

SONNEN- NEWS

www.solarien-verbaende.de

Charité Berlin

Bestätigung heilender Wirkungen von UV-Licht

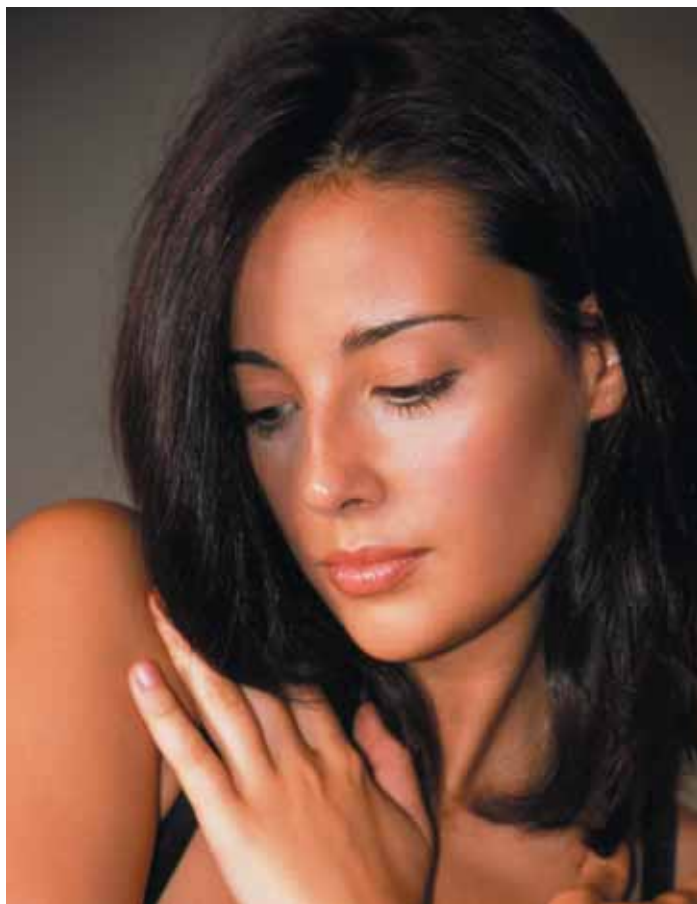
Die Professoren Meffert und Piazena, führende Photomediziner in Deutschland, haben bereits 2002 darauf hingewiesen, dass die ältesten und am weitesten verbreiteten Methoden in der Medizin die schützenden und therapeutischen Anwendungen von Solarstrahlung und Wärme sind. In einer neuen Untersuchung der Charité Berlin wird diese Annahme nicht nur bestätigt, sondern noch erweitert. Meffert und seine Kollegen Piazena und Scherf haben in der Kombination einer medizinisch-psychologischen Studie (Doppelblindstudie und Placebo-Behandlung) zum ersten Mal unwiderruflich beweisen können, dass UV-Licht Schmerzen bei entzündlich-degenerativen Erkrankungen des Bewegungsapparates (Gelenk- und Knochenschmerzen) mindert und sogar das Wohlbefinden und die Fitness subjektiv verbessert. Besondere Wirkung entfaltet UV-Licht als Blutdrucksenker, was selbst Fachleute überrascht.

Benutzt wurden in der Studie Sonnenbänke, wie sie auch in den Sonnenstudios verfügbar sind. Sie entsprechen der Intensität der UV-Strahlung sommerlicher Mittagssonne bei wolkenlosem Himmel im mediterranen Raum sowie deren Vitamin-D-Wirksamkeit.

Quelle: Meffert, H. et al. Systemische Wirkungen infraroter und ultravioletter Strahlen, *Dermatol* 2006; 32: 249-255

Wussten sie schon.....,

.... dass die natürliche Bildung von Vitamin D3 nur durch das UVB-Spektrum des Lichts erfolgt? Dabei wird ein individuelles Depot gebildet, das eine Überdosierung vermeidet. Bei richtiger Dosierung des UVB-Anteils wird auch die Haut schonend behandelt und Nebenwirkungen werden vermieden.



Königin der Herzen

Kaiserin Sissi, geboren in Bayern, eroberte ganz Europa mit ihrer Schönheit. Die österreichische Kaiserin (1837-1898) war die erste "Königin der Herzen" – bestimmt auch wegen ihres legendären Aussehens. Ihre Tricks: Ihr knöchellanges (!) Haar pflegte sie mit grünem Tee (aufgießen, ziehen lassen, ins halbtrockene Haar geben und nicht ausspülen). Zwei Eigelb mit etwas Cognac und einem Esslöffel Apfelessig mischen, aufs Haar geben und 10 Minuten einwirken lassen. Gut ausspülen.

SEPTEMBER 2006

Die Wärmflasche wirkt wie ein Schmerzmittel.

Britische Mediziner haben eine wissenschaftliche



Erklärung dafür gefunden, warum eine warme Bettflasche bei Bauchschmerzen hilft. Die Wärme wirkt auf molekularer Ebene ähnlich wie ein Schmerzmittel, fanden die Physiologen um Brian King vom University College London heraus.

"Schmerzen bei Bauchkrämpfen, Blasenentzündung oder bei der Menstruation entstehen durch verminderte Durchblutung und durch Dehnung der inneren Organe", erklärt King. Hierbei wird Gewebe geschädigt, wodurch Schmerzrezeptoren aktiviert werden. Wird jedoch die Haut in der Nähe des Schmerzherdes auf über 40 Grad Celsius erwärmt, springen bestimmte Wärmerezeptoren an, wie die Forscher in ihren Untersuchungen nachweisen konnten. Diese Rezeptoren können wiederum die Schmerzsensoren blockieren, so dass der Schmerz nicht mehr wahrgenommen wird.

