

# Zukunftsweisend

## Pressemitteilung

Amsterdam, 09.06.2024

## Zukunftsweisend: die Gesundheit im eigenen Badezimmer fördern

### Das generationengerechte Bad - weit mehr als nur barrierefrei und sicher

Das generationengerechte Bad liegt im Trend, und das zurecht. Barrierefrei zu bauen gibt Sicherheit, wenn man eines Tages nicht mehr so mobil ist. Zudem ist es in einem zeitlosen Design realisierbar. Doch sollte ein generationengerechtes Bad heute weit mehr können, als barrierefrei und sicher zu sein. Denn die Menschen möchten so lange wie möglich, gesund, aktiv und selbstständig bleiben. Viele sind bereit, dies durch einen gesunden Lebensstil zu unterstützen, und dies auch in ihrem Badezimmer. Immer mehr Menschen entdecken das heimische Bad als Wohlfühl- und Entspannungsoase für sich und setzen auf gesundheitsfördernde Lösungen, wie z. B. auf das Sonnenlicht von Sunshower.

Denn wir leben immer länger. Laut Statistischem Bundesamt, ist heute jede zweite Person älter als 45 und jede fünfte Person älter als 66 Jahre. Mit zunehmendem Alter lassen Beweglichkeit, Sehfähigkeit und der Gleichgewichtssinn nach. Auch das Risiko zu erkranken erhöht sich. Seit einigen Jahren setzt die Badplanung daher verstärkt auf generationsgerechte Konzepte, die für mehr Barrierefreiheit und Sicherheit sorgen. Eine moderne Badgestaltung verzichtet weitgehend auf Kanten und Stufen und setzt auf genügend Abstand. Bodenebene Duschen, eine rutschsichere Badausstattung oder Haltegriffe gehören inzwischen in vielen neu gestalteten Badezimmern zum Standard.

### Longevity - eine neue Kultur des Älterwerdens

„Doch noch etwas Entscheidendes hat sich in unserer älter werdenden Gesellschaft verändert: Es ist das Altersbild. Die Menschen möchten auch im Alter selbstbestimmt und autonom leben. Sie haben den Wunsch, möglichst viele Lebensjahre so vital und aktiv wie möglich verbringen zu können.“, weiß Michael Tulp, Geschäftsführer von Sunshower. Longevity verfolgt das Ziel, ein möglichst langes und gesundes Leben zu führen. Denn wer früh die Grundlagen schafft, profitiert noch im Alter davon. „Das Badezimmer bietet viele Möglichkeiten, die eigene Gesundheit zu fördern. Immer mehr Menschen entscheiden sich dafür, die wohltuenden Effekte von Wellness- und Gesundheitseinrichtungen nach Hause zu holen.“

# Zukunftswaisend

## Pressemitteilung

### Unser Organismus braucht Vitamin D

Weltweit untersuchen Altersforscher, wie wir in Zukunft gesünder altern und länger leben können. Auch wenn wir immer mehr über das Altern wissen, ist die Forschung erst noch am Anfang. In einem sind sich die Wissenschaftler bislang einig: Es gibt kein Patentrezept und keinen Goldstandard für gesundes Altern. Wenn es jedoch einen gesundheitsfördernden Nährstoff gebe, auf den sich fast jeder Altersforscher einigen könne, dann könnte es Vitamin D sein.

Vitamin D hat vielfältige positive Effekte auf das Immunsystem und ist der Schlüssel für eine gute Knochen- und Zahngesundheit. Vitamin D ist das einzige Vitamin, das der menschliche Körper selbst bilden kann. Alles was er dafür benötigt, ist UV-Licht. Vor allem im Winter reicht das natürliche Sonnenlicht nicht aus, um einen optimalen Vitamin-D-Spiegel zu halten. Laut Robert Koch-Institut (2016), sind gemessen an ihren Serumbloodwerten sind gut 30 Prozent der Erwachsenen in Deutschland mangelhaft mit Vitamin D versorgt.

