

با طب سوزنی لاغر شوید!

یک فیزیوتراپ گفت: استفاده از طب سوزنی در افراد واجد شرایط می‌تواند موجب لاغری موضعی شود.



یک فیزیوتراپ گفت: استفاده از طب سوزنی در افراد واجد شرایط می‌تواند موجب لاغری موضعی شود. دکتر مرتضی عزیزیان در گفت و گو با خبرنگار خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، منطقه کرمانشاه، اظهار کرد: در طب سوزنی با استفاده از سوزن‌های مخصوص با تحریک یکسری نقاط بر روی پوست در مواردی خاص می‌توان موجب لاغری موضعی افراد شد.

وی تصریح کرد: در این روش فروکردن سوزن در محل‌های خاص موجب غیرفعال کردن مرکز اشتها، تنظیم آب و متابولیک بدن می‌شود و می‌تواند لاغری موضعی را برای افراد به دنبال داشته باشد.

عزیزیان خاطرنشان کرد: برای انجام طب سوزنی در افراد داوطلب، فرد باید چاقی ژنتیک نداشته باشد و ریشه متابولیک چاقی از جمله پرکاری تیروئید را نیز رفع کرده باشد.

به گفته این فیزیوتراپ در کنار طب سوزنی، انجام ورزش‌های دائمی و ماساژ، انجام ورزش‌های هوازی مانند ایروبیک که موجب افزایش دمای بدن و عرق ریختن فرد می‌شود، می‌تواند به تسریع روند لاغری فرد کمک کند.

عزیزان همچنین داشتن رژیم غذایی درست را در کاهش وزن افراد بسیار موثر دانست و اظهار کرد: میزان کالری دریافتی بدن باید همواره کمتر از میزان کالری باشد که بدن می‌سوزاند و رعایت این نکته در کنار طب سوزنی می‌تواند روند لاغری فرد را به طور چشمگیری افزایش دهد.

وی در ادامه تصریح کرد: در حال حاضر روش دیگری به منظور لاغری موضعی با نام امبدینگ نیز در ایران انجام می‌شود که در آن نخ بخیه در برخی نقاط بدن کاشته می‌شود.

وی تصریح کرد: نخ بخیه کاشته شده، در موضع تحریک ایجاد کرده و از تجمع چربی در آن محل جلوگیری می‌کند که این امر می‌تواند در لاغری آن موضع بسیار تاثیرگذار باشد.