

연애와 관련된 흥미로운 연구 2가지

연인과 잠을 자며 질 높은 수면 효과도 누리고 싶다면 잠들기 전 '키스' 를 잊지 말아야겠다.

지난 2일 중국 매체 ET투데이는 연인과 함께 꿀잠을 자는 방법을 소개하며 "굿나잇 키스를 하면 숙면을 취할 수 있다." 고 전했다. 품에 꼭 안아주거나 키스를 하는 특정 행동을 하면 평온감을 극대화해 잠드는 것을 도울 수 있다는 것이다.

실제 영국의 한 침대 가구업체가 지난 2016년 실시한 통계 조사에 따르면 참가자 중 70% 이상이 연인과 키스를 나눈 뒤 숙면을 취했다. 특히 여성들 38%는 자기 전 키스를 하지 않았을 때 잠을 설쳤다는 결과도 있었다.

이에 대해 의사 네르디나 람라한은 "자기 전 연인과 나누는 키스는 하루의 고된 일을 잊게 만들어 스트레스를 절반 아래로 떨어뜨린다." 고 설명했다.

그는 "키스를 할 때 사람의 몸에서는 스트레스 호르몬인 코티솔이 감소되며, 행복 호르몬인 세로토닌이 증가한다. 그래서 키스를 하면 마치 자연 속에서 명상을 한 것과 같은 효능이 일어난다." 고 덧붙였다.

이전에도 연인 관계와 수면에 관해 다양한 연구결과들이 발표됐다. 특히 미국 플로리다 주립대학 심리학 연

구팀은 "7-8시간 함께 잠 자는 커플이 더 행복하다." 고 전했다.

특히 여성보다는 남성이 사랑하는 연인과 함께 잠들수록 큰 안정감을 느끼고 만족감이 높았다.



한편 남자친구와 첫 데이트를 하는 날, 남자 친구에게 '비호감' 으로 비치지 않기 위해서는 '노란색' 옷을 입지 말아야겠다.

영국 일간 데일리메일의 조사 결과에 따르면 첫 데이트에서 남녀 모두가 가장 비호감으로 생각하는 옷 색깔은 '노란색' 이었다. 이어 여성

은 갈색, 남성은 분홍색을 입었을 때 상대방의 호감을 얻지 못하는 것으로 나타났다. 즉, 좋은 첫인상을 심어 주기 위해서는 적어도 노란색, 갈색, 분홍색을 피해야 한다는 뜻이다.

반면, 여성은 빨강, 남성은 회색 옷을 입었을 때 가장 많은 이성으로부터 호감을 받은 것으로 나타났다. 남성은 검은색과 파란색이 그 뒤를 이었으며, 여성은 파란색과 초록색 옷이 상대의 호감을 사는 옷 색깔로 나타났다.

이는 첫 데이트 때 첫인상이 얼마나 중요한지, 또 첫인상에 옷 색깔이 얼마나 큰 영향을 미치는지 보여주는 조사 결과다.

조사를 의뢰한 유명 쿠폰업체 바우처코즈프로의 관계자는 "옷 색깔로 상대방을 평가하는 것이 경박해 보일 수도 있으나, 교제 여부를 가능한 한 빨리 정하기 위한 필수적 판단 요소" 라고 설명했다.



백세건강지킴이
세리토스,
다우니, 롱비치,
실비치 지역등
노약사에게 전화주세요.



- 저렴한 가격
- 시니어 약 전문상담
- 무료 배달
- 25년 병원 임상경험

약사 노혜경
Pharm.D.
Board Certified
Pharmacotherapy Specialist

학/장/이/전

Howard
Drugs

Del Amo Blvd. 와 Pioneer Blvd.
MART 옆

20141 PIONEER BLVD.
LAKEWOOD, CA 92715
(562) 866-6011

노약국

Your Locally Owned
HealthMart
PHARMACY

This pharmacy is independently owned and operated under a license from Health Mart Systems, Inc.

MY BABY, MY STYLE.
gemgem

Passionate about your baby?
SO ARE WE!

Clothing/ Toys/ Gear/ Room/ Feeding/ Gift/ Organic
www.egemgem.com / T: 949.529.0715

미국 최초로 도입하는 12가지 재료 천연 허브염색제와 최신기술의 만남

데보라 김 ~ "머리에 요리를 한다!"

탈모, 거칠어진 머리결의 고민을 말씀하게 해결해드립니다.

천연 허브 염색제와 데보라 김의 최신 염색법 5회 시술로 기적을 경험하세요!

12가지 모발의 고민과 문제

"명쾌한 해결책을 드립니다!"

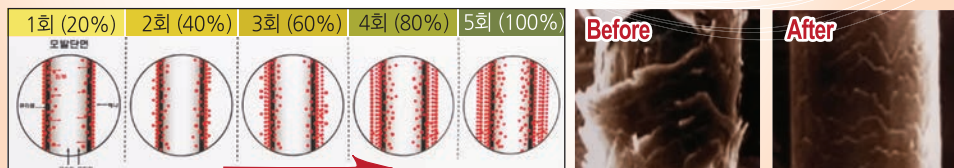
14가지 천연 허브 염색제

+ 5회 시술 데보라 김의 최신 염색법



Yelp 후기를 확인하세요~

[천연 허브 염색제 사용 + 데보라 김 5회 시술의 모발 변화과정과 결과]



거칠고 갈라진 손상된 모발에서 천연허브 염색제와 5회 시술로 완벽 코팅되는 과정

데보라 김뷰티살롱
714-853-4032

7212 Orangethorpe Ave., #5
Buena Park, CA 90621
(부에나 팍 꿀돼지 식당 몰 안)

예약하세요!
Appointment Only

