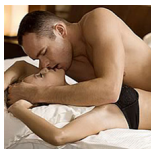


## Причини за секојдневен секс

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.