

Valkee - Ein echtes Highlight

Geschrieben von: Sven Lindken



Valkee - Ein echtes HighLIGHT!

Licht-Headset vertreibt schlechte Laune

Ohren auf, Spot an – und die gute Laune kann kommen! Das erste Tageslicht-Headset Valkee leitet Licht über den Ohrkanal direkt in die lichtempfindlichen Gehirnregionen.

Ob im Bus oder in der Bahn: Der iPod ist längst unser ständiger Begleiter geworden. Aber nicht immer schallt Musik aus den Kopfhörern. Manchmal geht den Besitzern einfach nur ein Licht auf.

Ein Bright Light Headset im iPod-Look

Besonders in der dunklen Jahreszeit hat der Valkee, das erste Tageslicht Headset, Hochsaison: Helles Licht wird dabei über den Ohrkanal direkt in die lichtempfindlichen Regionen des Gehirns geleitet und wirkt dort gegen die typischen Symptome einer Winterdepression. Das Headset vertritt sozusagen das fehlende Tageslicht und sorgt für eine ausreichende Ausschüttung des Glückshormons Serotonin. Müdigkeit, Antriebslosigkeit, Heißhungerattacken und Konzentrationsschwäche verschwinden, die Laune verbessert sich

Valkee - Ein echtes Highlight

Geschrieben von: Sven Lindken

zusehends. Nur 6-12 Minuten Valkee-Licht täglich ersetzen bereits die benötigte Tageslichtmenge.

Valkee - Die Geschichte der Lichttherapie

Anfänge im Altertum

Die Lichttherapie ist kein Phänomen der Neuzeit, sondern hat in der Medizin eine lange Geschichte, die untrennbar mit dem Auftreten von SAD (Saisonal Abhängige Depression) verbunden ist. Als ursprüngliche Lichtquelle für solche Behandlungen gilt das natürliche Sonnenlicht, welches schon die Ägypter und Assyrer für medizinische Sonnenbäder nutzten. Die Antike kannte den Einfluss der wechselnden Jahreszeiten auf die Stimmung und schon Hippokrates beschrieb den Nutzen des Sonnenlichts zur medizinischen Behandlung. Trotz fehlender wissenschaftlicher Erklärung war die Heilwirkung unumstritten. Die Lichttherapie als Heilmethode wurde auch von römischen und arabischen Ärzten angewendet; so lassen römische Bäder mittels ihrer architektonischen Besonderheit auf eine Anwendung dieser Therapieform schließen. Jedoch erfuhr diese Behandlungsmethode danach aus verschiedenen Gründen jahrhundertlang eine Ablehnung.

Wandel in der Neuzeit

Eine Veränderung trat ein, nachdem zu Beginn des 20. Jahrhunderts das Sonnenlichtspektrum entdeckt wurde und man exakte Messungen der Wellenlinien sowie deren Wirkung vornehmen konnte. Im Jahre 1903 erhielt der färöische Arzt Niels Finson für seine Forschungen zu den ersten Lichttherapieversuchen sogar den Nobelpreis. In den 1980er Jahren wurden dann sowohl das Krankheitsbild SAD offiziell durch die wissenschaftlichen Studien des Psychiaters Norman Rosenthal definiert als auch die Lichttherapie als beste Behandlungsmethode für Winterdepression anerkannt.

Licht fürs Gehirn – Dank Bright Light Headset jetzt über die Ohren

Bei der klassischen Lichttherapie wird das Licht über eine Therapielampe mit den Augen des Patienten aufgenommen und über lichtempfindliche Rezeptoren in der Retina an das Gehirn weitergeleitet. Doch diese lichtempfindlichen Rezeptoren befinden sich nicht nur in der Retina, sondern auch in anderen Teilen unseres Gehirns. Somit ist auch eine Anwendung über die Ohren möglich: Ein spezielles Lichttherapiegerät (z.B. von Valkee, online und in ausgewählten Geschäften erhältlich) leitet therapeutisch wirksames Licht direkt per Ohrkanal zu den lichtempfindlichen Gehirnabschnitten weiter, wo augenblicklich eine Reaktion der dortigen Zellen bewirkt wird. Diese Hirnareale sind verantwortlich für die Speicherung von Serotonin und Melatonin und beeinflussen die Stimmung, den Schlaf, aber auch die Entstehung von Depressionen. Basierend auf umfassenden Studien der finnischen Universität Oulu und weiteren fachübergreifenden Forschungsergebnissen aus der Neurologie, Biologie und Psychiatrie entstand die einzigartige Technologie des bright light headset. Es behandelt die charakteristischen Symptome einer Winterdepression (SAD): Der Energielevel steigt, während der Schlafbedarf und der Heißhunger auf Kohlenhydrate und Süßes abnimmt. Zudem verbessern sich Beschwerden wie Ängste und auch Konzentrationsschwäche.

Der Nutzen ist also groß, der Aufwand jedoch gering: 6-12 Minuten am Tag reichen aus, um eine stimmungsaufhellende Dosis an Licht aufzunehmen. Dank der handlichen Form ist das Gerät immer und überall einsetzbar. Das neue zeitgemäße Design im iPod-Look macht das Gerät zusätzlich zu einem attraktiven Begleiter, den man nicht mehr missen möchte. Darum wird es auch von 87 Prozent der Anwender weiterempfohlen.

Das neue Valkee Bright Light Headset mit ergonomischen LED Set® Kopfhörern und einstellbarem Anwendungstimer ist seit dem 14. Oktober 2013 zum Verkaufspreis von 199,00 Euro in ausgewählten Geschäften oder online erhältlich. Weitere Informationen und Bestellmöglichkeit unter

www.valkee.com

Quelle und Fotos: Valkee

Wir durften für euch das Valkee Bright Light Headset mit ergonomischen LED Set Kopfhörern testen. Das Valkee Bright Light Headset, sieht von der äußeren Erscheinung wie ein MP3 Player aus. Jedoch ist dies nicht zum Musik hören da, sondern zur Entspannung und Wohlbefinden, wie zum beispiel an Wintertagen. Das Headset strahlt Licht durch das Ohr, welches bis zum Gehirn wandert und für angenehmes und großes Wohlbefinden sorgt. Das Valkee kann gut unterwegs als auch zu Hause angewendet werden. An sich ist das Valkee ein super Gerät, welches garantiert für gute Laune und wunderbares Wohlbefinden sorgt. Natürlich denken die einen oder anderen das der Preis hoch ist, aber für eine super Funktion ist dies ein super Preis-Leistungsverhältnis.

Valkee - Ein echtes Highlight

Geschrieben von: Sven Lindken
