

Rødlysterapi

Hvordan du kan forbedre dit helbred DRAMATISK ved at anvende rødt lys på din hud:

Rødlysterapi er en af de bedste og mest omkostningseffektive behandling, du kan udføre derhjemme. Der er faktisk tusindvis af UDGIVNE artikler fra uafhængige forskere, der beviser de mange og EFFEKTIVE sundhedsfordele ved rødlysterapi. På trods af de store sundhedsmæssige fordele er det kun få mennesker, der bruger den regelmæssigt.

Efter selv at have prøvet den røde lyslampe i månedsvis, blev min oprindelige skepsis hurtigt mindre, og nu fortæller jeg dig ALT, hvad du behøver at vide i denne 3 minutters læsning.

Mange af fordelene ved sollys kan simpelthen IKKE ALLE forklares med D-vitamin.

Der er mere, end folk ved, da der findes flere sole.

Den ene stjæler energi, den anden giver den.

Det sker i samspil og i balance, så ingen lægger mærke til det.

Men det er en anden multipel.

Mindre end 40 % af solens lys er synligt lys. Det betyder, at det meste af lyset IKKE er synligt for os mennesker. Men nogle bølgelængder af dette usynlige lys har fantastiske egenskaber. Det er her, at terapi med rødt lys kommer ind i billedet. I denne terapi fokuserer vi på infrarødt lys, mere præcist nær-infrarødt lys. Det trænger meget dybt ind i vores væv (i modsætning til blå lys). Og forbedrer mitokondriefunktionen betydeligt.

Dette er grunden til, at denne helbredende terapi blev fjernet fra alle lægernes kontorer, FOR DET VAR VIRKELIG HELBREDENDE.

For at opsummere:

Lyset stimulerer nogle lysfølsomme proteinkomplekser (cytokrom C-oxidase) og ionkanaler i den mitokondrielle respiratoriske kæde.

Dette forbedrer energiproduktionen og den generelle mitokondriefunktion betydeligt.

Og da mitokondrier findes i ALLE celler i menneskekroppen, kan stort set ALLE organer drage fordel af nærinfrarødt lys.

Fordele ved nærinfrarødt lys: Søvn, Humør, Energi, Øjens sundhed, Hudens sundhed, Mikrobiomet Betændelse, Hjernesundhed og selvhelbredelse, Ideel til smertelindring, Sætter din daglige rytme rigtigt, Hurtig genopretning og bedre præstationer

Og utallige flere.

Så hvis rødlysterapi giver ALLE disse beviste fordele, hvorfor er det så ikke så kendt i almindelighed?

Hvis folk var sunde, hvad skulle sundhedssystemet og lægerne så gøre?

Hvem ville forbruge lægemidlerne?

Hvad ville de leve af, hvis folk var sunde?

Hvordan ville de så gennemføre deres planer?

Et lægemiddel er en meget effektiv forretningsmodel, samtidig med at det er giftigt, dødbringende og vanedannende....

Men en billig lygte, som man kan bruge i årevis, er det desværre ikke.

Men hvordan bruger man en nær-infrarød lampe derhjemme?

Her har vi brug for en enhed med et bølgelængdeområde på 810-850 nm.

Dette område er optimalt til mitokondriel stimulering.

Stimuler lyset på et bestemt område i 10-20 minutter ad gangen i højst 1 time.

Mere er ikke altid bedre.

Hvis du stimulerer for meget, vil fordelene aftage.

Begynd langsomt og handl efter, hvordan du har det.

For at undgå forvirring:

Rødlysterapi = rødt lys + nærinfrarødt lys.

Det er det røde lys, der er synligt, mens det nærinfrarøde er usynligt.

Nærinfrarødt har de stærkeste fordele, så jeg vil udelade det røde lys fra dette.

Det er det opvarmende lys på huden.

Her har vi brug for en enhed med et bølgelængdeområde på 810-850 nm.

Dette område er optimalt til mitokondriel stimulering.

Stimuler lyset på et bestemt område i 10-20 minutter ad gangen i højst 1 time.

Mere er ikke altid bedre.

Hvis du stimulerer for meget, vil fordelene aftage.

Begynd langsomt og handl efter, hvordan du har det.

For at undgå forvirring:

Rødlysterapi = rødt lys + nærinfrarødt lys.

Det er det røde lys, der er synligt, mens det nærinfrarøde er usynligt.

Nærinfrarødt har de stærkeste fordele, så jeg vil udelade det røde lys fra dette.

Det er det opvarmende lys på huden.

Min erfaring. Jeg har i flere uger startet min dag hver morgen med ca. 30 minutters rødlysterapi.

Under dette kører jeg også visse frekvenser (The Steps). Jeg har også bemærket, at det endda forbedrer mit humør og energiniveau betydeligt i løbet af dagen, selv om jeg ikke blev direkte bestrålet.

Vi bruger også lampen til at få orden i vores døgnrytme på overskyede dage.

Når det vælter ned ovenpå, er det en god måde at jorde sig selv.

Citron, trapper og lampe gør underværker.

Meget meget meget meget anbefalelsesværdigt.

Indtil videre venner...

Jeg vil udvide dette indlæg med de oplevelser vi har herhjemme snart.

Tak for læsning og hold jer sunde og raske.