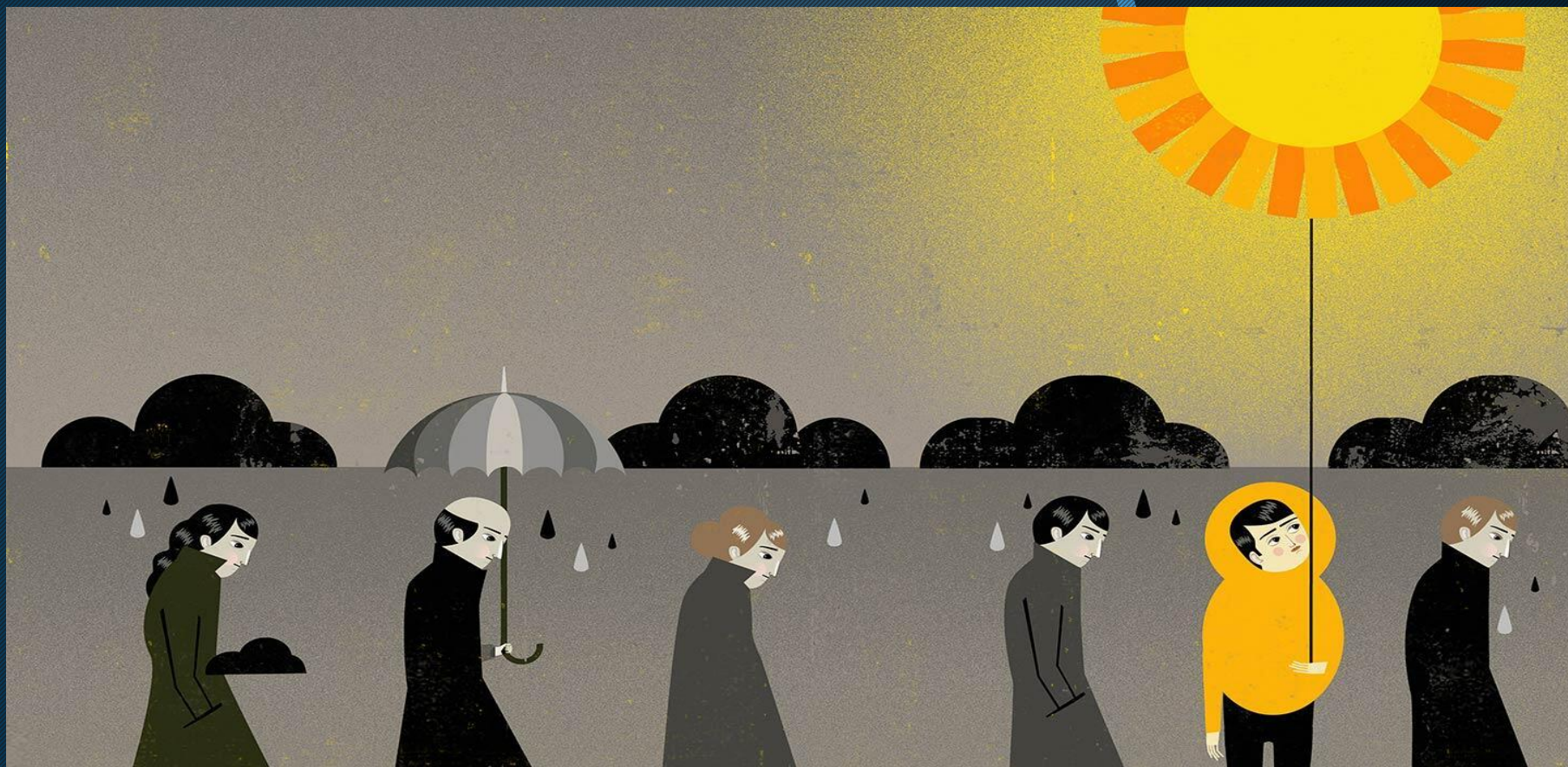


MSF STUDIO



МСФ СТУДИЯ

# Светотерапия



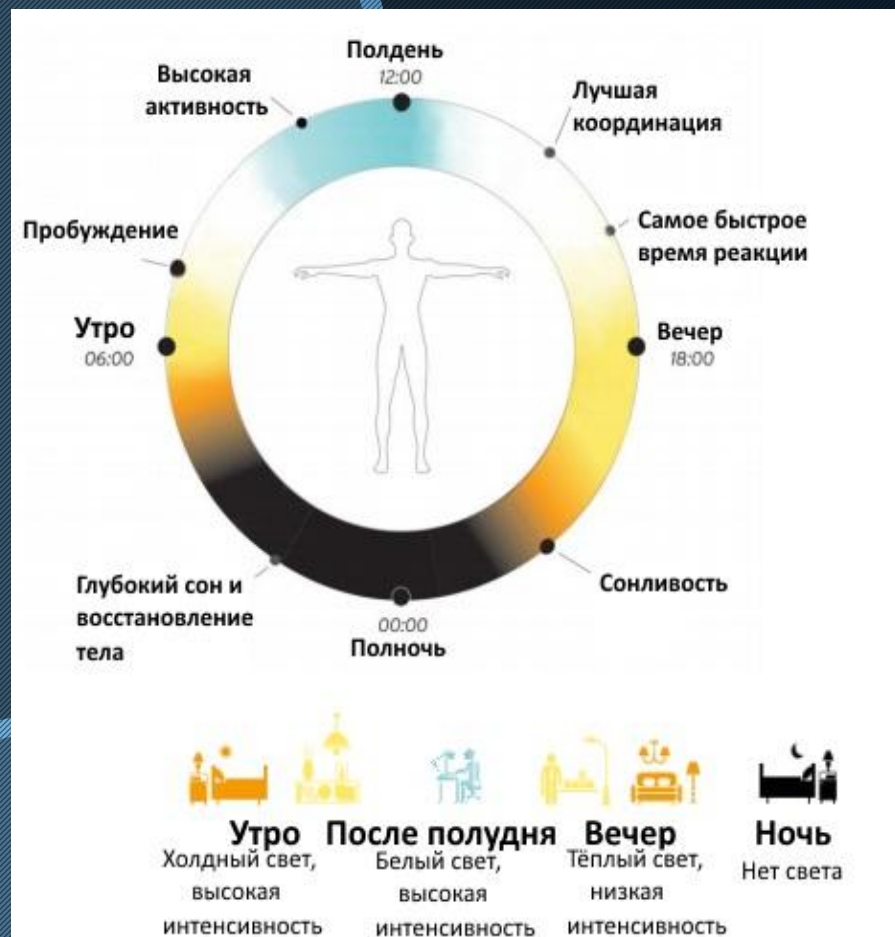


Свет крайне важен для всех живых существ на планете, без него, как без воздуха, не будет жизни.

