Autor dnevnik.hr
Subota, 17 Studeni 2012 20:35 - Ažurirano Subota, 17 Studeni 2012 20:42

Izvor dnevnik.hr

5. MJESEC U KOJEM STE ROĐENI

Nekoliko studija uspjelo je dokazati da mjesec u kojem ste rođeni može utjecati na razvoj nekih psihičkih bolesti. Čak su povezali kojih bolesti ima najviše kod osoba rođenih u određenom mjesecu. Tako, primjerice, ako ste rođeni u siječnju imate najviše mogućnosti oboljeti od šizofrenije ili bipolarnog poremećaja, a osobe rođene u proljetnim mjesecima najsklonije su depresiji. Studije idu toliko daleko da postoje i podaci o tome da osobe rođene u proljeće imaju 18 % više šanse da počine samoubojstvo, pišeCracked.

4. STAROST VAŠEG OCA

Poznato je da na djecu utječe sve što njihova majka radi u trudnoći, no za neke probleme mogli bi biti odgovorni i očevi. I to stariji očevi. Studija provedena na Islandu istraživala zašto su roditelji koji nemaju psihičkih bolesti dobili djecu s autizmom ili šizofrenijom. Pokazalo se da rizik za obolijevanjem djece raste paralelno sa starošću oca i zato djeca sa starijim očevima češće obolijevaju od autizma ili šizofrenije. Razlog tomu je način na koji se spermiji stvaraju. Oni se na neki način kopiraju i svaka 'kopija' je nešto lošija od prethodne, tj. ima veće šance za mutaciju.

3. ŽIVOT NA VELIKIM NADMORSKIM VISINAMA

Među stanovništvom koje živi na većim nadmorskim visinama zemalja diljem svijeta raširenije su ovisnosti o alkoholu i drogama, kao i posjedovanje oružja. Devet američkih država koje su smještene na velikim nadmorskim visinama imaju najveći postotak samoubojstava u zemlji, a slična je situacija i u Južnoj Koreji. Nitko točno ne zna zašto je tako, no mnogi pretpostavljaju da do toga dolazi zbog manjka kisika na velikim visinama.

2. VISOKE TEMPERATURE I SUNČEVA SVJETLOST

Iako je zimska depresija puno poznatija i od nje pati mnogo veći broj ljudi, postoji i nešto što se zove ljetna depresija. Možda će onima koji obožavaju sunce i toplinu ovo zvučati nevjerojatno, neki ljudi upravo zbog Sunca i topline padnu u depresiju zbog koje danima ne izlaze iz kuće, neki čak ni iz kreveta. Liječnici kažu kako za to postoji jednostavno objašnjenje. Naime, visoke temperature mogu utjecati na smanjenje hormona štitnjače zbog čega se osjećamo letargično. Isto tako, toplina stimulira hormon prolaktin koji blokira efekte dopamina - tvari koju naš organizam izlučuje pri stimulacijama u kojima uživamo.

1. VAŠA PREHRANA

Unatoč raširenom mišljenju da svježi riblji meni ne može donijeti nikakve negativne posljedice na naš organizam, pokazalo se da ipak nije u potpunosti tako. Konzumiranje veće količine ribe povezano je s razvojem Alzheimerove i Parkinsonove bolesti. To se uglavnom odnosi na ribe ulovljene na otvorenom moru kod kojih postoji velika razina toksina imena BMAA koji nastaje kao produkt cijanobakterije (alge koja živi u oceanima). No, to ne znači da biste se trebali uputiti u najbliži restoran brze hrane. Masnijom i slađom prehranom u sebe u svom tijelu nagomilavate velike razine inzulina, čak do te točke da mozak više neće reagirati na njega, a kada mozak ne reagira na inzulin, ne može registrirati ni neka sjećanja što je prvi znak demencije. Preslatka prehrana može dovesti i do šizofrenije i depresije.