

O zdravém spánku

SOUČASNOST

současný životní styl vytváří celou řadu nežádoucích faktorů, které mají nepříznivý vliv na naše zdraví. Sedavé zaměstnání, nedostatek přirozeného pohybu, jednostranné činnosti, stres, nesprávné sezení v autě a na pracovišti, to vše zatěžuje nervovou soustavu, pohybový aparát a hlavně páteř.

Regenerace fyzických a duševních sil probíhá hlavně během spánku. Jeho kvalitativní stránce však bohužel nevěnujeme dostatečnou pozornost. Je to jak z důvodu nedostatku znalostí, ale hlavně podceňování jeho důležitosti. Přitom právě spánek a jeho kvalita vytváří základ pro zdraví, spokojenost a vysoké pracovní úspěchy. Nedostatečně odpočínutý člověk není schopen podávat plný pracovní výkon a při některých profesích může přímo ohrozit i vlastní život nebo životy druhých.

Nesmíme zapomínat, že třetinu svého života strávíme na lůžku, a proto je podceňování této skutečnosti zdravotním rizikem.

MATERASSO při výrobě zdravotních matrací a doplňků klade důraz hlavně na následující tři faktory, které významně ovlivňují život člověka, tj. zdraví, příroda a pohodlí.

POHODLÍ

...jen pokud se člověk cítí během spánku příjemně a pohodlně, může se pro něho stát spánek dokonalým a skutečným odpočinkem, během kterého se jeho tělo a mysl regenerují

ZDRAVÍ

Člověk stráví na lůžku v průměru 1/3 svého života. Kvalitní spánek je pro nás stejně důležitý jako kvalitní potrava. Špatná kvalita spánku nebo jeho nedostatek může snížit imunitu našeho organismu a tím ohrozit naše zdraví.

PŘÍRODA

Člověk je neodmyslitelnou součástí přírody, vzájemně spolu žijí ve vyrovnané symbióze. Bez přírody by člověk nebyl člověkem. I matrace, na které člověk spí, ho může vrátit zpět, blíže k přírodě.

ZÁKLADNÍ CHARAKTERISTIKY

Firma se zaměřuje na výrobu zdravotních matrací různých druhů a konstrukcí:

- pružinové – matrace s BONELL nebo taštičkovou pružinou
- pěnové – matrace z PUR, HR nebo LAZY-FOAM (líné) pěny
- latexové – zónované (PHYSIOSYSTEM) nebo nezónované matrace z přírodního, resp. částečně syntetického latexu (HYDROLATEX)

Používají se kvalitní, vybrané materiály od domácích dodavatelů, ale hlavně ze zahraničí, které byly předem testované v klinických laboratořích a ústavech.

Zdravotní matrace společnosti MATERASSO musí splňovat celou řadu důležitých kritérií, ale zejména kritéria:

ORTOPEDICKÁ – matrace musí zabezpečovat dokonalou kopírovatelnost těla a optimální fyziologickou polohu během celého spánku, kdy páteř udržuje v dokonalé přímce

ANTIALERGICKÁ – v maximální míře se používají přírodní materiály, resp. materiály, které byly předem testované a nejsou dráždivé pro alergiky

ANTIROZTOČOVÁ – použité materiály nesmí být živnou půdou pro roztoče

KLIMATIZAČNÍ – preferují se materiály s termoregulačními schopnostmi, které odvádějí vlhkost, mají výbornou prodyšnost, udržují suché klima v matraci a konstantní tělesnou teplotu

LAMELOVÉ ROŠTY

Základem kvalitního spánku je lůžko, jeho konstrukce, ale hlavně matrace. Neoddělitelnou součástí každé matrace by měl také kvalitní rošt, který slouží jako její podklad. Rošt spolu s matrací zabezpečují správnou fyziologickou oporu těla při spánku, uvolňují klouby a svaly. Výrazně přispívají k zlepšení prodyšnosti a udržení suchého klima matrace.

Výrobní sortiment firmy MATERASSO obsahuje několik druhů roštů:

- pevné – rošty z masivního dřeva
- nepolohovatelné lamelové rošty
- manuálně polohovatelné lamelové rošty
- elektricky polohovatelné lamelové rošty
- rošty s pružným talířkovým systémem

Rošty s pevnými lamelami slouží jako doporučený podklad pod pružinové matrace. Vyrábějí se z masivního dřeva.

