



Knutschen auf dem Campus - Liebe oder Hormonschwankungen?

# Hochkonjunktur für Gefühle

Sie machen den Campus wieder sexy und den Uni-Alltag zum Paradies für alle Flirtwilligen - Frühlingsgefühle. Doch die Schmetterlinge im Bauch sind nur ein Produkt unserer Hormone.

**S**ie sind einfach einem Gefühl gefolgt. Was es war, können sie beide nicht genau sagen. Nun sitzen Kati und Lukas grinsend über ihrem Bier und wissen nicht, was sie sagen sollen. Während sie sich fragt, ob SIE schon wieder bereit für eine Beziehung ist, versucht ER sich zu erinnern, wie ihre Brüste ohne BH ausgesehen haben. Er will eigentlich nichts Festes anfangen, nur ein bisschen unverbindlichen Spaß, mit Option auf mehr. Vor ein paar Tagen sind sie im zusammen im Bett gelandet und haben das getan, was einige nach ein paar Tequila so tun. Was sie am anderen so gut finden, wissen sie selbst nicht, da war einfach so ein Gefühl.

## Minirock statt Schal

Nicht nur Kati und Lukas, sondern viele der über elf Millionen Singles in Deutschland tauschen momentan wieder vermehrt heiße Blicke aus. Frühling liegt in der Luft und damit auch immer ein bisschen Sex und Liebe. Der Hormonforscher Dr. Burkhard Herrmann von der Universität Duisburg-Essen kann diesen Frühlingszustand verstehen und erklären: „Es ist ganz

normal, dass wir im Frühjahr offener für Neues sind. Gerade optische Reize machen uns neugierig.“ Und optische Reize gibt es im Frühling mehr als genug - nicht nur die Natur zeigt sich von ihrer schönsten Seite, auch die Menschen setzen mehr auf T-Shirt und Mini-Rock als auf Schal und dicke Jacke.

Um zu verstehen, was Lukas dazu gebracht hat, in Katis Ausschnitt zu starren, muss man sich in die letzten Hirnwindungen des Menschen begeben. Doch erst einmal eines vorweg: Es gibt nicht nur ein spezielles Hormon für Frühlingsgefühle, das sich pünktlich zum Frühlingsanfang wieder meldet. Doch was macht uns zur Zeit so aktiv, vor allem wenn es um die Liebe geht?

So modern wie unsere Gesellschaft sein mag, die Natur gibt immer noch den Takt an: Sobald sich die ersten Sonnenstrahlen wieder sehen lassen, fühlen wir uns einfach lebendiger. Die Tage wer-

den länger, die Nächte kürzer und umso heißer. Dabei sind sich Forscher uneinig, ob der moderne Mensch wirklich noch sensibel für die Veränderungen der Natur ist. Schließlich können wir

uns sieben Tage in der Woche, 24 Stunden lang von künstlichem Licht bestrahlen lassen. Und viele Frauen sind, hormonell gesehen, durch die Einnahme der Pille permanent scheinsschwanger. „Der entscheidende Punkt ist, dass wir das Licht im Frühjahr nicht nur sehen, sondern auch wahrnehmen.“, sagt der Endokrinologe.

Wir nehmen also, ob Single oder nicht, die Sonnenstrahlen über das Auge auf und leiten Impulse an unser Großhirn weiter. Von dort aus geht es zu unserem „Tor zum Hirn“, dem Hypothalamus. Hier docken die

Stress- und die Glückshormone an. Der Hypothalamus leitet die Impulse an die Hirnanhangsdrüse weiter. Die ist die zentrale Stelle für unsere Hormone und damit für unsere Lust und Laune zuständig. Was kompliziert klingen mag, muss man sich einfach als Schienennetz im öffent-



Dr. Burkhard Herrmann, Hormonspezialist

lichen Nahverkehr vorstellen, mit zwei großen Bahnhöfen in einer Stadt und einigen U-Bahn-Haltestellen. Genauso werden von der Hirnanhangsdrüse die Informationen auf dem Blutweg an unsere Drüsen weitergeleitet. Das Frühlingsgefühl ist wie ein Dominoeffekt, der jedes Jahr ausgelöst wird: Die zuständigen Hormone arbeiten das ganze Jahr über in uns, durch die Sonnenstrahlen wird aber ein Stein angestoßen. So sind die Hormone Serotonin, Melatonin und Dopamin vom Wetter abhängig.

## Hormonschwankungen

Das Melatonin ist das Schlafhormon – je sonniger es ist, desto weniger produzieren wir davon, wir fühlen uns wacher und somit aktiver. Das Serotonin ist für unser Glück zuständig, aber im Einzelnen auch für den Schlaf und den Appetit. Je mehr unser Körper vom Glückshormon Serotonin produziert, desto weniger Melatonin schüttet er aus. Das Dopamin ist streng genommen kein Hormon, sondern ein Neurotransmitter, also ein Botenstoff in unserem Nervensystem. Es stimuliert unsere Motivation, Aufmerksamkeit und unsere Libido. Der Wetterumschwung im Frühling regelt das Dopamin und das Serotonin. Dabei ist nicht die Höhe des Hormonspiegels ausschlaggebend, sondern die Schwankung als solche. „Wir treiben im Frühjahr mehr Sport, weil wir so viel Energie haben. Wir gehen einfach mehr raus, setzen das positive Gefühl in ein aktives um“, sagt

der Hormonspezialist Burkhard Herrmann von der Uni Duisburg-Essen.

