

Sanolux ljusterapilampa

Ljusterapi bygger på gammal kunskap om hur solljuset påverkar människan. Allt eftersom industrialismen och det tekniska tänkandet har gått framåt har den ursprungliga kunskapen fallit i glömska.

Solljuset hjälper till att bilda bl.a. D-vitamin i kroppen, öka kalkupptagningsförmågan och sänka kolesterolhalten. Skelettet byggs upp av bl.a. D-vitamin. 75% av D-vitaminet bildas i kroppen via solljus och man kan bara äta sig till 25%.

Ljusterapi "botar" eller lindrar s.k. höstdepressioner på så vis att cerotonin (natthormonet) trycks tillbaks och produktionen av melatonin (daghormonet) ökar. Du blir piggare!

Din blodcirkulation ökar och även produktionen av vita blodkroppar. I och med detta förhöjs immunförsvaret. De vita blodkropparnas uppgift är att ta hand om främmande ämnen.

Din bildskärm lämnar ifrån sig 85 Hz (dvs retningar/blinkningar per sekund) vilket hjärnan registrerar. Ljusterapilampan avger 35 000 Hz något hjärnan inte kan uppfatta och med andra ord inte blir trött av. Du kan se rätt in i lampan, flytta blicken åt sidan och ändå inte ha några mörka fläckar i blicken. En vanlig lampa avger 50 Hz. Lux är en annan enhet att mäta i och Sanolux avger 800 lux, vilket är en homeopatisk dosering. Ute i vanligt dagsljus är det ca 10 000 lux.

Hudproblem kan också lindras både från utsidan och från insidan. Utifrån pga att cirkulationen ökar och inifrån efter det att ljuset nått ögat påverkas tällkörteln och effekten går ut i kroppen. Psoriasis exempelvis, som inte är en hudsjukdom utan en immunförsvarsjukdom, läks från insidan. Idag forskas det på att ta fram syntetiska preparat för att höja immunförsvaret.

Ljusterapilampan kan hjälpa till vid överviktsproblem. På sommaren äter man ofta lättare mat och vi får energi från solen. På vintern kompenserar vi bristen på ljus med choklad och sötsaker. Energin du får från lampan kan göra det lättare att ta sig för någon aktivitet. 7-dehydrokolesterol är ett förstadie till D-vitamin som reagerar i kroppen och antingen blir D-vitamin eller kolesterol. Solljuset höjer D-vitaminnivån samt bryter ner kolesterolhalten.

Ljus bygger upp skelettet. Benskörhet är brist på D-vitamin och vi behöver D-vitamin för att få hjälp att ta upp kalk i kroppen och att få ut kalcium till musklerna. Hjärtat behöver kalcium.

Sanolux ljusterapilampa har också ljusspektra som är identiskt med rent dagsljus. Enda skillnaden är att de skadliga ultravioletta och infraröda strålarna är borta och därmed de skadliga UVA-strålarna. Man blir alltså inte pigmenterad av ljusterapilampan.