

## Körperliche Stressreaktionen

Ein Reiz wird wahrgenommen und vom Gehirn als möglicher Gefahrenreiz interpretiert. Hormonausschüttungen und Folgeaktionen führen zu ...

- Beschleunigung des Herzschlags
- Verstärkung des Pulsschlags
- Freisetzung von Fettreserven/Zucker
- stärkerer Muskeldurchblutung
- schnelleren Muskelreaktionen
- Anstieg der Blutgerinnung

Gleichzeitig erfolgt die Drosselung aller für den Moment der Gefahr nicht benötigten Körpervorgänge:

- Eingeweide/Haut schlechter versorgt
- Verdauung vernachlässigt
- Stoffaufbau wird verhindert
- Hemmung der Sexualfunktion
- Blockade von Gehirnschaltungen