Человечество зародилось и эволюционировало под лучами солнца.

Чтобы быть здоровым, человек должен жить как задумала природа, по «солнечным часам» – просыпаться с рассветом и ложиться спать как только стемнеет.

Свет должен попадать на кожу и сетчатку глаз.





С момента появления искусственного света наши биологические часы в полном замешательстве.

**Кортизол** называют гормоном бодрости или стресса.

Это две стороны медали!

На первой стадии его становится слишком много.

При этом выработка *мелатонина* – гормона сна и спокойствия – снижается.

Человек перевозбуждается и не может нормально спать ночью, при этом испытывает сонливость днем.

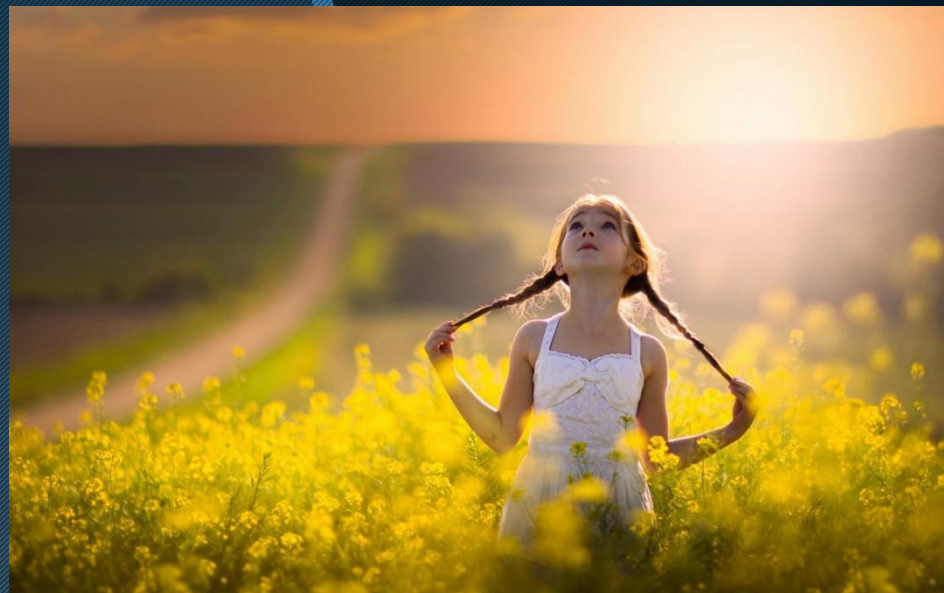




Преобладание синего спектра из-за телефонов, компьютеров и офисных «ламп дневного света» нарушает циркадную выработку гормонов.

Развивается переутомление зрения, расстройство пищеварения, мигрень, бессонница, синдром хронической усталости и депрессия.

Свет способен управлять эмоциями, настроением и даже поведением человека.



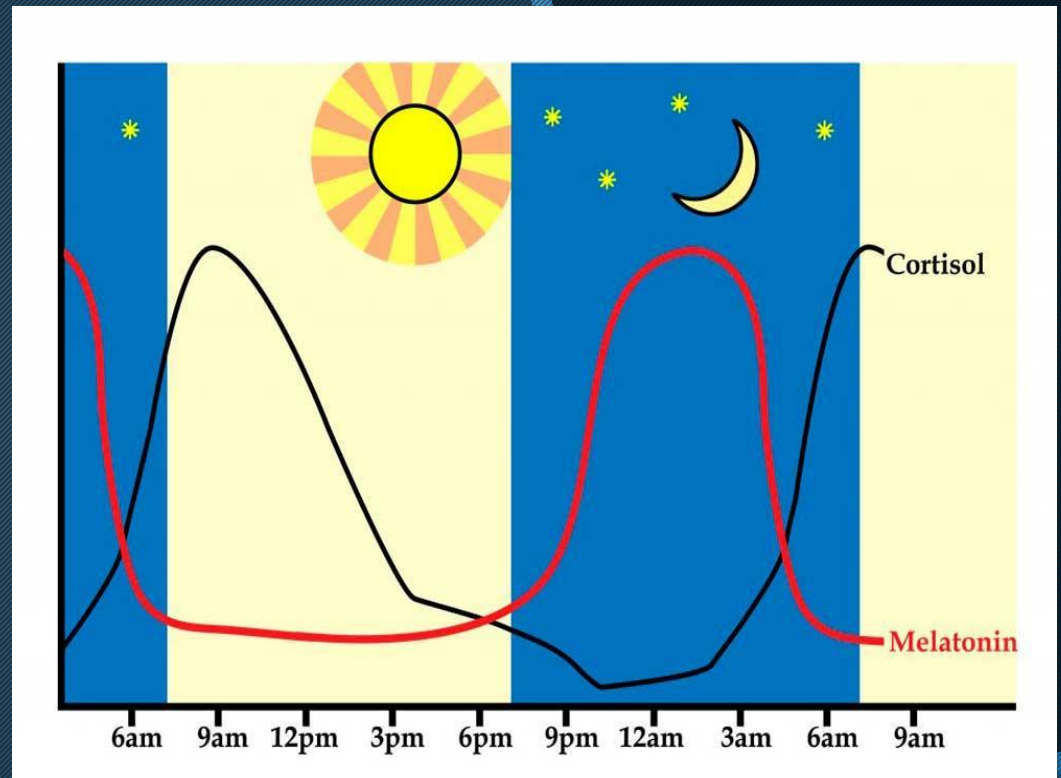


# ЦИРКАДНЫЕ РИТМЫ

*Circa diem* с латинского переводится как «вокруг дня». Циркадные ритмы – это наши внутренние часы, определяющие время для сна и бодрости. Они расположены в головном мозге.

