



هشدار دانشمندان: بدبین ها عمر کوتاه تری دارند

خوشبینی یا بدبینی؛ فکر می کنید هر یک چه تأثیری روی جسم ما دارند؟ به نظر شما از نظر جسمانی تفاوتی میان انسان های مثبت نگر و منفی نگر وجود دارد؟

خوشبینی یا بدبینی؛ فکر می کنید هر یک چه تأثیری روی جسم ما دارند؟ به نظر شما از نظر جسمانی تفاوتی میان انسان های مثبت نگر و منفی نگر وجود دارد؟

به گزارش سلامت نیوز به نقل از شفقنا زندگی، در ذهن اغلب ما خوش بین یا بد بین بودن پدیده ای است مرتبط با روح و روان که ارتباط چندانی هم با جسم ما پیدا نمی کند. این در حالی است که نحوه نگرش ما نسبت به مسائل و انتخاب اینکه سویه ی خوب یا بد یک رخداد را نگاه کنیم ارتباط مستقیمی با جسم ما دارد. مسئله ای که در خصوص افراد دارای مشکلات قلبی بروز ویژه ای دارد.

بر اساس یافته های به دست آمده از آخرین تحقیقات انجام شده، احتمال مرگ بیماران قلبی که منفی نگر هستند از آنهایی مثبت اندیش هستند بیشتر است. در واقع، بد بینی خطر مرگ به واسطه بیماری های قلبی را افزایش می دهد؛ چراکه بد بینی به شکل ویژه ای سلامت سیستم قلبی و عروقی ما را تحت تأثیر قرار می دهد.

علاوه بر این، بد بینی می تواند زمینه ساز ابتلا به دیگر بیماری هم چون: دیابت و فشار خون بشود و حتی احتمال استعمال سیگار را هم افزایش بدهد. به عبارت دیگر، افراد بد بین در مقایسه با خوش بین ها عمر کوتاه تری دارند؛ چراکه نحوه نگرش آنها نسبت به بیماری موجب کاهش قدرت بدنیشان می شود.

منبع scienceworldreport