

Podcast: Ohne Jetlag um die Welt?

Dieser Artikel gibt den Stand zum Zeitpunkt seiner Veröffentlichung wieder. Der Inhalt kann inzwischen veraltet sein.

06/06/2019 Airbus-Pilotin dreht mit Start-up an der inneren Uhr.

Langstrecken-Flüge ohne Jetlag – ist das möglich? Das fragte sich Lufthansa-Pilotin Dr. Tanja Becker nach so manchem Cockpit-Einsatz im Airbus A340 oder A330. Nach ihrer Promotion zum Thema Jetlag am schlafmedizinischen Zentrum der Berliner Charité nutzte sie ihre Forschungsergebnisse über die innere Uhr für eine clevere Geschäftsidee. Gemeinsam mit drei Kollegen gründete die Mutter zweier Kinder 2017 in Hamburg das Start-up Jetlite – sozusagen im Zweitberuf. Wie sie den Reisenden helfen will? Mit speziellen Leuchten an Bord.

„Licht ist der wichtigste Zeitgeber für den Menschen", so Becker. Durch den genau geplanten Einsatz von blauem oder rotem Licht in der Passagierkabine fördert Jetlite, dass sich der Körper bereits im Flug auf die neue Zeitzone am Zielort einstellen kann. „Blaues Licht senkt die Melatonin-Produktion im Körper herab und dadurch fühlen wir uns wacher und aktiver", erklärt Becker. Das funktioniert nicht nur über den Wolken: Ein Pilot-Projekt mit Porsche zeigt, wie Licht auch bei Mitfahrern im Auto für mehr

Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit auf längeren Touren sorgen kann.

Linksammlung

Link zu diesem Artikel
https://newsroom.porsche.com/de/2019/unternehmen/porsche-consulting-podcast-6-jetlite.html

Media Package
https://pmdb.porsche.de/newsroomzips/c0435c50-6edb-4052-ad98-2240c6cad92f.zip

Externe Links
https://youtu.be/2zierWGewKg
https://www.porsche-consulting.com/de/home/

Dr. Ing. h.c. F. Porsche Aktiengesellschaft
Porscheplatz 1
70435 Stuttgart