

## Sex bringt das Immunsystem in Schwung

**Essener Wissenschaftler haben Auswirkungen von Streß und Erotik auf die Abwehrmechanismen untersucht**

**HANNOVER (grue). Sex aktiviert das unspezifische Immunsystem. Ob Sex auch das Leben verlängert, ist aber noch unklar, britische Studien lassen dies jedoch vermuten.**

Wissenschaftler der Uni Essen haben untersucht, wie sich Streß oder sexuelle Stimulation auf das Hormon- und auf das Nervensystem auswirken. Bei Tandem-Fallschirmspringern - und zwar bei den Neulingen am Fallschirm - beobachteten die Forscher, daß nach der Landung der Blutdruck stark erhöht und das sympathische Nervensystem extrem aktiviert war. Außerdem wurden erhöhte Kortison-, Prolaktin- und Wachstumshormon-Spiegel gemessen. Das Immunsystem reagierte auf den Streß mit einer unspezifischen Aktivierung - die Zahl der natürlichen Killerzellen (NK-Zellen) stieg.

In einer weiteren Studie wurde geprüft, ob sexuelle Stimulation ähnlich wirkt. Dabei sahen elf Probanden zunächst 20 Minuten lang eine Tier-Dokumentation und dann für 20 Minuten einen erotischen Film. Nach zehn Minuten sollten sie dabei durch Masturbation zum Orgasmus kommen. Während weiterer 20 Minuten lief dann erneut der Tierfilm. Probanden einer Kontrollgruppe sahen eine Stunde lang nur den Tierfilm.

Ergebnis: Die sexuelle Stimulierung bewirkte eine kardiovaskuläre und sympathoadrenale Aktivierung mit Leukozytose und einem Anstieg der NK-Zell-Zahl auf das Doppelte. Besonders auffallend: Der vorübergehende starke Prolaktinanstieg nach dem Sex, der im Sinne eines negativen Feedbacks die Lust auf weiteren Sex dämpft. Dagegen stiegen die Streßhormone Kortison und Somatotropin - im Gegensatz zum Streß beim Fallschirmspringen - kaum. Fazit: Sex ist - gemessen an den Hormonen Kortison und Somatotropin - kein Streß, bringt aber ebenfalls das unspezifische Immunsystem in Schwung.

Stellt sich die Frage, ob häufiger Sex das Leben verlängert. "Darüber wissen wir noch zu wenig", so Professor Manfred Schedlowski von der Universität Essen, "aber britische Studiendaten lassen einen solchen Zusammenhang vermuten".