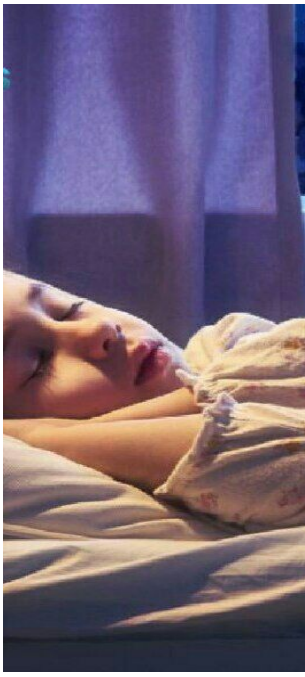
طبيب أعصاب يفسر سبب الكوابيس المؤلمة



وقال زاخاروف خلال مقابلة مع موقع "ميديك فوروم"، إن هناك علاقة معينة بين الأحلام والمشاكل العقلية. وأشار الطبيب إلى أنه إن كان الشخص يرى أحلاما مثيرة كثيرًا فهذا، يمكن أن يشير إلى تدهور في الصحة العقلية.

ووضح زاخاروف: "أولئك الذين يعانون من العصاب نومهم مضطرب، وغالبًا ما يرون أحلامًا، بما في ذلك الأحلام الملونة".

بالطبع، لا يجب النظر إلى الأحلام كمؤشر على المشاكل فيرى معظم الناس الأحلام. لكن، كما أوضح طبيب الأعصاب، لا ينبغي أن تسبب مشاعر ثقيلة.

إذا بدأ الشخص برؤية الكوابيس المؤلمة، فقد يشير ذلك إلى تدهور معين. وعندما تصبح الأحلام المزعجة والمنهكة عاطفياً أكثر تكرارًا، يجب استشارة طبيب أعصاب.