Rošty s předpjatými lamelami slouží jako výhradní podklad pod pěnové a latexové matrace. Lamely se vyrábějí z vrstveného dřeva.

Účinnost pružnosti lamel je do velké míry ovlivněn způsobem jejich uchycení, možností jejich pohybu (pevné nebo výkyvné) a odpružení (s odpružením nebo bez odpružení), s čímž úzce souvisí i typ použitých pouzder (plastová nebo gumová).

Samostatnou kapitolu tvoří rošty s pružným talířkovým systémem, který umožňuje bodové kopírování tvaru lidského těla v pěti směrech.

MATRACE A JEJÍ POTAH

Zdravý člověk vypočí v průběhu noci během spánku cca 7dcl tekutiny, která přejde do prádla a do matrace. Proto musí být matrace dostatečně prodyšná a musí být schopná tuto vlhkost absorbovat a následně odpařit. Tím poskytuje spícímu dokonalý pocit suchého pohodlí během celé noci a spánku.

Z tohoto důvodu je potřeba, aby potah matrace splňoval nejpřísnější hygienická kritéria, tj. kvalitní, ale lehce udržovatelné materiály, které poskytují ochranu proti plísním a bakteriím, nestávají se živnou půdou pro roztoče a zabraňují tvorbě nepříjemného zápachu. Protože lůžkovin se dotýkáme většinou holým tělem, potahové látky musí být také příjemné na dotyk.

Úplným standardem se v poslední době staly snímatelné, rozepínatelné potahy na zip vyrobené z kvalitních materiálů, které je možné prát jednoduše v pračce a tak zajistit maximální a rychlou hygienu bez použití speciálních čistících postupů.

Všechny tyto požadavky, které se na zdravotní matrace kladou, je firma MATERASSO v plné míře schopná zabezpečit. Na zvláštní přání zákazníka firma dodává také matrace ve speciální nepromokavé úpravě a v úpravě se sníženou hořlavostí.

LŮŽKOVÉ DOPLŇKY

Sortiment výrobků MATERASSO obsahuje kompletní „PROGRAM PRO ZDRAVÝ SPÁNEK“.

Součástí tohoto programu je i výroba lůžkových doplňků:

- antialergických podhlavníků a polštářů
- anatomických polštářů
- dekoračních přikrývek a polštářů
- matracových chráničů
- výrobků z ovčí vlny
- výrobků pro děti a dětských matrací

Výběru doplňků bychom měli věnovat přinejmenším stejnou pozornost, jakou věnujeme výběru matrací, protože pro pohodlný a zdravý spánek, podobně jako matrace, musí i ony splňovat určitá kritéria, a to nejen zdravotní (antialergičnost, vzdušnost) a hygienická (pratelnost), ale v neposlední řadě i náročná estetická kritéria.

Firma MATERASSO klade při výběru povrchových materiálů od renomovaných slovenských i zahraničních firem velký důraz na jejich složení a celkovou barevnou úpravu.

Vhodným sladěním interiérové výzdoby bytu a moderním, svěžím vzhledem těchto doplňků chce vyhovět všem požadavkům zákazníků a tím přispět ke klidnému, ničím nerušenému spánku.

Dětské matrace

Poskytují pro naše nejmenší zdravý a bezpečný spánek. Jsou vyrobené z kvalitních antialergických a vzdušných materiálů, s ortopedickými vlastnostmi.

Dekorační přehozy

[Sortiment matrací HSP](#) obsahuje komplexní „PROGRAM PRO ZDRAVÝ SPÁNEK“. Součástí tohoto programu je i výroba lůžkových doplňků.

Výběru doplňků bychom měli věnovat přinejmenším takovou pozornost, jakou věnujeme výběru matrací, protože pro pohodlný a zdravý spánek, podobně jako matrace, musí i ony splňovat určitá kritéria, a to nejen zdravotní (antialergičnost, vzdušnost) a hygienická (pratelnost), ale v neposlední řadě i náročná estetická kritéria.