



SONNEN NEWS – 29. Dezember 2011

## Jetzt auf die Sonnenbank bevor die Nase läuft, die Lunge pfeift und das Fieber steigt

Wenn die Böller knallen und die Raketen das Jahr 2012 begrüßen, dann kommt nicht nur das Neue Jahr, sondern mit ihm auch die Zeit der Grippe, der Allergien und Atemwegs-Infektionen. Noch kann der regelmäßige Besuch im Sonnenstudio das Schlimmste verhindern.



Das Vitamin D-Winter-Problem ...

Der Grund ist weder die wohlige Wärme noch das entspannende Pflegegefühl, sondern die Fähigkeit der Sonnenbank, schon bei kurzem Aufenthalt weit unterhalb der Sonnenbrand-Schwelle ausreichende Mengen des schützenden Sonnenschein-Vitamins D zu produzieren.

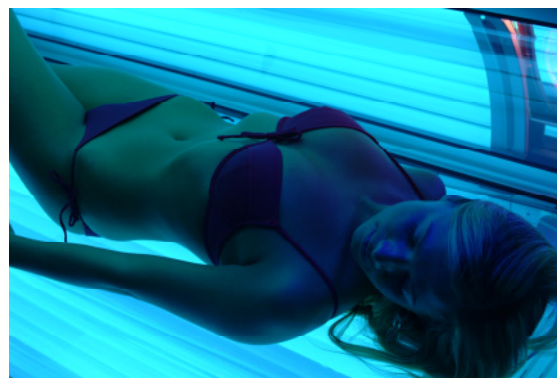
Denn jetzt kommt der Höhepunkt des „Vitamin D-Winters“, wenn die Vitamin D-Vorräte gegen Null sinken, ihre Steuerungskraft einbüßen und so das Immunsystem verrückt spielen kann.

Denn in einem komplizierten Prozess wirken die UVB-Strahlen der Sonne oder der Sonnenbank mit an der Mobilisierung des Immunsystems bei Infektionen – und bändigen gleichzeitig den „Übereifer“ der „Abwehrpolizei“ im Körper, bei dem just die Zellen zerstört und Organe

geschädigt werden, die eigentlich geschützt werden sollten.

Infektions- und Autoimmun-Erkrankungen sind daher typisch für diese Jahreszeit, wenn die Sonne keine Kraft mehr hat für die Vitamin D-Bildung über die Haut und vor allem die Menschen ihre Vorräte verbraucht haben, die sich im Sommer nicht ausreichend mit Sonne und Sonnenschein-Vitamin D versorgt hatten.

Lösung des Vitamin-D-Winter-Problems:  
Die Sonnenbank!



...und die Vitamin D-Winter-Problem-Lösung

Diese Wirkung des Sonnenschein-Vitamins ist inzwischen in hunderten von wissenschaftlichen Studien belegt worden, die jetzt von einem Forscher-Team der Universität von Padua zusammengefasst wurden: