

Что делать, если у вас метеозависимость?

Тематика: **Здоровье и спорт**
Корпоративные новости

Дата публикации: 31.10.2022

Дата мероприятия / события: 31.10.2022

г. Москва

Метеозависимость — это не совсем болезнь. Мы все зависим от атмосферных явлений: электрических и магнитных полей, атмосферного давления и магнитных бурь. Как справиться с надвигающимися магнитными бурями и кто в зоне риска, рассказал Михаил Кутушов, к.м.н., врач-токсиколог, профессор.

Метеозависимость — это не совсем болезнь. Мы все зависим от атмосферных явлений: электрических и магнитных полей, атмосферного давления и магнитных бурь. Как справиться с надвигающимися магнитными бурями и кто в зоне риска, рассказал Михаил Кутушов, к.м.н., врач-токсиколог, профессор.

“Магнитные бури возникают во время вспышек на солнце. Частицы разлетаются, попадают в магнитное поле Земли и затормаживаются. Человек, как биофизический организм, принимает воздействие магнитных бурь. Сила магнитного поля, электронов и частиц влияет на наш организм,” - поясняет Михаил Кутушов.

Симптомы воздействия магнитных бурь на человека: раздражительность, головные боли, скачки артериального давления.

В период магнитных бурь, если вы знаете, что организм реагирует на изменения в атмосфере, нужно постараться оставаться в покое, избегать стрессовых ситуаций, пить больше воды. Ешьте лёгкую, вкусную пищу, не переутомляйтесь

Чаще всего в группе риска оказываются:

люди с заболеваниями сердечно-сосудистой системы и хроническими заболеваниями,

люди пожилого возраста,

те, кто недавно перенёс травмы или попал в аварии,

люди с лишним весом,

люди, подверженные стрессам и эмоциональным перенапряжениям.

“Подверженность магнитным бурям не обязательно говорит о внутренних заболеваниях, но вполне возможно, что в организме развивается хроническое заболевание. Или, например, хроническая усталость может отреагировать на магнитные бури, однако в целом - человек здоров”, – настаивает доктор Кутушов.

Постоянная ссылка на материал: <http://www.smi2go.ru/publications/147620/>