

# הכימיה של האהבה

## ד"ר ירון בוקר

כאשר אנחנו מדברים על כימיה בין הגבר לאשה, כנראה שאנו מתכוונים בעצם לכימיקלים שבמוחנו. בשלבי ההתאהבות השונים, יש השפעה של הורמונים וניורטרנסמיטורים שונים במח.

כידוע המח הוא איבר המין העקרי שלנו. גרויים ויזואליים ואחרים משפיעים על המח, ובין היתר גורמים להפרשת ניורטרנסמיטורים והורמונים שונים האחראים באופן ישיר לתופעות הגופניות הקשורות למעשה האהבה - הזקפה בגבר וסיכוך הנרתיק באשה. אבל האהבה לא מתחילה ונגמרת באיבר זקוף או בנרתיק משומן. האהבה היא ענין הרבה יותר מורכב וההורמונים והחומרים השונים משחקים תפקיד מרכזי בנושא.

חלק מההורמונים הפעילים במערכת המין והאהבה, מוכרים יותר בתפקידיהם האחרים בעיקר בקשר למערכת הרבייה של האשה והגבר.

במחקרים הנעשים כיום בבני אדם, תוך שמוש בבדיקת MRI, ניתן למצוא אזורי מח שונים האחראים על החשק והתפקוד המיני וכך לנסות למצוא גם, איזה ניורטרנסמיטורים המופרשים מאותם אזורי מח, אחראים על התפקוד המיני.

כנראה שגם בשלבי ההתאהבות השונים, יש השפעה של חומרים שונים במח. כאשר אנו מדברים על כימיה בין הגבר לאשה, כנראה שאנחנו מתכוונים בעצם לכימיקלים שבמוחנו. אחת התאוריות, של האנטרופולוגית ד"ר אלן פישר טוענת, שיש שלבים כימיים בהתאהבות בין בני זוג.

**השלב הראשון** נוצר בהשפעת השמוש בחמשת החושים שלנו והוא השלב שבו נוצרים הרצון והצורך הראשוני ליצירת הקשר הזוגי.

**השלב השני** מופיע כנראה בהשפעת פנילאטילאמין, נוראדרנלין ודופמין שהם ניורטרנסמיטורים הקשורים לאהבה ולהתאהבות. כשרמתם במח עולה מופיעות התופעות של אאופוריה האופייניות להתאהבות הראשונית הנמשכת עד 3-4 שנים. סיום תקופה זו מתאפיינת בעליה בשכיחות מקרי הגרושין הנובעת כנראה גם מירידת השפעת אותם ניורטרנסמיטורים.

**השלב השלישי** מופיע לאחר אותן שנים בהן האהבה הראשונית דועכת ואז נכנסים לפעולה חומרים מקבוצת האנדורפינים שהם סמי ההרגעה הטבעיים שלנו הדומים במבנה ובפעילות לאופיום. זוהי תקופת ה"אהבה השקטה" הנמשכת גם היא כ-3-4 שנים. בני הזוג אוהבים עדיין, אך כבר אין את האופוריה והריגוש הראשוני כמו בהתאהבות הראשונית.

**השלב הרביעי** הוא "שלב החיבה" הקיים אצל הזוגות המצליחים לשרוד גם את השנים האלה. בשלב זה ההורמון השולט הוא האוקסיטוצין ויש לו תפקיד של מתן תחזוקה להמשך הזוגיות והאהבה לעתיד.

יתכן שבעתיד ימצא המדע גלולות אהבה שונות לתקופות השונות בחיי האהבה שלנו, אך נכון להיום הגלולה נתונה בידינו ובאופן ההשקעה שלנו בזוגיות. השגרה היא אויב האהבה ולכן בכל גיל יש לנסות לרגש את בן או בת הזוג ע"י הגברת הרומנטיקה. עיקר ההשקעה צריכה להיות בשלב הרביעי של האהבה, אך בכל שלב בעצם, נתונים בידינו הכלים לשיפור הקשר ולחיזוק האהבה. רק ע"י השקעה בעצמנו ובבן או בת הזוג שלנו נוכל לשמור על גחלת האהבה.