

## MEDIEN INFORMATION

### **Achterbahn: Das große Kribbeln im Bauch**

***Die Spannung steigt: Immer höher und höher klettert der Wagen der Achterbahn, bis er schließlich nach vorne kippt. Während der Magen noch oben in der Luft hängt, befindet man sich selbst schon in rasender Schussfahrt in die Tiefe. Und ist er unten angekommen, befindet man sich selbst schon wieder in der nächsten Kurve. Doch im Laufe der Fahrt gewöhnt man sich an die Geschwindigkeit, und zur eigenen Verwunderung würde man am liebsten gleich noch mal fahren. Man fühlt sich wie neu geboren, stark als könnte man Bäume ausreißen.***

Kann dieser Nervenkitzel wirklich gut für uns sein? Untersuchungen von amerikanischen Forschern zufolge tragen Attraktionen mit Nervenkitzel tatsächlich zum eigenen Wohlbefinden bei. Die Vortäuschung der Gefahr wird von unserem Körper als real aufgenommen und löst dieselben biochemischen Reaktionen aus, wie eine echte Gefahr. Ist diese Phase der Erregung überstanden, setzt eine physiologische Entspannung ein. Uns geht es gut und wir sind voller Euphorie, die Gefahr ist überstanden. Man spricht hier von der Thrill Therapie.

Glücksgefühle durch gezielten Stress: Zwar ist die Täuschung des Körpers nur begrenzt möglich, da man ja davon ausgeht wieder heil unten anzukommen, doch es ist durchaus möglich durch die Thrill Therapie den alltäglichen Stress abzubauen. Dabei unterscheidet man vier Phasen von Stress: Die erste Phase ist der entspannte, natürliche Zustand ohne Stress und Sorgen. Darauf folgt die Konfrontation mit der Gefahr verbunden mit einer Alarmreaktion des Körpers: man wird bedroht und erschreckt. Sämtliche Nervensysteme werden aktiviert und Hormone wie Adrenalin, Cortisol und Endorphine werden freigesetzt. Wer schon mal eine brenzlige Situation im Straßenverkehr erlebt hat, kennt dieses Gefühl. Der Mensch muss nun die Entscheidung treffen, ob er sich der Gefahr stellt oder ob er flüchtet. Diese Entscheidung führt zur Lösung und somit zur Erleichterung. Ist die Gefahr behoben, stellt sich dann das bereits beschriebene Hochgefühl ein, da die Hormone im Körper noch vorhanden sind. <?xml:namespace prefix = o ns = "urn:schemas-microsoft-com:office:office" />

#### Unternehmenskommunikation

Telefon +49 7822 77-14100  
Telefax +49 7822 77-14105  
presse@europapark.de

Europa Park Straße 2 | 77977 Rust  
[www.europapark.de/presse](http://www.europapark.de/presse)

## MEDIEN INFORMATION

Früher war der Mensch solchen Situationen regelmäßig im Kampf ums Überleben ausgesetzt. Heutzutage muss etwas anderes für ein stressiges Erlebnis herhalten. So suchen sich viele den nötigen Kick bei Extremsportarten wie Bungee-Jumping, Fallschirmspringen etc. Doch im Gegensatz zum schwindelerregenden Nervenkitzel in der Bahn bergen diese Sportarten ein hohes Unfallrisiko. Das Tolle an der Achterbahn ist, dass man weiß, dass eigentlich nichts passieren kann. Trotzdem hat man das prickelnde Gefühl oder den berühmten Kick.

Sehr auffällig ist, dass meist junge Menschen diese Extremsportarten aufsuchen. Die amerikanischen Forscher begründen dies mit Veränderungen, die der Prozess des Alterns mit sich bringt. Zum einen verändert sich die Physiologie des Menschen. Die Fähigkeit Fliehkräfte auszuhalten verringert sich und der Gleichgewichtssinn wird schlechter. Folglich wird einem schneller übel oder hat mit Kreislaufproblemen zu kämpfen. Zum anderen bereiten nervenkitzelnde Bahnen älteren Menschen oft weniger Spaß, da ihnen die notwendige Fitness dazu fehlt. Sie können daher auch den positiven Stress nicht mehr so gut aushalten.

Fazit: Niemand sollte sich oder andere zwingen, eine Fahrt zu machen, die man sich nicht zutraut. Wer aber Spaß an Geschwindigkeit und Nervenkitzel hat, wer gesund und fit ist, für den kann der Thrill auf einer der zahlreichen Achterbahnen im Europa-Park genau das Richtige sein, um Stress abzubauen.

Weitere Informationen unter [www.europapark.de](http://www.europapark.de) / Infoline: 01805/ 77 66 88 (0,124 €/min)

*Ihre Ansprechpartner:*  
*Christine Wenz*  
*Tel.: 07822 / 77-6109*

*Martina Evers*  
*Tel.: 07822 / 77-6137*  
*Fax: 07822 / 77-6278*

### Unternehmenskommunikation

Telefon +49 7822 77-14100  
Telefax +49 7822 77-14105  
[presse@europapark.de](mailto:presse@europapark.de)

Europa Park Straße 2 | 77977 Rust  
[www.europapark.de/presse](http://www.europapark.de/presse)

## MEDIEN INFORMATION

Email: [presse@europapark.de](mailto:presse@europapark.de)

### Unternehmenskommunikation

Telefon +49 7822 77-14100  
Telefax +49 7822 77-14105  
[presse@europapark.de](mailto:presse@europapark.de)

Europa Park Straße 2 | 77977 Rust  
[www.europapark.de/presse](http://www.europapark.de/presse)