

STUDIEN

Was wir heute über UV-Licht in Sonnenstudios und Gesundheit wissen

Die Wissenschaft der Gesundheit erlebt einen ständigen Wissenszuwachs. Forscher in aller Welt suchen kompetente Antworten auf alle Fragen über Licht und Leben. Zunehmend konzentriert sich ihr Interesse auch auf naturähnliche UV-Strahlung, für die sich in modernen Sonnenstudios Millionen Menschen entscheiden. Das erinnert an die Tradition, aus der heraus früher viele Krankheiten mit UV-Licht geheilt wurden. Untersuchungen bestätigen biopositive und zum Teil verblüffende Effekte der Sonnenbank. Sie erklären gemeinsam mit psychologischen Faktoren den Trend zum Sonnenbaden.

Von der berühmten Klinik Charité, Berlin, wurde im Frühjahr 2000 das Ergebnis einer Studie an 50 männlichen Patienten im Alter zwischen 50 und 87 Jahren mit koronarer Herzerkrankung und krankhaftem Bluthochdruck veröffentlicht. 32 Personen hatten einen Infarkt hinter sich, 26 eine Bypassoperation. Innerhalb von vier Wochen wurden die Testpersonen auf einer Sonnenbank zwölfmal mit UV-Licht bestrahlt. Danach registrierten die Ärzte die überzeugende Abnahme wesentlicher Herz-Risikofaktoren: Der Ruhe- und Belastungsblutdruck wurde gesenkt; die Cholesterinwerte gingen zurück; die Zahl der Erkältungsinfekte halbierte sich im Vergleich zum Vorjahr; Entzündungszustände der Innenwände der Blutgefäße wurden reduziert; bei Messungen auf dem Fahrrad-Ergometer erzielten die Hälfte der Patienten bessere Leistungswerte - für die sonst leichtes, sportliches Training Voraussetzung wäre; signifikante Verbesserung der Blutzirkulation auch in feinsten Gefäßen. Gesamt-Eindruck: Die Ganzkörperbestrahlung hat sehr günstige Effekte auf das Herz-Kreislauf-System. Die meisten Verbesserungen sind sechs Monate später weiterhin nachweisbar.

Campus Charité Mitte. Universitätsklinikum für Kardiovaskuläre Chirurgie Berlin. Dozent Dr. sc. Med. Hans-Joachim Winterfeld (2000).

Weitere Forschungsberichte

Bei schwer Nierenkranken (Dialyse-Patienten) wirkt UV dem Mangel an Vitamin D entgegen. Das fördert nicht nur das Knochenwachstum. Langjährige Forschungen belegen: Vitamin D-wirksame Bestrahlung mit ultraviolettem Licht verbessert die Kreislaufregulation, klinisch erkennbar sogar bei Herzpatienten. Es darf von einer herzscheidenden Wirkung (auch Infarktschutz) ausgegangen werden.

Universitätsklinikum Benjamin Franklin, Freie Universität Berlin, Abteilung für Naturheilkunde. Dr. med. Rolfdieter Krause, Professor Dr. med. Malte Bühring (beide Mitglieder des Wissenschaftsrats des Fördervereins Sonnenlicht-Systeme e.V.).

Bestrahlungen auf der Sonnenbank verringern bei Spitzensportlern die Infektanfälligkeit in wichtigen Trainings-Phasen während der Olympia-Vorbereitung. Untersuchungen der Athleten zeigen eine Optimierung der Leistung: UV-Strahlen wirken über den Blutkreislauf ganzheitlich biopositiv. Sie stärken die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit und das Immunsystem.

Olympiastützpunkt Rhein-Ruhr, Essen. Facharzt für Sport- und Leistungsmedizin Dr. Dietmar Alf (2000).

UV-Bestrahlung der Haut reguliert den Kalziumhaushalt und festigt die Knochendichte.

Künstliches UV kann das Osteoporoserisiko senken.

Rambam Medical Center Haifa (Israel), Frau Dr. Zofia IshShalom(2000)

Solarien helfen bei Hautproblemen. Am Beispiel Akne, der am weitesten verbreiteten Hautkrankheit: 65 Akne-Patienten, 50 Männer und 15 Frauen, wurden dreimal wöchentlich mit UV-Licht bestrahlt. Ergebnis nach 20 Sonnenbädern: Gute bis sehr gute Behandlungserfolge bei 75 Prozent der Patienten. In Einzelfällen waren Pickel und Mitesser sogar ganz verschwunden.

Poliklinik für Hautkrankheiten, Charité Berlin. Professoren Dr. med Niels Sönnichsen, Dr. med. Hans Meffert (2000)

Künstliches Sonnenlicht bewährt sich bei der Behandlung zahlreicher Hautkrankheiten. Am Beispiel Neurodermitis: Jeder zehnte Deutsche hat eine erbliche Veranlagung zu dieser chronischen, stark juckenden Entzündung der oberen Hautschichten. Seit kurzem wird eine sanfte Bestrahlungstherapie mit UV-Licht als Standardbehandlung bei mittlerer Neurodermitis eingesetzt. Sie macht in vielen Fällen das Cortison überflüssig.

Hautklinik der Ruhruniversität Bochum. Photodermatologe Dr. Gregor von Kobyletzki (2000). Ebenso: Hautklinik am Klinikum Stadt Hanau. Leitender Arzt Dr. Hans Michael Ockenfels (2000).

