos también para la exhibición. Además de esto, solicitamos a los practicantes unos pocos datos biográficos (nombre, edad, profesión, años de experiencia con Vibriónica y cualquier cosa adicional que deseen enviar sobre ustedes mismos), y una fotografía (en alta resolución). El último día para recibir casos es el 31 de octubre del 2013.

Si están interesados en escribir un artículo de 1 – 2 páginas sobre un tópico particular para que se presente en la conferencia, envíenme un email con detalles. Si ya nos han escrito comprometiéndose a escribir sobre un tópico específico, envíenme un email con referencia a nuestra discusión.

- Si están involucrados en organizar y/o participar en campamentos de sanación vibriónica, sinceramente les solicito que nos envíen un informe corto junto con fotografías ya que lo necesitamos para la exhibición.

Apreciamos enormemente todas las ofertas de ayuda y yo personalmente contactaré a los que se han ofrecido. Por el momento requerimos voluntarios que puedan cumplir con lo siguiente:

1. Aquellos con buen dominio del idioma ingles – para editar los artículos y casos presentados para publicarse.
2. Aquellos que son Buenos para preparar presentaciones en power point, para convertir material escrito suministrado (obtener imágenes pertinentes en la red) para incluir en las presentaciones.
3. Aquellos que puedan preparar carteles grandes para exhibición ordenando, armoniosamente, el texto y las fotografías suministradas.

También me place informarles que pronto iniciaremos un programa para registro en línea para los practicantes para la Conferencia en el sitio de la red de Vibrionica dentro del Portal de los Practicantes. Por favor revisen con regularidad el sitio ya que iremos actualizando el sitio con todo lo relacionado con la Conferencia.

En servicio amoroso a Sai
Jit Aggarwal

Practicantes: Si utilizan el péndulo y tienen plena confianza en sus resultados, por favor escríbannos con su nombre y número de Registro en forma urgente, para el desarrollo futuro del trabajo.

Practicantes: Una Invitación para Compartir Su Experiencia Personal de Transformación

¿Cómo ha cambiado USTED como resultado de ayudar a otros a través del servicio de sanación de Vibrionica?

Estamos pidiendo a los practicantes que compartan sus historias personales de su crecimiento interno, en un email para una posible publicación futura en la Conferencia de Vibrionica en Enero del 2014. Para más detalles o para enviar su ensayo escriban a: editor@vibrionics.org

☯ HISTORIAS DE CasOS USANDO Combos ☯

1. Tos Crónica ^{02870...EUA}

Durante los últimos 4-5 años una mujer de 74 años había estado sufriendo de una tos crónica y constante durante el día y la noche y le impedía conciliar el sueño. Ya que tenía alergias al polvo y al polen, su tos empeoraba durante la estación del polen y también era susceptible a infecciones frecuentes. En el pasado había sido hospitalizada por neumonía y con una historia familiar de asma, también había sido diagnosticada con ERGE enfermedad de reflujo gastroesofágico. Había tomado Singulair (Sodio Montelukast) y con inhaladores con broncodilatadores y corticoides pero éstos ayudaban por un tiempo corto. Notó que su tos había cesado mientras se recuperaba de una operación de transplante de rodilla en Julio del 2010, cuando se le había dado oxycodone para el dolor. Su médico también le dijo que actuaba como un sedante y como un supresor de la tos y como le ayudó con ella accedió a formularle la droga. Desde entonces ha estado tomando de un cuarto a media pastilla de oxycodone (5 mg) al irse a dormir. Pero los efectos colaterales de la droga la estaban poniendo muy aletargada durante el día. Constantemente sentía que se iba a desmayar y con frecuencia quedaba en blanco y estaba perdiendo la memoria. Cuando empezó el tratamiento con Vibrionica en Noviembre 26, 2012, se le dio lo siguiente para su tos de día:

#1. CC9.2 Infections acute + CC19.1 Chest tonic + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.4 Asthma attack + CC19.5 Sinusitis + CC19.6 Cough chronic + CC19.7 Throat chronic...6TD.

Para tratar su problema de sueño se le dio:

#2. CC15.6 Sleep disorders + #1...una dosis media hora antes de irse a dormir y repetir cada media hora si no conciliaba el sueño.

Dos semanas después informó que su tos estaba un 50% mejor y aunque se despertaba a veces por la noche debido a la tos la mayoría del tiempo podía dormir sin el oxycodone.

Cuatro meses después informó que generalmente su sueño estaba bien sin tomar el oxycodone. Pero ahora estaba eructando antes de irse a dormir y como su tos podía ser debida a ERGE, **CC4.10 Indigestion** se le adicionó a su **#2...**un glóbulo media hora antes de irse a dormir y repetir cada media hora si no podía dormirse.

Dos meses después en Junio 28, 2013 informó que el problema de su tos había mejorado en un 80%. Todavía tose un par de veces cuando se acuesta pero puede dormir toda la noche sin tomar otra cosa que los glóbulos.

