

FRÜHLINGSGEFÜHLE – WENN DIE HORMONE LOOPINGS SCHLAGEN

GesundheitsUni im Gespräch mit **Gustav Jirikowski**, Professor am Institut für Anatomie II am Universitätsklinikum Jena.



Mit dem Frühjahr kommen Sonne, gute Laune – und Frühlingsgefühle! Aber was genau passiert da in unserem Körper? Welche Hormone sind dafür verantwortlich, dass wir andere Menschen attraktiv finden? Gibt es Unterschiede zwischen den Geschlechtern? Gustav Jirikowski, Professor am Institut für Anatomie II des Universitätsklinikums Jena, geht im Interview den berühmten Frühlingsgefühlen auf den Grund. Er spricht über Hormone, Anziehungskraft und Liebe.

Was hat es mit Frühlingsgefühlen auf sich?

Jirikowski: Eine ganze Menge! Alle Gefühle, auch die Frühlingsgefühle, entstehen im Gehirn. Sie sind Folgen der Wirkung von Hormonen, die in unserem Körper entstehen und die im Gehirn bestimmte Schaltkreise aktivieren – und die bekannten Empfindungen im Frühjahr auslösen.

Welchen Hormonen haben wir sie zu verdanken?

Jirikowski: Das sind zum einen die Geschlechtshormone, die Gruppe der Steroide. Die sind bei Männern und Frauen natürlich unterschiedlich und wirken direkt aufs Gehirn. Das ist für die Erhaltung unserer Art, für die Biologie der Vermehrung, ganz wichtig. Wir wissen ja, was diese Hormone mit uns machen. Ein anderes Hormon, das ganz wichtig für die Frühlingsgefühle ist, ist das Vitamin D. Es ist eigentlich gar kein Vitamin, sondern ein Hormon. Unser „Wohlfühlhormon“. Warum wird es gerade im Frühling aktiv? Im Frühling liefert die Sonne, unser Lebensquell, mehr Licht. Es ist länger hell, die Sonneneinstrahlung ändert sich und so bringt das UV-Licht bei uns etwas zum Laufen. Denn unsere Haut produziert das Vitamin D. Es wird dort vermehrt durch Licht gebildet und wirkt

dann aufs Gehirn. Vitamin D wird inzwischen sogar therapeutisch eingesetzt, zum Beispiel zur Behandlung von saisonalen Depressionen, wenn's also dunkel ist. Wenn wir nicht viel Sonnenlicht bekommen, dann fühlen wir uns einfach nicht besonders wohl. Vitamin D kann da einiges bewirken. Es macht sich allerdings nicht nur bei den Frühlingsgefühlen bemerkbar, sondern spielt auch eine wichtige Rolle zum Beispiel bei der Gehirnentwicklung, beim Immunsystem oder der Kalziumbildung.

Gibt es Unterschiede zwischen den Geschlechtern?

Jirikowski: Ja, die anatomischen Unterschiede zwischen Mann und Frau betreffen eben auch das Gehirn. Das männliche Gehirn erscheint auf den ersten Blick größer. Ein durchschnittliches Männergehirn wiegt 1.500 Gramm, ein weibliches Gehirn 1.250 Gramm. Wenn man das aber in Relation zum Körpergewicht setzt, ist das weibliche Gehirn 15 Prozent größer als das männliche. Und es ist auch wesentlich leistungsfähiger als das männliche. Es ist wahrscheinlich auch das ursprünglichere. Das männliche Gehirn kam in der Entwicklung erst später. Unterschiede gibt es aber auch in der hormonellen Regulation, im Empfinden,



in der Verschaltung im Gehirn. Stressreaktionen sind zum Beispiel geschlechtsspezifisch. Während Männer auf Dauerstress mit Sucht reagieren, führt bei Frauen Stress eher zu Depressionen. Oder nehmen wir das „Liebeshormon“ Oxytocin. Das regt bei der Geburt bei Frauen den Milcheinschuss und die Uteruskontraktionen an. Beim Mann spielt es bei der Ejakulation eine Rolle.

Warum finden wir andere Menschen attraktiv?

Jirikowski: Das ist individuell unterschiedlich. Attraktivität, Schönheit, liegt immer im Auge des Betrachters. Es gibt nichts allgemein verbindlich Schönes. Aber wahrscheinlich spielt eine ganze Reihe von Faktoren eine Rolle, die wir gar nicht so bewusst wahrnehmen. Zum Beispiel die Gerüche. Tiere kommunizieren olfaktorisch. Für einen Hund hat ein Hydrant ungefähr dieselbe Bedeutung wie für uns die Bunte oder die Bild-Zeitung. Er kann da direkt riechen, wer mit wem, wer da war und wer wen mag. Auch wir Menschen

nehmen Gerüche von unserem Gegenüber wahr und diese Gerüche, diese Geruchsstoffe, gehören auch zu den Hormonen, die aufs Gehirn wirken.

Ist Liebe eigentlich Kopfsache?

Jirikowski: Liebe ist selbstverständlich Kopfsache! Ohne Sinnesorgane, ohne Empfinden, ist Liebe nicht möglich. Natürlich kann man so etwas Komplexes wie eine lebenslange Partnerschaft nicht auf ein paar Hormone reduzieren. Aber sie sind das, was unser System sozusagen zum Laufen bringt und am Laufen hält.

Haben Sie einen Experten-Tipp für Menschen auf Partnersuche?

Jirikowski: Schnuppern Sie an Ihrem Partner! Der Geruchssinn ist der nachhaltigste der Sinne, der Ihnen wirklich Informationen über Zuneigung und dauerhafte Partnerschaft gibt. Ihr Sehsinn, Ihr Gehörsinn, können Sie täuschen.



Veranstaltungstipp: Jenaer Abendvorlesung

Einmal monatlich veranstaltet die GesundheitsUni Jena, unterstützt vom Förderverein des Klinikums, eine Vorlesung zu ausgewählten medizinischen oder wissenschaftlichen Themen. Das kostenlose Angebot richtet sich sowohl an betroffene Patienten und Angehörige, als auch an medizininteressierte Bürger. Im Anschluss an den Vortrag haben Sie Gelegenheit, Fragen an den Referenten zu stellen. Das aktuelle Programm finden Sie im Internet unter www.gesundheitsuni-jena.de. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!