Bestrahlungen auf der Sonnenbank erhöhen deutlich den Gehalt an Urocaninsäure in der Haut: Damit schützt sich der Körper vor zu starkem Eindringen von UV-Strahlen. In den Monaten Februar, März und April wurden hundert Studentinnen und Studenten in München zwölfmal bestrahlt. Diese Ergebnisse beweisen: Von biochemischem Lichtschutz im Solarium kann ausgegangen werden.

Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein. Technische Universität München. Prof. Dr. med Dieter Abeck (1999).

Neuere Untersuchungen zeigen: Licht kann auch über die Haut aufgenommen werden. Zum Beispiel wurden Testpersonen, deren Augen verbunden waren, im Bereich der Kniekehlen bestrahlt. Je mehr Licht sie tankten, umso besser wurde ihre Stimmung. Daraus wird abgeleitet: Auch auf der Sonnenbank kann das Gemüt aufgehellt werden.

Schlafmedizinisches Zentrum der Universitätsklinik Regensburg. Privatdozent Psychologe Dr. Jürgen Zulley (2000).

Sonnenbäder im Solarium, dreimal wöchentlich und mit ansteigender Dosis, reduzieren in den meisten Fällen die UV-Empfindlichkeit der Haut auf ein Viertel und sorgen für eine spürbare Lichtabhärtung. Diese Entdeckung könnte eine bisher unbekannt Schutzfunktion des UV-Lichts vor Schäden durch anderswelliges Licht darstellen.

University of Sydney, Sydney. Professor Dr. V. E. Reeve (2000).

Durch UV-Licht gebildetes Vitamin D₃ kann von unseren wichtigsten Organen wie Herz, Haut und Knochen direkt empfangen werden und ist unerlässlich für unsere Gesundheit. Diesen Effekt bewirkt auch naturähnliche Strahlung. In ausreichender Intensität ist das "Sonnenhormon" Vitamin D₃ ein wesentlicher Faktor in der Abwehr von Krebserkrankungen des Organismus oder von Störungen des Herz-Kreislauf-Systems.

University of Boston. Professor Michael Hollick (2000).

Künstliche UV-Strahlen steigern nach zwei bis drei Sonnenbankbesuchen pro Woche die Produktion von Testosteron und Östrogen. Das verstärkt sexuelle Lust und bringt die

Hormone auf Hochtouren. Der Entdecker der DNA-Strukturen, Nobelpreisträger und Molekularbiologie James D. Watson (Verantwortlicher für das Human Genome Project) registrierte ähnliche Effekte als Folge natürlicher Sonneneinstrahlung.

Cold Spring Harbor Laboratory (2000).

UV-Licht lindert Wechseljahr-Beschwerden und Durchblutungsstörungen. Die Strahlung produziert in der Haut Sexualhormone, dem Östrogen verwandte Substanzen. Einer der Pioniere auf dem Gebiet UV-Licht und Gesundheit, der amerikanische Mediziner Dr. med. Zane R. Kime, fand heraus: Sonnenlicht kann Sexualprobleme lösen. So erhöhen sich Hormonspiegel beim Mann bei Bestrahlung von Brust oder Rücken um bis zu 120 Prozent.

Mehrmalige Bestrahlung auf der Sonnenbank reichert Vitamin D 3-Bestandteile im Blut an. Als Reaktion entspannt sich die Muskulatur der Blutgefäße. Das führt zu ihrer Erweiterung - ein Effekt, der den Blutdruck auf normale Werte sinken läßt.

Campus Charité Mitte. Universitätsklinikum für Kardiovaskuläre Chirurgie Berlin. Dozent Dr. sc. Med. Hans-Joachim Winterfeld (2000).

UV-Strahlung aktiviert die Ausschüttung von Neurohormonen und löst bereits nach sechs Besuchen im Sonnenstudio innerhalb von drei Wochen positive psychologische Veränderungen aus: Solariennutzer berichten häufig, daß sie "gut drauf sind" und "sich eindeutig besser fühlen". (Aussagen von Teilnehmern an der Solarienstudie im Auftrag der Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein. Technische Universität München. Prof. Dr. med Dieter Abeck, 1999). Der Düsseldorfer Dermatologe Professor Dr. Jean Krutmann spricht sogar von "Sonnenbank-Sucht". Seine Erklärung: UV-Strahlen bauen körpereigene Opiate auf, die Endorphine. Sie sorgen für gute Stimmung.

Sonne und Leben sind eine starke positive Einheit. Aussagen wie "Sonne wirkt auf mich belebend" und "An trüben Tagen habe ich richtig Lust auf Sonne" finden stärkste Zustimmung in der Bevölkerung. Bei Frauen dominieren innengerichtete Einstellungen als Gründe, ein Solarium aufzusuchen: für sich selbst gewünschte Attraktivität, Entspannung für die Seele, belebende Aspekte und erreichbares Wohlbefinden.

Hochschule für Druck und Medien, Stuttgart, Projektgruppe Marktpsychologie, Solarien-Studie 1998/1999. Leitung: Professor Eberhard Wüst (Mitglied des Wissenschaftsrats des Fördervereins Sonnenlicht-Systeme e.V.).