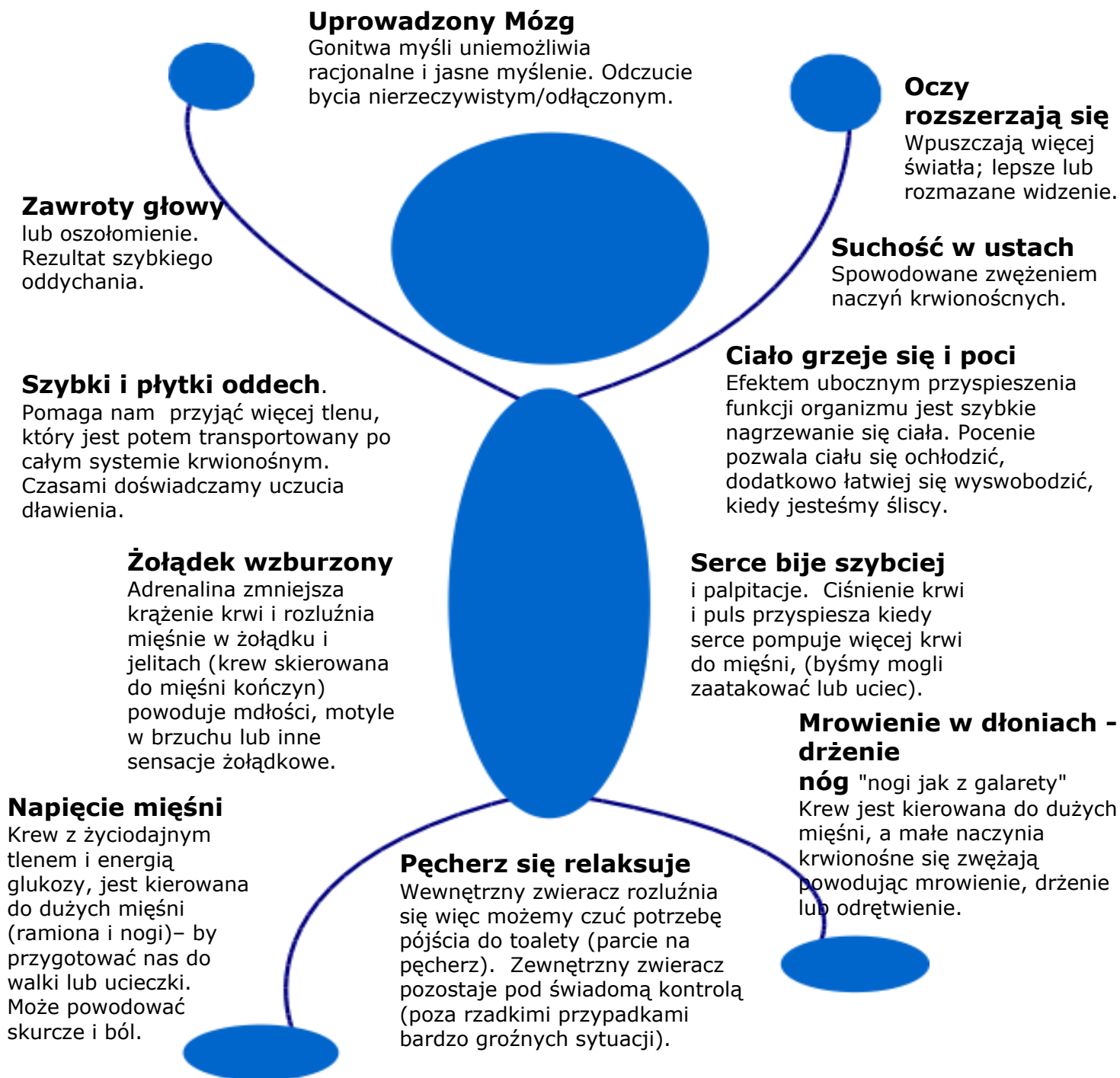


# ALARMUJĄCA ADRENALINA !

## System alarmowy ciała

Kiedy mózg dostrzeże zagrożenie, aktywuje w organizmie system "walcz lub uciekaj", nadnercza wydzielają wtedy adrenalinę która jest wprowadzana do krwioobiegu. Odczuwamy nieprzyjemne doznania ponieważ adrenalina przyspiesza organizm, krew zostaje skierowana do dużych mięśni, po to by przygotować nas do ataku (złość) lub ucieczki (strach).



Kiedy poziom adrenaliny opada, możemy się czuć zmęczeni, chwiejni i słabi.