Эти часы контролируют выработку *гормонов*, отвечающих за бодрость по утрам, аппетит, температуру тела, внимательность, моторную активность, иммунитет, артериальное давление, даже на образование жира на животе!

*Гормоны – кортизол и мелатонин*, их концентрация зависит от времени суток, а фактор, запускающий этот тонкий процесс - *яркий свет*, попадающий на сетчатку глаза.







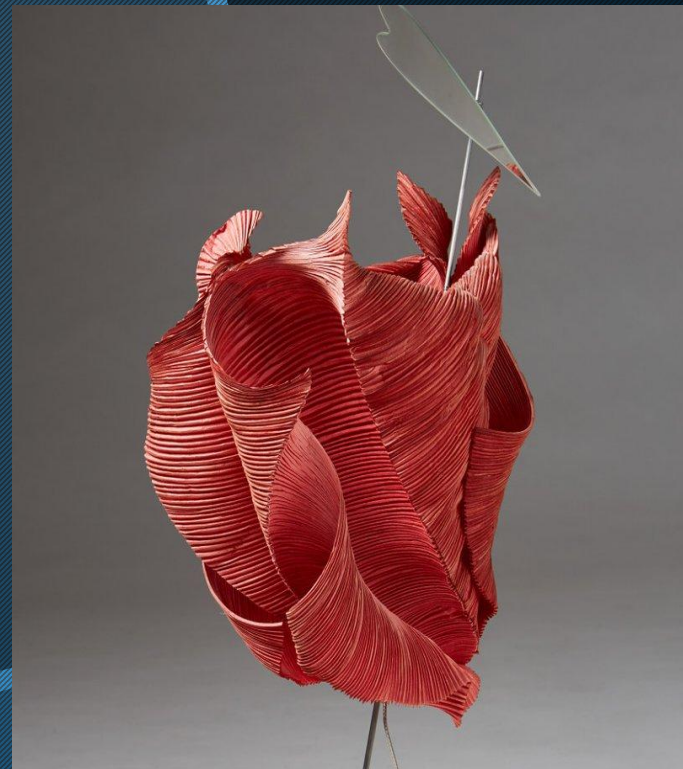
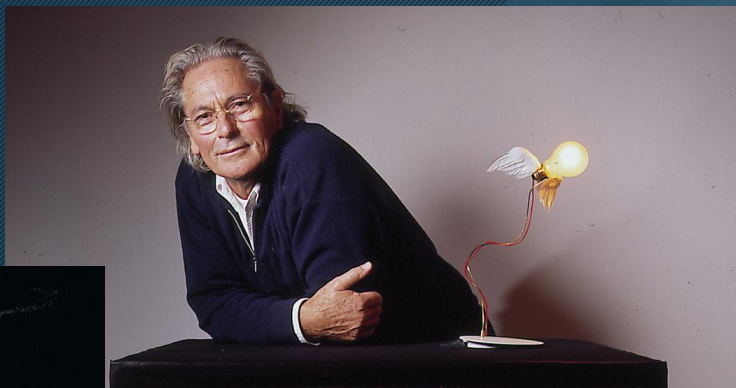
В 2017 году американские ученые Джеффри Холл, Майкл Росбаш и Майкл Янг получили нобелевскую премию по физиологии за открытие молекулярных механизмов, контролирующих циркадные ритмы.

Лауреаты, по словам секретаря Нобелевского комитета, встретили известие о награде словами «Are you kidding me?»





Инго Маурер (Ingo Maurer), гуру светодизайна, однажды сказал: «Плохой свет делает человека несчастным».





**Сине-голубой свет** способствует выработке **кортизола** – действует возбуждающе, помогает проснуться, заряжает энергией, активизирует мыслительный процесс, улучшает концентрацию и внимание, обучаемость, скорость обработки информации, помогает переключиться с одной задачи на другую.

Нехватка света в дневное время приводит к недостаточной выработке **мелатонина** в ночные часы, снизится качество сна, что повлечет утомляемость и замедленные реакции на следующий день.

Если такая ситуация систематически повторяется – возникнет бессонница, синдром хронической усталости или депрессия.





Однако избыточное количество синего света, особенно в диапазоне 415-455 нм (а это наши телефоны, компьютеры и телевизоры), обладает перевозбуждающим и повреждающим сетчатку действием, особенно у детей, пожилых людей и людей с голубыми глазами.

Поэтому в вечернее время важно ограничивать синий, заменяя на теплый **желто-красный свет** (3000-1800К).

Такой свет расслабляет и помогает крепко уснуть.



