



خنده مانع حمله قلبی می‌شود

پژوهش جدید دانشمندان آمریکایی نشان می‌دهد که خنده در پیشگیری از بیماری‌های قلبی به اندازه ورزش و دارو مؤثر است.

جام جم آنلاین: پژوهش جدید دانشمندان آمریکایی نشان می‌دهد که خنده در پیشگیری از بیماری‌های قلبی به اندازه ورزش و دارو مؤثر است.

به گزارش فارس، پژوهشگران آمریکایی دانشگاه مریلند طی یک سلسله آزمایش‌ها فرضیه قدیمی «خنده برای سلامتی مفید است» را به اثبات رساندند.

پروفسور مایکل میلر، در این دانشگاه در مدت 5 سال وضع 30 بیمار قلبی را تحت نظر داشته است. آزمایش‌ها بر روی این افراد به وضوح نشان داد که برای محافظت از حملات قلبی، تأثیر خنده به اندازه ورزش و استفاده از داروست.

وی معتقد است که با تداوم خنده‌درمانی می‌توان به طور بالقوه از بروز حمله قلبی یا حملات قلبی مجدد جلوگیری کرد.