

Medienmitteilung

Kilchberg, 03. März 2011

Sanatorium Kilchberg

Mit Licht gegen Depressions- und Demenzerkrankungen

Seit Ende vergangenen Jahres bietet das Sanatorium Kilchberg eine neue Form der Lichttherapie an – die Lichtkabine ermöglicht für Patienten eine weit wirksamere und verträglichere Behandlung als die bisherigen Verfahren.



Gerade jetzt in der Skiferienzeit entfliehen viele Unterländer der Nebeldecke in die sonnigen Berge. Energie für den Alltag tanken sie dabei durch Bewegung und frische Luft, vor allem aber auch durch Licht. Licht steigert das Wohlbefinden und gerade in der grauen Winterzeit kann Licht auch als Therapieform eingesetzt werden. Lichttherapie ist eine von der wissenschaftlichen Medizin anerkannte und wirksame Massnahme zur Behandlung von Patientinnen und Patienten, die unter depressiven Verstimmungen oder unter Depressionen leiden.

Für die spezielle Form der saisonalen Depression (sogenannte Herbst-Winter Depression) ist Lichttherapie das Mittel der ersten Wahl. Studien der letzten Jahre zeigen, dass Patienten mit Demenzerkrankungen ebenfalls von der Lichttherapie profitieren können: Neben den depressiven Beschwerden lassen sich durch Licht auch kognitive Symptome und Schlafstörungen günstig beeinflussen. Ziel ist es, den Tag/Nacht-Rhythmus zu normalisieren, und dadurch den Einsatz von Psychopharmaka zu reduzieren.

Sogenannte Lichtkabinen sind bereits an den Psychiatrischen Universitätskliniken Wien und Innsbruck erfolgreich im Einsatz. Das Sanatorium Kilchberg verfügt seit Ende Oktober nun als erste Klinik in der Schweiz über diese Innovation.

Stationär behandelte Patienten haben häufig nicht die Möglichkeit, sich im Freien am Tageslicht bewegen zu können. Gerade älteren Menschen soll diese Therapieform

eine Möglichkeit bieten, auf diese Weise mit einer schonenden Behandlungsmethode Energie aufzutanken.

Die Lichtkabine bietet in funktioneller Hinsicht den grossen Vorteil, dass durch die Bestrahlung des vollständigen Gesichtsfeldes in der vorgegebenen Zeit mit einem Drittel der Helligkeit eine dreifach höhere Lichtdosis verabreicht werden kann. Dadurch treten Nebenwirkungen wie Kopfschmerzen oder Augentränen seltener auf. Zudem machen die deutlich reduzierte Helligkeit und die Verringerung der Blendenwirkung die Bestrahlung für Patienten mit Augenerkrankungen verträglicher.

Für weitere Auskünfte stehen gerne zur Verfügung:

Fabienne Sutter, Leitung Personal und Direktionsstab
Tel. +41 44 716 42 22, Mail: f.sutter@sanatorium-kilchberg.ch