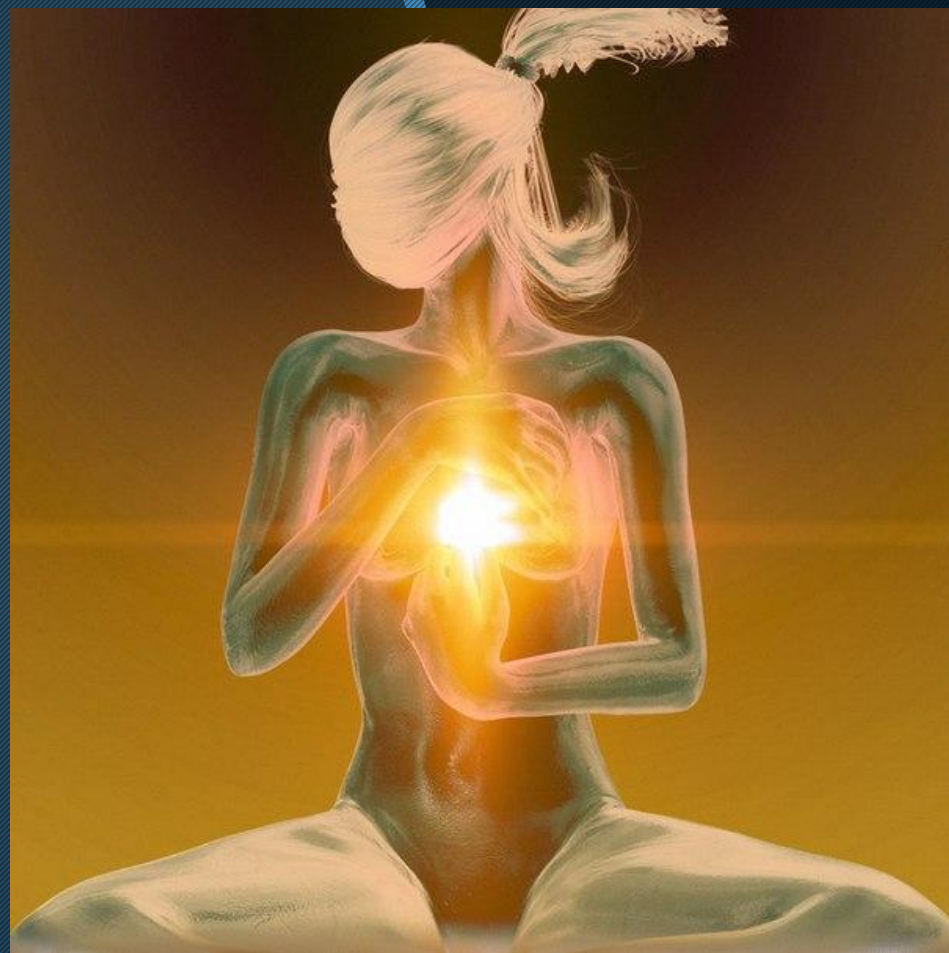


Светотерапия – воздействие света от искусственных источников с определенными длинами волн. Это светодиоды, флуоресцентные лампы или лампы яркого света, имитирующие полный спектр дневного.

Преимуществом светотерапии является удобство (мы не зависим от капризов погоды), а также быстрота воздействия.

Например, для профилактики сезонных депрессий, да и любых эмоциональных спадов, применяется яркий сине-голубой свет.

При этом он воздействует сразу, а не минимум через две недели, как даже самые современные антидепрессанты.





# Где применяется светотерапия

Для достижения наилучшего эффекта  
проконсультируйтесь  
с врачом

Светотерапия обладает доказанной клинической эффективностью в лечении:

- ✓ аффективных расстройств (сезонных и несезонных депрессий)
- ✓ синдрома позднего засыпания
- ✓ рассинхронизации биологических часов, связанной с резкой сменой часовых поясов
- ✓ общем ослаблении организма и снижении иммунитета.

Под действием света в коже активизируются обменные процессы, усиливается выработка коллагена, разрушаются пигменты, поэтому светотерапевтические приборы отлично помогают при:

- ✓ Возрастных изменениях кожи, пигментации, рубцах, шрамах





## Использование приборов с **инфракрасным** светом поможет справиться с:

- ✓ Воспалительными процессами
- ✓ Невралгией и мышечными болями
- ✓ Варикозом
- ✓ Ускорит заживление ран
- ✓ Свет обладает выраженным десенсибилизирующим свойством, поэтому светотерапия




показана

Коротковолновое ультрафиолетовое излучение  
отлично обеззараживает воздух, вам будут не  
страшны всевозможные бактерии и вирусы.



# Наша компания представляет три пакета готовых светотерапевтических решений для задач любой сложности, в зависимости от потребностей заказчика: LIGHT PORTABLE, LIGHT INTERIOR, LIGHT PRO

LIGHT PORTABLE – это переносные портативные устройства. Ручная настройка приборов с использованием в доме, офисе, автомобиле, в командировках, на отдыхе. Данные устройства можно эффективно использовать в случае смены часовых поясов, используя по определенной схеме в самолете и после прилета.

A photograph of a bedroom at night. In the foreground, a bed is made with white linens and several pillows, including a large white one and a smaller grey textured one. On a white bedside table next to the bed, there is a glowing Philips Light Portable device, a glass of water, and a book. The device is a circular ring that glows with a warm yellow light and has a digital display showing '7:30'. The background is a dark wall.

По желанию заказчика предоставляется консультация врача.



# LIGHT PORTABLE

Очки используют зеленый или синий свет с определенной длиной волны. Помогут, если у вас трудности с засыпанием и при этом вы не можете проснуться утром, при быстрой дневной утомляемости, бессоннице, хронической усталости, депрессии, а также Jet Lag.



Световой будильник имитирует рассвет, постепенно изменяя свет и его интенсивность, мягко подготавливая ваше тело к пробуждению. Программа моделирования заката готовит вас ко сну.





# LIGHT PORTABLE

**Лампы дневного света** применяются для выравнивания гормонального дисбаланса, лечения недомоганий, вызванных недостатком солнечного света.

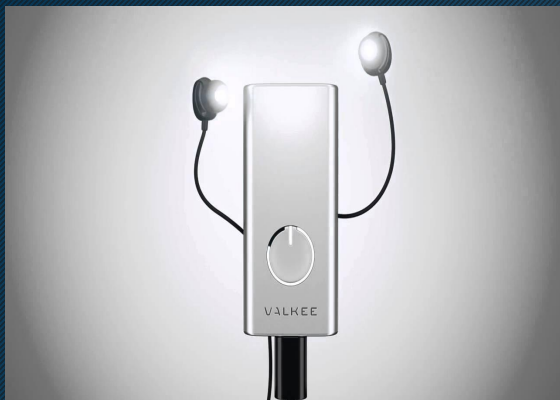
Особо яркое и равномерное излучение (до 10000 Лк, в зависимости от модели). При использовании устройства, ваша работоспособность станет лучше, вы станете меньше уставать, уйдет послеобеденная сонливость, а также повысится иммунитет.



