

Λόξιγκας: Σταμάτησέ του με 2 τρικ



Αυτή η ακούσια σύσπαση του

διαφράγματος είναι άκρως ενοχλητική, καθώς μας εμποδίζει να μιλήσουμε ή να καταπιούμε. Συνήθως δεν επιμένει για περισσότερο από μερικά λεπτά, έχουν ωστόσο καταγραφεί περιστατικά όπου ο λόξιγκας κρατά για... χρόνια!

Την επόμενη φορά που θα εμφανιστεί ο λόξιγκας, δοκιμάστε τα δύο παρακάτω τρικ του onmed, για εγγυημένο αποτέλεσμα.

1. Πιείτε νερό με κλειστά αφτιά

Δοκιμάστε να πιείτε ένα ολόκληρο ποτήρι παγωμένο νερό με καλαμάκι ενώ ταυτόχρονα κάποιος σας κλείνει τα αφτιά με τα δάχτυλά του. Όταν έχουμε λόξιγκα, υπάρχει βλάβη ή ερεθισμός είτε στο πνευμονογαστρικό είτε στο διαφραγματικό (φρενικό) νεύρο κι έτσι χρειάζεται ένα εξωτερικό ερέθισμα για να επανέλθει η φυσιολογική λειτουργία του. Καθώς το πνευμονογαστρικό νεύρο επεκτείνεται στο ακουστικό σύστημα, κλείνοντας τα αφτιά ενεργοποιούνται οι νευρικές απολήξεις του πνευμονογαστρικού νεύρου.

2. Τραβήξτε τη γλώσσα σας

Με τον τρόπο αυτό ενεργοποιείται το πνευμονογαστρικό νεύρο και υποχωρούν οι διαφραγματικοί σπασμοί, ενώ ταυτόχρονα αντιμετωπίζεται και η αναγούλα.

Πηγή: ikypros.com