

عنوان مقاله:

اثر گوهر کهربا بر کاهش استرس

محل انتشار:

چهل و دومین گردهمایی (همایش ملی) علوم زمین (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

نویسندگان:

سیده حبیبه بنی هاشمیان - کارشناسی ارشد ژئوفیزیک، دانشگاه آزاد چالوس

محمد ناصری

ماهان یوسفی - دانشجوی پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، دانشکده پرستاری آمل

سیدابراهیم بنی هاشمیان

خلاصه مقاله:

کهربا (Amber)، به فرمول شیمیایی $C_{10}H_{16}O$ جز سنگ های جواهری ارگانیک می باشد، رزین فسیل شده ای که در دما و فشار متفاوت پس از میلیون ها سال به کهربا تبدیل شده است. کهربا را می توان در حوزه دریای بالتیک، روسیه، لیتوانی، دمنیکن و مکزیک یافت. از گذشته دور این گوهر برای درمان استفاده می شده برطبق مطالعات انجام شده، سنگ کهربا کمک به کاهش استرس می کند. استرس عضو جدایی ناپذیر زندگی انسانی است، که به بیماری قرن معروف است. مقاومتی که انسانها در برابر درمانهای شیمیایی برای بیمارتهای مخصوص روان و ذهن می کنند ما را هدایت می کند که بدنال راه چاره ای بغیر از درمان شیمیایی برای این پدیده ی همه گیر شویم. سنگ درمانی یا همان Gem Therapy، که از گذشته های دور در کشورهای هند و چین و ایران متداول بوده در کشورهای روسیه، چین و کشورهای اروپایی گوهر کهربا مصارف درمانی داشته و بعد از جانشین شدن علم مدرن استفاده از کهربا کم رنگ شده است. کهربا یک گوهر شفابخش که طیف گسترده ای از بیماری ها را کاهش می دهد. در کشورهای اروپایی گردنبد و دستبند کهربا را در داروخانه ها عرضه می کنند. پرسشنامه بین ۳۰ نفر توزیع شده که اکثر از استرس رنج می بردند. اکثرا بعد از مصرف یک ماهه از گوهر کهربا، با کاهش استرس روبرو شده و احساس آرامش بیشتری داشتند و خواب راحت تری را تجربه کرده اند و نگاه مثبت گرا یانه ای نسبت به مسایل پیرامون خود داشتند. کهربای استفاده شده در این تحقیق کهربای بالتیک می باشد، که به مدت حداقل یک ماه بصورت گردنبد استفاده شده است. در این تحقیق، بر اساس پرسشنامه پر شده توسط بیماران، پس از استفاده از گوهر کهربا به صورت گردنبد، ۹۶ درصد کاهش استرس و ۹۰ درصد کاهش اضطراب، ۱۰۰ درصد احساس آرامش بیشتری را اعلام کردند و ۸۶ درصد عصبانیت قابل کنترل و مدیریت شده ای را گزارش دادند.

کلمات کلیدی:

کهربا، استرس، اضطراب، آرامش، کنترل عصبانیت، سنگ درمانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1963734>