Подушка-робот Somnox – вроде толстого кота, который пришел с вами вздремнуть. Имитирует дыхание спящего человека, встроенный динамик позволяет воспроизводить даже звук дыхания, любимую музыку, медитации или аудиокниги. Somnox можно настроить на имитацию рассвета – светодиоды за некоторое время до утра начинают мягко светиться и, постепенно набирая яркость, облегчают пробуждение.



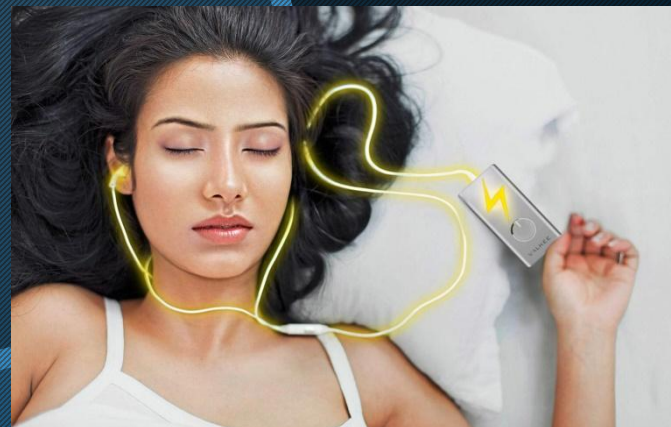
# LIGHT PORTABLE



Недавние открытия показали, что в человеческом мозге есть фоточувствительные рецепторы, очень похожие на те, что расположены в сетчатке глаза.

Светочувствительные рецепторы могут быть доступны с помощью света, проходящего через ушные каналы с помощью устройства для терапии ярким светом **HumanCharger®** и его передовых наушников LEDSet. Когда эти фоточувствительные области мозга стимулируются светом, он влияет на нервные цепи в головном мозге с помощью нейромедиаторов.

В результате, при использовании **HumanCharger®**, вы испытываете повышение уровня энергии, улучшение настроения, повышение умственной работоспособности и более быстрое восстановление после последствий смены часовых поясов.





# LIGHT PORTABLE



## Светотерапия красным и инфракрасным светом

Активирует процесс клеточного дыхания.

Улучшает текучесть крови.

Стимулирует антиоксидантные и другие защитные системы.

Оптимизирует все обменные процессы.

Снижает воспаление, уменьшает боль, стимулирует иммунитет.

Ускоряет регенерацию любых тканей.

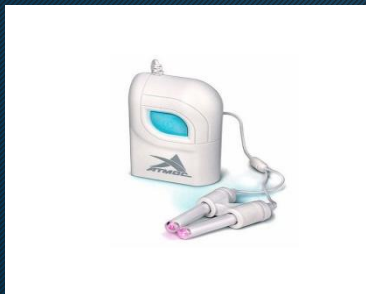
Расслабляет скелетную мускулатуру.





# LIGHT PORTABLE

Боли, вызванные асептическим воспалением, таким как напряжение поясничных или шейных мышц, радикулит, тендинит, бурсит, ревматоидный артрит, либо боли в период восстановления после травм, могут быть уменьшены с помощью инфракрасного излучения.



Интраназальное (в нос) применение поможет избавиться от насморка, в том числе аллергического. ИК свет позволяет эффективно бороться с такими проявлениями аллергического ринита как ринорея, першение в горле, интраназальный зуд, чихание, слезотечение, головная боль. Проведенные клинические исследования позволяют сделать вывод, что эффект может быть сравним с приемом антигистаминных средств.

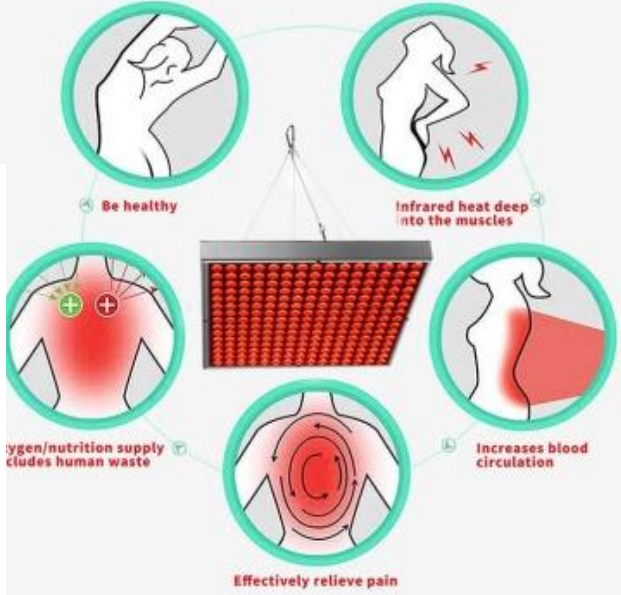
Американский журнал ринологии и аллергий, выпуск июль-август 2015 года. Авторы: Cho HK1, Jeong YM, Lee HS, Lee YJ, Hwang SH.



# LIGHT PORTABLE



## How does it relieve you pain?







# LIGHT PORTABLE

В косметологии способ светотерапия активно используется для активации регенеративных функций кожи.

Воздействие света ускоряет восстановительные процессы, стимулирует выработку коллагена, повышает эластичность, борется с бактериями, выравнивает тон кожи и выводит токсины.

Сотрудники NASA используют свет для ухода за кожей начиная еще с начала 90-х. В США, Европе и в России красный, синий и зеленый свет (есть еще несколько видов) в многоступенчатых процедурах для кожи стали применяться всего несколько лет назад. А вот LED-лампы для домашнего использования – это пока новинка.



