

*Спиридонов Д. С.*

**DER KUSS IST DER ÄLTESTE EMOTIONALE REFLEX.  
SEINE VOR- UND NACHTEILE**

*Научный руководитель Тарашкевич Е.И.*

*Кафедра иностранных языков факультета повышения  
квалификации и переподготовки кадров учреждения образования  
«Военная академия Республики Беларусь», г. Минск*

Der ganze Nutzen von Küssen ist nicht mit den Folgen von Krankheiten vergleichbar, bei denen Sie das Risiko haben, sich anzustecken. Wie oft fragen Sie sich im Moment eines Kusses, warum Sie es tun und was nützt es Ihnen? Höchstwahrscheinlich haben Sie sich solche Fragen selten gestellt, weil ein Kuss ein besonderer emotionaler Moment ist. Zum Beispiel ist der erste Kuss, wenn Sie sich auf die Forschung von Wissenschaftlern verlassen, eine hellere Erinnerung als der erste Geschlechtsverkehr. Emotionale Befriedigung durch einen Kuss ist unbestritten, aber es lohnt sich, mehr über die Vor- und Nachteile von Küssen für die Gesundheit zu erfahren. Lange und leidenschaftliche Küsse stimulieren die Immunität, verbessern die Durchblutung des Gehirns, steigern die Kreativität und Stimmung und ermöglichen es Ihnen, mit vielen Krankheiten umzugehen.

Die Wissenschaft, die die Veränderungen untersucht, die unter dem Einfluss eines Kusses im menschlichen Körper auftreten, nennt man Philematologie. Studien, die seit 1981 unter der Schirmherrschaft der WHO durchgeführt wurden, haben es Wissenschaftlern ermöglicht, zu dem Schluss zu kommen, dass die wohltuende Wirkung von Küssen auf die Physiologie und Psyche des Menschen lange unterschätzt wurde.

Kuss ist ein guter Kompatibilitätssensor. Das erste, was uns hilft, den Wunsch zu erkennen, eine Person zu küssen, sind unsere Augen. Bevor wir uns küssen, schauen wir uns die Lippen an. Frauen heben Lippen häufig mit hellem Lippenstift hervor und ziehen dadurch einen Mann oder vielmehr seinen Blick an. Das zweite ist der Geruch. Die Nase des Mannes ist der Partnerin sehr nahe, wenn er küsst. Es gibt uns die Möglichkeit zu riechen. Sie können demnach nachvollziehen, ob unser Partner gesund ist und ob er genetisch zu uns passt. Kuss, und die Natur selbst wird Ihnen sagen, ob es Ihre Person ist oder nicht.

Ist Ihnen aufgefallen, dass das Herz nach dem Kuss vor Freude zitternd aus der Brust springen will? Diese gesunde Körperreaktion stimuliert das Herz-Kreislaufsystem. Beim Küssen wirkt es besser und setzt Katecholamine frei - Substanzen, die die Herzfrequenz erhöhen, den Druck leicht erhöhen. Der Zustand des Körpers nach einem Kuss kann mit den Indikatoren nach einem kleinen Lauf verglichen werden. Denken Sie daran, wenn Sie morgens nicht zum Laufen aufstehen möchten, küssen Sie einfach Ihre Liebste. Die gesundheitlichen Vorteile sind die gleichen und die Stressresistenz ist auch höher. Stressbewältigung Wenn sich die Lippen berühren, sinkt der Spiegel des Hormons Cortisol, das bei Stress freigesetzt wird. Dies produziert Oxytocin oder "Liebeshormon". Wendy Hill, Professorin für Neurologie am American College Lafayette (PA), fand während klinischer Studien heraus, dass der Kuss biochemische Reaktionen auslöst, die den Spiegel des Stresshormons Cortisol senken und gleichzeitig die Konzentration des Liebeshormons Oxytocin erhöhen. Deshalb sind Menschen, die leidenschaftliche Küsse lieben, optimistisch und fröhlich und erreichen leicht persönlichen und beruflichen Erfolg.

Kuss erhöht den Stresswiderstand und lindert nervöse Spannungen. Also, wenn Ihre Emotionen wild werden, dann ist es Zeit, eine angenehme Erfahrung zu machen. Stärkung der Immunität. Der Austausch von Mikroflora zwischen den Partnern während eines Kusses stimuliert das Immunsystem, um die Mundhöhle und die Atemwege zu schützen. Es findet ein natürlicher Austausch infektiöser Reize statt, der das Immunsystem stärkt. Lungenstimulation Beim Küssen steigt nicht nur die Herzfrequenz, sondern auch die Anzahl der Atemzüge. Wir atmen dreimal häufiger ein und reinigen so die Lunge.

Der ganze Nutzen von Küssen ist nicht mit den Folgen von Krankheiten vergleichbar, bei denen Sie das Risiko haben, sich anzustecken.