

# „Beratung und Knowhow für Ihren gesunden Schlaf.“

Matthias Vogt

## Die richtige Matratze finden

Viele unterschiedliche Materialien werden zur Herstellung von Matratzenkernen angeboten: Schaumstoffe, Latex, Naturprodukte oder Federkern, letztere seit einigen Jahren mit abnehmender Tendenz.

Den größten Komfort in Verbindung mit Stütz- und Entlastungseigenschaften erreicht man mit Kaltschaum. Dieses Material zeichnet sich durch eine ungleichmäßige Zellstruktur aus und sorgt so für eine hohe Elastizität. Das hohe Raumgewicht steht für die Qualität und Langlebigkeit des Kernes. Die offene Porenstruktur führt zudem zu einer hohen Luftdurchlässigkeit und begünstigt damit einen schnellen Feuchtigkeitstransport. Diese Eigenschaft sorgt für ein angenehmes Klima und vermeidet einen Wärmestau. Gut belüftete Kerne sind auch weniger milbenanfällig. In Verbindung mit der außen liegenden Zonenbildung entstehen zusätzlich Lüftungskanäle und eine besonders anschmiegsame Oberfläche. Bislang wurde die Eigenschaft der angenehmen Kühlung fälschlicherweise nur Federkernmatratzen zugesprochen. Doch über dem Federkern sind verschiedene Materialien als Polsterung verarbeitet,

die sich in der Summe zirkulationsmindernd auswirken. Kaltschaum hat zudem den Vorteil, dass er individuell bearbeitet werden kann.

Latex- und viscoelastische Matratzen sind weniger empfehlenswert. Diese temperaturabhängigen auch „thermoplastisch“ genannten Matratzen sind nicht atmungsaktiv. Sie haben eine meist gummiartige Oberfläche mit stark eingeschränkter Feuchtigkeitsregulation. So entsteht Wärmestau in den Liegekuhlen. Der Schaum hat zwar die Eigenschaft, sich dem Körper der auf ihm ruhenden Person anzupassen, dies erfolgt jedoch dadurch, dass die Körperwärme ein Einsinken in die Matratze bewirkt. Insbesondere Menschen mit dem sogenannten „Torsionsschmerz“ im unteren Rücken ist diese Matratze nicht zu empfehlen. Auch leichte Menschen mit breiten Schultern oder Becken sinken häufig nicht ausreichend in diese Matratze ein, was zu Rückenschmerzen führen kann. Es gibt leider nicht DIE Matratze. Jeder Mensch ist anders und braucht eine nach seinen Bedürfnissen passende Matratze. Holen Sie sich also unbedingt die Meinung eines Experten ein und lassen Sie sich unverbindlich beraten!



M. Vogt

Kaltschaum bietet den größten Komfort.

Jeder Körper ist individuell.



■ ■ ■ Hergestellt in Deutschland

**Herausgeber:**

Rückengerecht  
Burghauner Str. 11a  
36151 Steinbach

Vertreten durch:  
Inhaber Herr Matthias Vogt

Telefon: +49 (0) 6652 9829 777  
Telefax: +49 (0) 6652 9829 778  
E-Mail: [info@rueckengerecht.eu](mailto:info@rueckengerecht.eu)

©Rückengerecht – August 2012

[www.rueckengerecht.eu](http://www.rueckengerecht.eu)