

Blagodati seksa

Autor IntimateMedicina.com.hr
Subota, 08 Svibanj 2010 20:39



Mnogobrojni znanstvenici tvrde da su redoviti spolni odnosi ključ vječne mladosti i dobrog tjelesnog i duševnog stanja svakog pojedinca. Dokazano je da seks ima i ljekovit učinak, osobito kod bolesti psihosomatskog izvora, a olakšava i rješava i brojne druge zdravstvene probleme. Navest ćemo neke blagodati redovnog i kvalitetnog ljubavnog života.

Jača srčani mišić

Tijekom seksa naše disanje postaje dublje i brže što povećava razinu kisika u krvi i jača srčani mišić. Za vrijeme spolnog odnosa se također povećava razina ženskog hormona estrogena, koji je poznat po svojim blagotvornim učincima na srce.

Snižava kolesterol

Kod muškaraca se tijekom seksa povećava razina testosterona koji pomaže jačanju kosti i mišića, a istovremeno snižava razinu kolesterola, masnoće u krvi koja dovodi do začepljenja krvnih žila.

Prevenira rak prostate

Odličan je za zdravlje prostate. Istraživanja su pokazala da muškarci s redovitim seksualnim odnosima rjeđe oboljevaju od raka prostate. Redovna ejakulacija stimulira prostatu i jamči njeno zdravlje do kasnih godina.

Olakšava tegobe PMS-a

Jedno istraživanje je potvrdilo da seks olakšava menstrualne tegobe. U istraživanju je

Blagodati seksa

Autor IntimateMedicina.com.hr
Subota, 08 Svibanj 2010 20:39

sudjelovalo više od 1 000 žena. One žene koje su imale redovite spolne odnose rjeđe su se tužile na predmenstrualne i menstrualne bolove.

Održava tjelesnu vitkost

Stručnjaci tvrde da sa seksom tri put na tjedan tijekom jedne godine potrošite 7 500 kalorija što odgovara trčanju 120 kilometara, pa redovna seksualna aktivnost pomaže reguliranje tjelesne težine.

Stvara povjerenje i povezanost

Iako ne spada u zdravstvene blagodati, povjerenje među partnerima koje se stvara intimnim odnosom punim nježnosti i pažnje najvažnija je blagodat ljubavnog čina.

IntimateMedicine.com.hr

Blagodati seksa

Autor IntimateMedicina.com.hr
Subota, 08 Svibanj 2010 20:39
