

На новосибирцев обрушилась мощная магнитная буря 15 мая

Автор: Новосибирск 54
15.05.2024 08:00 -



Новосибирск 15 мая 2024 года накрыла мощная магнитная буря. Информация об этом появилась на сайте лаборатории солнечной астрономии ИКИ и ИСЗФ.

По данным портала, мощность геомагнитного удара составит пять баллов, такая магнитная буря считается достаточно сильной и может вызвать головные боли, головокружение, слабость, тошноту, ломоту в суставах и проблемы со сном.

В эти дни не рекомендуют усердствовать с физическими нагрузками и проводить много времени на работе. Для сохранения хорошего самочувствия специалисты советуют вести здоровый образ жизни.

Кроме того, в дни магнитных атак стоит пить больше воды, употреблять меньше алкоголя и соленой пищи. Лучше отказаться от тяжелой жирной еды и есть побольше фруктов. Также нужно поменьше нервничать и постараться избегать стрессовых ситуаций.

Ранее «Вести Новосибирск» писали, что местных жителей накроет [семь магнитных волн подряд](#) от мощных вспышек на Солнце.

0Т