طرق التخلص من الكهرباء الساكنة في الجسم

أبرز أسباب الشعور بالكهرباء في الجسم وكيفية وقاية الجسم منها.

يعاني كثير من الأشخاص من الشعور بكهرباء عند ملامسة أشخاص أو أغراض، بل ويتعايش البعض مع هذه المشكلة دون معرفة أسبابها العلمية وطرق التغلب عليها.

فما هي أسباب هذا الشعور؟ وهل يتم التعامل معه على أنه مشكلة صحية يجب علاجها أم أمر طبيعي لا ضرر منه؟

أسباب الشعور بكهرباء في الجسم

تحدث هذه الظاهرة بسبب إنتقال الكهرباء الاستاتيكية من شخص إلى اخر أو من وسط مادي إلى جسم الشخص، وتتمثل الأسباب في:

الأجواء المحيطة: وقد يحدث هذا نتيجة التأثر بالجو المحيط أو التواجد في أماكن تحتوي على شحنات كهرومغناطيسية مرتفعة، مثل السكن في منطقة تحتوي على أبراج تقوية المحمول، أو كثرة وجود وإستخدام

الأجهزة الذكية في المنزل.

إرتداء ملابس صناعية: مثل قماش البوليستر، والتي تزيد من فرص الشعور بالكهرباء عند ملامسة مختلف الأجسام، ولذلك فإن الشعور بالكهرباء يزداد في موسم الشتاء، حيث الملابس المصنوعة من الصوف.

الإستخدام المستمر للأجهزة الذكية: سواء الهاتف الذكي أو غيره، حيث يستمد الجسم الشحنات الكهربائية من هذه الأجهزة.

مخاطر الشعور بكهرباء في الجسم

لم يثبت وجود مخاطر صحية من الشعور بكهرباء في الجسم، ولكن المشكلة في هذا الشعور المزعج والذي قد يضع الشخص في موقف حرج عند التعامل مع أشخاص اخرين.

كيفية الحد من الشعور بالكهرباء في الجسم؟

هناك بعض الإجراءات التي يمكن القيام بها للحد من الشعور بهذه الكهرباء في الجسم، وهي:

المشي بأقدام حافية: فهذا يساعد في تفريغ شحنات الكهرباء الموجودة بالجسم تلقائياً من القدمين إلى الأرض.

ملامسة أي قطعة خشب: أيضاً يساعد هذا في تفريغ الشحنة الكهربائية، ويفضل الجلوس على مقعد خشبي لتجنب الشعور بالكهرباء.

إرتداء سوار نحاسي: حيث يقوم بسحب الشحنات الكهربائية الزائدة من الجسم، ويمكن أن تبقي معك قطعة من المعدن مثل سلسلة المفاتيح أو عملة معدنية، لتقوم بلمس الأسطح المختلفة من خلالها.

تجنب الملابس الصناعية بقدر المستطاع: وإستبدالها بالألياف الطبيعية، وتجنب ملامسة الحديد أو النحاس في حالة إرتداء ملابس بألياف صناعية.

وفي حالة إرتداء ملابس صناعية، فينصح أن تكون الملابس الداخلية قطنية أو من ألياف طبيعية، كذلك تجنب إرتداء الجوارب الصوفية وإستبدالها بأخرى قطنية.