

نگرانی‌های مالی به قلب آسیب می‌رساند

متخصصان انگلیسی هشدار دادند: نگرانی‌های مالی نه تنها می‌تواند باعث آسیب‌های روانی شود بلکه سلامت قلب را نیز به خطر می‌اندازد...



متخصصان انگلیسی هشدار دادند: نگرانی‌های مالی نه تنها می‌تواند باعث آسیب‌های روانی شود بلکه سلامت قلب را نیز به خطر می‌اندازد.

متخصصان می‌گویند؛ رکود و کساد اقتصادی و همچنین وضعیت نامناسب مالی افراد، اخبار بدی برای جسم و بدن ما هستند. در گزارشی از سوی انجمن فشار خون انگلیس آمده است که انگلیسی‌ها به دلیل مشکلات مالی کمتر میوه و سبزی مصرف می‌کنند و کمتر به باشگاه‌های ورزشی می‌روند.

برخی از مردم نیز ادعا می‌کنند به دلیل نگرانی از مشکلات مالی بیشتر به مصرف الکل روی می‌آورند. در گزارش فوق آمده است: بدیهی است که انگلیسی‌ها تحت فشار هستند و این امر می‌تواند عواقب خطرناکی در پی داشته باشد. تداوم فشار خون بالا که می‌تواند ناشی از رژیم غذایی نامناسب و فقدان ورزش کردن باشد، خطر ابتلا به حملات قلبی یا سکته مغزی را افزایش می‌دهد.

نظرسنجی‌ها نشان می‌دهد: عده‌ای از مردم این کشور به دلیل نگرانی از بی‌پولی بسیار بندرت میوه و سبزی به میزان توصیه شده در روز را مصرف می‌کنند و یا هرگز سراغ این قبیل مواد غذایی مفید نمی‌روند.

یک پنجم از افراد مورد مطالعه نیز اظهار داشتند که امسال به دلیل فشارهای مالی و اقتصادی از شرکت در کلاسهای ورزشی خودداری کرده‌اند.