



فواید روش ویم هوف

ام اس

ام اس ، بیماری است که بر سیستم عصبی تأثیر می گذارد. این بیماری به پوشش های عایق سلول های عصبی آسیب می زند و باعث اختلال در ارتباط بین قسمت های مختلف سیستم عصبی می شود. در نتیجه ، علائم عصبی مانند ضعف عضلانی ، از دست دادن هماهنگی و از بین رفتن احساس وجود دارد. از آنجا که در حال حاضر هیچ درمانی برای بیماری ام اس وجود ندارد ، مدیریت این بیماری و تسکین علائم آن برای بهبود کیفیت زندگی مهم است. تعداد فزاینده ای از بیماران MS از روش ویم هوف برای رهایی از علائم ناشی از بیماری ام اس استفاده می کنند.

بهبود ام اس با روش ویم هوف

روش ویم هوف روشی قدرتمند است که توسط ویم هوف ، مرد یخی ساخته شده است. از آنجا که روش او به او کمک کرد تا به موارد خارق العاده ای برسد (مانند مجموعه باورنکردنی بیش از بیست رکورد جهانی گینس) ویم این مأموریت را برای به اشتراک گذاشتن قدرت روش ویم هوف با سایر نقاط جهان فراهم کرد. این ترکیبی از تنفس ، تعهد و قرار گرفتن در معرض کنترل در برابر سرما است که به افراد از هر شکل و اندازه کمک می کند تا کنترل بدن و ذهن خود را به دست آورند.

بیماران ام اس از روش ویم هوف برای رفع علائم خود به روش های مختلفی استفاده می کنند. برای شروع ، ترکیبی از تمرینهای مخصوص تنفس و دوش سرد ، باعث تقویت پاسخ ایمنی بدن می شود ، که این امر تأثیر مثبتی در کاهش التهاب مرتبط با رشد و پیشرفت ام اس دارد. علاوه بر این ، اعصاب آسیب دیده در دمای بالاتر عملکرد ضعیفی دارند. با کمال تعجب ، بیماران ام اس که دارای دوش سرما در کارهای روزمره خود هستند ، از مزایای جدی مانند احساس مجدد در قسمتهای بدن که احساس آن از دست رفته ، افزایش انرژی و حتی بهبودی از مشکلات ادراری مرتبط با ام اس گزارش کرده اند.