کد خبر: ۴۸۵۷۶۸
چهارشنبه ۲۷ اردیبهشت ۱۴۰۲ ۱۶:۰۱

کاهش وزن به کمک طب سوزنی

طب سوزنی گوش درمانی موثر برای کاهش وزن است.

به گزارش سایت خبری پرسون، بر اساس نتایج تحقیقات جدید کنگره اروپایی چاقی در دوبلین ایرلند، طب سوزنی گوش همراه با یک رژیم غذایی کنترل‌شده می‌تواند به طور قابل توجهی وزن بدن، شاخص توده بدن و چربی آن را کاهش دهد.

این نوع طب سوزنی در ۶ نقطه خاص گوش خارجی انجام می‌شود و اعصاب و اندام‌هایی را تحریک می‌کند که اشتها، سیری و گرسنگی را تنظیم می‌کند.

محققان اظهار کردند که این نوع طب سوزنی به دانش یا مهارت پیچیده‌ای نیاز ندارد. در ژاپن این روش برای کمک به کاهش وزن، بیش از ۳۰ سال است که استفاده می‌شود.

طب سوزنی یک عنصر اصلی در طب سنتی چینی با این درک عمل می‌کند که سلامت ما به جریان آزاد انرژی در بدن ما بستگی دارد.

با توجه به این که این مکانیسم هنوز به طور کامل مشخص نیست، اما نتایج مطالعات نشان می‌دهد که طب سوزنی گوش ممکن است به تنظیم سیستم غدد درون ریز، تعدیل متابولیسم، بهبود هضم و کاهش استرس اکسیداتیو کمک کند.

به یاد داشته باشید مهم است که قبل از شروع طب سوزنی یا هر نوع درمان جایگزین یا مکمل مشورت‌های لازم را انجام دهید و از ایمنی آن مطمئن شوید.

منبع: ارث