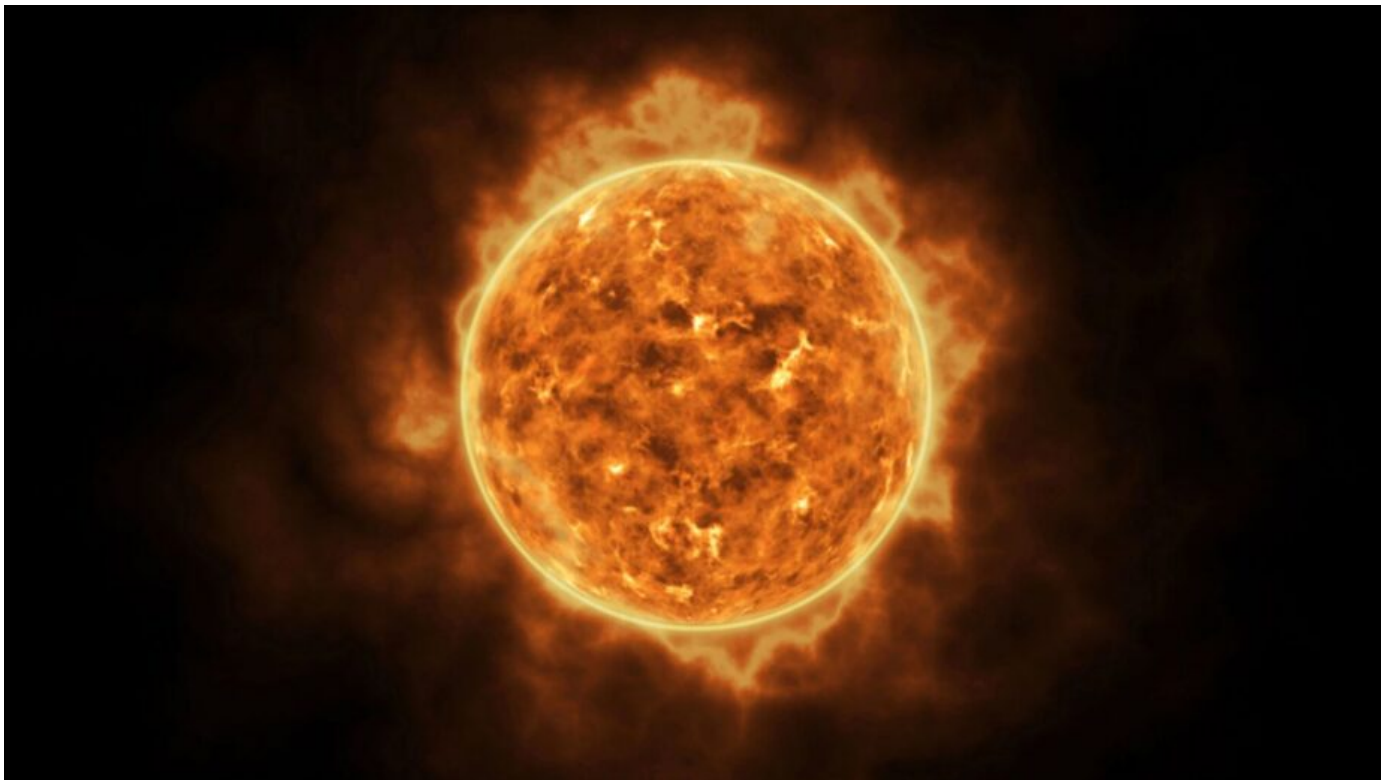


ГОЛОВНА  
ЗДОРОВ'Я

МАГНІТНА БУРЯ 10 ЧЕРВНЯ: ЧОГО ОЧІКУВАТИ ВІД СОНЯЧНОЇ АКТИВНОСТІ

## Магнітна буря 10 червня: чого очікувати від сонячної активності

08:44, 10.06.26



У середу, 10 червня, магнітна буря значно послабиться: опуститься до зеленого рівня — К-індексу 3,3.

Про це повідомили **meteoagent**, а також **Британська геологічна служба**.

Очікується, що геомагнітні умови залишатимуться переважно на спокійному рівні. Втім, за кілька днів може відбутися посилення через вплив високошвидкісного потоку з центрально розташованої корональної діри. Існує ймовірність коротких інтервалів STORM G1.

“Магнітні бурі можуть негативно впливати на здоров'я людей. Попередження про магнітні бурі допомагають контролювати фактори ризику інфарктів та інсультів у дні, що передують цим типам сонячних явищ”, – йдеться в повідомленні.