Такая терапия очень популярна в Голливуде, особенно перед выходом на ковровую дорожку, когда нужно быстро избавиться от отеков и выглядеть свежо.



# LIGHT PORTABLE



LED-лампы имеют цвета различного спектра. В зависимости от длины волны свет проникает на определенную глубину, от верхних слоев эпидермиса до подкожных слоев жировой клетчатки.

**Красный свет** эффективно ускоряет кровообращение, усиливая синтез коллагена и эластина, укрепляет местный иммунитет и является хорошей профилактикой преждевременного старения.

**Синий свет** имеет яркое бактерицидное действие, он регулирует работу сальных желез и оказывает лечебное воздействие на акне.

**Желтый/зеленый свет** — восстанавливающее действие. Они подходят для избавления от пигментных пятен в комбинации с легким химическим пилингом.

Как и у любой процедуры, данный вид излучения имеет ряд противопоказаний и возможных побочных эффектов. Поэтому перед применением рекомендуется консультация врача.



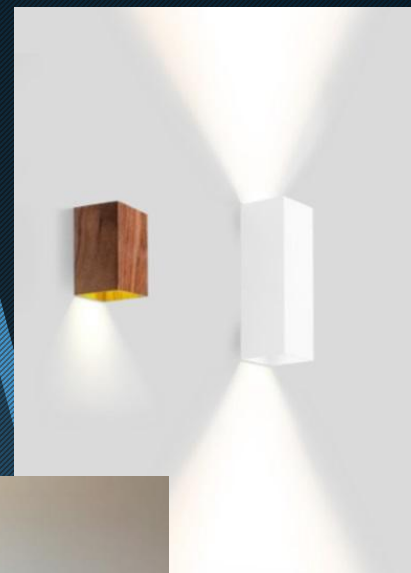
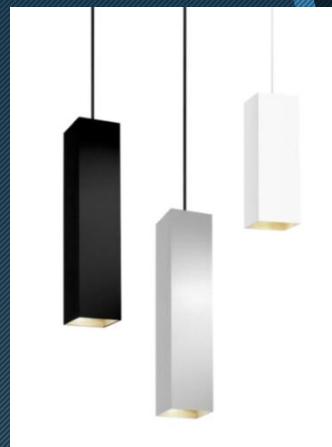


# LIGHT INTERIOR



Стационарные интерьерные светильники средней ценовой категории. Возможно ручное и электронное управление.

Для достижения наивысшего комфорта в вашем доме мы охотно разработаем с Вами индивидуальное решение для оптимального циркадного ритма – прохладного бодрящего света по утрам и теплого, расслабляющего для уютных семейных вечеров.



Подвесной светильник BOX, HEXO,  
настенный светильник BOX-mini



# LIGHT INTERIOR



Правильный свет для здоровья и настроения.

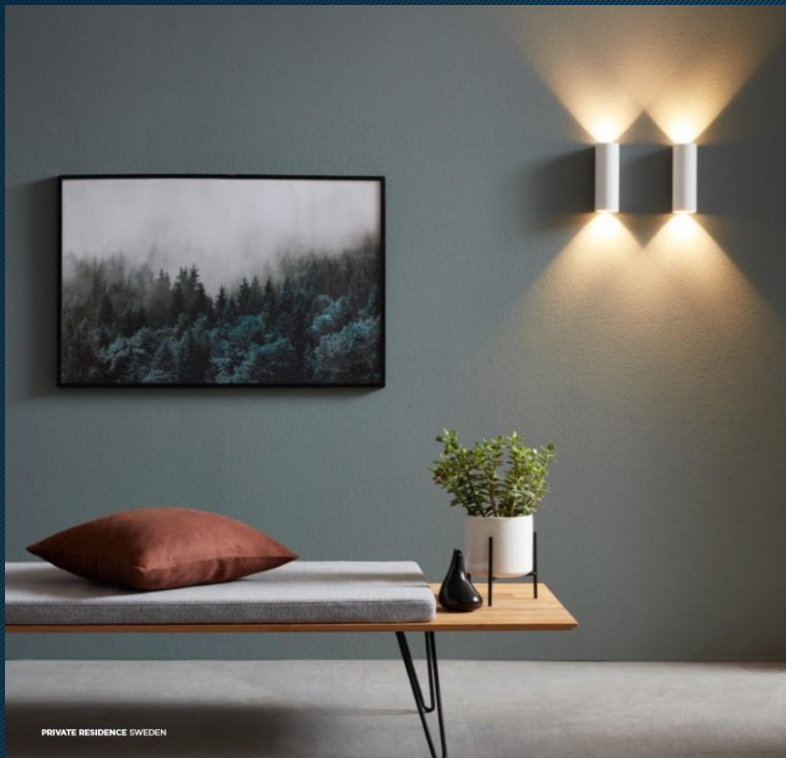
С помощью светильников WEWER&DUCRE можно приобрести хорошее настроение, бодрость по утрам и расслабленную вечернюю атмосферу. При этом все будет идеально и с точки зрения дизайна.



