

Musik als Glücksbooster: Höhere Oxytocin-Werte als nach Sex!

Eine Studie zur Wirkung von Live-Musik auf den Oxytocin-Spiegel zeigt, dass Konzerte stärkere Bindungen schaffen als Umarmungen.



Dresden, Deutschland - Ein Konzertbesuch kann mehr als nur unterhaltsam sein – er kann den Körper auf eine ganz besondere Weise beeinflussen. Eine aktuelle Untersuchung, die bei den Dresdner Musikfestspielen durchgeführt wurde, beleuchtet nun die Wirkung von Live-Musik auf den Oxytocin-Spiegel, auch als Kuschelhormon bekannt. Diese Studie zeigt, dass das Hormon, welches normalerweise durch Umarmungen, Küssen oder Geschlechtsverkehr freigesetzt wird, bei Musikern und Publikum durch das gemeinsame Erlebnis signifikant ansteigt. Laut **MDR** betrug der durchschnittliche Oxytocin-Wert vor dem Konzert 37,54 pg/ml, was nach dem Musikhören auf beeindruckende 203,17 pg/ml stieg.

Professor Clemens Kirschbaum von der TU Dresden, der das Experiment leitete, hebt hervor, dass diese Ergebnisse die positive Wirkung von Musik auf das menschliche Wohlbefinden unterstreichen. Auch Intendant Jan Vogler zeigt sich erfreut.

Musik kann in manchen Fällen einen höheren Anstieg des Hormons bewirken als Kisse oder Geschlechtsverkehr, führt er aus.

Musik als Hormon-Booster

Doch was genau bewirkt dieser Hormon-Booster Musik? Oxytocin wird im Gehirn ausgeschüttet und hat eine beruhigende, angstlösende und schmerzlindernde Wirkung. Darüber hinaus stärkt es das Immunsystem und fördert soziale Bindungen. Ein gutes Konzert löst also nicht nur emotionale Reaktionen aus, sondern kann auch physische Veränderungen bewirken, die bis dato vor allem auf sexuelle Aktivitäten beschränkt waren. So berichten viele Konzertbesucher von einem tiefen Gefühl der Verbundenheit mit den Künstlern und anderen Zuhörern, insbesondere wenn die Musik als emotional oder ausdrucksstark empfunden wird. Diese Effekte wurden von der [Apotheken Umschau](#) ebenfalls bestätigt.

Die Messwerte sprechen eine deutliche Sprache: Während eine 20-sekündige Umarmung typischerweise nur einen Anstieg des Oxytocinspiegels um 3 bis 5 pg/ml bewirkt, führt das gemeinsame Musizieren zu einem Anstieg von durchschnittlich 88,49 pg/ml bei den Musikern. Das ist ein Beweis dafür, dass Musik einen viel tiefgreifenderen biologischen Effekt auf uns hat, als wir es vielleicht zuvor gedacht haben – ein Ergebnis, das [bazonline](#) eindrucksvoll untermauert.

Eine neue Art der Verbindung

Die Untersuchung macht deutlich: Konzerte sind nicht nur Veranstaltungen zur Unterhaltung, sie fördern auch die sozialen Bindungen und stärken unsere emotionale Gesundheit. Der Einfluss von Musik auf unsere Körper und unsere Psyche wird oft

unterschätzt. Die Ergebnisse der Studie laden dazu ein, die nächste Gelegenheit für einen Konzertbesuch nicht nur als Freizeitvergnügen, sondern als eine wertvolle Erfahrung für Körper und Geist zu betrachten.

In einer Zeit, in der Kontakt und Nähe oft in den Hintergrund gedrängt werden, zeigt sich, dass Musik eine Brücke zwischen Menschen schlagen kann, die weit über das Physische hinausgeht. Wer also das nächste Mal zu einem Konzert geht, kann sich nicht nur auf musikalische Genüsse freuen, sondern auch auf ein Wohlfühl-Erlebnis für Körper und Seele.

Details	
Ort	Dresden, Deutschland
Quellen	• www.mdr.de • www.aponet.de • www.bazonline.ch

Besuchen Sie uns auf: n-ag.net