

تقلبات درجة الحرارة قد تُصيبك بالصداع



السبت 25 مارس 2017 05:03 م

حذرت مؤسسة "علاج الصداع" الألمانية من أن تقلبات درجة الحرارة كما هو الحال في الفترة الانتقالية بين فصلي الشتاء والربيع، قد تتسبب في الإصابة بالصداع

وأوضحت أنه عند ارتفاع درجات الحرارة الخارجية بأكثر من 5 درجات مئوية في وقت قصير، يحاول الجسم ضبط درجة الحرارة عبر توسيع الأوعية الدموية، الأمر الذي يندرج ضمن الأسباب الشائعة للصداع

وأكدت المؤسسة الألمانية أن الصداع المرتبط بالطقس لا يمثل خطورة، مشيرة إلى إمكانية مواجهته بالتنزه في الهواء الطلق وممارسة تمارين الاسترخاء