

HEISSER TIPP FÜR AUSGESCHLAFENE



Foto: Fachverband Wasserbett

Wasserbett Schläfer brauchen eine Stunde weniger, um morgens fit zu sein

(Gründau) Genauso ausgeruht sein mit einer Stunde weniger Schlaf? Na, wenn das nicht verlockend klingt. Was sich fast wie Hexerei anhört, ist die Erfahrung zahlreicher Wasserbett Schläfer und Erkenntnis vieler Mediziner: Der Schlaf auf Wasserbetten ist intensiver und effektiver als auf vielen herkömmlichen Matratzen. Stark verminderter Auflagedruck begünstigt optimale Durchblutung, verhindert Einschlafen der Gliedmaßen sowie ständiges Drehen und Wenden. Auf der individuell temperierten und gewichtsabhängig befüllten Wassermatratze ist die Einschlafphase kürzer und der Tiefschlaf intensiver. Folge: Der Schläfer ist fitter, fühlt sich körperlich besser, ist belastbarer und ausgeruhter – in der heutigen Zeit, in der Leistung und effektives Arbeiten großgeschrieben werden, ein unschätzbare Kapital.

Doch nicht nur für den nächtlichen Schlaf ist ein Wasserbett von großem Vorteil. Auch wer in der arbeitsfreien Zeit tagsüber relaxen und Kraft tanken möchte, findet hier eine optimale Liegestätte mit diversen Pluspunkten gegenüber konventionellen Schlafsystemen. Wer sich für ein Wasserbett entscheidet, kann es in vorhandene

Designs einfügen oder zwischen vielen verschiedenen neuen optischen Möglichkeiten wählen. Der Fachverband Wasserbett e. V. empfiehlt, sich durch den Fachhandel vor Ort umfassend beraten zu lassen, um die richtige Auswahl für das rückenfreundliche Wasserbett Innenleben treffen zu können.