

FRIGOPHOBIE Peur du froid en général

Pourquoi ai-je si peur du froid ?

Cela peut se produire lors d'une exposition soudaine au froid ou même lors de bouffées de froid . Votre esprit pourrait mal interpréter ces sensations, ce qui peut engendrer de l'anxiété et de la panique, surtout si vous avez des antécédents de crises de panique. Vous pourriez constater une accélération de votre rythme cardiaque et une respiration superficielle en réaction à ces réactions.

Comment appelle-t-on quelqu'un qui a peur du froid ?

La **cryophobie** est la peur du froid extrême, voir d'être cryogénisé (cryogénie). Elle est considérée comme la branche de la frigophobie, la peur du froid en général.