

„Beratung und Knowhow für Ihren gesunden Schlaf.“

Matthias Vogt

Was sagen uns die Härtegrad-Angaben bei den Matratzen?

Die Härten der Matratzen werden meist in den Graden H2 bis H4 angeboten. Einige Hersteller bieten eine Skalierung von H1-H5 an. All dies dient lediglich einer groben Orientierung und zeigt auf, dass die Matratzen mit den höheren Nummern härter sein sollen als die mit den niedrigeren Nummern.

Dies muss aber nicht sein. Berücksichtigt man die Herstellungstoleranzen der Matratzenkerne, egal, welchen Materials, und addiert die mit den Fertigungstoleranzen im Montageprozess, kann zum Beispiel eine harte H2-Matratze härter sein als eine weiche H3. Zudem orientiert man sich gefühlsmäßig an der Matratze im Laden, auf der man Probe gelegen hat – man weiß aber nicht, ob diese Matratze innerhalb ihrer Toleranz eher weich oder hart war oder genau in der Mitte. Sogar verschiedene Matratzentypen eines Herstellers können bei gleichen Härtegradangaben unterschiedlich hart sein.

Also Konfusion pur.

So sagen die Härten nur grob aus, dass man unterschiedlich tief in eine Matratze hinein sinkt. Wie tief, hat dann zusätzlich mit Körpergröße, Gewicht und der Körpersilhouette zu tun. Wenn man auf einer harten Matratze nicht bequem liegt, ist also nicht automatisch eine weichere Matratze die richtige oder umgekehrt. Vielmehr kommt es darauf an, dass neben der Einsinktiefe auch die Körpergröße und -form berücksichtigt werden. Dies stellt jedoch eine Dimension an Beratung dar, die nur mit technischen Hilfsmitteln perfekt erzielt werden kann und fordert zudem den Hersteller heraus, dann die geeignete Matratze herzustellen.

Aber wer macht das schon? Sind Sie schon einmal gefragt worden, wie groß Sie sind und welche Liegeposition Sie auf der Matratze haben? Das ist vor allem für kleinere Personen ratsam, um dann die Matratze für Sie herauszufinden, die zum Beispiel die Schulterzone an der richtigen Stelle hat. Nein?



M. Vogt

Tipp: Kaufen Sie nicht gleich die erstbeste Matratze, vergleichen Sie mehrere Modelle, Hersteller und Händler.



■ ■ ■ 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

©Rückengerecht – Juni 2013

www.rueckengerecht.eu