کد خبر: ۴۰۲۰۶۱
یکشنبه ۲۹ خرداد ۱۴۰۱ ۱۴:۲۰

این کارها را ایستاده انجام ندهید!

در این گزارش به ۱۰ کاری اشاره شده که انجام آن‌ها در "حالت ایستاده و سرپا" می‌تواند پیامدهای سوئی را برای ما به همراه داشته باشد.

به گزارش سایت خبری پرسون، در منابع طب سنتی و طب اسلامی، دستورات بسیار کاربردی و جزء به جزئی برای تمام شئون زندگی آمده است که آگاهی از آن‌ها و به کار بستن این دستورات در زندگی، نقش چشمگیری در حفظ سلامت و تندرستی جسمی و روحی ما می‌تواند داشته باشد.

در واقع ماحصل تمام این آموزه‌ها همان "سبک زندگی ایرانی ـ اسلامی" است که در دنیای پرهیاهوی امروز می‌تواند بهترین دستورالعمل جامع و یکپارچه برای تامین سلامت و سعادت ما ایرانیان باشد.

اما در ادامه به ۱۰ کاری اشاره شده که انجام آن‌ها در "حالت ایستاده و سرپا" می‌تواند پیامدهای سوئی را برای ما به همراه داشته باشد:

ـ ایستاده و سرپا موها را شانه کشیدن (باعث ضعف پیاز مو و ایجاد اندوه)
ـ ایستاده و سرپا ادرار کردن (باعث عدم تخلیه کامل مثانه و ابتلا به بیماری‌های کلیوی و ادراری)
ـ ایستاده و سرپا غذا خوردن (فشار مضاعف به معده و ایجاد اختلال در گوارش غذا)
ـ ایستاده و سرپا آب خوردن در شب (البته در روز باید به‌صورت ایستاده آب نوشید)
ـ ایستاده و سرپا مجامعت کردن و ارتباط جنسی داشتن (ایجاد اختلات جنسی و مقاربتی)
ـ ایستاده و سرپا استحمام کردن در حمام (افت فشار در ناحیه سر و ایجاد اختلال در ضربان قلب و خون‌رسانی)
ـ ایستاده و سرپا حرف زدن و سخنرانی کردن (فشار مضاعف به مویرگ‌های مغزی)
ـ ایستاده و سرپا قرارداد بستن
ـ ایستاده و سرپا کتاب خواندن و مطالعه کردن