



# DIE MACHT DER HORMONE

*Unsichtbare Strippenzieher*



## TOPAGENTEN IM MINIFORMAT

Deine Power, deine Stimmung, dein Antrieb, deine Lust auf Sex, deine Figur, sogar die Art, wie du alterst – das alles ist Chefsache der mikroskopisch kleinen Boten mit den Superkräften.

»Das sind die Hormone!« Diese oft gehörte Behauptung soll angeblich erklären, warum Frauen periodisch wiederkehrend so schlecht gelaunt sind, warum dir im Kino bei

der alles entscheidenden Szene die Tränen kommen und warum sich Paare unmittelbar nach dem Sex oft am besten verstehen.

Aber die Hormone sollen auch dahinterstecken, wenn Teenager Pickel bekommen, wenn wir uns Hals über Kopf verlieben oder du zeitweise nichts anderes als Sex im Kopf hast (wobei es sich dabei eher um eine Hormonsache der Männer handeln soll).

Mit diesen Beispielen hört es aber noch lange nicht auf: Dein Heißhunger auf Fast Food oder auch das Gegenteil, die Appetitlosigkeit bei Kummer – alles die Hormone. Ach ja, auch wenn du plötzlich ins Schwitzen kommst, aus heiterem Himmel zunimmst, obwohl du gar nicht mehr isst als sonst (wobei, wer von uns weiß das schon so genau?), und auch wenn du in der Nacht nicht durchschlafen kannst, obwohl du todmüde bist und den ganzen Tag Stress

hattest: auch das die Hormone. Da fragt man sich doch: Wer hat in meinem Körper eigentlich die Hosen an, ich oder meine Hormone?

**Es gibt in unserem Körper keine einzige Zelle, die nicht durch die Arbeit der Hormone beeinflusst und gesteuert wird.**

## **ALLESKÖNNER, ODER WAS?**

Die Liste der Zustände und Abläufe, für welche die Hormone, also die Botenstoffe in

unserem Körper, zuständig sind, könnte man ewig weiterführen. Sie scheint endlos – sie ist aber vor allem eins: menschlich, allzu menschlich. Denn als Filmregisseure unseres Lebens, unseres Alltags, ja jeder Sekunde unseres Daseins sind Hormone für jede Filmszene, in der wir in unserem Leben die Hauptrolle spielen, zuständig.

## Wer seid ihr eigentlich?

Über die geheimnisvollen Botenstoffe, die – das muss ich an dieser Stelle gleich mal vorwegschicken –, immer noch nicht zur Gänze enträtselt sind, kursieren neben viel wissenschaftlich überprüfbarem medizinischen Wissen auch jede Menge Annahmen und Irrtümer. Mal werden die kleinen Hormone verdammt, mal für völlig harmlos erklärt. Zeit also, einen Blick hinter die Kulissen zu werfen. Denn tatsächlich