

Liebeshormon

Und täglich eine Dosis Vertrauen

Die Kombination aus Oxytocinspray und Psychotherapie gilt als Hoffnung für Autisten und Menschen mit sozialen Ängsten.

VON UTE BRÜHL

Oxytocin. Der Stoff mit sperrigem Namen hat eine wunderbare Aufgabe: Er gilt als das „Liebeshormon“ und bewirkt, dass wir Nähe zu Mitmenschen aufbauen können. Besonders viel des „Kuschelhormons“ wird ausgeschüttet, wenn wir unserem Partner ganz nahe sind – beim Sex.

Überhaupt scheint die Fortpflanzung ohne Oxytocin kaum möglich: Der Botenstoff löst Wehen aus, regt die Milchproduktion beim Stillen an und sorgt für eine enge Mutter-Kinder-Bindung (siehe Grafik rechts).

All diese Eigenschaften sind ein Grund, weshalb das Liebeshormon mittlerweile zum Darling der Forscher avanciert ist. „Die Studien dazu sind zahlenmäßig geradezu explodiert“, sagt Markus Heinrichs, Psychologe an der Uni Freiburg. Als Pionier dieser Forschungsrichtung arbeitet er selbst schon zehn Jahre an dem Thema.

Die Psychologen interes-

siert nicht nur, wie Oxytocin wirkt. Sie setzen auch große Hoffnungen in den Stoff: Könnte er doch in Zukunft vielen psychisch Kranken helfen.

„Derzeit wird weltweit intensiv an einer Kombination von Oxytocinspray und Psychotherapie geforscht. Gute Aussichten bestehen hier vor allem für Patienten mit sozialen Ängsten oder einer Borderline-Störung.“ Betroffene misstrauen phasenweise jedem, in Krisen machen sie komplett zu.

„Erste Versuche zeigen, dass das Hormon Autisten besser mit ihrem Mitmenschen kommunizieren lässt.“ Denn diese produzieren in ihrer Hirnanhangsdrüse weitaus weniger Oxytocin als andere. Das Hormon, das uns zum sozialen Wesen macht, ist verantwortlich für Nähe, Liebe, Beziehung und Vertrauen. Manche Psychologen setzen es deshalb auch in der Paartherapie ein.

Unterstützend Ist Oxytocin das neue Wundermedikament? Wissenschaftler Heinrichs ist vorsichtig: „Ein Medikament im klassischen Sinn ist es nicht. Es kann nur unterstützend eingreifen. Wir sind gerade dabei, eigene Therapien zu entwickeln: Patienten bekommen Oxytocin verabreicht, danach erhalten sie eine darauf abgestimmte Psychotherapie.“

Ein Wundermittel ist das Hormon auch deshalb nicht, weil der Mensch viel zu komplex ist. Es reicht nicht, nur einen einzigen Stoff zu verabreichen: „Nicht jeder, der zu wenig Oxytocin produziert, ist sofort sozial auffällig. So viel wissen wir. Der Körper verfügt über eine Vielzahl an Mechanismen, um eine Hormonstörung auszugleichen.“ Vergleichbar sei das mit einem Jet, in dem immer noch ein Triebwerk funktioniert, wenn das andere ausfällt.

Folglich belächelt der Experte auch Wirkstoffe, die man übers Internet beziehen kann. Aufgetragen wie ein Parfum sollen sie dafür sorgen, dass uns unsere Umwelt vertraut: „So einfach geht's Gott sei Dank nicht.“

OXYTOCIN

Ein Hormon, das Vertrauen schafft.

Was wir lieben, schützen wir. Daher steigt der Oxytocinspiegel, wenn wir unsere Familie **bedroht** sehen. Wir werden gegenüber Angreifern aggressiv.

Das Hormon bewirkt, dass wir anderen Menschen vertrauen. Es hilft uns, den richtigen **Partner** zu finden und ihm auch treu zu sein.

Beim **Orgasmus** werden hohe Dosen des Hormons ausgeschüttet und bewirken danach, dass die Partner entspannt und müde sind. Es entsteht ein Gefühl der Verbundenheit und Nähe.

Oxytocin löst bei der **Geburt** Wehen aus. Mediziner verabreichen das Hormon manchmal als Nasenspray, um die Wehen auszulösen oder zu verstärken.

Der Milchfluss beim **Stillen** wird erhöht. Sowohl Mutter als auch Kind produzieren Oxytocin. So wird deren Bindung gestärkt.

KURIER Grafik: Eber, Fotos: Fotolia

► Wühlmäuse

Warum manche Tiere immer fremdgehen

Präriewühlmäuse sind einander meist ein Leben lang treu. Die Bergwühlmäuse treiben es hingegen ganz schön bunt. Sie wechseln häufig ihre Sexualpartner.

Ursache für das unterschiedliche Verhalten der Tiere ist wohl der Botenstoff Oxytocin. Zu diesem Schluss kommen Wissenschaftler nach Versuchen an den kleinen Nagern:

Injizierte man den an und für sich treuen Präriewühlmäusen einen Stoff, der die Oxytocin-Ausschüttung im Gehirn hemmt, waren sie genauso polygam wie Bergwühlmäuse.

Normalerweise wird das „Treuehormon“ bei den Präriewühlmäusen während des Liebesspiels in sehr großen Mengen ausgeschüttet.

Wahrscheinlich beeinflusst aber nicht die Menge an ausgeschüttetem Oxytocin das soziale Bindungsverhalten der Mäuse, sondern die spezifische Ausbildung von Oxytocin-Rezeptoren im Präriewühlmaus-Gehirn.

