

sanalux-Blueblock-Brille

Gute Nacht – ein gesunder Schlaf ist wichtig: Blocken Sie Blaulicht ab und schlafen Sie besser!

Tag und Nacht sind von besonderer Bedeutung für den biologischen Rhythmus des Menschen. Das Auge steuert, vereinfacht dargestellt, über den Impuls des einfallenden Lichtes praktisch den sogenannten zirkadianen Rhythmus, durch die Hormone Serotonin («Wach- oder Glückshormon») und Melatonin («Schlafhormon»). Schlecht einschlafen, nicht durchschlafen, und, und, und – Schlafprobleme haben viele Gesichter und vielfältige Ursachen.

Vielen Schlafstörungen liegt eine Unstimmigkeit zwischen innerer Uhr und äusserer Zeit des Lebensbereiches zugrunde. Zu diesen Schlaf-Wach-Rhythmus-Störungen zählen z.B. Schlafstörungen bei Zeitzonewechsel (Jetlag) oder durch Schichtarbeit. Früher richtete der Mensch seinen Tagesablauf nach dem Lauf der Sonne, nun verbringt der moderne Mensch einen Grossteil seiner Zeit vor hell leuchtenden künstlichen Lichtquellen. Mehrere Studien zeigen, dass der Blauanteil, insbesondere dieser künstlichen Lichtquellen, die Produktion von Melatonin stört. sanalux bietet mit den Blueblock-Brillen von melamedic ein weiteres Produkt, das den zirkadianen Rhythmus positiv beeinflussen kann. Während die Lichttherapie die Serotonin-Produktion im Körper anregt, beeinflusst eine Blueblock-Brille die Melatonin-Produktion und dient somit zusätzlich dem gesamten körperlichen Wohlbefinden.



Die natürliche Produktion von Melatonin

Melatonin ist ein Hormon, das von der Zirbeldrüse im Gehirn produziert und ausgeschüttet wird. Es ist notwendig für die Aufrechterhaltung der tagesrhythmischen Veränderungen biologischer Funktionen; des sogenannten zirkadianen Rhythmus. Die Blaulicht-Blocker-Brillen gibt es in drei

Dessins. Das Modell «London» ist speziell für Brillenträger geeignet.

Vorteile der Blueblock-Sanalux-Brille:

- leichter einschlafen
- ein ruhiger und gesunder Schlaf die ganze Nacht
- ausgeruht am Morgen aufwachen
- Stärkung des Immunsystems
- bessere Schlafgewohnheiten
- bessere Stimmung
- erhöhte Produktion von Antioxidantien
- Optimierung der grundlegenden hormonellen Funktionen

Weitere Einsatzmöglichkeiten:

- kontrastreicheres Sehen
- verbesserte Steuerung der Stimmung für Menschen mit einer bipolaren Störung
- Vermeidung von Depressionen während der Schwangerschaft und danach (postpartale Depression)
- Linderung bei Makula-Degeneration
- Vorbeugung von Netzhautschädigungen
- Verringerung der Symptome bei ADHS-Patienten durch besseren Schlaf.

sanalux finden Sie in Halle 1, Stand 1.115.

Weitere Informationen:
sanalux GmbH, 9016 St. Gallen
Telefon 071 288 67 64
Internet www.sanalux.ch