

Lichttherapie

Lichttherapie beeinflusst die innere Uhr, die Appetit, Fortpflanzung, Wohlbefinden und Schlaf und damit das Leben von Mensch und Tier steuert. Bei Lichtmangel (z.B. im Winter) oder auch bei häufigem Aufenthalt in Räumen mit künstlichem Licht kommt es zu einer veränderten Produktion des körpereigenen Hormons Melatonin, was wiederum zu Müdigkeit, Schläppheit und Stimmungsschwankungen bis hin zur Depression führt.

Das Ziel der Lichttherapie ist es, diese Störungen des Schlaf - Wach - Rhythmus auszugleichen und damit eine Reihe von Beschwerden wie z.B. Vitamin D - Mangel, Blutarmut, Schlafstörungen, Jet Lag, bis hin zur Winterdepression zu behandeln.

Ein weiteres Ziel der Lichttherapie ist es, die Behandlung einer Reihe von Hauterkrankungen, speziell der Schuppenflechte und Neurodermitis zu verbessern und zu verkürzen.

Nebenwirkungen

Um Augenschäden durch UV-Licht zu vermeiden, wird stets eine Glasscheibe als UV-Filter benutzt. Bei zu hoher Dosierung kann es zu "Sonnenbrand" kommen.

Schäden und ernste Nebenwirkungen wurden bisher nicht beobachtet.

Vorsichtsmaßnahmen

Bei gleichzeitiger Einnahme von Johanniskraut oder anderen Medikamenten kann es zu einer erhöhten Lichtempfindlichkeit kommen, die manchmal zu juckenden Hautrötungen führt. In diesem Fall sollte das Johanniskraut abgesetzt werden.

Da durch den Lichtreiz das gesamte Stoffwechselsystem des Körpers angeregt wird, ist es sehr sinnvoll, während der Behandlung ausreichend Flüssigkeit wie Wasser, Tee, o.ä. zu trinken.

Sollten noch Unklarheiten bestehen, wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an unser Praxisteam.

Was bezahlt die Krankenkasse?

Hierbei handelt es sich um eine sehr gut wirksame Behandlungsmethode, die die privaten Kassen im Allgemeinen übernehmen, die gesetzlichen Krankenkassen jedoch nicht, da die Behandlung das Maß des "Ausreichenden" nach SGBV überschreitet. Wenn Sie die Behandlung wünschen, wird diese nach der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ) abgerechnet.

Etwa 2-3 Sitzungen pro Woche sind sinnvoll über einen Zeitraum von einigen Wochen.

Wenn Sie weitere Fragen haben, oder sich unsicher fühlen, stehen wir Ihnen gern zur Verfügung.