

Γιατί τα χέρια μου είναι συνέχεια κρύα;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Τι μπορεί να σημαίνει το φαινόμενο των κρύων χεριών όταν συμβαίνει κατ'εξακολούθηση και τότε καλό είναι να ζητήσουμε την γνώμη του γιατρού.

Σε κάποιους ανθρώπους τα κρύα χέρια είναι μια μόνιμη κατάσταση που δεν συνδέεται με τις **εξωτερικές καιρικές συνθήκες**. Άλλες πάλι φορές, τα χέρια κρυώνουν σε μια προσπάθεια του σώματος να ρυθμίσει την θερμοκρασία του και φυσικά δεν συντρέχει λόγος ανησυχίας. Όταν όμως το σύμπτωμα επιμένει και μάλιστα συνδέεται με μια σειρά χαρακτηριστικών όπως οι αλλαγές στο χρώμα των χεριών, ενδεχομένως να χρειάζεται διερεύνηση.

Για παράδειγμα, υπάρχει η περίπτωση προβλήματος με την **κυκλοφορία του αίματος** ή με τους ιστούς στα χέρια και τα δάχτυλα. Αυτό που προτείνουν οι ειδικοί σε πρώτη φάση, είναι η αναζήτηση και άλλων συμπτωμάτων εκτός των κρύων χεριών. Έτσι, εφιστούν την προσοχή όταν επιπλέον έχουμε **κρύα πόδια**, αλλαγές στο χρώμα του δέρματος, αίσθηση μουδιάσματος ή μυρμηγκιάσματος, **ανοιχτές πληγές ή φουσκάλες**, σκληρό ή τεντωμένο δέρμα.

Αιτίες

Όταν τα κρύα χέρια είναι μια μόνιμη κατάσταση (και όχι συνέπεια του εξωτερικού κρύου ή της προσπάθειας του σώματος να διατηρήσει τη θερμοκρασία του), το πιθανότερο είναι να υπάρχει κάποιο πρόβλημα με την κυκλοφορία του αίματος. Επιπλέον, καλό θα είναι να ελέγξουμε την περίπτωση **αναιμίας, υπογλυκαιμίας, λύκου, σκληροδέρματος** κ.ά.

Μια επίσκεψη στον **γιατρό** θα ξεκαθαρίσει το τοπίο και θα αναδείξει την αιτία πίσω από το σύμπτωμα που επιμένει διαμορφώνοντας την ανάλογη θεραπευτική αγωγή.

Πηγές: [.mayoclinic.org](https://www.mayoclinic.org) - [clickatlife.gr](https://www.clickatlife.gr)