Das Frühlingsgefühl an sich ist also ein Zusammenspiel unserer Hormone und hat wenig mit Romantik zu tun. Die Hormone schlummern das ganze Jahr in uns und werden durch die ersten Sonnenstrahlen vermehrt aktiv. Dass wir so aktiv sind, freut alle, die an der Liebeslust verdienen können: Der Absatz der Kondome steigt im Frühjahr deutlich an und auch Singlebörsen verzeichnen mehr Zulauf. „Der Frühling ist auf jeden Fall eine Hochsaison im Bereich der Partnersuche. Nach Ostern kann man fast zusehen, wie die Neuanmeldungen in die Höhe schießen“, sagt Christian Henne von der Single-Börse neu.de. Je aktiver wir also gegen das Alleinsein kämpfen, desto mehr profitiert die Wirtschaft davon. Der Kondomhersteller Durex verzeichnet vor allem im Frühjahr steigende Absatzzahlen, das Hoch des Jahres wird im Sommer erreicht. Ereignisse wie die Weltmeisterschaft bringen unsere Libido und das Gummi-Geschäft zusätzlich auf Hochtouren.

## Nicht nur für Frischverliebte

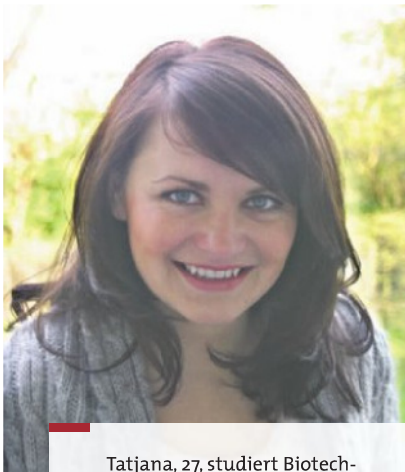
Doch der Frühling ist nicht nur für Singles der perfekte Anfang für etwas Neues: Auch Paare, die schon länger zusammen sind, entdecken sich im Frühjahr neu. Nicht umsonst spricht der Volksmund vom „zweiten Frühling“. Wer sich das Ge-

fühl des Frischverliebtseins bewahren möchte, sollte das tun, was Frischverliebte tun: immer wieder Neues ausprobieren, das bringt die anfängliche Neugier zurück. „Ein neuer Haarschnitt kann Wunder bewirken. Mein Partner nimmt mich wieder wahr, anstatt mich nur anzusehen. Weg von der dunklen Kleidung, hin zu allem, was frisch ist. Dann kann auch Ihr langjähriger Partner sich wieder neu in Sie verlieben“, weiß Hormonforscher Herrmann.

Was bleibt also vom viel besungenen Lenz? Ein paar Hormonschwankungen, die uns gute Laune bringen und Liebe, die das erste Jahr nur durch Doping überlebt.

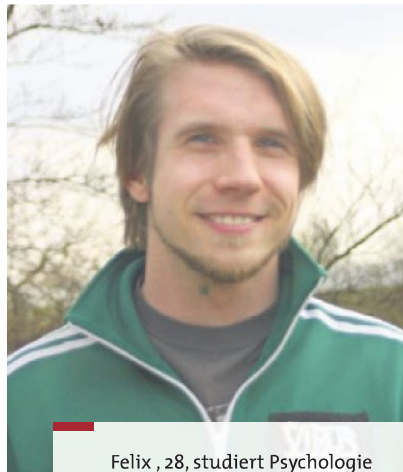
text Christina Hahn  
fotos Viktoria Vigh / Christina Hahn

# EURE FRÜHLINGSGEFÜHLE



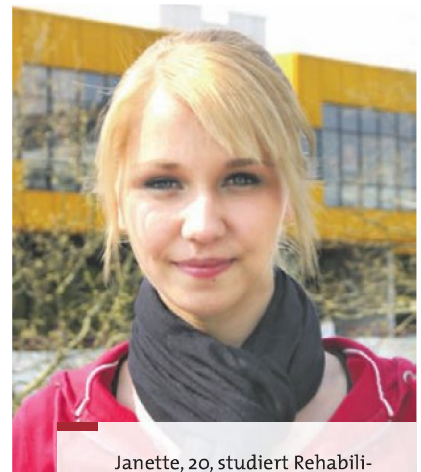
Tatjana, 27, studiert Biotechnik an der Uni Duisburg-Essen

„Die Sonne scheint, alle kommen aus ihren Löchern gekrochen. Da sieht man Menschen, die man das ganze Jahr über nicht gesehen hat. Es wird immer wärmer, die Kleidung wird immer dünner, da ist es kein Wunder, dass Sex in der Luft liegt. Auf unserer Liegewiese vor der Uni kann man seit Tagen beobachten, wie das Lernen von der Bibliothek auf die Wiese verlagert wird.“



Felix, 28, studiert Psychologie und Englisch an der TU Dortmund

„Bei dem Sonnenschein geh ich natürlich mehr raus, vor allem, um Sport zu treiben. Klar, ich flirte auch mehr im Frühling: Gerade beim Sport klappt das ganz gut. Ich bin offen für Neues und geh auch auf Menschen zu, vielleicht mag ich deswegen den Frühling. Das beste am Frühlingsgefühl ist aber, dass der ganze Dreck des Winters einfach abfällt.“



Janette, 20, studiert Rehabilitationswissenschaften an der TU Dortmund

„Im Frühling bin ich eindeutig besser gelaunt und hab dementsprechend mehr Lust zu flirten. Bei einem Kaffee oder einem Cocktail schaue ich gern zwei Mal hin – alles andere muss sich einfach ergeben, denke ich. Ich hab allerdings auch kein Problem damit, einen Typen anzusprechen.“