

Lichttherapie ggf. mit Akupunktur



Was wird bei dieser Behandlung gemacht?

Bei der Lichttherapie wird eine definierte Lichtmenge über die Netzhaut aufgenommen. Hierzu sitzen Sie in den Morgenstunden 20-30 Minuten vor einer speziellen Lichtquelle. Diese ist für Ihre Haut und Netzhaut unschädlich, da der UV- und Infrarotanteil des Lichtes herausgefiltert wird. Vor der Behandlung besprechen wir die Medikamente, die Sie einnehmen, um fotosensibilisierende Effekte zu vermeiden. Die Lichttherapie beeinflusst die Aktivität spezieller Hirnareale und reguliert die Freisetzung gewisser Steuerungshormone im Gehirn. Durch diese sanfte Methode kann der innere Biorhythmus, die Gedanken und Emotionen positiv beeinflusst werden. Den harmonisierenden Effekt möchten wir durch eine auf ihre Symptomatik ausgerichtete Akupunkturbehandlung mit unterstützen. Hier kommen nur wenige und sehr feine Nadeln oder wahlweise auch Dauernadeln zum Einsatz.

Für wen ist diese Behandlung sinnvoll?

Die Lichttherapie gilt als additive Standardtherapie in der mehrsägigen Behandlung einer Depression (Leitlinie Depression). Weiterhin ist sie wirksam bei Schlafstörung mit Erschöpfung am Tage, Jetlag, Tag-Nacht-Rhythmusstörungen bei demenziellen Erkrankungen, der Parkinson-Erkrankung und ADHS.