Esta señora de edad debe haber sufrido del miasma Tuberculinum toda su vida pero ya por sus años no debe limpiarse este miasma ahora. Probablemente ella necesitará ayuda de su practicante con combinación apropiada pero en menor dosis.

+++++

2. Diabetes con Presión Arterial Alta y Colesterol Alto ^{2859...India}

Un señor de 49 años fue diagnosticado con diabetes hace un año. También tenía la presión arterial alta y el colesterol alto. Se le dió:

#1. CC6.3 Diabetes...BD

#2. CC3.3 High Blood Pressure + CC3.5 Arteriosclerosis...BD

En un automonitoreo regular se vio que no había mucha mejoría en el conteo del azúcar en la sangre. Nuevas investigaciones revelaron que el hígado del paciente tampoco estaba funcionando bien. Entonces se añadió al **#1 CC4.2 Liver and Gallbladder**. Fue como algo mágico. El automonitoreo reveló excelente control del azúcar en la sangre. Después de dos meses se hizo el examen de laboratorio que reveló HbA1c reducido y el colesterol también reducido. La presión arterial también estaba en 120/80. Viendo los informes el médico de la familia declaró: "Usted ya casi es un no diabético" y se sintió apremiado a preguntar si el paciente estaba haciendo algún tratamiento alternativo. Las medicinas alopáticas se redujeron. El tratamiento vibriónico continúa como antes.

+++++

3. Herpes en los Labios ^{02128 Argentina}

Un señor de 38 años había tenido un herpes en los labios recurrente por largo tiempo.

El practicante le dio un simple remedio: **SR293 Gunpowder...TDS**.

En dos días hubo un reducción masiva en el tamaño de la ulceración y en cinco días, todos los signos del herpes habían desaparecido completamente, de modo que el tratamiento se descontinuó.

+++++

4. Ictericia e Infección en una Bebé Prematura ^{0287turo ...EUA}

Un padre requirió ayuda para su bebé-niña prematura, todavía en la incubadora. Se había enfermado con ictericia, fiebre, tos y resfriado. Los médicos en el hospital le habían dado a la bebé una variedad de medicinas antibióticas y no había tenido mejoría, se le dijo que nada más podía hacerse. El practicante transmitió la siguiente combinación a través del Potenciador Vibracional de Sanación Sai Ram. :

#1. CC12.2 Child tonic + CC4.11 Jaundice + CC12.1 Immunity + CC9.2 Infections + CC19.6 Cough + CC15.1 Calming...transmitiendo continuamente.

En 24 horas había un 50% de mejoría y la temperatura de la bebé era normal. En los siguientes tres días la sacaron de la incubadora y finalmente sus padres la pudieran llevar a la casa. Se le continuó dando la combinación TDS y después de otros 15 días la bebé se había recuperado completamente.

+++++

5. Estreñimiento de Toda la Vida ^{02859...India}

Un señor de 80 años de edad acudió al practicante con algo de inquietud buscando una solución para su estreñimiento de toda la vida para el que había hecho todos los tratamientos posibles. Se le dió:

CC4.4 Constipation...TDS

Se alivió del estreñimiento inmediatamente. Le dijo al practicante que Vibriónica había cambiado su vida. Tiene más energía y está más contento de lo que pudo haber estado toda su vida.

Poco después empezó a tomar remedios para una diabetes incierta (**CC6.3 Diabetes...OD**) y para el insomnio (**CC15.6 Sleep disorders...OD**) y está aún más contento.

+++++

6. Cistercosis del Cerebro ^{01053...EUA}

En abril del 2011 una señora de 37 años llegó con el diagnóstico citado arriba. Esta es una contaminación parasitaria sistémica causada por ingerir los huevos de la tenia (lombriz solitaria) de la carne de cerdo no cocinada suficientemente. Estos perforan las paredes intestinales y son llevados a otros tejidos; en el cerebro pueden causar una variedad de síntomas neurológicos. El medico alópata que la trataba le dio un mal pronóstico para su recuperación después de que la droga que se le había estado dando no cambiaba su condición. La paciente se quejaba de vértigo, fatiga, depresión, dolor del cuerpo generalizado, digestión, problemas por aumento de peso, Dolores de cabeza crónicos y congestión de los senos nasales.

El practicante le dio **CC9.3 Tropical diseases...QDS**. Tres meses después de que empezara el tratamiento los quistes habían disminuido a la mitad. Luego el progreso fue más lento y en Marzo del 2013, cerca de dos años después, al revisar el reporte de la RMI, su médico alópata la declaró curada. El practicante dice que debe tenerse en cuenta que ella continuó tomando algunos antibióticos y prescripciones contra los hongos lo mismo que cortisona. Pero como estas drogas causaron efectos secundarios ella frecuentemente las suspendía y las comenzaba de nuevo. Durante todo el periodo, sin embargo, ella estuvo tomando consciente y regularmente la medicina vibro diariamente. De modo que el practicante siente que el remedio debe haber tenido la clave de su recuperación total.