Denn die Rezeptorverteilungen im Gehirn von Prärie- und Bergwühlmäusen unterscheiden sich.



Monogam: Präriewühlmäuse bleiben einander ein Leben lang treu



„Erste Versuche mit Oxytocin zeigen, dass Autisten besser kommunizieren können.“

Markus Heinrichs Psychologe

ÜBERBLICK

Initiative: Tag der seltenen Krankheiten

Zwischen 6000 und 8000 seltene Krankheiten (nicht mehr als ein Betroffener pro 2000 Einwohner) sind in der EU bekannt. Der 28. 2. ist der internationale Tag dieser seltenen Krankheiten. Er soll auf die Probleme der Betroffenen und ihrer Angehörigen (in Österreich rund 400.000) aufmerksam machen: Oft fehlt es nicht nur an Therapien, sondern auch an landesweit einheitlich geregelten Therapiezugängen. Gesundheitsminister Alois Stöger hat jetzt eine „Nationale Koordinationsstelle für Seltene Erkrankungen“ eingerichtet (www.orphanet-austria.at).

Übergewicht: In der Gruppe abnehmen

Frauen und Männern, die ihr Übergewicht loswerden wollen, bietet das Institut für Frauen- und Männergesundheit (FEM, FEM Süd, MEN) ab März kostengünstige Kurse in der Gruppe an. Diese werden von Psychologen geleitet und von Experten aus den Bereichen Ernährung, Medizin und Bewegung mitgestaltet. Die wöchentlichen, deutsch- oder türkischsprachigen Treffen im 15. Bezirk in Wien werden durch ein Bewegungsprogramm abgerundet. Infos unter www.rundum-gsund.at und ☎ 01 / 60 191 / 52 01.

Prostatakrebs: Frühe Glatze Risikofaktor?

Männer, die schon mit 20 ihre Haarpracht verlieren, erkranken zwei Mal häufiger an Prostatakrebs als Männer, bei denen dies erst mit 30 bis 40 der Fall ist. Das ist das Ergebnis einer französischen Studie. Allerdings muss diese Erkenntnis noch in weiteren Studien bestätigt werden. Sollte dies aber der Fall sein, könnte man Betroffene engmaschiger überwachen bzw. ihnen eine medikamentöse Prophylaxe mit speziellen Medikamenten (Antiandrogenen) empfehlen. Letztere senken das Erkrankungsrisiko.

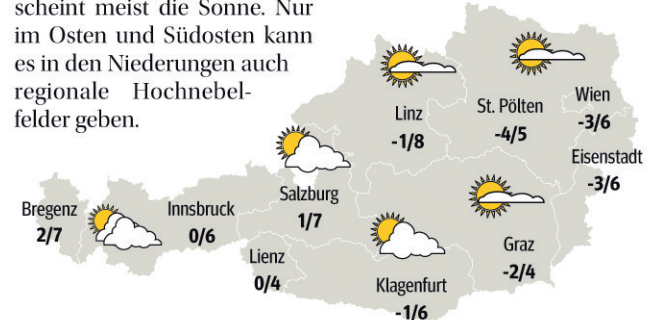
WETTER

Im Westen und Südwesten zunächst trüb

Wetterlage: Der Störungseinfluss lässt rasch nach, das Wetter bessert sich im Laufe des Tages. Von Dienstag bis Freitag kündigt sich sonniges und trockenes Hochdruckwetter an.

Aussichten: Im Westen und Südwesten schneit oder regnet es zunächst noch etwas. Die Schneefallgrenze liegt zwischen 600 und 1100 m. Sonst scheint meist die Sonne. Nur im Osten und Südosten kann es in den Niederungen auch regionale Hochnebelfelder geben.

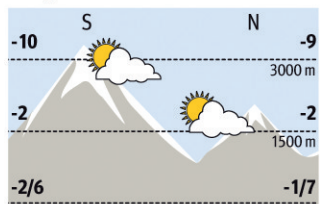
Vorschau auf Dienstag: In der Früh und am Vormittag gibt es besonders in den Niederungen ein paar Nebel- und Hochnebelfelder, sonst scheint meist die Sonne. Der Wind weht schwach bis mäßig, im Alpenvorland Ober- und Niederösterreichs teils auch etwas auffrischend aus Richtung Ost.



Biowetter

Wetterfühlige müssen sich auf Beeinträchtigungen des allgemeinen Wohlbefindens einstellen. Kreislaufbeschwerden, Kopfschmerzen und Konzentrationsstörungen können mit dem Wetter in Zusammenhang gebracht werden. Auch Rheumatischer klagen nun immer wieder über heftige Schmerzen.

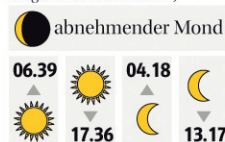
Bergwetter



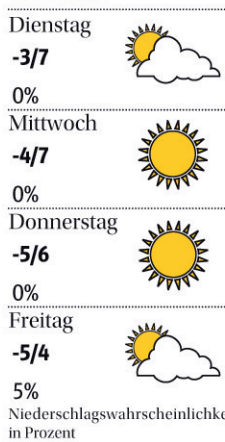
Im Ostteil Berge frei und sonnig. Sonst zunächst noch bewölkt, später auch hier freundlich.

Sonne / Mond

Bezugsort Wien (Salzburg ca. +14, Bregenz ca. + 28 Minuten)



Vorschau



Europa

