

Tränen von 7 Personen (5 weiblich, 2 männlich) gesammelt ca. 1 Jahr lang, immer mit Gefühlen verbunden: (Trauer, Wut, Zorn, keine Freudenstränen)

Personen: 3 Kindern (2w, 1m), 3 Frauen, 1 Mann

Inhaltsstoffe: (Quellen weiter unten)

- Antibakteriell (2)
- Leuzin-Enkephalin, Leuzin-E. ist dem Morphin ähnlich; in Schmerzsituationen produziert es der Körper selbst. (6)
- Lysozyme (Lysozyme sind antibakterielle Enzyme, die der Infektionsabwehr dienen.) (6)
- andere Abwehrstoffe (2)
- antimikrobiellen Bestandteile (4)
- Die Tränenflüssigkeit besteht neben Wasser aus verschiedenen Proteinen und Enzymen, anorganischen und stickstoffhaltigen Substanzen sowie Kohlenhydraten sowie deren Metaboliten. (4)
- ... Beim Zwiebelschneiden zum Beispiel rührt sich wenig. Keine Hormone, keine Enzyme. Nur wenn es um wirkliche Gefühle geht, sind sich die Wissenschaftler klar: da nämlich befreit sich der Körper von Stoffen, die er unter Stress produziert hat. ... (6)
- Prolactin. (Prolactin ..., ist ein Hormon, das die Bildung von Muttermilch anregt) (5,6)
 - o Prolaktinhat eine starke positive Wirkung auf die Seele. Tränen lösen durch all dies Gefühlsspannungen, beruhigen und bauen Stress ab.
 - o Vom Säugling bis zur Pubertät lassen Jungs ihren Tränen meist genau so freien Lauf wie Mädchen. Das ändert sich aber zwischen dem 12. und 18. Lebensjahr. Dafür ist allerdings nicht die Erziehung verantwortlich, sondern die Hormone.
 - o In dieser Zeit (Pubertät) entwickeln Mädchen im Vergleich zu Jungs Medizinern zufolge einen 60 Prozent höheren Spiegel des Hormons Prolaktin. Dieser so genannte Botenstoff macht sie gefühlsbetonter, so dass ihnen leichter die Tränen kommen. Außerdem kullern die Tränen besser, da sie bei Mädchen und Frauen um einen halben Grad wärmer sind als bei Männern. (5)
- Entspannende Antistresshormone wie ACTH, Endorphin oder Prolaktin werden produziert (7)
- Anti-Schmerzmittel: Enkephalin (7)
- Sogar Wunden schließen sich durch die Tränenflut besser, weil der Körper vermehrt heilungsfördernde Eiweiße aussendet" (7)
- ... obwohl Tränen auch Hormone und Salze wie Kalzium, Kalium und Mangan enthalten. (8)

Aufgabe der Tränen/Weinen:

- Schutzfilm
- Nicht geweinte Tränen, haben die Forscher festgestellt, machen uns krank (6)
- Versorgung der Hornhaut mit Sauerstoff, Traubenzucker, Salzen (2)
- Abtransport von toten Zellen sowie in Wasser gelöste Abfallprodukte wie Kohlendioxid oder Milchsäure, außerdem Staub und Fremdkörpern (2)
- hilft ... mit Stress und Kummer fertig zu werden (5)
- Wir weinen, weil wir müssen. Weinen kostet den Menschen viel emotionale Kraft und setzt ihn für eine gewisse Zeit außer Kraft (1)
- spült schädliche Stoffe aus dem Körper (5)
- "Waschanlage für die Seele". (6)
- Aber alle fühlten sich nach dem Weinen sofort besser. (6)
- Man entledigt sich dieser "Stress-Gifte" und wird ruhiger, das Gesicht glättet sich wieder, keine Zitter-Reaktion. (6)
- Wenn sich der Gefühlsstau beim Weinen löse, sinke der Blutdruck und das Gehirn werde stärker durchblutet.... (7)
- Sogar Wunden schließen sich durch die Tränenflut, weil der Körper vermehrt heilungsfördernde Eiweiße aussendet.... (7)
- "Weitgehend unerforscht und spekulativ", sagt Professor Christian Ohrloff von der Uni-Augenklinik Frankfurt/Main, "sind Nutzen und Besonderheit emotionaler Tränen. Die Annahme, sich auszuhelen tue gut, ist wissenschaftlich nicht nachgewiesen. (8)
- Platon und Aristoteles ... wussten, dass das Denken aussetzt, wenn das Weinen einsetzt. (1)
- In Momenten emotionaler Überforderung, im Guten wie im Schlechten, kommen uns die Tränen. Sei es bei einem Streit, sei es in einer bedrohlichen Situation, aus Wut oder grenzenloser Freude (1)
- ... Entweder, weil wir nicht mehr in der Lage oder auch gewillt sind, uns mit der Situation auseinanderzusetzen oder weil wir uns, wenigstens unterbewusst, quasi eine „Auszeit“ verschaffen. (1)