Otros síntomas con los que quedó han mejorado. La depresión ha sido tratada con **CC15.1 Mental & Emotional tonic** y la paciente informa que se ha sentido un 50% mejor. Ha perdido peso pero ha hecho cambios positivos en la dieta.

Esta es una muy buena sanación porque sin una operación de mucho riesgo para remover los quistes generalmente hay poca posibilidad de recuperación. Sin embargo, hubiera sido de mucha ayuda haber incluido algunos remedios para el cerebro y que hubieran acelerado la sanación, de modo que es una lástima que el practicante no haya consultado a un practicante senior.

+++++

7. Experimento en un Jardín ^{02321...México}

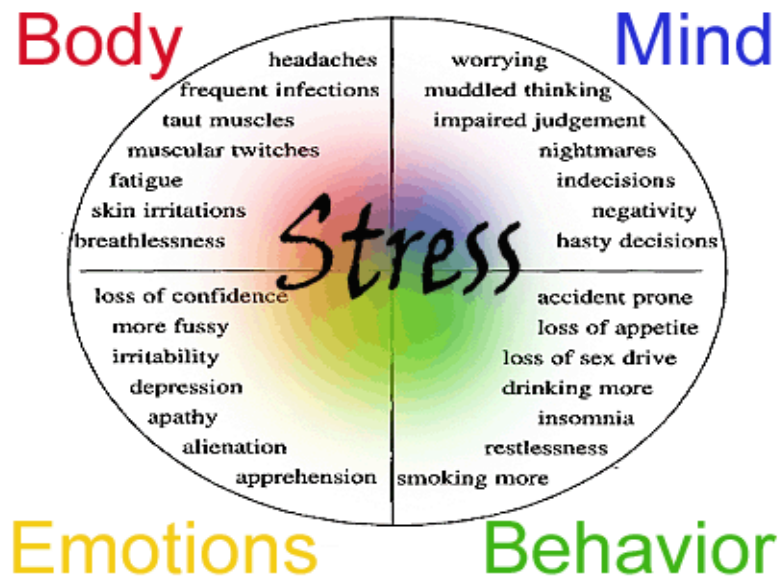
Esta sanadora tiene un jardín que mide 2.000 metros cuadrados. Primero hizo esta combinación:

CC1.2 Plant tonic + NM67 Calcium + SM1 Removal of Entities + SM5 Peace & Love Alignment en un litro de agua. Luego le añadió 200 litros de agua y los mezcló en un sistema de agua de riego para usarlo diariamente en todas las plantas. El resultado es un jardín más verde con más pájaros y un entorno lleno de paz. .

☯ CONSEJOS DE SALUD ☯

Vibronics Sai ofrece información y artículos de salud con propósitos educacionales solamente: esta información no se considera como consejo médico. Aconsejen a sus pacientes que vean a su médico para tratar condiciones médicas específicas.

Efectos del Estrés y Medidas Preventivas



Cuerpo: dolores de cabeza, infecciones frecuentes, músculos tensos, contracciones musculares, fatiga, irritaciones de la piel, incapacidad de respirar

Mente: preocupación, confusión en el pensamiento, juzgamientos desvirtuados, pesadillas, indecisiones, negatividad, decisiones apresuradas.

Emociones: pérdida de confianza, más exigente, irritabilidad, depresión, apatía, alienación, recelo.

Comportamiento: propensión a accidentarse, pérdida de apetito, pérdida del impulso sexual, beber más, insomnio, intranquilidad, fumar más.

