**О влиянии кредитов на здоровье заемщиков**

Даже когда человек оформляет кредит с полной уверенностью, что сможет справиться с его выплатой не позднее установленных кредиторов сроков, все равно подсознание переживает. А все потому, что стопроцентной уверенности в своих возможностях быть не может, всегда имеется некая доля риска связанная с внезапным серьезным заболеванием, увольнением с работы, экономическими колебаниями. Постоянно нахождение человека в стрессовой ситуации приводит к потере спокойствия.

Стресс, особенно постоянный, оказывает негативное влияние на здоровье. В таком состоянии человек не может нормально отдохнуть, в результате чего очень сильно страдаю нервная и иммунная системы. Ослабление нервной системы приводит к затяжному стрессу и депрессивному состоянию. Нарушения иммунной системы могут становиться причиной очень серьезных заболеваний, так как организм не может противостоять внешним инфекциям.

Проблемы, возникающие с нервной системой из-за кредитов, уже были научно доказаны. В результате исследований ученые установили, что человек, обремененный долговыми обязательствами, чаще страдает бессонницей, у него появляются проблемы с самооценкой. Именно среди таких граждан на 15 % выше оказались показатели душевных расстройств.

Единственным верным способом избавления от всех таких проблем является полная выплата кредита и отказ от оформления займов в дальнейшем, но такой вариант приемлемым является не для всех, ведь часто для людей оформление займа оказывается необходимостью.

В таких случаях специалисты советуют не слишком зацикливаться на кредите, и воспринимать его не только как причину появлении долга, за который придется расплачиваться длительное время, а как явление положительное, позволившее удовлетворить свои потребности или осуществить желания.