Подвесной светильник BOX OUTDOOR, подвесной HEXO, встроенный DEEP ADJUST

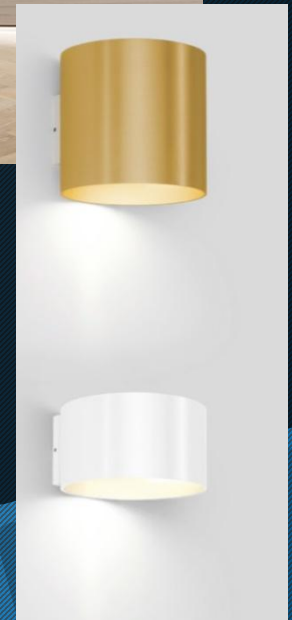
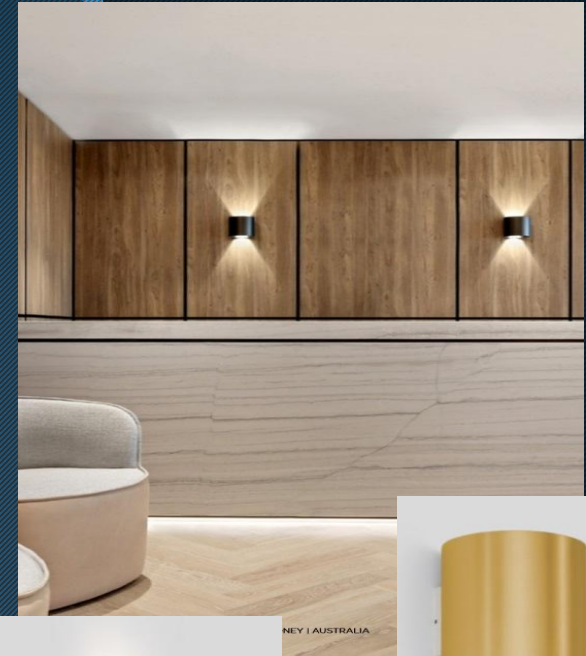
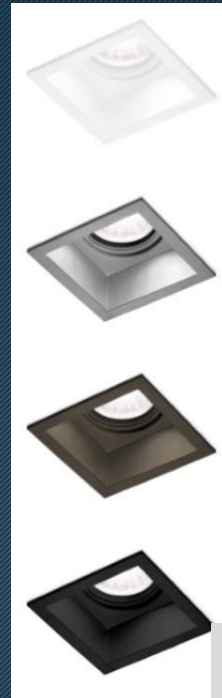


# LIGHT INTERIOR



**При использовании в офисе** - холодный свет в переговорной повышает внимание и концентрацию, улучшая продуктивность переговоров.

Для наиболее эффективного использования энергии в течение рабочего дня, по утрам первоначально устанавливается активирующий световой спектр с большим соотношением синей составляющей, которая через некоторое время снижается. Во время перерывов сильно уменьшается доля синих составляющих и используется успокаивающий, теплый свет.



PLANO встроенные светильник, RAY mini настенный светильник ,  
RAY настенный светильник



# LIGHT INTERIOR

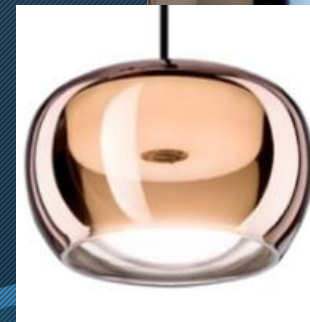


Ученые, совместно с компанией недвижимости CBRE, базирующейся в Амстердаме, проводили исследования, как смена цветовой температуры и интенсивности света в течение дня влияют на продуктивность работы. Сотрудники CBRE были опрошены сотрудниками университета Twente, The Free University of Amsterdam, о том, как они чувствовали себя, когда подобное освещение было установлено в офисе. Результаты показали повышение производительности на 18% и снижения количества ошибок на 12%. Кроме того, 76% сотрудников сообщили о том, что чувствуют себя счастливее, при этом наполовину уменьшилось количество заболевших.

SHIEK подвесной светильник, SHIEK 4.0 подвесной светильник, DEEP встроенный светильник



# LIGHT INTERIOR



Для ухода за пожилыми людьми, у которых снижена восприимчивость к синему спектру из-за возрастных изменений в хрусталике, освещение может компенсировать это посредством повышенной доли синей составляющей и биологический ритм снова синхронизируется с режимом дня. Тем самым можно сдерживать симптомы деменции, депрессии и сокращать время лечения заболеваний.

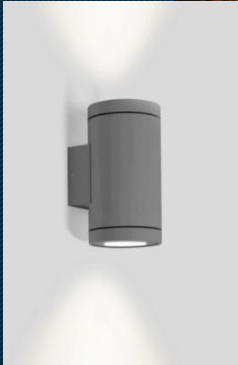
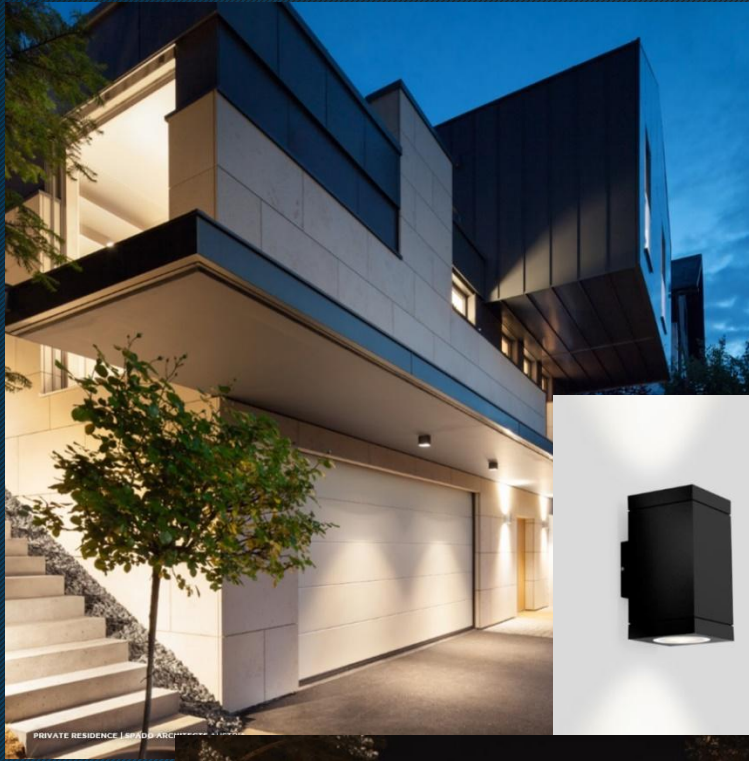
SELO подвесной светильник, RON встроенный светильник, WETRO подвесной светильник



# LIGHT INTERIOR

В банной и оздоровительной отрасли динамически настроенный свет также действует по утрам активирующим образом, а по вечерам успокаивающим.

