Sclerosi multipla: meditare diminuisce i sintomi della malattia

Data: Invalid Date | Autore: Gabriella Gliozzi



LONDRA-Uno studio condotto su 150 pazienti, affetti da sclerosi multipla, ha dimostrato che la meditazione può aiutare i pazienti, alleviando alcuni sintomi. Tale ricerca è stata pubblicata dalla rivista Neurology e mette in luce come affaticamento e depressione possano essere parzialmente ridotti. [MORE]Metà dei 150 elementi oggetto di studio ha preso parte ad un corso di meditazione, per otto settimane, con lezioni di due ore e mezza più quaranta minuti di esercizi a casa. Alla fine del corso, i pazienti che vi hanno partecipato hanno riportato un miglioramento nei principali sintomi di tale patologia. Paul Grossmann, ricercatore dell'Università di Basilea, ha dichiarato: "Fatica, depressione e ansia sono problemi abbastanza comuni nei pazienti con sclerosi multipla, purtroppo i trattamenti farmacologici hanno un effetto minimo sulla qualità della vita e quindi ogni trattamento secondario efficace può aiutare."

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/sclerosi-multipla-meditare-diminuisce-i-sintomi-della-malattia/6021