

Di 30.08.16 13:14

## Vieles kann nur Wasser

Von: Vontana

**Das Geheimnis für erholsamen und gesunden Schlaf liegt in der Tiefschlafphase. Diese lässt sich besonders gut in einem Wasserbett erreichen. Allergiker schätzen darüber hinaus die hygienischen Vorzüge und Rückengeplagte die unübertreffliche, absolut gleichmäßige und kräftige Unterstützung der Wirbelsäule.**



Erholsamer Schlaf ist die Grundlage für Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Konzentration. Die dafür so wichtigen Tiefschlafphasen lassen sich besonders gut in Wasserbetten erreichen. Bild: tdx/Tasso

(tdx) Es ist erstaunlich und verwundernd zugleich, wie Menschen mit ihrem Grundbedürfnis Schlaf umgehen. Getreu dem Motto „Weniger ist Mehr“ wird weder auf eine ausreichende Dauer noch auf eine passende Unterlage geachtet. Auch Schlafstörungen werden nicht ernst genommen und als Bagatelbeschwerden abgetan. Folgen sind zum Beispiel Herz- und Kreislaufbeschwerden, Kopfschmerzen, Bluthochdruck, ein geschwächtes Immunsystem und verminderte Leistungsfähigkeit. Neben psychischen Problemen sind durchgelegene, zu harte oder zu weiche Matratzen die häufigste Ursache. „Daher sollte immer auf eine optimale Schlafstätte, in der der Körper sanft ruhen kann, geachtet werden“, raten die Wasserbett-Experten von Tasso.

Druck vermeiden, um die Tiefschlafphase zu erreichen

Der menschliche Schlaf hat verschiedene Phasen: Leichtschlaf, Tiefschlaf und Traumschlaf. Besonders wichtig ist der Tiefschlaf. Hier schüttet der Körper Wachstumshormone aus, die das Immunsystem stärken und bei Erwachsenen die Regeneration von Körperzellen anstoßen. Außerdem sind die Muskeln entspannt, Blutdruck und Kreislauf werden gesenkt und der Spiegel des Stresshormons Cortisol ist dann am niedrigsten. Allerdings wird die Tiefschlafphase oftmals gar nicht erreicht. Meist liegt dies an der Matratze, die nicht oder nicht mehr zum Körper passt. So entstehen Druckpunkte, die vom Schlafenden unbewusst als unangenehm empfunden werden. Mögliche Folgen sind Unruhe und eine sich ständig ändernde Schlafposition. Ein Wasserbett passt sich hingegen dem Körper an. Seine Matratze besteht aus weichem Spezial-Vinyl und wird mit Wasser gefüllt. Tasso Wasserbetten sind daher hart wie Stein und weich wie eine Wolke. Sie bieten eine optimale Körperanpassung bei geringstmöglichem Auflagedruck. Das Blut kann ungehindert zirkulieren. Das fördert die Muskel- und Bandscheibenregeneration, verringert das Taubheitsgefühl in den Gliedmaßen und ermöglicht ruhigen Schlaf.

Eine falsch gewählte Matratze kann auch Rückenschmerzen verursachen. Das Wichtigste ist, dass sich die Unterlage dem Körper anpasst und zugleich die Wirbelsäule abstützt. In Wasserbetten von Tasso wird die gesamte Muskulatur entspannt und durch gleichmäßige Gewichtsverteilung unterstützt. Der Körper schläft auf Wasser gebettet in einer bequemen, wohltuenden Position. Zusätzlich kann bei Tasso die Temperatur des Wassers geregelt werden, sodass körpergerechte Wärme gegeben statt genommen wird. Dieses behagliche Gefühl regeneriert und wirkt positiv auf Kreislauf und Muskeln.

Unter hygienischen Aspekten, vor allem für Allergiker, hat ein Wasserbett Vorteile: Schweißwasser und Schmutz können nicht in den Tasso-Matratzenkorpus eindringen. Die Textilaufgabe ist abnehmbar, geeignet für die Waschmaschine und die Hülle des Wasserkerns lässt sich mit einem feuchten Tuch abwaschen. Im Ergebnis finden Milben, einer der Haupterreger von Allergien, keinen Lebensraum.

Weitere Informationen sind unter [www.tasso.com](http://www.tasso.com) erhältlich.

### Fotos



Pressebild  
[Download](#)



Pressebild  
[Download](#)



Pressebild  
[Download](#)

### Pressekontakt

**TASSO**.com  
*Betten*

VONTANA Industrie GmbH  
& Co. KG  
Karlstr. 31-35  
45734 Oer-Erkenschwick  
[www.tasso.com](http://www.tasso.com)

Ansprechpartner:  
Janin Marschke  
T: +49 (0) 2368 / 911 -120  
F: +49 (0) 2368 / 911 -211  
M: [marschke@tasso.com](mailto:marschke@tasso.com)