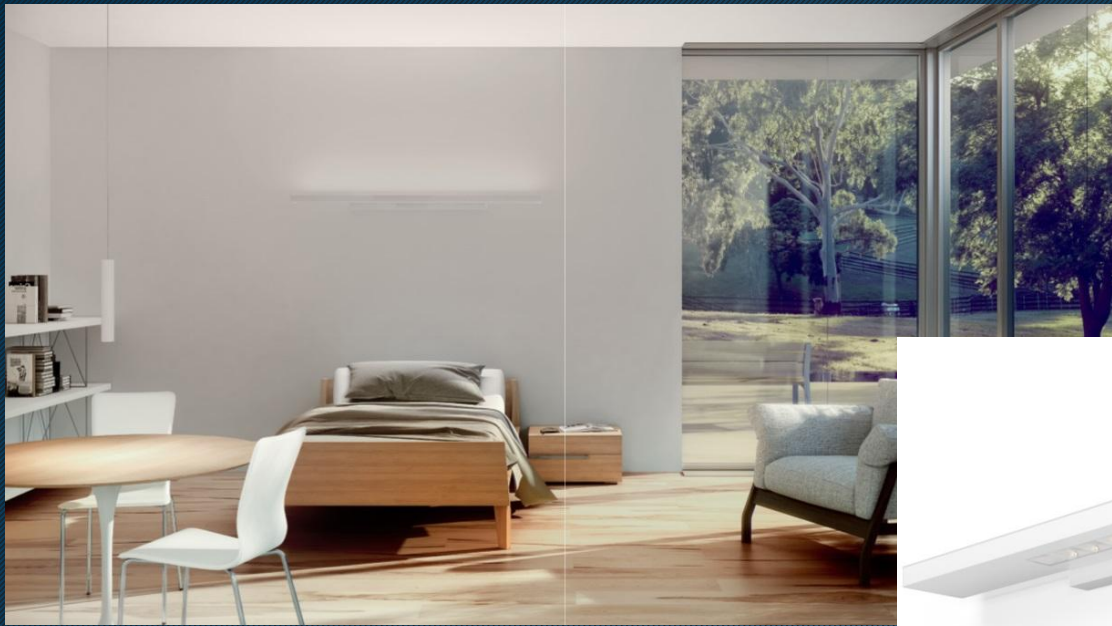
Во время отдыха, снижая температуру света, можно просто помочь человеку расслабиться и снять стресс в конце рабочего дня, максимально эффективно отдохнуть. Теплый свет располагает к неформальным обсуждениям и приятным беседам.



TUBE CARRE out уличный накладной светильник,  
TUBE уличный накладной светильник ,  
TUBE CEILING уличный накладной светильник



# LIGHT PRO



## Contents

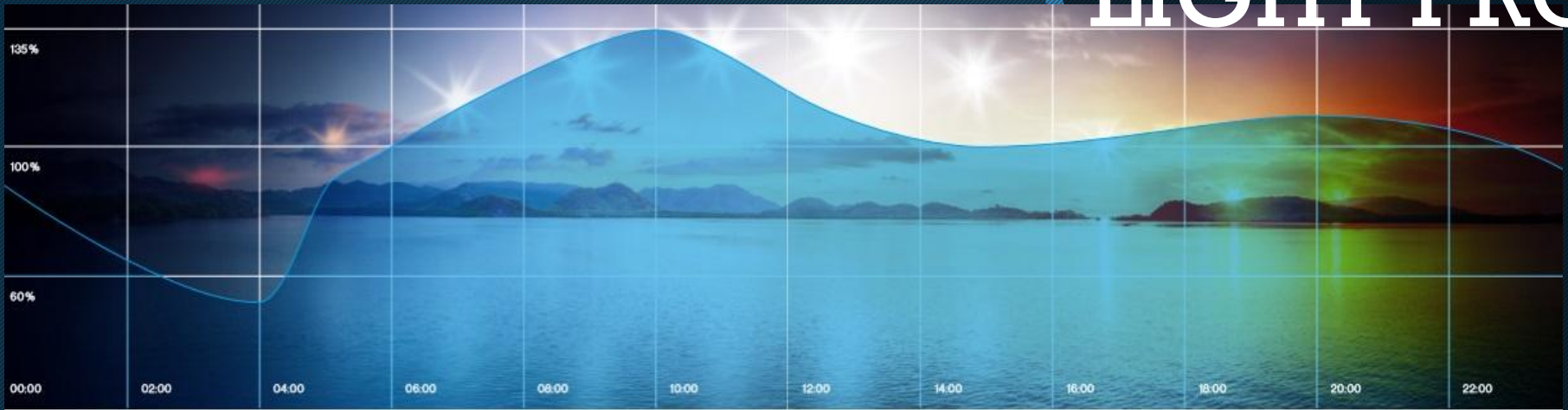
- SPECIAL FEATURES
- PRODUCT RANGE
- Lighting type
- Ambient light
- Control panel
- Dimming light
- Installation
- Mounting
- Color Rendering Index
- Flicker-free lighting
- DIMENSION
- WEIGHT AND SIZE
- FINISHES

Это комплекс светового оборудования, управляемый системой Умный дом, который можно установить как в жилом интерьере, так и в офисе, ресторане, отеле и пр.

По желанию заказчика могут использоваться светодиоды, которые формируют равномерный спектр, максимально близкий к спектру солнечного света.







## Наша система Правильного освещения позволяет:

- ✓ обеспечить продуманное и безопасное влияние света на здоровье.  
Вместо кофе – глоток свежего Света!
- ✓ учесть циркадные ритмы человека (при необходимости поможет грамотно их скорректировать)
- ✓ эффективно тратить энергию в течение дня
- ✓ разработать различные осветительные сценарии под актуальный режим эксплуатации.  
В соответствии с разными по времени режимами эксплуатации можно структурировать пространственные зоны разноцветными светодиодами, создавая симбиоз света, цвета, помещения, функциональности, физиологического и психологического воздействия света.

