Автор: admin
21.11.2011 23:06 -

Что и от чего болит?

Наши эмоции тоже могут сделать нас больными людьми. Медики, психологи, социологи давно установили:
неправильный образ жизни приводит к заболеваниям сердца;
извращённое отношение к труду - к заболеваниям мозга;
частые любовные стрессы - к заболеванию лёгких и щитовидной железы;
зависть - основа для развития болезней пищевода;
избыточное честолюбие непременно повредит работе надпочечников.

Ревность грозит нормальной работе почек, страх - печени, хитрость - работе желудка, половая неуверенность - поджелудочный железе (может даже развиться диабет).

Зацикленность на прошлом - хорошая основа для болезней позвоночника;
у жадных людей, естественно, возникают неполадки с деятельностью желчного пузыря, а у людей мнительных - с лимфой.

Склонность к меланхолии заметно повышает риск сердечных приступов. Как показало многолетнее обследование, проведённое в Балтиморском университете Джона Гопкинса, страдающие клинической депрессией, приобретают острые болезни сердца в 4,5 раза чаще, чем люди с нормальной психикой. И наоборот, активное участие в культурной жизни улучшает состояние здоровья и продлевает жизнь, утверждают учёные из Швейцарского университета. По мнению учёных, культурная активность стимулирует работу иммунной системы в организме человека.

Не стоит бросаться в крайности и пытаться избавиться от собственных отрицательных эмоций сию же минуту. Нужно разобраться в каждом конкретном случае спокойно, без нервозности детально рассмотреть ситуацию. И ваше самочувствие улучшится.

Часто организм предупреждает нас о развивающейся болезни. Сигналы эти не привлекают к себе нашего внимания, однако для опытного взгляда врача бывают достаточно значимыми.

Так, ломкость ногтей может говорить о нарушении функции щитовидной железы или о недостатке в организме минеральных солей. Появляющиеся на ногтях бороздки могут сигнализировать о воспалении поджелудочной железы, тонкой кишки или суставов. Полоски могут быть вызваны и последствиями стресса. Плоские ногти иногда говорят о сердечной слабости.

После еды болит голова, а анализы показали, что вы практически здоровы. В этом случае ищите аллерген.

Если язык имеет вид как ошпаренного, следует обратиться к врачу. Возможно, это связано с инфекционным заболеваниям, о котором вы даже не догадываетесь. Жжение языка сигнализирует об анемии - нехватке витаминов, плохой крови.

Ночью сводит ногу, и боль невыносима, - скорее всего, причина в остром недостатке магния. "Забастовка" мускулов может свидетельствовать и о нарушении кровообращения - заболевании венозной системы ног.

Вы замечаете, что худеете, хотя едите всё подряд. Это может быть признаком развивающегося заболевания щитовидной железы с повышением её функции или отдалённым предвестником инфаркта миокарда.

Разумеется, эти обобщённые данные не претендуют на роль медицинского справочника, а лишь могут служить дополнительным поводом для человека обратить на себя внимание и позаботиться о собственном хорошем самочувствии. В итоге подобная информация имеет целью доброе пожелание: "Будьте здоровы!"

Автор - **Татьяна Шуваева**
Источник