

PRESSEMITTEILUNG

28.03.2017

Was ein Solarium für Sie tun kann!

Der Nutzen eines Solarium-Besuches ist vielfältig. Wie vielfältig genau wissen viele oft gar nicht. Die folgenden Punkte sollen Ihnen zeigen, warum sich ein Solarium-Besuch lohnen kann.

Vorbräunen

Auf die Urlaubssonne im Süden für den Sommerurlaub vorbereiten geht nicht? Geht wohl! Moderne Solarien bieten ein Spektrum, dass der Natursonne fast identisch ist und sind somit zum Vorbräunen geeignet. Der Vorteil? Längere Aufenthalte in der Natursonne sind durch die bereits trainierte Haut möglich. Zusätzlich hält Bräune nach dem Urlaub auch länger.

- *Weißbuch Sonne und Solarien – Fakten und Hintergründe zur gesunden Besonnung*

Hautkrankheiten/Sonnenallergie lindern

Nachweislich lassen sich Hautkrankheiten, im Speziellen Schuppenflechte, durch regelmäßige Solarien-Besuche reduzieren und weitestgehend eindämmen. Für die Besserung ist eine Kombination aus der UV-Strahlung und dem in der Haut gebildeten Vitamin D verantwortlich. Auch eine Sonnenallergie kann durch das "Trainieren" der Haut in einem Solarium, gemildert werden.

- *J. Schaubert et. al.. Cytosotic DNA Triggers Inflammasome Activation in Keratinocytes in Psoriatic Lesions. Sci. Transl. Med. 3. 82ra38 (2011)*

Bluthochdruck

Besonders die UVA-Strahlung des Solariums hat einen positiven Einfluss auf Bluthochdruck. Die Strahlung weitet die Kapillaren und erzielt so eine Druckminderung.

- <http://www.bluthochdruck.de/uv-strahlen-senken-den-blutdruck-422904>
- http://www.naturheilpraxis.de/nh/index.html?http://www.naturheilpraxis.de/nh/archiv/2014/nhp08/a_nh-14_8_herz-kreislauf-system_04.html
- <https://www.n-tv.de/wissen/UV-Strahlung-kann-Blutdruck-senken-article12119481.html>

MS/Demenz

Neueste Studien zeigen, dass UV-Licht sich positiv auf den Krankheitsverlauf von MS-Patienten auswirkt. Die Pausen zwischen den MS-Schüben verlängern sich. Gleichzeitig wird ein Mangel an Vitamin D als Risikofaktor für MS und Demenz-Erkrankung gesehen.

- <http://www.ndr.de/ratgeber/gesundheit/VitaminMangelbeguenstigtDemenz,vitamind104.html>

Wohlfühlen: Solarien als Ausgleich zur Natursonne

Schnelllebeige Zeit, viel Arbeit, wenig Freizeit. So sieht unser Alltag heute oft aus. Wo bleibt da Zeit für uns? Zeit an der frischen Luft und dem leben- und kraftpendenden Licht? Ein Solarium kann hier einen Ausgleich schaffen. Es bietet eine kleine Auszeit vom Alltag und ein paar Minuten nur für uns. Wichtiger noch ist, dass es einen Lichtmangel ausgleicht und Endorphine in unsrem Körper freisetzt, welche für Glücksgefühle sorgen.

Moderne Solarien sind mit Röhren ausgestattet, welche die Bildung von Vitamin D in unserer Haut veranlassen. Vitamin D ist vielfältig. Es wird nicht nur zur Vorbeugung von Osteoporose im Alter und Rachitis bei Kleinkindern benötigt. Studien zeigen, dass fast jede Zelle unseres Körpers einen Vitamin D-Rezeptor aufweist. Ein Mangel bedeutet demnach, dass nicht jede Zelle unseres Körpers entsprechend versorgt ist. Somit stellt eine



Unterversorgung auch ein Risiko für das Entstehen verschiedener Krebsarten, wie Brust- und Darmkrebs, dar. Auch die Wärme kann Gliederschmerzen hilfreich entgegenwirken.

- <http://www.sonnefueralle.de/index.php?id=185>
- www.sonnennews.de
- www.enerchi.com
- www.waldmann-medizintechnik.com
- *Michael F. Holick: Biological Effects of Light, Springer 2002.*

Sie sehen, es gibt viele gute Gründe sich in gesunden Dosen eine kleine Auszeit unter einem modernen Solarium zu gönnen.

Pressekontakt:

aUF dEN pUNKT & jUNG • Janine Jung
Hermann-Ehlers-Str. 104 • 63456 Hanau
aufdenpunkt@janine-jung.de
jung@bundesfachverband-besonnung.de