

Światłoterapia odpowiedzią na covidowe obostrzenia?

Data publikacji: 26.01.2021 15:00

Dużo mówi się ostatnio o restauracjach, które wbrew obostrzeniom wznawiają swoje działanie. Jest to odpowiedź przedsiębiorców na dramatyczną sytuację finansową w jakiej się znaleźli. Jednak nie tylko restauratorzy mają problemy w związku z częściowym zamrożeniem gospodarki. Od kilku miesięcy nie działają również m.in. solaria. W tym przypadku jednak przedsiębiorcy przekształcają swoje biznesy w gabinety światłoterapii....



fot. pixabay.com

Gabinety światłoterapii zaczynają działać również na Śląsku Cieszyńskim. Czy jednak osoby, które chcą nie tylko zaznać poprawy nastroju, związanej z działaniem światła, ale również poprawić swój wygląd przez opalenie, mają tam czego szukać? - **efektem ubocznym światłoterapii jest przyciemnienie naskórka** – dowiedzieliśmy się w jednym z salonów, świadczących tego typu usługi w regionie.

Czym jest światłoterapia? Inaczej nazywana leczeniem światłem lub fototerapią, wpływa na cały organizm. Faktycznie wykazuje działanie prozdrowotne, zwłaszcza w okresie zimowym, kiedy słońce na niebie jest krótko i często chowa się za chmurami. Wpływa zarówno na nasze samopoczucie (np. jest zalecana jako wspomaganie walki z depresją), jak i na ciało: pobudza układ immunologiczny, czy poprawia krążenie krwi. W solarium leczenie światłem było skutkiem ubocznym opalania. Teraz w salonach światłoterapii to opalenie jest skutkiem ubocznym terapii światłem. Różnica jest jedna – o ile solaria zostały zamknięte, gabinety fototerapii mogą działać.