Під час магнітних бур люди можуть відчувати різні симптоми. Серед них головний біль,

запаморочення та нудота. Також можливі біль у серці, слабкість і сонливість. Деякі люди скаржаться на біль у спині та суглобах. Може підвищуватися тиск або загострюватися хронічні захворювання.

Щоб зменшити вплив магнітних бур, варто дотримуватися простих правил. Під час таких періодів важливо підтримувати здоровий спосіб життя.

Рекомендується обмежити жирну, смажену та гостру їжу. Також варто менше вживати борошняні продукти. У раціоні має бути більше сезонних фруктів, горіхів і риби.

Фахівці радять відмовитися від кави, алкоголю та сигарет. Краще замінити їх трав'яним чаєм. Корисно частіше бувати на свіжому повітрі. Також варто більше ходити пішки і регулярно провітрювати приміщення.

Магнітна буря — це збурення геомагнітного поля Землі. Воно може тривати від кількох годин до кількох діб. Причиною явища стають потоки сонячного вітру. Вони взаємодіють із магнітосферою нашої планети.

Такі бурі можуть впливати на техніку та електронні системи. Іноді вони викликають збої у роботі космічних апаратів. Також можливі проблеми з електронікою на Землі.

Вплив магнітних бур на організм людини досі вивчають. Однозначної відповіді науковці поки не мають. Проте багато людей відзначають погіршення самопочуття під час геомагнітної активності.

Читати: У понеділок, 27 квітня, прогнозувалт низьку магнітну активність. Як повідомляє meteoaagent, на Землі була сонячна активність із K-індексом 3,7 (зелений рівень), що відповідає слабким магнітним бурям.

---

## БІЛЬШЕ НОВИН

---

**Грози та шквали повертаються:  
які області України накриє негода  
10 червня**

07:52, 10.06.26

---

**Завод, що постачав електроніку  
для російських ракет, загорівся  
після вибухів у Чебоксарах**

07:40, 10.06.26

---

**Новий Цивільний кодекс України  
отримав оцінку Ради Європи: що  
схвалили та які зауваження  
висунули**

23:04, 09.06.26

---

**Поліцейські, рятувальники та фермер об'єдналися, щоб врятувати чоловіка з-під бетонної плити**

23:02, 09.06.26

---

**На Черкащині з'ясовують обставини інциденту між представниками РТЦК та працівниками підприємства**

22:10, 09.06.26

---

**Бронювання працівників по-новому: що треба оновити до 1 вересня, щоб зберегти відстрочку**

22:03, 09.06.26

---

**"Рушаємо в літо": "Укрзалізниця" кардинально змінила розклад та додала нові рейси**

21:36, 09.06.26

---

**На кордоні з Польщею у машині "швидкої" знайшли контрабанду сигарет: водійку з України оштрафували**

21:03, 09.06.26

---

**Знайшов зброю на позиціях ворога і виставив на продаж — судитимуть військовослужбовця з Сумщини**

20:50, 09.06.26

**ПОПУЛЯРНІ НОВИНИ**



**Грози та шквали повертаються: які області України накриє негода 10 червня**

**07:52, 10.06.26**



**Завод, що постачав електроніку для російських ракет, загорівся після вибухів у Чебоксарах**

**07:40, 10.06.26**



**Новий Цивільний кодекс України отримав оцінку Ради Європи: що схвалили та які зауваження висунули**

**23:04, 09.06.26**



**Поліцейські, рятувальники та фермер об'єдналися, щоб врятувати чоловіка з-під бетонної плити**

**23:02, 09.06.26**

**НАРДЕП 24**

НАРДЕП24 (с)

«Нардеп 24» — це сучасний інформаційний портал, який оперативно висвітлює головні події України та світу. Ми публікуємо актуальні новини політики, економіки, суспільства, міжнародних відносин та технологій, забезпечуючи читачів перевіреною та об'єктивною інформацією. Наша команда стежить за найважливішими темами 24/7, щоб ви завжди були в курсі останніх подій, аналітики та експертних думок. «Нардеп 24» — це швидкий доступ до новин, яким можна довіряти.

**ВАЖЛИВЕ**

**РОЗСЛІДУВАННЯ**

**ПОЛІТИКА**

**ЕКОНОМІКА ТА БІЗНЕС**

**СУСПІЛЬСТВО**

Події

Курйози

Здоров'я

Транспорт

Екологія

Точка зору

**СВІТ**