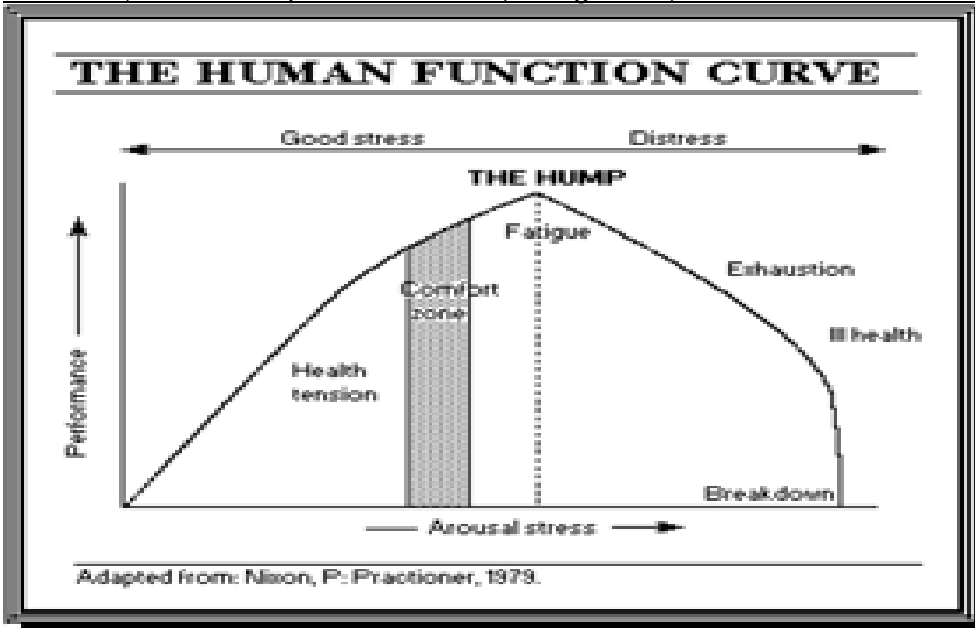
Generalidades

- Generalmente usamos la palabra “estrés” cuando sentimos que todo parece demasiado, estamos sobrecargados y nos preguntamos si realmente podremos hacer frente a las presiones que nos llegan.
- Cualquier cosa que parezca un reto o una amenaza a nuestro bienestar es un estrés. Algunas presiones son buenas – sin ningún estrés podríamos decir que nuestras vidas serían aburridas y sin sentido. Sin embargo, cuando el estrés mina nuestra salud mental y física es nocivo.

Estudios Científicos

- Hans Selye, un endocrinólogo austríaco-canadiense de origen húngaro, notó en numerosos experimentos que los animales de laboratorio sometidos a estímulos físicos y emocionales agudos diferentes (luz intensa, ruidos ensordecedores, calor y frío extremos, frustración perpetua) todos mostraron los mismos cambios patológicos de ulceraciones de estómago, encogimientos del tejido linfoide y alargamiento de las adrenales. Posteriormente demostró que el estrés persistente podía hacer que los animaels desarrollaran varias enfermedades similares a aquellas vistas en los seres

humanos, como ataques al corazón, congestión, enfermedades del riñón y artritis reumatoide.



Como se ilustra en el gráfico superior, el aumento del estrés produce aumento en la productividad – hasta un punto en que todo empieza a descender rápidamente. Sin embargo, ese punto o pico difiere en cada uno de nosotros, de manera que debe estar atento a los primeros síntomas y signos de alarma que indican que el estrés recargado está comenzando a doblar la espalda. Tales señales también difieren en cada uno de nosotros y pueden ser tan sutiles que por lo general se ignoran hasta que es muy tarde.

Las respuestas humanas al estrés involucran tres componentes:

- El cerebro maneja la respuesta inmediata. Esta respuesta indica a la médula adrenal liberar epinefrina y norepinefrina.
- El hipotálamo (un área central en el cerebro) y la glándula pituitaria disparan la respuesta más lenta de mantenimiento indicando a la corteza de las adrenales liberar cortisol y otras hormonas.
- Muchos circuitos nerviosos están involucrados en la respuesta conductual. Esta respuesta acelera el despertar (estado de alerta, conciencia aumentada) focaliza la atención, inhiben el funcionamiento reproductivo, reduce la percepción del dolor y redirige la conducta.

Causas del Estrés

El grado de estrés en nuestras vidas depende grandemente de factores individuales tales como nuestra salud física, la calidad de nuestras relaciones interpersonales, el número de compromisos y responsabilidades que tengamos, el grado de dependencia de otros sobre nosotros, nuestras expectativas, la cantidad de ayuda que recibimos de otros y el número de cambios o eventos traumáticos que han ocurrido recientemente en nuestras vidas. Muchas cosas diferentes pueden causar estrés – de lo físico (como el miedo a algo peligroso) a lo emocional (como la preocupación por la familia o el trabajo.) Identificar lo que pueda estar causando estrés es siempre el primer paso para aprender a manejarlo. Algunas de las causas más comunes de estrés son:

Estrés por sobrevivir – Puede haber oído antes la frase “luche o huya”. Esta es una respuesta común al peligro en la gente y en los animales. Cuando está temeroso de que alguien o algo pueda lastimarlo, su cuerpo responde naturalmente con una explosión de energía de modo que pueda ser capaz de sobrevivir a la situación de peligro (luche) o escapar (huya).

Estrés Interno - ¿Se ha encontrado a sí mismo preocupándose por cosas con las que no puede hacer nada o preocupándose sin ninguna razón? Este es el estrés interno y es una de las más importantes clases de estrés para entender y manejar. El estrés interno es cuando la gente se hace a sí misma estresada. Esto ocurre a menudo cuando nos preocupamos por cosas que no podemos controlar o nos ponemos en situaciones que sabemos nos pueden estresar. Algunas personas se vuelven adictas a estilos de vida apurándose, tensionándose, que se producen por estar bajo estrés. Inclusive buscan situaciones estresantes y sienten estrés por cosas que no causan estrés.

Estrés ambiental - Esta es una respuesta a cosas alrededor de uno que causan estrés, tales como el ruido, muchedumbres y presión por el trabajo o la familia. Identificar estos estrés ambientales y aprender a evitarlos o manejarlos ayudará a bajar los niveles de estrés.

