

# PHILIPS

Energy Light – Gir deg energien tilbake

EnergyUp

Samme positive effekt som sollys

Kan brukes av 2 personer samtidig

10 000 lux lysintensitet

Indikator for behandlingstid



HF3419/01



## Pleier du å føle deg trøttere om vinteren? Naturlig hvitt lys gir energi som klart dagslys

De aller fleste her i Norden føler seg trøttere om vinteren. Mangelen på sollys i vinterhalvåret har en negativ innvirkning på humør og helse. Noen av oss utvikler til og med høst- eller vinterdepresjon. Det er ikke rart at vi føler oss mindre energiske om vinteren, sol- og dagslys er nødvendig for at kroppen skal fungere normalt. I samarbeid med forskere, har Philips utviklet Energy Light. Når du bruker Philips Energy Light, utskilles de samme stoffene i kroppen som når du er ute en solfylt sommerdag, og du får energien tilbake.

### Klinisk bevist: gir energi naturlig, med lys

- Klinisk bevist å motvirke nedstemthet og vintertrøtthet
- Bekjemper lavere energi, tretthet og vinterdepresjoner
- Lys gir deg mer energi og en sunn livsstil
- Uavhengig forskning bekrefter mer energi

### Utformet for å passe enkelt inn i din daglige rutine

- Oppnå resultater med 20–30 minutter hver dag, mens du leser eller jobber
- Naturlig hvitt lys passer til ethvert miljø
- Med justerbart kobberstativ og veggmontering

### Avanserte Philips LED-lys gir behagelig lys

- 10 000 lux – samme intensitet og fordeler som naturlig dagslys
- Jevn lysstyrke, ultimat komfort for øyet
- 100 % UV-fritt lys – trygt for øyne og hud
- 100+ år med Philips Lighting- og Healthcare-fagkunnskap

# Høydepunkter

## Motvirker vintertrøtthet

Dagens travle, moderne livsstil krever topp ytelse gjennom hele dagen – men selv de sprekeste har av og til lite energi og nedturer, spesielt når det er lite naturlig dagslys, som på et kontor om vinteren. EnergyUp-lampen motvirker tretthet og forbedrer humøret ved å bruke den naturlige, energigivende effekten av sollys til å stimulere kroppen og forbedre våkenhet. Det er bevist at bare én enkel 20–30 minutters økt er effektiv, og du kan bruke EnergyUp når du måtte ha behov for å lade opp og få mer energi. Enten du trenger å komme i gang om morgenen, komme i gang igjen etter lunsj eller opprettholde vedvarende energinivåer gjennom hele dagen.

## Hvitt lys som tilsvarer lyset en solfylt dag

Lite dagslys i de mørke vintermånedene gjør at mange personer opplever en merkbar nedgang i energinivåene og nedstemthet når høsten setter inn. Det er kjent som vinterdepresjon (eller mild sesongavhengig depresjon), og symptomene kan føre til at personen kjenner seg nedstemt, apatisk og trett i flere uker eller måneder, noe som påvirker både personlig ytelse og humør. Philips EnergyUp motvirker symptomene av vintertrøtthet med naturlig, energigivende effekt av sollys og holder kroppen i gang med sommerenergi gjennom de mørke vintermånedene.

## Lys gir naturlig energi

Dagslys er avgjørende for velvære og for å holde seg sunn og frisk gjennom hele dagen – på samme måte som næringsstoffer og jevnlig trening. Philips EnergyUp etterligner den naturlige energigivende effekten av dagslys på en solskinnsdag og stimulerer reseptorer i øyet som utløser kroppens naturlige respons på sollys. Dette gjør at du føler deg mer energisk, aktiv og våken. På dager når energinivået er lavt og du føler deg trett, fremmer EnergyUp naturlig vitalitet.

## Klinisk beviste fordeler

Det er klinisk bevist at EnergyUp øker energinivåer, slår tilbake mot nedstemthet om vinteren [1] og er effektiv mot vinterdepresjon [2, 3, 4]. Det er kjent at klart, hvitt lys reduserer tretthet og gjør deg mer våken [5] og forbedrer vitalitet og velvære [6] når den brukes på arbeidsplassen. Lysbehandling blir oftere og oftere førstevalg ved behandling av

sesongavhengige humør- og energiproblemer [7, 8, 9, 10], og det er bevist at den bekjemper nedstemthet om vinteren [1, 11]. I en arbeidsplassundersøkelse rapporterte forsøkspersonene om forbedret humør, energi, våkenhet og produktivitet når de fikk behandling med klart lys [11].

## Bare 20–30 minutter per dag



Det er bevist at bare 20–30 minutter om dagen med EnergyUp revitaliserer og fremmer positivt humør. Du bare plasserer energilampen på en armlengdes avstand slik at lyset når øynene dine. Det er ikke nødvendig å se direkte inn i lyset, så du kan gjøre flere ting mens du bruker EnergyUp og ha nytte av den under frokosten eller når du jobber eller leser. Siden lyset er uten UV og behagelig og sikkert for øynene, kan du bruke det så lenge du ønsker i løpet av dagen (hvis det brukes om kvelden eller før leggetid kan det forsinke søvn). Med daglig bruk er det sannsynlig at du kjenner den oppkvikkende effekten fra EnergyUp innen 1–2 uker.

