

SONNEN- NEWS

www.solarien-verbaende.de

UV-Licht und Haut - bei richtiger Dosierung ein perfektes Team

Völlig unverständlich ist es, dass die Ärzte in Deutschland bei der Behandlung von 7,8 Millionen Osteoporose-Kranken im Alter von über 50 Jahren (6,5 Millionen sind Frauen und 1,3 Millionen Männer) nicht die heilenden und vorbeugenden Wirkungen des UVB-Lichtspektrums anwenden.

Professor Andreas A. Kurth aus Frankfurt am Main zitierte beim Deutschen Kongress für Orthopädie und Unfallchirurgie in Berlin die publizierte Versorgungsstudie BoneEVA. Danach belaufen sich die Behandlungskosten auf 5,4 Milliarden Euro, die durch Osteoporose jährlich verursacht werden.

Drei Viertel dieser Kosten entfallen dabei auf die stationäre Behandlung und die Pflege und 15 Prozent auf Medikamente. Heute weiß man mit Sicherheit, dass Osteoporose durch Fehlsteuerung der Calziumeinlagerung in den Knochen verursacht wird und dafür das Vitamin D verantwortlich ist. Stimmt der Vitamin D-Spiegel nicht, dann kommt diese Krankheit schleichend und ohne auffällige Symptome. 90% dieses Vitamins wird in der Haut gebildet, warum also diesen natürlichen Vorgang nicht stärker nutzen?

Das UV-Spektrum der Sonnenbank sowie die Dosierungsmöglichkeiten sind heute weit verbreitet und stehen jedem zur Verfügung. Bei den Anwendungen im Sonnenstudio wird auf das richtige Verhältnis von UV-Licht und Hauttyp geachtet. Denn nur so bilden beide ein richtiges Team, um die Osteoporose wirkungsvoll einzudämmen. In den Herbstmonaten werden die Fragen nach einer ausreichenden Vitamin D-Versorgung eine gravierende Rolle spielen, weil dann die Natursonne hinter dicken Wolken verschwindet und zur Vitamin D-Bildung nicht mehr ausreicht.

Empfehlung der Experten:

Regelmäßig auf die Sonnenbank

Wussten sie schon.....,

.... dass Powerbräune out ist und statt dessen eine leichte Bräune im Trend liegt? Sonnenbänke werden immer häufiger für gesundheitliche Zwecke genutzt. Langfristig werden sanfte Sonnenbänke für noch mehr Wohlgefühl sorgen.



Foto: Pixelio

Realityserie "Sunset Tan" ist ein großer Erfolg.

Beim amerikanischen Sender E! Entertainment Television startete im Mai 2007 die 6-teilige Realityserie "Sunset Tan". Die Story dreht sich um das meistbesuchteste Sonnenstudio in Los Angeles - genannt "Sunset Tan" - und um dessen Personal.

Zu den Kunden des Studios gehören u.a. auch Stars wie Britney Spears und Lindsay Lohan. Alle loben dieses Sonnenstudio wegen seiner Atmosphäre und natürlich wegen der guten Beratung über die biopositiven Sonnenbankwirkungen.



Foto: Pixelio

Atmosphärenphysik

Wolken haben einen riesigen Dunstschleier...

...und sind deshalb viel größer als sie aussehen. Das schreiben amerikanische und israelische Forscher in den "Geophysical Research Letters". Dieser Schleier breitet sich bis zu 30 Kilometer um die weißen, sichtbaren Wolkenteile aus. Bewölkte und unbewölkte Gebiete sind daher nicht so leicht voneinander zu trennen, berichten die Wissenschaftler. Wolken bestehen aus Wasser-Molekülen, die mit Staubteilchen verbunden sind. Sie reflektieren Licht. Auf diese Weise fördern sie einerseits die Erderwärmung, andererseits blockieren sie aber auch die Sonnenstrahlen aus dem All. Die Forscher vermuten, dass bisherige Klimamodelle die Rolle der Wolken möglicherweise falsch einschätzen. Vor allem werden die lebenswichtigen Teile des ultravioletten Lichts blockiert. UVB-Strahlen können so nicht die Erdoberfläche erreichen und verhindern die Vitamin D3-Bildung beim Menschen in den wolkenreichen Herbst- und Wintermonaten auf der Nordhalbkugel. Deshalb haben die durch das Vitamin D-Defizit entstehenden gesundheitlichen Beeinträchtigungen gravierende Folgen. Die Menschen fühlen sich unwohl, es treten Depressionen und Infekte auf. Ausgeglichen werden kann der Mangel an Sonnenlicht nur durch den kontinuierlichen Besuch eines Sonnenstudios.

Quelle: Nicolosky, D. J., V. E. Romanovsky, V. A. Alexeev, and D. M. Lawrence (2007), Improved modeling of permafrost dynamics in a GCM land-surface scheme, Geophys. Res. Lett., 34, L08501, doi:10.1029/2007GL029525.

Manche Vitamine sorgen für ein kürzeres Leben.

Die Einnahme von Vitaminen zur Nahrungsergänzung ist schlechter als ihr Ruf. Insbesondere die Vitamine A und E sowie Betakarotin könnten die Lebenserwartung verkürzen, schreiben Mediziner der Universitätsklinik Kopenhagen im Fachjournal JAMA. In einer so genannten Meta-Analyse hatten die Forscher die Daten aus 47 Studien mit mehr als 180.000 untersuchten Fällen ausgewertet. Dabei zeigte sich: die Einnahme von Vitamin E erhöht statistisch gesehen die Sterblichkeit um vier Prozent, die Einnahme von Betakarotin um sieben Prozent und die Einnahme von Vitamin A erhöht sie sogar um 16 Prozent. Für Vitamin C konnten nach Angaben der Forscher weder negative noch positive Effekte nachgewiesen werden. Auch die Einnahme von Vitamin D-Präparaten ist problematisch, da sie mit vielen negativen Nebenwirkungen verbunden ist. Besser ist die Nutzung von richtig dosiertem UVB-Licht, denn in der menschlichen Haut wird die vom Körper individuell benötigte Menge an Vitamin D auf natürlichem Weg erzeugt.

Die Wissenschaftler kritisierten in ihrer Studie die Vitaminhersteller, die mit massiver Werbung die positiven Wirkungen der Präparate betonen. In Europa und Nordamerika nehmen 10 bis 20 Prozent aller Erwachsenen Vitamine als Nahrungsergänzungsmittel ein.

Quelle: Journal of the American Medical Association, February 28, 2007;



Das Gesicht altert von oben nach unten.

Chirurgen der Texas University haben die Alterungsprozesse und -geschwindigkeiten von menschlichen Gesichtern untersucht. Während die Mundpartie am längsten jung bleibt, also gespeicherte Fette am längsten halten kann, altert die Stirn am schnellsten, gefolgt von den Augen. Später beginnt sich die Haut an den Wangen zu verändern, mit Mitte 20 entstehen dann die ersten Falten. Die Forscher beschreiben im Fachblatt "Plastic and Reconstructive Surgery" das Gesicht als eine Art gleichmäßige Fettverteilung, die im Alter zum Teil unregelmäßig wird. Dort, wo die Fette weniger werden, ist die Haut nicht mehr straff, und es kommt zur Faltenbildung.