Fatiga y Trabajo excesivo – Esta clase de estrés se va alimentando en un tiempo largo y puede cobrar costos altos en el cuerpo. Puede ser causado por trabajar demasiado o muy fuerte en el trabajo, la escuela o la casa. También puede ser causado por no saber cómo manejar el tiempo bien o como tomar tiempo para el descanso y la relajación. Esta puede ser una de las clases más duras del estrés que debe evitarse porque mucha gente siente que está fuera de su control.

Efectos del Estrés

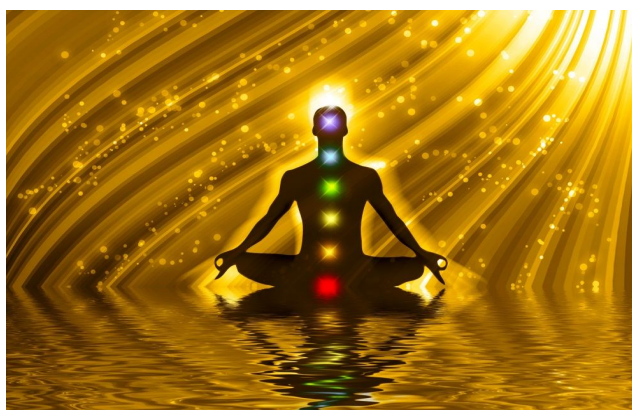
- El exceso de estrés puede manifestarse en una variedad de conductas emocionales, e inclusive síntomas físicos y los síntomas de estrés varían enormemente entre los individuos.
- Síntomas somáticos (físicos) comunes:
 - disturbios del sueño
 - tensión muscular
 - dolores musculares
 - dolores de cabeza
 - malestares intestinales
 - fatiga
- Síntomas emocionales y de conducta:
 - nerviosismo
 - ansiedad
 - cambios en los hábitos alimenticios incluyendo el exceso de comida
 - pérdida de entusiasmo o energía
 - cambios de humor como la irritabilidad y la depresión

También se sabe que las personas bajo estrés tienen mayor tendencia a involucrarse en conductas malsanas, tales como el uso y abuso del alcohol y las drogas, fumar, y hacer más elecciones pobres en cuanto al ejercicio y la alimentación que sus contrapartes menos estresadas. Estas conductas malsanas pueden aumentar más adelante la severidad de los síntomas relacionados con el estrés, a menudo conduciendo a un “círculo vicioso” de síntomas de conductas malsanas.

Efectos Adicionales del Estrés:

- Se eleva la presión arterial
- La respiración se vuelve más rápida
- El sistema digestivo se empereza
- El pulso cardíaco se eleva
- El sistema inmunológico se debilita
- Los músculos se ponen tensos
- No se puede dormir (se eleva el estado de alerta)
- Las funciones no esenciales del cuerpo se debilitan, tales como los sistemas digestivo e inmunológico se debilitan cuando estamos en el modo de respuesta de “lucha o huye.” Todos los recursos pueden entonces concentrarse en respiración rápida, flujo de la sangre, estado de alerta y uso de los músculos.

Medidas Preventivas



Sentirse emocional o nervioso o teniendo problemas con el sueño y la comida pueden ser reacciones naturales al estrés. Involucrarse en actividades saludables y tomando el cuidado y apoyo correctos pueden poner los problemas en perspectiva y ayudar a que los sentimientos estresantes disminuyan en unos pocos días o semanas. Algunos consejos para empezar a sentirse bien son los siguientes:

Volviéndose activo

- Virtualmente cualquier forma de actividad física puede actuar como un calmante del estrés. Inclusive, si es un atleta o está fuera de forma, el ejercicio es un buen calmante del estrés.
- La actividad física energiza las endorfinas del bienestar y los otros químicos neurales que acentúan la sensación de bienestar. El ejercicio también reenfoca la mente en los movimientos del cuerpo, mejorando el estado de ánimo y ayudando a que las irritaciones del día desaparezcan.

Reir más

- Un buen sentido del humor puede que no cure todas las enfermedades pero puede ayudar a sentirse mejor, incluso si tiene que hacer una risa forzada a través de su malhumor. Cuando se rie no solo aligera su carga mental sino que también produce cambios físicos positivos en el cuerpo. La risa vigoriza y luego enfría la respuesta del estrés.

Conectándose con otros

- Cuando está estresado e irritable su instinto puede hacer que tienda a encerrarse. Por el contrario únase a su familia y amigos y haga contactos sociales.
- El contacto social es un buen calmante del estrés porque ofrece distracción, provee ayuda, y permite tolerar los vaivenes de la vida.

Probando con el yoga

- Con una serie de posiciones y ejercicios de control de la respiración el yoga es un calmante popular del estrés. El yoga trae juntas disciplinas mentales y físicas para lograr la paz del cuerpo y la mente ayudando a relajarse y manejar el estrés y la ansiedad.

