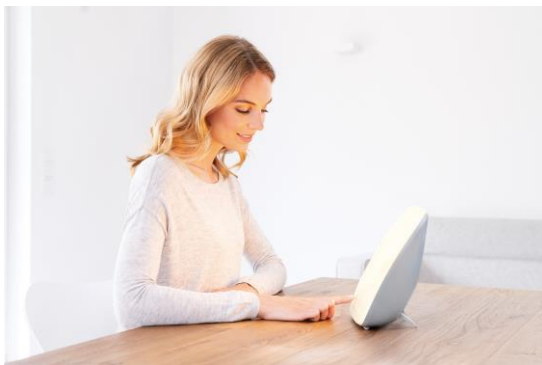


## Mit Tageslichtlampen gegen den Winterblues

**Ulm, 27. Januar 2020 – Tageslicht ist lebenswichtig. Fehlt es, gerade während der Herbst- und Wintermonate, wird die Produktion des Glückshormons Serotonin verringert, welches unser Wohlbefinden maßgeblich beeinflusst. Beurer bietet verschiedene Tageslichtlampen an, um einer sogenannten Herbst-Winter-Depression entgegenzuwirken. Dass Betroffene von nichtmedikamentösen Verfahren wie der Lichttherapie profitieren können, bestätigen nun auch neueste Ergebnisse im vorläufigen HTA-Bericht, der vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) beauftragt wurde.**



Wenn die Sonne während der dunklen Jahreszeit kürzer scheint und die Menschen sich verstärkt in Innenräumen aufhalten, kann es zu Lichtmangelerscheinungen kommen. Patienten klagen über gedrückte Stimmung, fehlenden Antrieb oder Interessenverlust

und Freudlosigkeit, ein erhöhtes Schlafbedürfnis oder Gewichtszunahme. Dem IQWiG zufolge kommt die Herbst-Winter-Depression in nördlichen Ländern häufiger vor als in südlichen Breitengraden. Erhebungen aus Österreich und der Schweiz zeigten, dass dort rund 2,5 % der Bevölkerung pro Jahr betroffen sind. Für den HTA-Bericht werteten die Wissenschaftler 21 randomisierte kontrollierte Studien zur Lichttherapie mit insgesamt 1.441 Erwachsenen aus und fanden signifikante Hinweise auf einen kurzfristigen Nutzen von Tageslichtlampen auf depressionsbezogene Symptome. Dies bestätigt, dass sich die Lichttherapie im Hinblick auf Schweregrad und den Rückgang einer Herbst-Winter-Depression positiv auswirken kann. Der [vollständige Bericht](#) wurde auf der Website des IQWiG veröffentlicht.

### Neue Power durch Tageslichtlampen

Um wieder in Schwung zu kommen und Lichtmangelerscheinungen auszugleichen, kann man dem Winterblues mit Tageslichtlampen

**Beurer GmbH**  
Söflinger Straße 218  
89077 Ulm  
Deutschland  
Tel. +49 731/3989-0  
Fax +49 731/3989-295

**Beurer Austria GmbH**  
Franz-Hönig-Straße 7  
4910 Ried im Innkreis  
Österreich

**Ansprechpartner**  
Anna-Katharina Peuker  
[presse@beurer.de](mailto:presse@beurer.de)

**Website**  
[www.beurer.com](http://www.beurer.com)  
[www.beurer-gesundheitsratgeber.com](http://www.beurer-gesundheitsratgeber.com)

**Social Media**



entgegenwirken. Beurer bietet ein umfangreiches Sortiment, darunter die kompakten Modelle TL 20 und TL 30 für den Schreibtisch, TL 50 und TL 70 in modernem, rundem Design, TL 80 und TL 90 mit besonders großer Beleuchtungsfläche oder die 2-in-1 Tageslichtlampe TL 100 mit Stimmungslichtfunktion und innovativer App-Anbindung.

Voraussichtlich im März 2020 bringt der Ulmer Gesundheitsspezialist ein weiteres Gerät auf den Markt. Die Tageslichtlampe **TL 45 Perfect Day** ist das ideale Lichtsystem für einen energiereichen Tag. Das Produkt verfügt über eine Lichtstärke von 10.000 Lux (Abstand 20 cm) und drei Farbtemperaturen. Es unterstützt verschiedene Leistungs- und Ruhephasen mithilfe der Modi Therapy, Active und Relax.



Therapy Modus  
6.500 Kelvin  
Für mehr Energie



Active Modus  
5.000 Kelvin  
Für Konzentration



Relax Modus  
3.000 Kelvin  
Für Entspannung

Die TL 45 simuliert auf diese Weise den natürlichen Lauf der Sonne und sorgt für einen geregelten Tages-Nacht-Rhythmus. So kann das Produkt durch die Lichttherapie einen frischen Start in den Morgen, konzentriertes Arbeiten am Tag oder einen entspannten Ausklang am Abend fördern. Die Touch Bedienung und die energiesparende LED-Technologie machen die Anwendung besonders nutzerfreundlich und die Tageslichtlampe zum optimalen Begleiter zu Hause oder im Büro.

Weitere Informationen rund um das Thema Tageslicht sind unter [www.beurer-tageslicht.de](http://www.beurer-tageslicht.de) abrufbar.

**Preis (UVP), Verfügbarkeit, Garantie\***

TL 45 Perfect Day: 99,99 € (UVP), ab März 2020, 3 Jahre Garantie

\*Alle Angaben ohne Gewähr – Änderungen vorbehalten

## Über Beurer

Beurer wurde 1919 in Ulm gegründet und steht für Gesundheit und Wohlbefinden. In diesem Segment ist das Traditionsunternehmen heute in mehreren Produktparten führend: unter anderem als Marktführer in Europa im Bereich Schmiegsame Wärme, Marktführer in Deutschland für Blutdruckmessgeräte und Massageprodukte, sowie als einer der führenden Anbieter von Personenwaagen in Europa. Das Portfolio wird in allen Bereichen kontinuierlich weiterentwickelt und bietet Produkte für die Heimanwendung. Darunter finden sich Personenwaagen, Küchenwaagen, Kofferwaagen, Luftreiniger, Luftentfeuchter, Luftwäscher, Thermo-Hygrometer, Aroma Diffuser, Blutdruckmessgeräte, Blutzuckermessgeräte, mobile EKG-Geräte, Hörhilfen, Pulsoximeter, Inhalatoren, Fieberthermometer, ein Schlafsensor, Lichtwecker, ein Schnarchstopper, Tageslichtlampen, Infrarotlampen, TENS/EMS Geräte, Massageprodukte (Fuß-Massage, Shiatsu-Massage, Massage-Sessel, Massage-Kissen, Faszien-Massage, Venen-Trainer), Entspannungshilfen, Haarentfernungsgeräte (klassisch, IPL, Laser), FaceCare und HairCare Produkte, ein cellulite releaZer, Kosmetikspiegel, Maniküre/Pediküre Sets, eine Babycare Linie, Basalthermometer, Aktivitätssensoren, eine Aktivitätsuhr und Pulsuhren. USB-Schnittstellen und *Bluetooth*<sup>®</sup> ermöglichen für immer mehr Connect-Produkte eine Anbindung an die wachsende Beurer App-Welt und/oder Software. Das Familienunternehmen unterhält ein weltweites Distributionsnetz in mehr als 100 Länder und beschäftigt derzeit ca. 900 Mitarbeiter. Weitere Informationen finden Sie unter [www.beurer.com](http://www.beurer.com).