PRESSEMITTEILUNG

Lichte Momente in der dunklen Jahreszeit: Winterdepressionen vorbeugen mit Vollspektrumlicht

Sobald die kalte Jahreszeit beginnt, leiden viele Menschen unter Winterdepressionen, ausgelöst durch Lichtmangelerscheinungen. Tageslichtlampen wirken diesen entgegen und stärken das Wohlbefinden. Dabei ist eine Unterscheidung besonders wichtig: herkömmliche Tageslichtlampen verfügen über kein sonnenähnliches Spektrum – sogenanntes Vollspektrumlicht. Deshalb hat sich die Firma natur-nah auf Vollspektrumlicht spezialisiert, welches Sonnenlicht am nächsten kommt. Mit ihrem umfangreichen Angebot vollspektraler Lampen, Leuchten und LEDs sind sie die ideale Adresse für alle, die sich im Winter nach mehr Energie, Kraft und Gesundheit sehnen.

1. Oktober 2020 / Wrestedt – Die kommenden Herbst- und Wintermonate lösen bei immer mehr Menschen in Mittel- und Nordeuropa Antriebsschwäche, Müdigkeit und Konzentrationsstörungen aus. Auch saisonabhängige Depressionen (SAD) oder Winterdepressionen sind keine Seltenheit. Der Grund hierfür sind die kürzeren Tage und das fehlende natürliche Sonnenlicht, welches in der hellen Jahreszeit Energie, Wohlbefinden und einen ausgeglichenen Schlaf- und Wachrhythmus vermittelt.

Winterdepression gezielt mit Vollspektrumlicht in den Griff bekommen

Lichttherapie wird seit einiger Zeit erfolgreich zur Behandlung von Winterdepressionen eingesetzt. Sie stellt sicher, dass ausreichend Serotonin produziert wird, um die Denkprozesse, den Stoffwechsel und das Gefühlsleben gleichsam aus dem Winterschlaf zu wecken. Während herkömmliche Tageslichtlampen zur Lichttherapie den Fokus nur auf Helligkeit und Lichtfarbe setzen, wird ein entscheidender Aspekt oft nicht beachtet: die Wichtigkeit des Farbspektrums der natürlichen Sonne. Die Firma natur-nah löst dieses Defizit, da sie **Tageslichtlampen mit Vollspektrumlicht** anbietet, welches dem Sonnenlicht am nächsten kommt und damit ähnlich unterstützende Wirkungen wie die Sonne erzielt. Ein weiteres Unterscheidungsmerkmal: die Tageslichtlampen von natur-nah können tagsüber unbegrenzt genutzt werden, um Energie zu tanken und sich wohler zu fühlen. Dadurch werden die enormen Lichtstärken im Rahmen der meist üblichen Lichttherapien effektiv vermieden.

Gleichzeitig wird das volle Spektrum der sieben Regenbogenfarben vom Auge aufgenommen – alle Farben haben jeweils unterschiedlich wichtige Auswirkungen auf den Körper, wie zum Beispiel auf Schlaf und bei Stressbewältigung aber auch für das Wohlbefinden.

Mit Vollspektrumlicht dauerhaft Lichtmangelerscheinungen vorbeugen

Anstelle von Lichttherapie mittels einer spezifischen Leuchte kann man Vollspektrumlicht von natur-nah auch für die allgemeine Beleuchtung im Alltag, Zuhause und am Arbeitsplatz in verschiedenen Anwendungsformen nutzen: Von der LED-Lampe als Glühlampenalternative bis zu kompletten Leuchten, vom Schreibtisch bis zur Decke. Das Ergebnis ist eine natürliche, vitalisierende Beleuchtung, die den Auswirkungen von Lichtmangel-vorbeugt.

Michael Grassegger befasst sich seit Jahrzehnten mit der effizienten Umstellung vorhandener Beleuchtungssysteme auf gesundes Licht und ist Inhaber von natur-nah:
„Dank Vollspektrumlicht kann mit wenig Aufwand eine große Wirkung erzielt werden. Es ist die natürlichere Lösung gegen Winterdepressionen und ideal zur Beleuchtung in Privat- und Geschäftsräumen. Am besten fährt man zweigleisig und nutzt Vollspektrumlampen einerseits zur gezielten Lichtbehandlung bei Winterdepressionen sowie im Alltag vorbeugend gegen die Auswirkungen von Lichtmangel.“

Der Einsatz von natur-nah Vollspektrumlampen ist einfach und unkompliziert. Man braucht dafür kein System oder aufwändige Steuerungen. Die Lampen sind in den gängigen Fassungen, Größen und in verschiedenen Lichtstärken erhältlich. Das Angebot umfasst Lichtlösungen ab €23,10 für eine LED-Vollspektrum Tageslichtlampe (4,5 W/E14) bis hin zu gesamten Lichtkonzepten für Wohnräume und Büros.

- ENDE PRESSEMITTEILUNG –

Zusätzliche Informationen für die Presse:

Gerne steht Michael Grassegger für Interviews rund um das Thema „Vorbeugen von Winterdepressionen mit Vollspektrumlicht“ sowie „Tipps & Tricks für die dunkle Jahreszeit“ zur Verfügung.

Über natur-nah:

Gesundheitsförderndes Vollspektrumlicht nach dem Vorbild der Natur - das ist die Leidenschaft von natur-nah. Das Angebot umfasst zahlreiche Facetten von sonnennahem Licht: Vollspektrale Lampen, Leuchten und LED sowie Artikel gegen Elektrosmog - Beratung, Planung & Lieferung. Egal ob Gewerbe (Büros, Verwaltungen, Verkaufsräume, Werkstätten usw.), Praxen (Therapieeinrichtungen, Kliniken, Krankenhausen usw.), Schulungs- und Seminarräume oder private Räumlichkeiten. Die Vorteile von farbechtem und kontrastreichen Sehen sind entspanntere Augen, weniger Stress, Müdigkeit und Kopfschmerzen sowie mehr Leistungsvermögen und Effizienz. Vollspektrumlicht stärkt außerdem das Immunsystem und den Stoffwechsel und kann unter anderem Winterdepressionen vorbeugen.
Der Einsatz von Vollspektrumlampen ist einfach und unkompliziert. Man braucht dafür kein System oder aufwändige Steuerungen. Gleichzeitig handelt es sich dabei um eine energiesparende und langlebige Technik.

natur-nah – Vollspektrumlicht Kontakt:
Michael Grassegger
Inhaber
Ringstr. 7
D-29559 Wrestedt
Tel: +49 5802 970 620
E-Mail: info@natur-nah.de
www.natur-nah.de

Pressekontakt:
Kreativheimat
Anke Jobs & Belinda Schaffarz
Mobil: +49 163 67 72 443 & +49 178 137 1417
Mail: anke@kreativheimat.de & belinda@kreativheimat.de
www.kreativheimat.de

Möchten Sie keine Informationen mehr erhalten, senden Sie bitte einfach eine E-Mail an info@kreativheimat.de unter Angabe des Betreffs „Bitte streichen Sie mich aus Ihrem Verteiler“.