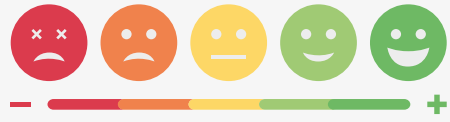
LJUSETS PÅVERKAN PÅ VÅR KROPP – HUMAN CENTRIC LIGHTING

Ljus styr vår **“inre klocka”**.

Ljuset påverkar hormonerna i våra kroppar direkt eller indirekt. Dessa hormoner påverkar i sin tur flera olika faktorer såsom **blodtryck**, **hjärtfrekvens**, **vitalitet**, **minne** och **humör**.



Rätt ljus vid rätt tid hjälper oss att vara aktiva och alerta under dagen samt att slappna av och sova gott under natten.

Human Centric Lighting (HCL), belysning som är anpassad efter kroppens behov, simulerar automatiskt dagsljusets förändringar så realistiskt som möjligt.

VAD ANSER KONSUMENTERNA OM HUMAN CENTRIC LIGHTING?

71%

av respondenterna var skeptiska eller visste för lite om ljusets biologiska påverkan på kroppen.

57% ansåg att det finns en fördel med att använda ljus för att skapa en positiv effekt på både kropp och sinne.

Mer information om ljus skulle ha en stor påverkan på köpbeslutet för **53%** av respondenterna.

Källa: International consumer study on light by LEDVANCE 2017 based on 1,005 respond-ents.