Lichttherapie

Helga Peter
Marburg, Deutschland

morgens von 6–8:Uhr. Patienten mit saisonaler affektiver Störung (SAD) sollten auf der Nordhalbkugel die Behandlung von Oktober bis Februar durchführen, auf der Südhalbkugel von April bis August.

Siehe auch

Englischer Begriff

light therapy

- ► „Chronobiologie“
- ► „Demenzen“
- ► „Melatoningabe“
- ► „Saisonale affektive Störung“

Definition

Lichttherapie wird mit mehr als 2000 Lux optimal über eine Zeitspanne von zirka zwei Stunden durchgeführt, am besten