Mount Sinai School of Medicine, USA

Offenbar weiteres Hormon am Knochenschwund beteiligt.

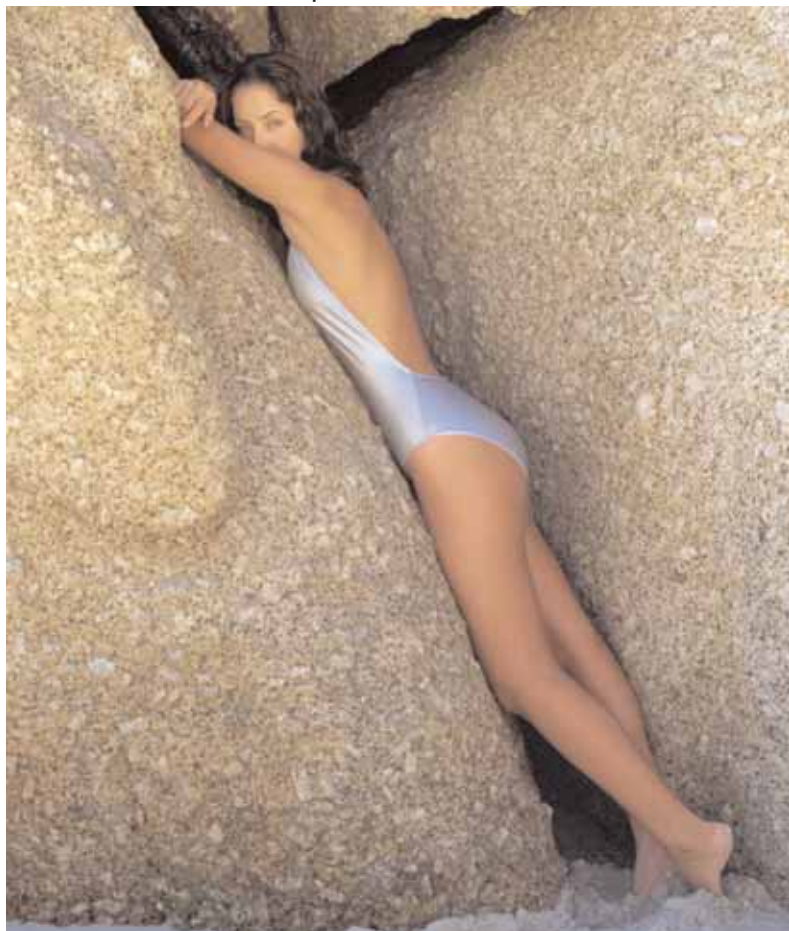
Das melden Forscher der Mount Sinai School of Medicine in den USA nach langjährigen Versuchen.

Das so genannte follikelstimulierende Hormon (FSH) wird in der Hirnanhangsdrüse, der Hypophyse, gebildet und ist an der Produktion der weiblichen Geschlechtshormone Östrogen und Progesteron beteiligt. Ein hoher FSH-Spiegel hat nach Angaben der Wissenschaftler eine negative Auswirkung auf die Knochenstruktur.

Daher sehen die Forscher in der Blockade der FSH-Rezeptoren eine Alternative zur Hormonersatztherapie. Diese wird bei Osteoporose angewandt, kann jedoch mit einem erhöhten Gesundheitsrisiko verbunden sein, wenn Vitamin D3 in Medikamentenform gegeben wird. Rat der Photomediziner: UV-Licht intensiver nutzen, denn das geht bei richtiger Dosierung ohne Nebenwirkungen im Sonnenstudio.

Die ältesten Schmuckstücke der Menschheit sind 100.000 Jahre alt.

Sie legen nahe, dass sich die Kultur des Menschen deutlich früher entwickelt hat, als bislang angenommen wurde. Das schreiben Forscher aus Europa, den USA und Israel im Fachblatt "Science". Die Wissenschaftler hatten durchlöchernte Schneckenhäuser, die bereits vor 76 Jahren gefunden wurde, neu datiert. Die Löcher wurden von Menschen vor rund 100.000 Jahren gebohrt und lassen darauf schließen, dass die Schnecken an einem Band um den Hals getragen werden konnten. Zu dieser Zeit hatte der moderne Mensch Europa noch nicht besiedelt.



Kalzium treibt Spermien an.

Möglich macht das ein Protein namens CatSper, das Wissenschaftler vom Howard-Hughes-Medizin Institut in Boston jetzt entdeckten, als sie den elektrischen Strom in einer Spermazelle gemessen haben. Das Protein spielt eine Schlüsselrolle bei der Vorwärtsbewegung von Spermien, deren Geißel als eine Art Heckmotor funktioniert. Dabei entscheidet die Kalzium-Konzentration, ob ein Spermium genügend Energie hat, um in die Eizelle einzudringen oder nicht. Das Protein reguliert das Kalzium, das aus allen Teilen der Samenzelle in ihre Schwanzregion fließt. Damit wird das Spermium dort durch Kalzium hyperaktiviert und kann so heftige Schwanzschläge ausüben. Dadurch erhält es genügend Energie, um die Schutzbarriere der Eizelle überwinden zu können, schreiben die Forscher in "Nature".

Quelle: www.wissenschaft.de