



Pressemitteilung

Orthopädische Anforderungen an Bett und Matratze beachten

SileoWelle empfiehlt, sich beim Matratzenkauf gut beraten und Zeit zu lassen

Wien, am 19.01.2016 – Immer mehr Menschen leiden an chronischen Kopf-, Nacken-, Schulter oder Rückenschmerzen. Eine der Ursachen dafür liegt im falschen Bettsystem, in dem die Betroffenen ihre Nächte unkomfortabel und unentspannt verbringen. Dabei werden Schmerzen nicht nur verursacht, sondern zumeist auch noch verstärkt. Für den Kauf einer neuen Matratze empfiehlt es sich daher, auch orthopädische Aspekte in die Entscheidung mit einfließen zu lassen. Professionelle Beratung und die Möglichkeit, die Matratze ausgiebig zu testen, helfen dabei, die individuell richtige Matratze zu finden.

Kopf- und Rückenschmerzen, Schulterbeschwerden – all das kann durch eine hohe Schlafqualität gelindert bzw. sogar behoben werden. Entspannten und erholsamen Schlaf erfährt der Körper aber nur im richtigen Bettsystem. Bett, Lattenrost, Matratze, Matratzenauflage, Polster und Decke müssen passen, damit die gewünschte Regeneration im Schlaf eintritt. Orthopäden empfehlen daher, beim Kauf einer Matratze auch orthopädische Aspekte zu berücksichtigen:

1. Die Stützfunktion der Matratze

Die Matratze muss im Hüft- und Schulterbereich stärker nachgeben, denn dadurch kann die Wirbelsäule gesund und entspannt liegen. Auch bei einem Positionswechsel in der Nacht muss sich die Matratze rasch wieder dem Körper anpassen. Beeinflusst wird die Nachgiebigkeit der Matratze auch von ihrer Höhe. Eine zu dünne Matratze kann die notwendige Stützung der Wirbelsäule nicht leisten.

2. Die Druckverteilung

Auch die Druckverteilung spielt eine wesentliche Rolle. Denn Druckschäden an der Muskulatur oder den Blutgefäßen sollten tunlichst vermieden werden. Orthopäden empfehlen in der Regel punktelastische Matratzen, die in Kombination mit einem passenden Lattenrost gut funktionieren. Beim Lattenrost ist darauf zu achten, dass zwischen den Latten keine zu großen Abstände liegen, in die die Matratze hineingedrückt werden könnte.

3. Die Feuchtigkeitsregulierung

Die Matratze soll eine gute Luftzirkulation ermöglichen und einen effektiven Feuchtigkeitstransport gewährleisten. So werden Feuchtigkeit und Temperatur geregelt und ungesundes und unangenehmes Kälteempfinden vermieden. Zudem dient dies auch der



Vorbeugung von Milben und Pilzen. Dieser Aspekt sollte auch bei der Auswahl der Matratzenauflage beachtet werden.

4. Das passende Kissen

Liegt der Kopf zu niedrig oder zu hoch, knickt der Nacken ein und die Entspannung bleibt aus. Beim Kauf eines Polsters muss daher in erster Linie die bevorzugte Schlafposition berücksichtigt werden.

5. Das richtige Bett

Relevant ist aus orthopädischer Sicht nicht so sehr, ob das Bett aus Holz, Metall oder anderem Material besteht. Vielmehr muss das Bett der Körpergröße angepasst sein. D. h. es sollte mindestens 20 cm, besser 30 cm länger als die Körpergröße sein. Auch die Höhe ist wichtig. Aus höheren Betten kann leichter aufgestanden werden, was hilfreich ist, wenn etwa die Wirbelsäule bereits in Mitleidenschaft gezogen ist.

SileoWelle rät: Keine vorschnellen Kaufentscheidungen

Die Experten des österreichischen Premium-Matratzen- und Schlafzimmer-Systemherstellers SileoWelle empfehlen, sich beim Kauf eines neuen Bettsystems oder einer Matratze ausreichend Zeit zu lassen, sich umfassend zu informieren und sich individuell beraten zu lassen. „Gerade bei der Matratze ist das Produkt von der Stange oft genau das falsche. Hier gilt es, gesundheitliche und Wohlfühlaspekte eher in Betracht zu ziehen als Preisargumente. Und in jedem Fall ist es wichtig, die Matratze hinlänglich zu testen. Nur so kann man feststellen, ob sie tatsächlich für die eigenen Bedürfnisse optimal passt“, erklärt Florian Brandstetter, Geschäftsführer bei SileoWelle.

Aquabalance von SileoWelle von Orthopäden entwickelt

Aquabalance, die erste patentierte, orthopädische Matratze von SileoWelle wurde in enger Zusammenarbeit mit einem Facharzt für Orthopädie und orthopädische Chirurgie entwickelt und wird von Fachärzten ausdrücklich empfohlen. Die Matratze besteht aus mehreren Viskoschichten, die über eine stabilisierende ergonomische Form verfügen und ist mit einem individuell befüllbaren Wasser- oder Gelkern (15-30 Liter) ausgestattet. Somit hat der Körper im Schlaf sowohl den stabilisierenden Halt, den er benötigt, als auch die optimale Anpassung durch den Wasserkern. Auch bei mehrfachem Wechsel der Schlafposition kann durchgeschlafen und schmerzfrei, ohne Verspannungen, der nächste Morgen begonnen werden. Die mikrodynamischen Wellenbewegungen im Wasserkern wirken zudem Muskelverspannungen optimal entgegen. Die Matratze ist mit handelsüblichen Lattenrosten verwendbar, benötigt keinen Stromanschluss und erzeugt auch keine Wassergeräusche. Zudem ist sie besonders für Allergiker geeignet. SileoWelle bietet vor dem Kauf an, die Matratze vier Wochen lang zuhause zu testen und bietet eine zehnjährige Garantie auf das Produkt.



Über SileoWelle

Der 2008 gegründete Premium-Matratzen- und Schlafzimmer-Systemhersteller SileoWelle entwickelt, produziert und vertreibt orthopädische Qualitätsmatratzen, Lattenroste sowie gesamte Schlafzimmersysteme. Mit seinen von namhaften Fachärzten empfohlenen Produkten wendet sich das Unternehmen an Menschen, die Wert auf optimalen, gesunden Schlafkomfort legen. Die SileoWelle-Produkte werden in Österreich und international über SileoWelle direkt sowie ausgewählte Qualitätsfachhändler vertrieben.

Das Unternehmen mit Sitz und Showroom in Wien hat auch eine eigene Niederlassung in Dornbirn, Vorarlberg.

<http://www.sileowelle.at>

Pressekontakt

Johannes Axnix

axnix advanced relations

E: presse@axnix.eu

T: +43 1 997119022