

**Илона Колес**



# **СЕКРЕТЫ ЖЕНСКОГО ТЕЛА**

18+

# Илона Владимировна Колес

## Секреты женского тела

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=57152435](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=57152435)*

*SelfPub; 2020*

*ISBN 978-5-532-04818-8*

### **Аннотация**

Мужчины пытаются понять женщину на протяжении тысячелетий. Что же сделать для того, чтобы облегчить им эту непосильную задачу и разгадать невероятно сложную загадку – женщину? Прежде всего необходимо понять, как устроен женский организм, по какой причине может так стремительно испортиться настроение и какие секреты есть у женского тела.

# Содержание

Секрет 1	5
Секрет 2	7
Конец ознакомительного фрагмента.	12

*Вечная загадка и необъяснимая тайна. Нежная и ранимая, а через минуту – бушующий ураган. Все это – женщина, символ красоты и воплощение нежности. Мужчины пытаются понять ее на протяжении тысячелетий. Как же облегчить им задачу и разгадать эту невероятно сложную загадку – женщину? Для этого нужно понять, как устроен ее организм, по какой причине может так стремительно испортиться настроение и какие у женского тела есть секреты. Эта информация будет полезна также представительницам прекрасного пола, которые хотят лучше узнать себя и особенности своего тела.*

# Секрет 1

С давних времен красота женского тела вдохновляла мужчин на создание непревзойденных шедевров – картин, фресок и статуэток. Но самое главное, что всегда очаровывает мужчину – глаза женщины, лучащиеся счастьем. Наверняка вы замечали, что если женщина счастлива, то счастлива вся ее семья. В чем же секрет?

Дело в том, что большое влияние на поведение и самочувствие прекрасного пола оказывает гормональный фон. Железы внутренней секреции экстрадируют в кровь биологически активные вещества – гормоны, главными из которых являются эстрогены и прогестерон. Они главные дирижеры женского репродуктивного здоровья, психоэмоционального состояния и процессов метаболизма.

Названия этих гормонов у всех на слуху, но мало кто знает об их роли в организме женщины. Эстрогены – самые первые гормоны, вырабатываемые яичниками и отвечающие за развитие половых признаков у девочек. Это они виновники наступления первого менархе и сопровождают женщину вплоть до климакса. Кроме того, они регулирует кальциево-фосфорный обмен, контролируют уровень холестерина в сосудах, от них зависит здоровье кожи и волос. Вот и те самые прекрасные округлые женские формы, которые тысячами воспевают творцы, связаны именно с наличи-

ем эстрогенов. Как и эмоциональное состояние дам, которое бывает порой так нестабильно. Эстрогены значительно притупляют чувство боли, поэтому женщины легче переносят ее, чем мужчины, даже несмотря на то, что болевых рецепторов в женском теле больше.

Каждый месяц женский организм претерпевает циклическую трансформацию, суть которой сводится к подготовке к зачатию и вынашиванию ребенка. На основании научных наблюдений ученые сделали вывод о том, что сексуальное влечение представительниц прекрасного пола зависит от дня месячного цикла. Так, в первой половине цикла в крови преобладают эстрогены, они увеличивают либидо. Но вот на смену эстрогенам во второй фазе цикла приходит прогестерон, и сексуальное влечение ослабевает. Ну а грубый дисбаланс этих гормонов вообще может привести к целому ряду проблем со здоровьем.

Чтобы понять, насколько эти вещества важны для психоэмоционального состояния женщин, стоит знать о таком понятии как послеродовая депрессия. Гормональный дисбаланс приводит к развитию тревожного состояния, появляются мысли о суициде, нарушается аппетит, мир теряет краски.

Знание этих особенностей женского организма поможет сильной половине человечества лучше понять свою любимую и частично объясняет перемены в ее настроении.

## Секрет 2

Теперь выясним, что же делают женщину такой, какая она есть – мягкой, нежной, ранимой, любящей женой и мамой. Кроме уже известных нам эстрогенов, которые формируют округлости женского тела и повышают либидо. Есть еще несколько особенностей женского организма, благодаря которым формируются материнский инстинкт и привязанность к любимому мужчине.

**Женщина** – хранительница домашнего очага, создает атмосферу уюта и покоя в доме. Мужчина, напротив, защищает свой дом и нередко проявляет агрессивность по отношению к тому, кто на его покой решил посягнуть. Что же есть в организме женщины, что делает ее ласковой, любящей и доброжелательной? Это «гормон любви» – окситоцин. Его уровень в сыворотке крови женщин гораздо выше, чем у мужчин. Его еще называют гормоном материнства. Окситоцин синтезируется в гипоталамусе, регулирует сокращение матки и контролирует процесс выделения молока грудными железами. Именно он делает женщину заботливой и любящей мамой, а его высокий уровень усиливает верность партнеру. А еще окситоцин способствует лучшему распознаванию лиц и жестов, а также помогает понять эмоциональное состояние собеседника и формирует дружеские чувства, сплачивает людей.





Этот нейропептид создает у человека ощущение надежности, уверенности в партнере, формирует доверие к любимому человеку. Вот почему женщины так стремятся создать семью и обрести свое счастье с любимым.

Уровень окситоцина резко возрастает у женщин во время оргазма. При этом в организме вырабатывается целый «коктейль» из биологически активных веществ, в том числе эндорфинов и дофамина – гормонов счастья. Их синтез запускает именно повышение уровня окситоцина в крови.

Сделать женщину счастливой может не только бурный оргазм, но и поглаживания, прикосновения, массаж. Вот почему все женщины так любят объятия – это снижает уровень стресса, понижает кровеносное давление и частоту сердечных сокращений.

Важен также зрительный контакт. Именно окситоцин заставляет нас смотреть в глаза собеседнику, формирует атмосферу доверия. Самое интересное, что существует положительная обратная связь в выработке окситоцина у партнеров, то есть ласковый взгляд глаза в глаза побуждает к проявлениям ласки и заботы. Не зря психологи говорят о том, что верный путь к соблазнению женщины – это открытый и нежный взгляд в глаза.

Наверняка вы слышали о том, что женщины «любят ушами»? Неудивительно, ведь доверительный разговор и комплименты стимулируют выделение окситоцина не меньше,

чем объятия, прикосновения и ласки. Поэтому, когда ваша вторая половинка проводит по нескольку часов за болтовней с подружкой – не судите строго, это тоже доставляет ей удовольствие и необходимо для разрядки.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.