



خندیدن با صدای بلند باعث حمله قلبی، آسم و بی‌اختیاری در ادرار می‌شود!

تحقیقی جدید در مورد مزایای خندیدن در بیماران نشان داده که نه تنها خنده بر هر درد بی‌درمان دوا نیست بلکه حتی می‌تواند منجر به حمله قلبی و آسم و بی‌اختیاری ادراری هم بشود.

تحقیقی جدید در مورد مزایای خندیدن در بیماران نشان داده که نه تنها خنده بر هر درد بی‌درمان دوا نیست بلکه حتی می‌تواند منجر به حمله قلبی و آسم و بی‌اختیاری ادراری هم بشود. مجید جویا: مشهور است که خندیدن با صدای بلند دوی هر دردی است، اما یک پژوهش تازه نشان داده که خندیدن ناگهانی می‌تواند برای سلامتی مضر هم باشد، و منجر به پاره شدن همه بخیه‌ها در برخی از افراد می‌شود.

به گزارش دلی تلگراف، مطالعه پژوهشگران دانشگاه‌های بیرمنگام و آکسفورد بر روی مورد مزایا و معایب خندیدن با صدای بسیار بلند که روی پرونده‌های 1325/1946 به این سو انجام شده، نشان داده است که خندیدن ناگهانی با صدای بلند می‌تواند سبب حمله قلبی، پاره شدن گلو و حتی بی‌اختیاری ادراری شود یا به عبارت دیگر، خندیدن با صدای بلند می‌تواند مشکلات سلامتی جدی را به دنبال داشته باشد.

در یک مورد، زنی مبتلا به سندرم قلب سریع، بعد از یک دوره قهقهه بسیار شدید، صدمه دید و از دنیا رفت و آشکار شده که قهقهه ناگهانی، می‌تواند سبب پاره شدن رگ‌های قلبی و یا پاره شدن گلو شود.

همچنین کشف شده که فرو بردن سریع نفس در طول خندیدن، در اغلب موارد سبب فرو بردن اجسام خارجی به داخل ریه می‌شود و همچنین می‌تواند حمله‌های آسم را تحریک کند.

علاوه بر این اثبات شده است که خندیدن بسیار شدید ممکن است سبب بی‌اختیاری و ایجاد فتق در افراد شود.

با این وجود، این مطالعه نشان از این دارد که خنده آرام می‌تواند اثرات مثبتی هم به همراه داشته باشد. خندیدن سفتی دیواره‌های شریان‌ها را کاهش می‌دهد، که به ادعای محققان خود می‌تواند آرام بخش باشد، ضمن این که باعث کاهش حملات قلبی هم می‌شود.

برای مثال، دلک‌های بیمارستانی عملکرد ریه را در بیماران مبتلا به انسداد ریوی بهبود می‌بخشیدند، و خندیدن در کل روز هم، منجر به به سوزاندن 2000 کالری می‌شود و قند خون را در بیماران دیابتی کم می‌کند.

خندیدن باروری را هم افزایش می‌دهد: 36 درصد از مادرانی که بعد از IVF (لقاح خارج از رحم) و انتقال جنین توسط یک دلک‌ خندانده شده بودند، باردار شدند، در حالی که برای گروه کنترل، این رقم تنها 20 درصد بود.

به گفته این پژوهشگران، تحقیق آنها این دیدگاه عمومی را که خنده بلند سراسر فایده است، به چالش می‌کشد اما می‌افزاید که شوخی و خوش خلقی در هر حالی سبب کاهش خطر آسیب می‌شود و می‌تواند مفید واقع شود.

آنها چنین نتیجه گرفتند که هنوز باید پژوهش بیشتری انجام شود تا معلوم شود که آیا «جوک‌های مزخرف شما را مریض می‌کند و شوخی‌های خنک موجب چاییدن می‌شود» یا خیر!

نویسندگان این تحقیق می‌گویند: «ما اثرات خنده را به دو دسته سودمند و مضر طبقه‌بندی کردیم، این طبقه‌بندی منجر به یک تشخیص صریح می‌شود. هرچند برخی از اثرات همانند کاهش آستانه اغوا شدن را نمی‌توان به طور مشخص در یکی از این دو دسته طبقه‌بندی کرد. شاید برخی از پژوهشگران، فواید خنده را نادیده بگیرند، آنها زیادی جدی هستند. احتمالاً گروه دیگری هم باشند که از ضررهای آن چشم پوشی کنند. ما آنها را قهرمانان خنده می‌نامیم»