

حقیقت مهمی که جوش ها فاش می کنند

برای تشخیص سلامت جوش صورت را مورد بررسی قرار دهید، این یکی از بهترین راه های تشخیص دلیل آکنه روی پیشانی، چانه، و گونه و ... می باشد.

به گزارش خبرنگاران سرگرمی و زندگی گزارش خبر، بر اساس گفته های پزشکان و اطباء سنتی چین صورت نشان دهنده سلامت کل بدن است و تغییرات کوچک روی پوست با اندامهای خاص بدن ارتباط دارند. بنابراین با دیدن جوش های صورتتان در هر قسمت از پوست صورت می توانید، بفهمید که کدام قسمت داخلی بدن تان مشکل دارد.

جوش صورت در قسمت بالا و پایین پیشانی

جوش بر روی پیشانی نشانه این است که ممکن است شما دچار مشکلات گوارشی و مشکلات هضم باشید پس باید از خوردن غذاهای چرب و کنسروی اجتناب و بیشتر به تغذیه تان توجه کنید. جوش روی پیشانی با سیستم گوارش مثل روده، کیسه صفرا و کبد مرتبط است. جوش بالای پیشانی نشانه تغییرات رژیم غذایی می باشد پس بهتر است سودا و قهوه را با چایی و آب کافی جایگزین کنید تا سم های جمع شده در روده از بدن خارج شوند و میوه و سبزیجات با فیبر بالا بخورید. جوش در قسمت پایینی پیشانی به علت مشکل در سیستم گردش خون است. از عوامل استرس زا تا حد ممکن دوری کنید و کارهای مورد علاقه برای کاهش استرس را انجام دهید. اگر در ناحیه پیشانی تغییر رنگی احساس نمودید و متوجه رنگ رو رفتگی و آبی و سبز شدن ناحیه پیشانی گشتید، ممکن است دچار مشکلات قلبی شده باشید پس این علامت را جدی بگیرید.

جوش صورت روی بینی

جوش بر روی بینی نیز با اختلالات گوارشی ارتباط دارد پس مصرف غذاهای چرب و شور را کنار بگذارید زیرا روی گوارش و پوست اثر مستقیم می گذارد. اگر دچار جوش بر روی بینی شده اید، باید روی طحال، پانکراس و شکم بیشتر تمرکز کنید. علت قرمزی اطراف بینی نیز ممکن است مصرف الکل باشد پس مصرف الکل را قطع کنید.

جوش صورت اطراف و بین چشم ها و ابروها

جوش اطراف و بین چشم ها و ابروها نشان از مشکلی در کبد می باشد پس در آخر شب و هنگام خواب غذاهای آماده (فست فود) و غذاهای شیرین و پر چرب نخورید. از مواد ادرار آور و دارای الکل دوری کنید. میوه و سبزیجات حاوی ویتامین C بخورید تا سم های موجود در بدن خنثی و سیستم ایمنی بدن تقویت شود.

جوش روی گوش

جوش بر روی گوش ها نشان دهنده مشکلی در عملکرد کلیه ها می باشد پس مصرف غذاهای شور و قهوه را کم کنید و آب کافی بنوشید.

جوش صورت روی چانه

جوش روی ناحیه چانه و لب با مشکلات مثانه و کلیه ها و هورمون ها مرتبط است. علت جوش زدن ناحیه بالای لب آقایان به مشکلات پروستات و عضو مردانه مربوط می شود. علت جوش زدن ناحیه بالای لب در خانمها به رحم و تخمدان مربوط می شود. رنگ پریدگی و آکنه در قسمت مربوط به عضو مردانه نشان دهنده مشکلاتی در تولید مثل است.

جوش صورت روی گونه راست

اگر روی گونه راستتان جوش زده اید، احتمالا یا سرما خورده اید و یا دچار مشکلات تنفسی هستید. جوش و آکنه بر روی گونه راست مرتبط باریه هاست و نشان دهنده تهدید سلامت ریه ها می باشد. اگر قسمت بالای گونه مملو از جوش است باید از شش ها مراقبت کنید، سیگار نکشید و از ورود به محل های کثیف و پر از دود اجتناب کنید.

جوش صورت روی گونه چپ

اگر بر روی گونه چپتان جوش زده اید، دچار مشکلات کبد و کیسه صفرا هستید. افراد دارای مشکلاتی مثل چربی وداغی کبد، گونه چپ و حاشیه بینی شان قرمز رنگ است. اگر قسمت پایینی گونه جوش دارد، ممکن است در دهان مشکل دارید پس مسواک بزنید و بین دندان ها را تمیز نگه دارید و از مصرف سودا و مواد خوراکی فاقد ارزش غذایی پرهیز کنید. زردی زیر چشم نیز با کلسترول بالا و سنگ صفرا مرتبط می باشد پس با مشاهده چنین نشانه هایی به پزشک مراجعه کنید.

جوش روی گردن و سینه

جوش بر روی گردن و سینه نشانه وجود عفونت و استرس در بدن و تلاش سیستم ایمنی برای از بین بردن عفونت است پس برای تقویت سیستم ایمنی از غذاهای سرشار از ویتامین C استفاده کنید. با استرس مبارزه کنید، ورزش کنید و خواب کافی داشته باشید.