

Beispiele zahlreicher Studien, die die biopositiven Wirkungen von UV-Licht belegen

Stärkung des Herz- Kreislaufsystems

Das durch UV-Licht gebildete Vitamin D3 kann von unseren wichtigsten Organen wie Herz, Haut und Knochen direkt empfangen werden. Diesen Effekt bewirkt auch naturähnliche Strahlung. In ausreichender Intensität ist das „Sonnenhormon“ Vitamin D3 ein wesentlicher Faktor in der Abwehr von Krebserkrankungen des Organismus oder von Störungen des Herz- Kreislaufsystems.

(University of Boston. Professor Michael Hollick -2000-)

Stärkung körperlicher und geistiger Leistungsfähigkeit

Bestrahlungen auf der Sonnenbank verringern bei Spitzensportlern die Infektanfälligkeit in wichtigen Trainingsphasen während der Olympia Vorbereitung. Untersuchungen der Athleten zeigen eine Optimierung der Leistung: UV-Strahlen wirken über dem Blutkreislauf ganzheitlich biopositiv. Sie stärken die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit und das Immunsystem.

(Olympiastützpunkt Rhein-Ruhr, Essen. Facharzt für Sport- und Leistungsmedizin Dr. Dietmar Alf-2000-)

Herzschützende Wirkung

Bei schwer Nierenkranken (Dialyse-Patienten) wirkt UV-Licht dem Mangel an Vitamin D entgegen. Das fördert nicht nur das Knochenwachstum. Langjährige Forschungen belegen:

Vitamin D - wirksame Bestrahlung mit ultraviolettem Licht verbessert die Kreislaufregulation, klinisch erkennbar sogar bei Herzpatienten. Es darf von einer herzschützenden Wirkung (auch Infarktschutz) ausgegangen werden.

(Universitätsklinikum Benjamin Franklin, Freie Universität Berlin, Abteilung für Naturheilkunde. Dr. med. Rolfdieter Krause, Professor Dr. med. Malte Bühring)

Allgemeine Stimmungsverbesserung

Neuere Untersuchungen zeigen: Licht kann auch über die Haut aufgenommen werden. Zum Beispiel wurden Testpersonen, deren Augen verbunden waren, im Bereich der Kniekehlen bestrahlt. Je mehr Licht sie tankten, um so besser wurde ihre Stimmung. Daraus wird abgeleitet: Auch auf der Sonnenbank kann das Gemüt aufgehellt werden.

(Schlafmedizinisches Zentrum der Universitätsklinik Regensburg. Privatdozent Psychologe Dr. Jürgen Zullej-2000-)

Lichtschutz durch Solarien

Bestrahlungen auf der Sonnenbank erhöhen deutlich den Gehalt an Urocaninsäure in der Haut: Damit schützt sich der Körper vor zu starkem Eindringen von UV-Strahlen. In den Monaten Februar, März und April wurden 100 Studentinnen und Studenten in München zwölfmal bestrahlt. Die Ergebnisse beweisen: Vom biochemischen Lichtschutz im Solarium kann ausgegangen werden.

(Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein. Technische Universität München. Professor Dr. med. Dieter Abeck -2000-)

Sonnenbäder im Solarium, dreimal wöchentlich und mit ansteigender Dosis, reduzieren in den meisten Fällen die UV-Empfindlichkeit der Haut auf ein Viertel und sorgen für eine spürbare Lichtabhärtung.

(University of Sydney, Sydney, Australien. Professor Dr. V.E. Reeve -2000-)

Senkung des Osteoporoserisikos

UV-Bestrahlung der Haut reguliert den Kalziumhaushalt und festigt die Knochendichte. Künstliches UV kann das Osteoporoserisiko senken.

(Rambam Medical Center Haifa, Israel. Dr. Zofia IshShalom -2000-)

Senkung der Cholesterinwerte

Von der Klinik Charite, Berlin, wurde im Frühjahr 2000 das Ergebnis einer Studie an 50 männlichen Patienten im Alter zwischen 50 und 87 Jahren mit koronarer Herzerkrankung und krankhaftem Bluthochdruck veröffentlicht. 32 Personen hatten einen Infarkt hinter sich, 26 eine Bypassoperation. Innerhalb von vier Wochen wurden die Testpersonen auf einer Sonnenbank zwölfmal mit UV-Licht bestrahlt. Danach registrierten die Ärzte die überzeugende Abnahme wesentlicher Herz-Risikofaktoren: Der Ruhe- und Belastungsblutdruck wurde gesenkt; die Cholesterinwerte gingen zurück; die Zahl der Erkältungsinfekte halbierte sich im Vergleich zum Vorjahr; Entzündungszustände der Innenwände der Blutgefäße wurden reduziert; bei Messungen auf dem Fahrradergometer erzielte die Hälfte der Patienten bessere Leistungswerte (für die sonst leichtes sportliches Training Voraussetzung wären); signifikante Verbesserung der Blutzirkulation auch in feinsten Gefäßen. Gesamteindruck: Die Ganzkörperbestrahlung hat sehr günstige Effekte auf das Herz- Kreislaufsystem. Die meisten Verbesserungen sind sechs Monate später weiterhin nachweisbar.

(Campus Charite Mitte. Universitätsklinikum für Kardiovaskuläre Chirurgie Berlin. Dozent Dr. sc. med. Hans-Joachim Winterfeld -2000-)

Wirksame Hilfe bei Akne

Solarien helfen bei Hautproblemen. Am Beispiel Akne, der am weitesten verbreiteten Hautkrankheit: 65 Akne-Patienten, 50 Männer und 15 Frauen wurden dreimal wöchentlich mit UV-Licht bestrahlt. Ergebnis nach 20 Sonnenbädern: Gute bis sehr gute Behandlungserfolge bei 75% der Patienten. In Einzelfällen waren sogar Pickel und Mitesser ganz verschwunden.

(Poliklinik für Hautkrankheiten, Charite Berlin. Professoren Dr. med. Niels Sönnichsen, Dr. med. Hans Meffert -2000-)

Erfolg bei Neurodermitis

Künstliches Sonnenlicht bewährt sich bei der Behandlung zahlreicher Hautkrankheiten. Am Beispiel Neurodermitis: Jeder zehnte Deutsche hat eine erbliche Veranlagung zu dieser chronischen, stark juckenden Entzündung der oberen Hautschichten. Seit kurzem wird eine sanfte Bestrahlungstherapie mit UV-Licht als Standardbehandlung bei mittlerer Neurodermitis eingesetzt. Sie macht in vielen Fällen das Cortison überflüssig.

(Hautklinik der Ruhruniversität Bochum. Photodermatologe Dr. Gregor von Kobyletzki -2000-)

Gefäßerweiterung und Blutdrucksenkung

Mehrmalige Bestrahlung auf der Sonnenbank reichert Vitamin D3 - Bestandteile im Blut an. Als Reaktion entspannt sich die Muskulatur der Blutgefäße. Das führt zu ihrer Erweiterung -ein Effekt, der den Blutdruck auf normale Weise sinken läßt.

(Campus Charite Mitte. Universitätsklinikum für Kardiovaskuläre Chirurgie Berlin. Dozent Dr. sc. med. Hans-Joachim Winterfeld -2000-)