Durmiendo lo suficiente

- Cuando tiene mucho que hacer y mucho en que pensar su sueño se afecta. Pero el sueño es el tiempo cuando su cerebro y cuerpo se recargan.
- La calidad y cantidad de sueño que tiene afecta su estado de ánimo, el nivel de energía, la concentración y todas las demás funciones.

Utilizando música y siendo creativo

- Escuchar o tocar música es un buen calmante del estrés porque provee una distracción mental, reduce la tensión muscular y disminuye las hormonas del estrés. Suba el volumen y deje que su mente quede absorta en la música.
- Si la música no es lo suyo vuelque su atención a otro pasatiempo que disfrute como la jardinería, la costura, el diseño – cualquier cosa que requiera su foco de atención en lo que está haciendo más que en lo que está pensando que debería estar haciendo.

Fuentes:

<http://www.medicalnewstoday.com/articles/145855.php>

<http://www.stress.org/what-is-stress/>

<http://www.medicinenet.com/stress/article.htm>

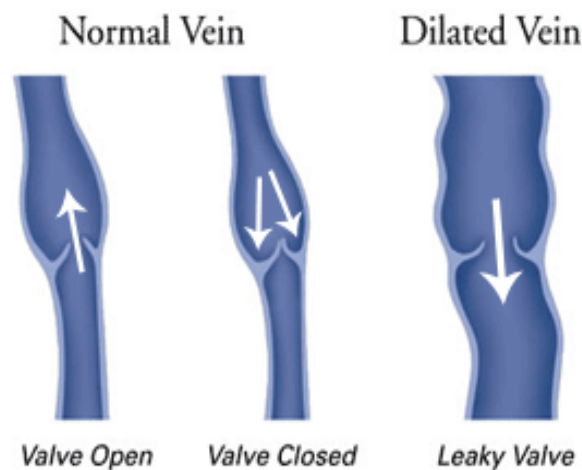
<http://www.mtstcil.org/skills/stress-definition-1.html>

http://www.cdc.gov/violenceprevention/pub/coping_with_stress_tips.html

<http://www.mayoclinic.com/health/stress-relievers/MY01373/NSECTIONGROUP=2>

+++++

VIVIENDO CON VENAS VARICOSAS



Las venas varicosas son venas inflamadas, deformadas que pueden ser vistas bajo la piel. Generalmente aparecen en las piernas pero también se pueden formar en otras partes del cuerpo.

El corazón bombea sangre rica en oxígeno a una gran arteria conocida como la aorta. La aorta se divide en dos arterias principales, que continúan dividiéndose en pequeñas arterias que llevan la sangre al resto del cuerpo. Una vez que se ha entregado el oxígeno, las venas llevan la sangre de regreso al corazón. Diferente de las arterias, las venas tienen válvulas de una sola vía para mantener a la sangre moviéndose hacia el corazón. Los músculos de las piernas ayudan a bombear la sangre a través de las venas, las válvulas de una vía se cierran e impiden que la sangre se regrese y caiga hacia los pies.

Cuando las válvulas de una vía fallan en cerrarse apropiadamente, la sangre puede regresar su flujo. Note como las válvulas en la vena (en la gráfica) se acercan e impiden que la sangre se regrese. Note como las válvulas de la otra vena no se acercan y por lo tanto permiten que la sangre fluya en sentido contrario y hacen que la vena se agrande. Esto aumenta la presión en las venas y con el tiempo pueden hacer que se inflamen y se abomben, venas varicosas. La presión aumentada puede conducir a síntomas significativos como el sudor en los tobillos o las piernas, dolor severo y quejas de cansancio en las piernas. Cambios en la piel, ulceraciones y flebitis pueden ocurrir por estar largo tiempo de pie. Puesto que la sangre no está fluyendo eficientemente, se pueden formar coágulos en las venas produciendo protuberancias duras y dolor severo. Esto se conoce como "flebitis superficial." Este no es el tipo de coágulo que los médicos temen que vayan al corazón, pulmones o cerebro. Es posible tener venas varicosas sin dolor o inflamación, y no es necesario corregirlas. Las venas varicosas se desarrollan más a menudo en las mujeres que en los hombres. Aumenta con la edad. Un estimado del 30% al 60% de adultos tiene venas varicosas.

Factores que contribuyen a las venas varicosas

Hay un número de factores que predisponen a una persona a tener venas varicosas. Estos incluyen:

- Herencia (transmitidos de un progenitor al hijo a través de los genes)
- No tratar suficientemente venas grandes
- Trauma, Cirugía
- Aeróbicos de Alto impacto, correr y entrenamiento en levantamiento de pesas
- Daños por el sol
- Estilo de vida sedentario, Obesidad
- Agua caliente, Bañeras, Pedicura, hacen que las venas se dilaten
- Ocupaciones que implican largo tiempo de pie, como se aprecia en las enfermeras, estilistas de cabello, maestros, y trabajadores de fábrica.
- Obesidad
- Influencia hormonal durante el embarazo, pubertad y menopausia.
- El uso de píldoras para control de la natalidad
- Sustitutos hormonales en la postmenopausia
- Una historia de coágulos

- Condiciones que aumentan la presión en el abdomen incluyendo los tumores, estreñimiento y prendas externas como cinturones
- Otras causas reportadas incluyen los traumas o lesiones en la piel, cirugía anterior de las venas y la exposición a los rayos ultravioletas.

