Informationen und Anwendung

Das Rotlicht ist eine natürliche Anwendung, die sich in vielen Studien und Versuchen als sicher und wirksam erwiesen hat.

Das Rotlicht liefert sichere gezielte Wellenlängen von Licht an Ihre Haut und Zellen, die frei von schädlicher UV-Strahlung sind. Diese roten und nahinfraroten Wellenlängen des Lichts können die Mitochondrien stimulieren, ähnlich wie das natürliche Sonnenlicht und reduzieren oxidativen Stress und erhöhen die Durchblutung, sodass Ihr Körper in der Lage ist, mehr Kernenergie für die Selbstversorgung bereitzustellen.

Es gibt mittlerweile sehr viele Studien zum Thema Rotlicht und Sport. Es wurde gezeigt, dass das Rote Licht ein effizientes Mittel sein kann, um die körperliche Leistungsfähigkeit zu verbessern. Es kann die Regeneration verkürzen und die Entzündungsprozesse eindämmen.

Für die Anwendung und Wirkung ist es wichtig, dass das Rote Licht ihre nackte Haut bestrahlt.

Effekte können sein:

Verbesserte Durchblutung
Entzündungshemmende Wirkung
Erhöhte Muskelregeneration
Erhöhte Kollagenproduktion
Strahlende Haut
Reduziert Narben, Falten und Linien
Beschleunigt die Wundheilung
Verbesserte Fruchtbarkeit
Erhöhtes Testosteron
Verringert die Schmerzen

Wie wird es angewendet?

- Am besten platzieren sie das Rotlicht senkrecht vor ihnen. Sie haben hierzu im Lieferumfang einen Halter für die Türe oder einen Wandhalter (achten sie auf eine ausreichend sichere Befestigung). An diesem Halter können sie das Licht einhängen. Beim EOS Panel liegt ein Tischhalterung bei.

Bei der ersten Anwendung:

- Schalten sie das Panel an und nutzen sie es für 3min im Abstand von mind. 10 cm.
- Kontrollieren sie ob sich die Haut gerötet hat oder sonstige Auffälligkeiten entstanden sind. Falls sie auf das Licht reagiert haben, sollte es nicht weiterverwendet werden.
- Bei normaler Verträglichkeit verwenden sie das Licht einmal täglich für max. 20min mit einem Mindestabstand von 10cm.
- Sie können dies 3-4-mal pro Woche wiederholen.
- Wir empfehlen während der Anwendung nicht direkt in das Licht zu sehen. Sie können auch eine Sonnenbrille verwenden.

Studien:

1. Effect of phototherapy (low-level laser therapy and light-emitting diode therapy) on exercise performance and markers of exercise recovery: a systematic review with meta-analysis. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24249354

2. Facial Rejuvenation in the Triangle of ROS https://pubs.acs.org/doi/abs/10.1021/cg900688g?journalCode=cgdefu

3. Red (660 nm) and infrared (830 nm) low-level laser therapy in skeletal muscle fatigue in humans: what is better? https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21814736

Haftungsausschluss
Die in diesem Text enthaltenen Informationen sind nicht als Alternative für professionelle Diagnosen oder professionell empfohlene Behandlungen und medizinische Ratschläge gedacht oder implizit vorgeschlagen. Der gesamte Inhalt dient ausschließlich unspezifischen Informationszwecken. Wir raten dringend dazu, Empfehlungen von ihrem Arzt nicht zu ignorieren und vorgeschlagene Behandlungen ernst zu nehmen. Die auf dieser Website/Artikel verkauften oder empfohlenen Produkte dienen in keiner Weise der Diagnose, Prävention, Überwachung, Behandlung oder Linderung bestimmter Krankheiten, Verletzungen oder Behinderungen.