

LICHTFLIMMERN

Mögliche Anzeichen einer Flimmerbelastung sind eine Überempfindlichkeit und leichte Reizbarkeit. Aber auch Schwindel, Übelkeit, unscharfes Sehen, Orientierungsschwierigkeiten sowie Augen- und Kopfschmerzen, bis hin zu Fieber, Migräne und epileptischen Reaktionen sind bekannt.

Bei neuen Synthetik-Modellen ist das Flimmern allenfalls in den peripheren, meist unbewusst wahrgenommenen Sichtbereich verschoben worden. Eine Belastung der Augen und der Augenmuskulatur sowie des Nervensystems besteht jedoch weiterhin. Der dadurch ausgelöste Stress kann die Reizverarbeitung im Gehirn nachhaltig stören.

"Lichtempfindlichen Menschen" wurde daher vom Bundesgesundheitsministerium noch vor einigen Jahren ausdrücklich Glühlampenlicht empfohlen. Denn Glühbirnen und Halogenlampen bieten ein kontinuierliches, an Wärme gekoppeltes, natürliches Vollfarbspektrum-Licht, ähnlich dem der Abendsonne.

Doch nicht zuletzt durch das gesetzliche Verbot der Glühbirne, deren Schicksal auch die Halogenlampe schon bald teilen muss, wurde LED's, Leuchtstoffröhren und Energiesparlampen der Weg bereitet.

Ob Straßenbeleuchtung, Ampeln, Autos, Bahn und Bus, Außenwerbung, Handy, Fernsehen, PC-Monitor, Supermarkt, Bioladen, Café, Schule, Uni, Bibliothek, Arbeitsamt, Tanzball, Museum, ... Längst haben diese synthetischen Leuchtmittel alle Lebensbereiche erobert.

Die Empfehlung des Bundesgesundheitsministeriums ist somit nicht mehr alltagstauglich.

LICHT GESUND HEIT



LICHTGESUNDHEIT IM ALLTAG

Es gibt Menschen, die ein stroboskopartiges Flimmern bei LED's sowie ein Flackern und Aufblitzen bei Leuchtstoffröhren und Energiesparlampen deutlich wahrnehmen. Im Alltag kann dies ein natürliches Sehen sehr belasten und sich, neben der Beeinträchtigung des Wohlfühls, sogar gesundheitlich problematisch auswirken.

Betroffene teilen die Besorgnis, am gesellschaftlichen Leben zunehmend nicht mehr uneingeschränkt teilnehmen zu können.

SELBSTHILFEGRUPPE LICHTGESUNDHEIT

Sind Sie interessiert an einem lösungsorientierten Austausch mit anderen Betroffenen? Wollen Sie für sich und Ihre persönliche Situation mehr erfahren? Oder haben Sie vielleicht sogar wertvolle Hinweise zum Umgang mit Lichtflimmern? Dann freuen wir uns auf Ihren Besuch.

KONTAKT

Informationen zu den Treffen erhalten Sie über:

lichtgesundheits@web.de

Weitere Informationen zum Thema Lichtgesundheit bieten wir Ihnen mit unserem gleichnamigen Artikel kostenfrei.

Sprechen Sie uns gern darauf an.