

## Schlafen mit „Rabatt“

Wasserbettschläfer regenerieren in kürzerer Zeit – und sind fitter und erholter.

(djd). Sparen ist „in“ – aber doch nicht beim Schlafen. Schließlich braucht man seine sieben, acht Stunden. – Wer kennt nicht diese immer wieder gern bemühten Regelungen! Auf die Qualität des Schlafes schaut dabei niemand. Denn es nützt wenig, viele Stunden in der Horizontalen zu verbringen, ohne dabei Tiefschlaf und echte Erholung zu finden. Der Schlaf auf Wasserbetten ([www.fachverband-wasserbett.de](http://www.fachverband-wasserbett.de)) ist intensiver und effektiver als auf vielen herkömmlichen Matratzen. Das ist die Erfahrung zahlreicher Wasserbettschläfer und Mediziner.

### Das Geheimnis des Wasserbettschlafs

Das Geheimnis des effektiveren Wasserbettschlafes: ein stark verminderter Auflagedruck, die kreislauffreundliche leichte Höherlagerung der Beine und eine individuell temperierbare Matratze. Die Durchblutung funktioniert optimal, Einschlafen der Gliedmaßen sowie unruhiges Drehen und Wenden gehören der Vergangenheit an. Angenehme Folgen für den Schläfer: Die Einschlafphase ist kürzer, der Tiefschlaf intensiver, der Schlaf in der Rückenlage wird begünstigt – und damit auch die Regeneration der Bandscheibe. Man fühlt sich fitter, ist belastbarer und ausgeruhter – ein unschätzbare Kapital in der heutigen Zeit, in der Leistung und effektives Arbeiten großgeschrieben werden.

### Beratung im qualifizierten Fachhandel

Wie man das für sich optimale Wasserbett findet, erfährt man bei der Beratung im qualifizierten Fachhandel. Größe, Matratzeninnenleben und die Art der Rückenunterstützung spielen eine Rolle für den Liegecomfort. Man hat die Wahl zwischen einem völlig neuen Bettsystem oder dem Einbau in einen vorhandenen Rahmen und sollte sich auch die Verarbeitung der Schlafsysteme detailliert erklären lassen. Denn Wasserbetten von guter Qualität überdauern den Liegecomfort konventioneller Schlafsysteme, die sich durchliegen und damit dem Verschleiß unterworfen sind, ohne Probleme. Wer ein bisschen Zeit sowie am besten auch gleich seinen Partner mitbringt und sich im Wasserbettenstudio vom geschulten Fachverkäufer beraten lässt, wird auch qualifizierte Antworten zu manch anderen Fragen finden, die zum Thema Wasserbett sich möglicherweise noch angesammelt haben.