

Helles Licht auch bei bipolarer Krankheit wirksam

r -- Sit DK, McGowan J, Wiltout C et al. Adjunctive bright light therapy for bipolar depression: a randomized double-blind placebo-controlled trial. Am J Psychiatry 2017 (3. Oktober); <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2017.16101200>
[\[LINK\]](#)

Zusammenfassung: Etzel Gysling

In einer sechswöchigen Studie wurde bei je 23 Personen untersucht, wie sich helles weisses Licht (7000 Lux) im Vergleich mit schwachen rötlichem «Placebo»-Licht (50 Lux) auf die Symptome einer Depression auswirkt. Die Versuchspersonen hatten alle eine bipolare Krankheit, die mit einer stabilen antimanischen Therapie behandelt war. Nach 4 bis 6 Wochen hellte sich die Depression in der mit weissem Licht behandelten Kranken signifikant stärker auf als bei den «Placebo-Behandelten».

Telegramm von Etzel Gysling