## 10 000 lux lysintensitet



Philips EnergyUp har lys med en høy luminans på opptil 10 000 lux og en farge som ligner naturlig dagslys. Dette vitaliserende lyset har samme effekt på kroppen som en sommerdag, og det er klinisk bevist at det forbedrer vitalitet og energinivåer og slår tilbake mot nedstemthet om vinteren. EnergyUp bruker de nyeste kraftfulle LED-lysene og teknologien fra Philips. Disse innovasjonene gjør at EnergyUp fortsatt er

slank. På denne måten tar EnergyUp lite skrivebordsplass og passer nesten overalt, hjemme eller på arbeidsplassen.

## Ultimat komfort for øyet



EnergyUp bruker et unikt lyssystem for å kontrollere gjenskinn for fullstendig komfort for øyet. En unik kombinasjon av diffusere, reflektorer og filter fordeler det kraftige LED-lyset jevnt over hele skjermoverflaten. Dette kontrollerer gjenskinn, forhindrer skarpe lyspunkter og gir en diffus lyseffekt for en komfortabel og behagelig opplevelse.

## UV-fri



EnergyUp Natural White bruker hele lysspekteret av naturlig dagslys, men uten sollysets skadelige UV-stråler. Derfor er EnergyUp trygg å bruke for øynene og huden.



[asimpleswitch.com](https://www.asimpleswitch.com)

## Philips' grønne logo

Philips' grønne produkter kan redusere kostnader, energiforbruk og CO<sub>2</sub>-utslipp. Philips tilbyr en betydelig miljøforbedring på ett eller flere av de grønne nøkkelområdene – energieffektivitet, emballasje, farlige materialer, vekt, resirkulering og kassering og pålitelig drift gjennom hele levetiden.

# Spesifikasjoner

## Velvære med lys

Få mer energi  
Bli mer våken  
Føl deg mer uthvilt  
Bekjemp nedstemthet om vinteren /  
depresjon  
Bedre humøret

## Komfortabelt lys

10 000 lux  
Jevn skjermlyuminans

## Lett å bruke

Lysintensitetsinnstillinger: 6  
Indikator for behandlingstid  
Av/på-knapp

## Lysintensitetsindikator

Trykknapp-betjening  
Lysintensitetsminne

## Enkel å plassere

Alternativ veggmontering  
Justerbar vinkel  
Veggmontering: kobberfarget

## Teknisk

Strømadapter: 18 W  
Spenning: 100/240 V  
Frekvens: 50/60 Hz  
Type lyskilde: High power LED  
Lengde, ledning: 210 cm

## Mål og vekt

Produktmål: 29,4 x 37,6 x 4,1 cm  
Produktvekt: 2,0 kg  
Mål på F-boks: 31,7 x 41,4 x 11,2 (B x H x D) cm  
Vekt på F-boks: 3,0 kg  
Hovedeske: 2

## Logistiske data

Opprinnelsesland: Kina  
CTV-kode: 884341901

## Sikkerhet og forskrifter

EU-direktivet om medisinsk utstyr (MDD):  
93/42/EØS og 2007/47/EF  
CE 0344-sertifisert  
Samsvarer med IEC 60601-1 Ed. 3  
UV-fri: Ingen stråling av UV eller nesten-UV



## \* Referanser:

- \* [1] W.B. Duijzer, Y. Meesters (SLTBR 2011, p.33)
- \* [2] Y. Meesters, V. Dekker, L.J. Schlangen, E.H. Bos, M.J. Ruiter, BMC Psychiatry, 11 (2011) 17.
- \* [3] M.C.M. Gordijn, D. 't Mannetje, Y. Meesters, Journal of Affective Disorders, 136 (2012) 72–80.
- \* [4] R.N. Golden, B.N. Gaynes, R.D. Ekstrom, R.M. Hamer, F.M. Jacobsen, T. Suppes, K.L. Wisner, C.B. Nemeroff, Am J Psychiatry, 162 (2006) 656–662.
- \* [5] M. Ruger, AJP: Regulatory, Integrative and Comparative Physiology, 290 (2006) R1413–R1420.
- \* [6] D.H. Avery, D. Kizer, M.A. Bolte, C. Hellekson, Acta Psychiatrica Scandinavica, 103 (2001) 267–274.
- \* [7] C.2.G.-R.N. Datum Goedkeuring 2011-03-16 Verantwoording Trimbo's-instituut Verantwoording 1.0 Type Regionale richtlijn, (2013) 1–179.
- \* [8] S3-Leitlinie/NVL Unipolare Depression Langfassung Januar 2012 Vers. 1.3
- \* [9] E. Holsboer-Trachsler, J. Hättenschwiler, J. Beck, Schweiz Med Forum (2010).
- \* [10] A.J. Levitt, R.W. Lam, kanadiske retningslinjer for behandling av vinterdepresjon, Clinical & Academic Pub., 1999.
- \* [11] T. Partonen, J. Lönnqvist, Journal of Affective Disorders, 57 (2000) 55–61.