A menudo las mujeres notan venas con el embarazo. Durante el embarazo, el volumen de la sangre aumenta en un 50%. Las venas de las piernas se sobrecargan por el aumento en el volumen de la sangre, y se manifiestan como venas varicosas. Después del parto, cuando la sangre regresa a su volumen normal, las venas permanecen dilatadas porque los mecanismos de la válvula se han vuelto insuficientes por la dilatación padecida durante el embarazo. Algunas mujeres notan que las várices se empeoran con cada embarazo.

Medidas Preventivas

Las medidas que ayudan a que la sangre fluya hacia el corazón pueden ayudar en disminuir la progresión de las venas varicosas, y minimizan el malestar asociado con problemas de venas.

El ejercicio, bajar de peso, elevar las piernas cuando se descansa y no cruzarlas mientras se está sentado pueden ayudar a que las venas varicosas no empeoren. El usar ropa amplia y evitar el estar períodos largos de pie también pueden ayudar. Si las várices son dolorosas o no le gusta como lucen, su médico puede aconsejar procedimientos para removerlas.

Usar medias para várices. La ayuda más conservadora es usar unas medias para várices apropiadas especialmente cuando las venas tienen síntomas dolorosos o incómodos. Estas medias pueden comprarse en una tienda de material quirúrgico y en algunas farmacias. Vienen en tamaños debajo de la rodilla, encima de la rodilla y largas.

Hacer cambios en el estilo de vida. Buena higiene de la piel, pérdida de peso (si se necesita), y caminar pueden ayudar a tratar las venas varicosas. Dieta con baja sal ayuda a reducir la retención de agua y el sudor.

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/varicoseveins.html>
<http://www.webmd.com/skin-problems-and-treatments/guide/varicose-spider-veins>
<http://mdveinprofessionals.com/treatment/varicoseveins>
<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/tutorials/varicoseveins/vs059103.pdf>

EL RINCÓN DE LAS RESPUESTAS

+++++

1. Pregunta: *No estoy seguro de cómo manejar apropiadamente las tarjetas del PVSSR. ¿Está bien si toco la cara de las tarjetas cuando las remuevo de la caja?*

Respues: Antes de manejar las tarjetas, siempre lave sus manos sin utilizar jabón. El jabón tiene una vibración de modo que bañarse con simple agua impide que se transfiera la vibración del jabón a las tarjetas. Si se lava con jabón, enjuague sus manos completamente y séquese con simple agua tres veces para que la vibración del jabón sea removida. Maneje las tarjetas con cuidado. No toque el área gráfica con sus dedos, coja la tarjeta por encima de la doble línea. Si una tarjeta se cae al suelo o necesita limpieza asegúrela por encima de la doble línea en una superficie dura limpia y frótelas con un pañuelo nuevo, suave, blanco que haya sido lavado sin detergente ni jabón.

+++++

2. Pregunta: *¿Cuál es el máximo espacio de tiempo permitido entre la toma de una muestra de sangre y la preparación del nosode?*

Respuesta: Siempre que haya suficiente alcohol agregado a la muestra de sangre, entonces el espacio de unos pocos días no es problema.

+++++

3. Pregunta: *Un paciente se quejó de que su enfermedad había vuelto después de 3 meses de haber sido tratado con éxito con vibrionica. ¿Pudo tener ingerencia su estilo de vida?*

Respuesta: Sí, el estilo de vida es una causa principal de una enfermedad crónica que es muy probable que reaparezca a menos que el paciente haga cambios en su estilo de vida. De modo que es muy apropiado hablar con su paciente en un momento apropiado acerca de la dieta, el ejercicio, la relajación, los pensamientos positivos, etc.

+++++

4. Pregunta: *Por favor, aconseje la frecuencia de un remedio cuando un paciente está con una enfermedad en estado agudo.*

Respuesta: Cuando los síntomas son altamente agudos, p.e. diarrea continua, migraña o nariz con mucha fluxión, la dosificación puede ser aumentada a una dosis (es más efectiva si se da en agua) cada 10 minutos durante una hora. Si el paciente no se siente mejor en una hora, entonces la dosis con 10 minutos de intervalo puede continuar por otra hora. Después de eso el paciente debería sentir alivio de los síntomas, en cuyo caso la dosis debería reducirse a 6TD por 1-2 días y a TDS de ahí en adelante.

