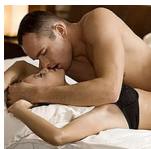


Причини за секојдневен секс

Напишано од Unevski
Четврток, 04 Февруари 2016 18:28



Ако мислевте дека задоволството е единствена корист од сексот, се лажете. Водењето љубов е добро за вашето севкупно здравје, а доколку тоа го практикувате секојдневно, дури е и подобро, тврдат експертите.

Не само што ќе ви помогне за подобар сон, намалување на стресот и согорување на калориите, туку сексот ќе го подобри и вашето кардиоваскуларно здравје.

Го зајакнува имунитетот

Редовниот секс го зголемува нивото на имунолошките антитела во организмот кои ве прават поотпорни на болести и вируси како што се грипите и настинките.

Го намалува стресот

Поради стресот луѓето често се нерасположени за секс, но истражувањето покажа дека редовниот секс го подобрува расположението и ве прави посреќни.

Ги ублажува болките

Ако сте едни од оние лица на кои главоболката им е изговор да не се впуштате во жешките игри со вашиот партнер, грешите. Кога се приближувате до оргазмот, нивото на хормонот окситоцин се зголемува за пет пати, а познато е дека токму тој ендорфин ги намалува болките.

Го продолжува животниот век

Оргазмот ослободува хормон наречен "dehydroepiandrosterone". Овој хормон го подобрува имунитетот, ги поправа ткивата и го чува здравјето на вашата кожа. Мажите кои имаат најмалку два оргазма неделно живеат подолго од мажите кои имаат секс само еднаш месечно, покажало истражувањето.

Причини за секојдневен секс

Напишано од Unevski

Четврток, 04 Февруари 2016 18:28

Ја подобрува циркулацијата

За време на сексот срцето работи забрзано, а свежа крв доаѓа до органите и ќелиите. Покрај тоа, телото ги отфрла токсините и другите супстанции поради кои се чувствуваат изморено.

Го подобрува сонот

Сонот по сексот е многу подобар и поопуштен. А добриот сон е гаранција за подобро здравје и добра концентрација.

Ја подобрува кондицијата

Доколку одењето во теретана ви претставува мачење, постои подобар начин да се решите од вишокот на масното ткиво и да останете во топ форма. Редовниот секс ќе направи чуда за вашата линија. Само половина час водење љубов согорува повеќе од 80 калории.