

## Lichttherapie - Body Boost Bed

> [bodyboostbed.com](http://bodyboostbed.com)

---

### 1. **Zorgt voor een efficiënter immuunsysteem**

Lichttherapie stimuleert het functioneren en dus de efficiëntie van actieve eiwitten voor onze afweer, een snelle(re) afweerreactie door een efficiëntere herkenning van antilichamen en hormonen. Tevens stimuleert het de productie van ATP, waardoor er sneller en meer energie beschikbaar is voor onze biologische processen, waaronder het afweersysteem.

Wanneer eenmaal de afweerreactie op gang is gekomen kan lichttherapie ontstekingsremmend werken, door de volgende signaalstoffen te remmen: Prostaglandine E2, Tumor Necrose Factor Alfa (TNF-a), cyclooxygenase 2 en bepaalde interleukinen.

- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7357616/>
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27371448/>
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22045511/>
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20681024/>
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21356170/>
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28070154/>
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19272168/>

### 1. **Ondersteunt herstel van wonden en zelfs littekens.**

Lichttherapie waarin meerdere kleuren worden gebruikt kan het herstel van wonden stimuleren, doordat ze onder andere de circulatie en groeifactoren stimuleren in het weefsel. Lichttherapie kan namelijk onder andere leiden tot de aanmaak van stikstofoxide (NO), waardoor het vaatverwijdend werkt en er meer voedingsstoffen beschikbaar komen voor wondherstel. Licht in het spectrum van 500-700 nanometer is daarbij geschikt voor oppervlakkig wond of weefselherstel, waarbij licht van 800-1000 nanometer op dieper weefselniveau schadeherstel kan ondersteunen.

- > <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35833323/>
- > <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26681143/>
- > <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16262579>
- > <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19160985>
- > <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22994062>
- > <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21631376>
- > <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19680158>
- > <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18687058>
- > <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20307462>
- > <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30244771>
- > <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30349154>

## Lichttherapie - Body Boost Bed

> [bodyboostbed.com](http://bodyboostbed.com)

---

### **2. Vermindert huidaandoeningen en huidveroudering**

- Lichttherapie waarin meerdere kleuren worden gebruikt uit het kleurenspectrum toont een goed effect voor chronische ontstekings-gerelateerde huidaandoeningen, zoals acne vulgaris en psoriasis. Daarnaast wordt het ook gebruikt voor herstel van brandwonden en littekens.
- Daarnaast ondersteunt het naast de kwaliteit ook de kwantiteit van de huid (dikte), doordat het onder andere collageenvorming kan stimuleren.

- > <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28748760/>
- > <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30244771/>
- > <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22994062>
- > <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23397274>
- > <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31340220/>
- > <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26873500/>