



Erholsamer Schlaf durch orange Brillengläser?



Melatonin, unser Schlafhormon...

...wird bei Dunkelheit in der Zirbeldrüse gebildet. Ein gesunder Melatonin-Spiegel macht uns müde und sorgt für einen erholsamen Schlaf.

Blaues Licht hingegen – eine große Komponente des Tageslichts – unterdrückt die Melatoninproduktion, der Spiegel sinkt, wir werden und bleiben natürlicherweise munter.

Dieser Ablauf wird über spezielle Rezeptoren in den Augen gesteuert, die das Pigment Melanopsin enthalten. Dieses wird am stärksten von Licht mit einer Wellenlänge von 460 bis 484 nm angeregt, und genau dieses blaue Licht wird auch von künstlichen Lichtquellen und vor allem von LED-Displays abgestrahlt.

Problem Kunstlicht

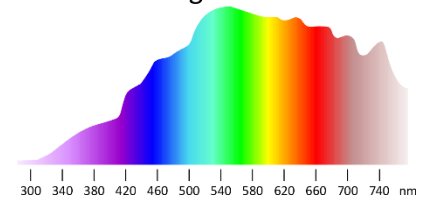
In den Zeiten der guten alten Glühbirne war unser Schlafrhythmus noch eher natürlich; heute hingegen hält uns nicht mehr der Krimi oder das (Kinder)buch wach, sondern der hohe Blauanteil der allgegenwärtigen künstlichen Lichtquellen.

Und je flacher die Tag-Nacht-Melatoninkurve, desto höher ist der Spiegel des Aktivitäts- und **Stresshormons Cortisol** – mit möglicherweise weitreichenden gesundheitlichen Folgen.

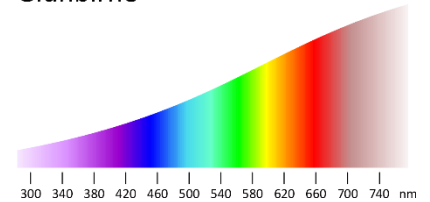
Doch bleiben wir einmal beim erholsamen Schlaf: dieser kann laut tausender Anwendererfahrungen sowie einer **klinischen Studie** des Baseler Zentrums für Chronobiologie durch geeignete „**Blueblocker**“-Brillen signifikant verbessert werden.

Lichtspektren

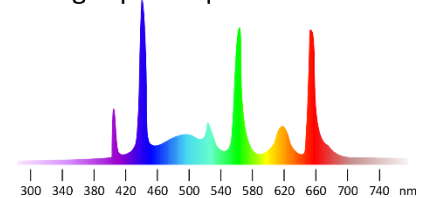
Natürliches Tageslicht



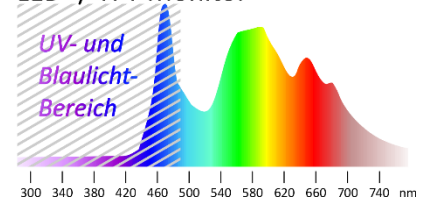
Glühbirne



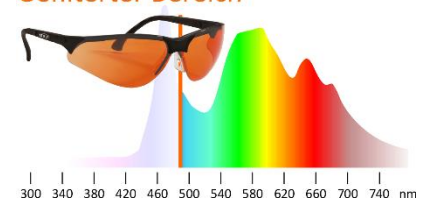
Energiesparlampe



LED- / TFT-Monitor



Gefilterter Bereich



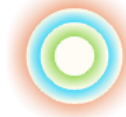
Blueblocker-Brillen: Die Qualität entscheidet!

Herkömmliche Sonnenbrillen filtern zwar mitunter den UV-Bereich, nicht jedoch den Blaulicht-Bereich heraus. Wir persönlich verwenden eine hochwertige und gleichzeitig günstige UV- und Blueblocker-Schutzbrille des **deutschen Herstellers INFIELD Safety** mit kratzfest härtebeschichteten Polycarbonat-Scheiben der Klasse I und nach Norm DIN EN 166, EN 170 und EN 172.

Diese Sicherheits-Brille filtert das gesamte UV- sowie das Blaulicht-Spektrum bis 490 nm heraus. Sie ist unisize, verstellbar, sehr leicht (unter 30 Gramm) und trägt sich angenehm im Alltag und beim Sport.

Nach unseren eigenen Erfahrungen hilft ein abendliches Tragen der Brille spürbar dabei, leichter und früher einen erholsamen Schlaf zu finden, morgens erholt aufzuwachen und mehr Power für den Tag zu haben! Tagsüber getragen macht sie nicht müde, sondern entspannt die Augen, verbessert Kontraste, eignet sich optimal als Fahrradbrille und sieht einfach super aus.

Probieren Sie es selber aus und genießen Sie einen erholsamen Schlaf! Sie erhalten die Brille für **nur € 13,90** im HEILSEIN VERLAG (Bestellnr. 7301).



www.heilseinverlag.de

Bestellformular

Herzlichen Dank für Ihre Bestellung!
Bitte als Scan an info@heilseinverlag.de
mailen oder postalisch senden an:

HEILSEIN VERLAG · Florian Buss
Günter-Remien-Ring 98
24398 Brodersby



Kostenfreier Standardversand innerhalb Deutschland

- ✓ für Bücher und CDs **UND** für alle anderen Artikel (außer Kalender und Anlagen) in Kombination mit mindestens 1 Buch / CD
- ✓ Ansonsten Standardversand nur € 2,50 pro Sendung
- ✓ Auf Wunsch **versicherter Versand** für nur € 5,90 pro Sendung

Deutschlandweit Lieferung auf Rechnung

- ✓ Zahlbar bei Erhalt per Überweisung oder PayPal
- ✓ Vorkassezahlung bei Lieferung ins Ausland

Hiermit bestelle ich auf Rechnung:

Artikelnr.	Bezeichnung	ggf. Bemerkung (z.B. Größe, Farbe, ...)	Menge	€/Stück
7301	Schutzbrille UV- und Blaulicht 	Unisize		€ 13,90
7302	Brillenetui mit Clip	außen robust, innen schützende Beschichtung		€ 4,90
7303	% Sparset: Schutzbrille 7301 samt Clip-Etui 7302 zum Sparpreis			€ 17,50
7310	UV-Meter als Schlüsselanhänger 	zeigt die ungefähre aktuelle UV-Belastung des Tages- bzw. Umgebungslichts an		€ 2,50

Weitere Bemerkungen / Wünsche:

Standardversand innerhalb Deutschland € 2,50 pro Sendung (gratis, wenn mind. 1 Buch / CD mit bestellt wird).

ich wünsche **versicherten Versand** (Aufpreis pro nationaler Sendung € 5,90, EU/Welt ab € 20,-)

privat geschäftlich

Vor- und Nachname bzw. Firma:

Rechnungsanschrift:

ggf. abweichende Lieferanschrift:

eMail-Adresse / Telefonnummer (für Rückfragen):

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die aktuell auf www.heilseinverlag.de veröffentlichten Zahlungs-, Liefer- und Geschäftsbedingungen, die Datenschutzerklärung und Widerrufsbelehrung an.

Datum:

Unterschrift: