

Matratze kaufen, worauf achten?

Sie schlafen schlecht und sind ständig müde? Dies kann sich auf Ihre Gesundheit auswirken. Vielleicht liegt es an Ihrer Matratze? Eine Neue muss her.

Wir von Versifair geben Ihnen nun Tipps an die Hand, worauf Sie beim Kauf einer neuen Matratze achten sollten.

- Sind Sie sehr groß oder leiden Sie an Übergewicht, dann achten Sie unbedingt darauf, dass Ihre Matratze eine ausreichende Dicke aufweist. Vorteilhaft wäre hier sogar eine Dicke über 16 cm.
- Bei kleinen Menschen soll Ihre Lendenwirbelsäule im Bereich der Lendenstütze liegen.
- Probeliegen über längere Zeit soll Ihnen zeigen, welcher Härtegrad besser für Sie geeignet ist.
- Schlafen Sie auf dem Rücken oder auf der Seite? Die Einsinkzonen oder die Stützzonen müssen entsprechend der Schlafposition gestaltet sein.
- Achten Sie darauf, dass der Hals nicht abknickt um eine vernünftige Schlafposition zu haben.
- Wählen Sie eine Einzelmatratze, da für Ihren Partner eine andere Matratze geeigneter sein könnte.