

# GESÜNDER Leben

www.gesunderleben.at

**NACHHALTIG**  
Verpackungsmüll  
bei Kosmetik und  
Körperpflege  
einsparen

Achten Sie auf sich!

HEFT 06 JUNI 2021 € 3,-

## MINISTER IM TALK

Wolfgang Mückstein über  
Pflege, Hausarzt und  
Gesundheitserziehung

## GUT GERÜSTET

Was in einer Sport- und  
Freizeitapotheke niemals  
fehlen sollte

## ASSISTENZHUND

Lio – ausgebildeter  
Vierbeiner – und Isabella  
meistern den Alltag

# SONNENLIEBE, ABER SICHER

GENUSS OHNE REUE: SO KOMMEN SIE OHNE  
UV-SCHÄDEN DURCH DIE WARMER JAHRESZEIT

9 024700 260015 06

# Im Liebesrausch der Gefühle

Lebenslust

Warum fühlen wir uns „krank“, wenn wir verliebt sind? Botenstoffe wie das sog. Glückshormon Dopamin überschwemmen unser Denkorgan. Verliebte sind euphorisch, genau wie Suchtkranke. Dann schaltet der Geist ab. Plötzlich ist man nur noch auf eine einzige Person fixiert, alle Gedanken kreisen nur um sie. Verliebte können weder schlafen noch essen. Wenn sie nicht erwidert wird, fühlt sich Liebe wie ein schmerzliches Erlebnis an.

Als ich ein Mädchen von circa 14 Jahren war, hat mir ein alter Onkel gesagt: „Du darfst niemanden heiraten, den du nicht riechen kannst.“ Auch die Wissenschaft besagt, dass der Geruchssinn einer Frau stark mit ihrer sexuellen Befriedi-

gung zusammenhängt. Da unsere Wahrnehmung ausschlaggebend für den Orgasmus ist, können wir, wenn wir in der Lage sind, verschiedene Gerüche zu bemerken, uns dem Moment hingeben und die Empfindungen des eigenen Körpers wahrnehmen. Der Hormoncocktail ist zudem verantwortlich dafür, dass wir plötzlich durch eine rosarote Brille schauen. Wenn die Beziehung länger dauert, gewöhnt sich der Körper an die Rauschzustände und die Euphorie nimmt ab. Aus einem blinden Verliebtsein kann sich eine reife Beziehung entwickeln.

Egal welche Erfahrungen Sie bis jetzt gemacht haben, nehmen Sie sich selber nicht die Chance, sich wieder zu verlieben! ■



**Mag. Majda Moser** ist Experte für Resilienz, Leistungssteigerung, Sexualprobleme, Körpertherapie nach Alexander Lowen, Motivationsrednerin und Seminarleiterin. [www.majda-moser.com](http://www.majda-moser.com); Persönliche Fragen unter der Mehrwertnummer: 0900 529 225 (2,17€/Minute) oder an: [office@majda-moser.com](mailto:office@majda-moser.com); Terminanmeldung +43 664 356 8048



## Bringt Bewegung in Ihr Leben

Magnesium leistet einen Beitrag zur normalen Muskelfunktion

**Nr. 1**  
Marke in Österreich\*



\* Top 1 Marke in der Kategorie OTC im LH+DFH (Lebensmitteleinzelhandel und Drogeriefachhandel) im MAT Dezember 2020

Quelle: AC-Nielsen Global Snapshot OTC Austria (LEH + Drogeriefachhandel bis einschließlich KW 52.2020)

