



SOMNOBLUE: ANLEITUNG UND SICHERHEITSHANDBUCH

VOLLSTÄNDIGER SCHUTZ

Die Beleuchtung im Haus enthält blaues Licht. Somnoblue filtert dieses Licht aus allen Richtungen. Tragen Sie es vor dem Schlafengehen, um schneller zur Ruhe zu kommen und die natürliche Produktion des "Nacht"-Hormons Melatonin zu verlängern.

FÜR BESSEREN SCHLAF, FOKUS UND GESUNDHEIT

Es verbessert die Effektivität Ihres Schlafrituals und trägt zu einem gesünderen Schlaf-/Wachrhythmus bei. Konsistenter Gebrauch konditioniert Ihr Gehirn, schneller in einen tiefen Schlaf zu fallen, sodass Sie ausgeruhter und fitter aufwachen.

SOMNOBLUE AUCH FÜR SCHICHTARBEITER

Somnoblue verbessert die Effektivität des Schlafrituals, indem es dem Gehirn das Signal gibt "es ist Nacht, Zeit zu schlafen". Eine kürzlich durchgeführte Meta-Analyse von 2021, veröffentlicht in Chronobiology International (Hester et al., 2021), zeigt, dass die orangefarbene Brille zu einem besseren Schlaf für Schichtarbeitspersonal beitragen kann.



VOLLSTÄNDIGER SCHUTZ AUS JEDER RICHTUNG

TRAGEN SIE DIESE BRILLE 1 BIS 2 STUNDEN VOR DEM SCHLAFENGEGEHEN

Im Gegensatz zu anderen Anti-Blau-Licht-Brillen sollten Sie die Somnoblue Brille etwa eine bis zwei Stunden vor dem Schlafengehen tragen. Tragen Sie unsere Schlafbrille am Abend, bevor Sie schlafen gehen, und nicht den ganzen **Tag**. **Beachten Sie jedoch, dass Sie sie nie während der Arbeit oder im Verkehr tragen sollten.**

ERLEBEN SIE DEN 99,9%+ BLAULICHTFILTER

Helle Blue Blocker filtern nur 10% des blau/grünen Lichtspektrums. Solange die Gläser gelblich oder klar sind und sie nicht vollständig von oben abschließen, lassen sie den größten Teil dieses schlafunterdrückenden Lichts durch.

FILTER BLAUW LICHT VANUIT ELKE RICHTING

Gerade das blaue (Kunst)Licht, das von oben kommt, hat einen besonders großen Einfluss auf unsere biologische Uhr. Die Somnoblue Schlafbrillen schließen vollständig ab und schützen Sie vor blauem Licht aus allen Richtungen.

CIE 1976 L*,a*,b* col L*= 63.96 a*= 58.42 b*= 106.55

American National Standard [ANSI Z80.3-2015]

Δp%= 100.00%

P%= 100.00%

Photochromic= 0.00

UV400= 0.00

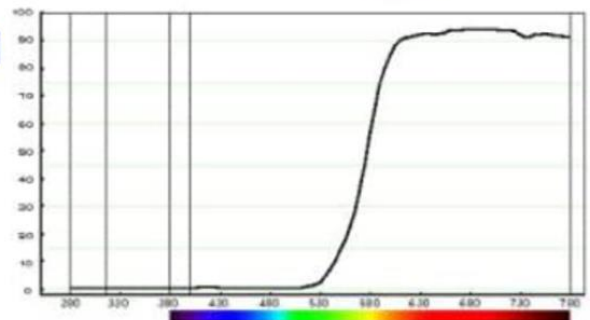
Spectrum Data:

CIE 1931 XYZ

somnoblue



lens: 1



Blue light wavelengths [450 to 495 nm]

Main effect on sleep and circadian rhythms [420 to 530 nm]

Abmessungen: Somnoblue 3 Plus

- Der Glasdurchmesser (60 mm): Die Breite des Glases (in mm), gemessen von der Brücke aus.
- Die Stegbreite (25 mm): Die Öffnung über der Nase zwischen den Gläsern.
- Die Länge der Bügel (125 mm): Die Länge der Brillenbügel.
- Die Breite der Brille (140 mm): Die Gesamtbreite der Brille.

TRAGEN SIE DIE BRILLE AM ABEND



Trage sie 1 bis 2
Stunden vor dem
Schlafengehen



somnoblue



Tragen Sie diese Brille nicht beim Schlafen. Nehmen Sie sie ab, wenn Sie das Licht im Schlafzimmer ausgeschaltet haben.



Benutzen Sie diese Brille nicht als Schutzbrille.



Tragen Sie diese Brille nicht im Verkehr.



Diese Brille kann auch Menschen helfen, die Probleme beim Einschlafen haben, sowie Personen mit dem Syndrom der verzögerten Schlafphase.