+++++

Pregunta: *La estación de gripe se está acercando. Yo no he dado remedios para prevenir las enfermedades de gripe o resfriado. Si una persona se enferma, ¿debería yo tratar preventivamente a los demás miembros de la familia?*

Respuestas: Los remedios pueden ser usados como profilácticos para cualquier enfermedad sin miedo de ningún daño al paciente. Es mejor empezar tomando dosis preventivas (que son tantas dosis por semana como la dosis normal para el paciente por día) cuando se encuentre en medio de gente enferma, p.e. cuando un miembro de la familia o un colega ha caído enfermo.

+++++

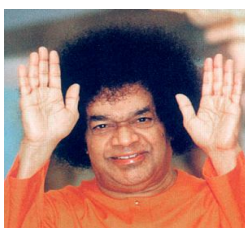
6. Pregunta: *Cuando entrevisto a un nuevo paciente que no ha recibido un diagnóstico médico, encuentro difícil determinar la causa subyacente de su problema.*

Respuesta: Si un paciente pide ayuda pero no sabe de qué está enfermo o se siente mal, lo mejor que se puede hacer es darle vibraciones para la mente porque el problema probablemente reside ahí.

Durante la cita inicial no trate de obtener información de antecedentes personales a menos que el paciente quiera darlos. Es usual para usted tener que esperar por este conocimiento hasta que el paciente confíe en usted. De esta manera gana su confianza. Durante las siguientes visitas, el paciente puede empezar a comentarle de sus miedos y decepciones. Puede no haber hablado de nada de esto a nadie anteriormente. Una de las más importantes preguntas es preguntarle al paciente qué piensa él que sea la causa de su enfermedad o síntomas. Esto a su vez le ayudará la causa subyacente y hacer el tratamiento adecuado.

+++++

Practicantes: ¿Tienen alguna pregunta para el Dr. Aggarwal? Envíensela a news@vibrionics.org



☪ DivinAS PALABRAS DEL SANADOR DE SANADORES ☪

"Ustedes nunca deberían dar el más mínimo espacio para la arrogancia o el interés propio en sus actividades de servicio. Instalen en su corazón el sentimiento de que el servicio que hacen a cualquiera es servicio a Dios. Sólo con ese sentimiento el servicio social se eleva a servicio a Dios."

... "Amen a Todos Sirvan a Todos" Publicación del 80th Cumpleaños, Sri Sathya Sai Media Foundation, Bangalore, 2005

+++++

"El servicio es el medio primordial a través del cual se purifica el Corazón. El servicio amplía su visión, ensancha su consciencia y profundiza su compasión. Todas las olas están en el mismo mar, vienen del mismo mar y son del mismo mar. El servicio les ayuda a estar firmes en este Conocimiento."

... "Amen a Todos Sirvan a Todos" Publicación del 80th Cumpleaños, Sri Sathya Sai Media Foundation, Bangalore, 2005

☪ Anuncios ☪

Próximos Talleres

- ❖ **India Pune:** Taller para AVPs y JVPs 5-6 Octubre 2013, contacten a Ashok Ghatol por email a vc_2005@rediffmail.com o por teléfono al +91-9637 899 113.
- ❖ **India Puttaparthi:** Taller AVP 24-28 Nov 2013, contacten a Hem a 99sairam@vibrionics.org
- ❖ **India Puttaparthi:** Taller SVP 28 Ene - 1 Feb 2014, contacten a Hem a 99sairam@vibrionics.org

**A Todos los Entrenadores: Si tienen algún taller programado envíen detalles a :
99sairam@vibrionics.org**

☪ ImportantE: Atención TODOS LOS PracticANTES ☪

Algunos de los casos que recibimos son fantásticos pero no siempre podemos compartir todos con ustedes por carecer de alguna información vital que solamente puede provenir de los practicantes. Así que POR FAVOR cuando envíen sus casos asegúrense de incluir lo siguiente:

Edad del paciente, hombre/mujer, fecha del tratamiento, lista detallada de todos los síntomas agudos, lista detallada de todos los síntomas crónicos, duración de cada síntoma, posible causa de cada síntoma crónico, cualquier tratamiento anterior o existente, combinación dada y su dosificación, el record de los porcentajes de mejoría, condición final, cualquier otra información relevante.

Esto nos ayudará a publicar sus casos en los boletines futuros. Si no viene esta información, no podemos tener casos suficientemente completos para publicar en el futuro.

- ❖ Nuestro sitio en la Red es www.vibrionics.org. Necesitarán su Número de Registro para entrar al Portal del Practicante. Si su dirección de email cambia, por favor infórmennos a news@vibrionics.org tan pronto como les sea posible.
- ❖ Pueden compartir este boletín con sus pacientes. Sus preguntas deberían ser dirigidas a ustedes para respuesta o para investigación. Gracias por su cooperación.

Jai Sai Ram!

***Vibrionica Sai* ...hacia la excelencia en cuidados médicos asequibles – gratis para los pacientes**