„Rund 30 Minuten UV-Licht pro Woche können in den dunklen Monaten helfen, um eine ausreichende Vitamin-D-Bildung zu gewährleisten“, so Michael Tulp. „Das Sonnenlicht von Sunshower kann ganz bequem während des Duschens genutzt werden. Eine 10-minütige Sitzung ist vergleichbar mit 10 Minuten im Freien an einem sonnigen Sommertag in Mitteleuropa, ohne dabei einen Sonnenbrand zu riskieren. Die Sunshower-Technologie bietet gleich mehrere gesundheitliche Effekte. Während das niedrig dosierte UVB-Licht die Produktion des lebenswichtigen Vitamin D ankurbelt und die Haut auf die Sommersonne vorbereitet, erwärmt Infrarotlicht wohltuend Haut und Muskulatur.“

### Das Sonnenlicht von Sunshower gibt mir jeden Tag Energie

Die 63-jährige Noor ist seit 40 Jahren mit einer Italienerin verheiratet und hat ein Yoga-Studio in Doorn in den Niederlanden. Noor mag Wärme und Sonne, auch weil sie ihrer Gesundheit zugutekommt. „Ich habe das Raynaud-Syndrom, eine Immunerkrankung, bei der meine Kapillaren ihre Elastizität verlieren. In meinem Fall bedeutet das, dass ich oft kalte, schmerzende Finger und Zehen habe“, berichtet Noor. „Daher ist es wichtig, dass ich mich warmhalte. Wenn ich morgens mit dem Sunshower Sonnenlicht geduscht habe, bin ich für ein paar Stunden beschwerdefrei.“

Noor nutzt Sunshower fast jeden Tag, ein paar Mal in der Woche mit UV-Licht und jeden Abend die Infrarotfunktion. Da sie sparsam mit Wasser umgeht, duscht sie nur morgens. Meistens stellt sie die Dusche nach zwei Minuten ab, während das UV-Licht eingeschaltet bleibt. „Normalerweise mache ich ein paar leichte Yoga-Übungen. Ich bewege meine Schultern, meinen Nacken, mein Becken und stehe auf einem Bein mit den Armen in der Luft.“

# Zukunftswaisend

## Pressemitteilung

„Mit Sunshower können Sie jeden Tag ein sonniges Gefühl erleben und Ihr Wohlbefinden erhöhen. Sie fühlen sich fitter, energiegeladener und wachen morgens ausgeruhter auf“, erklärt Michael Tulp. „Für die meisten Menschen ist ein generationengerechtes Bad eine gute Investition in die Zukunft. Denn sie sehen in gesundheitsfördernden Lösungen eine Chance auf mehr auf Lebensqualität und Komfort.“

### Über Sunshower Deutschland GmbH

Sunshower Deutschland ist die deutsche Tochtergesellschaft eines inhabergeführten, niederländischen Unternehmens mit Hauptsitz in Amsterdam. Seit 2003 arbeitet das Team mit Leidenschaft daran, die Lebensqualität und das Wohlbefinden von Menschen durch die positiven Auswirkungen von Sonnenlicht zu verbessern. Sunshower entwickelt innovative Produkte für den Bad- und Sanitärbereich, die wärmen- des Infrarot-Licht mit niedrig dosiertem UV-Licht kombinieren und zur Gesundheit beitragen können. Die Sunshower Round-Kollektion ist bereits mehrfach ausgezeichnet und wurde für den German Medical Award 2023 nominiert.

### Pressekontakt

#### **Bettina Bernsdorf**

Gesundheitskommunikation

T +49 (0) 163 2578 276

#### **Sunshower**

Hoogoorddreef 63 - 65

1101 BB Amsterdam • NL

[www.sunshower.de](http://www.sunshower.de)

#### **Lucé Rodrigues**

Marketing & Communication

T +49 (0) 2821 3939 835

[rodrigues@sunshower.de](mailto:rodrigues@sunshower.de)