Frauen / Männer:

- Dabei stellte sich heraus, dass nur 55 Prozent aller Männer einmal im Monat weinen, jedoch 94 Prozent der Frauen....
- Durchschnittlich weinen Frauen etwa fünfmal im Monat, ... die Göttergatten bringen es da nur zu ein paar Schluchzern. Es sei denn, im Fernsehen läuft mal wieder "Vom Winde verweht". (6)
- Offensichtlich – so haben die Untersuchungen ergeben – weinen die Menschen heute am meisten zwischen 19.00 und 22.00 Uhr. (6)
- ..denn Frauen und Männer weinen nicht nur unterschiedlich, sondern ganz anders. (8)
- Frauen weinen danach bis zu 64mal im Jahr, Männer höchstens 17mal (8)
- "Weibliches Weinen wirkt länger, dramatischer und herzerreißender", urteilt beispielsweise Dr. Elisabeth Messmer von der Augenklinik der Universität München. (8)
- Bei Frauen geht das Weinen in 65 Prozent der Fälle in Schluchzen über, nur sechs Prozent der Männer ergeht es ebenso. (8)
- Männer lassen, um die Statistik abzuschließen, zwei bis vier Minuten die Tränen kullern, Frauen brauchen mit sechs Minuten etwas mehr Zeit. (8)
- ... nach Kultur wird Weinen entweder als Ausdruck von Stärke oder wie in Mitteleuropa in Folge der Industrialisierung, die zunächst vor allem die Männer zwang, im Berufsleben zu „funktionieren“, als Ausdruck von Schwäche gedeutet. (1)

Quellenangabe:

(2) Warum schmecken Tränen salzig? Tagesspiegel

Quelle: <http://www.tagesspiegel.de/magazin/wissen/gesundheit/art300,2147144>

(3) Wikipedia

Quelle: <http://de.wikipedia.org/wiki/Tränen>

(4) Wikipedia

Quelle: <http://de.wikipedia.org/wiki/Tränenfilm>

(5) Freier Lauf für Tränen Sie sind gesund ... aus Wissensmagazin der Techniker Krankenkasse

Quelle: http://www.tk-logo.de/cms/beitrag/10000432/204685/Freier_Lauf_fuer_Traenen_Sie_sind.html

(6) Tränen machen glücklich

Quelle: <http://www.gesundsein.com/sct/Psychologie/9/>

(7) Forscher: Heul doch! Weinen sorgt für Dusche aus Hormonen und Proteinen im Körper

Quelle: <http://www.presseportal.de/pm/7515/285902/vital>

(8) Deshalb weinen Männer, Frauen und Kinder Tränen haben emotionale und medizinische Aussagekraft

http://psychische-erkrankungen-depressionen.suite101.de/article.cfm/deshalb_weinen_maenner_frauen_und_kinder#ixzz0l0agtfvV