

Schlafen auf sicherem Fundament

Die Unterfederung ist die Basis des guten Schlafes.*

Einer der wohl meist unterschätzten Gegenstände im Haus ist die Unterfederung. Gut versteckt unter der Matratze kommt sie meist nur beim Matratzenwenden zum Vorschein und tut Nacht für Nacht ihren Dienst. Sie ist im wahrsten Sinn die Grundlage des guten Schlafes.

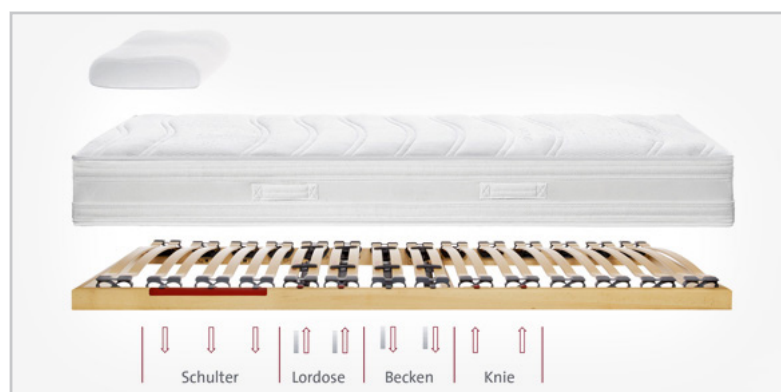
Wenn Sie sich mit der Anschaffung einer neuen Matratze befassen, lohnt es sich, einen Moment der Unterfederung zu widmen.

1. Was kann die passende Unterfederung für Sie leisten?

- Sie bildet (wie beim Haus) das sichere Fundament Ihres guten Schlafes.
- Sie liegen dann auf einem perfekten Schlafsystem, wenn die Unterfederung und die Matratze ein eingespieltes «Duo» bilden. Gemeinsam entfalten sie die volle Leistung. Die Unterfederung und die Matratze sollten zueinander passen, damit die optimale Funktionalität und Ergonomie gewährleistet ist. Das passende Kissen setzt dem guten Schlaf die Krönung auf.
- Sie stützt und entlastet Ihren Körper an den richtigen Stellen und bringt damit die Matratze erst «zum Klingen». Je nach Matratzentyp passt eine andere Unterfederung.
- Sie federt die Belastungsspitzen ab, wenn Sie sich bewegen und erleichtert das Drehen im Bett.
- Sie ermöglicht die wichtige Luftzirkulation und fördert ein trockenes Bettklima und damit die Hygiene im Schlafzimmer.
- Sie kann Ihrer Gesundheit Gutes tun. Je nach Modell können Sie individuelle Einstellungen (z.B. Schulterabsenkung, Lendenstütze) oder Verstellungen (Bettautomat, Niveaustellung) wählen, die wir auch später an Ihre geänderten Verhältnisse (wie z.B. Schlafapnoe, Reflux, Venenprobleme, Herzbeschwerden, Gewichtsveränderung, Schwangerschaft) anpassen. Wir beraten Sie gerne und zeigen Ihnen, was die Unterfederung für Ihre Gesundheit Gutes tun kann

Kurz gesagt:

Mit der richtigen, körpergerechten Unterfederung wird Ihre Wirbelsäule sicher getragen und Ihre Muskeln, Gelenke und Bandscheiben regenerieren sich besser. Ein wichtiger Beitrag für Ihr Wohlbefinden und ein gutes Gefühl für die Zukunft.



* Heute spricht man von der Unterfederung als Überbegriff für Einlegerahmen, Lattenrost, Tellerrahmen, Flügelrahmen, gepolsterte Untermatratze.

2. Wann sollte eine Unterfederung ersetzt werden?

- Ungefähr nach 10 Jahren ist eine (fachmännische) Überprüfung ratsam.
- Wir bieten Ihnen gerne unseren Betten-Check bei Ihnen zu Hause an.
- Schon vorher ist ein Ersatz angezeigt, wenn die Unterfederung nicht (mehr) passt, z.B. bei bettbedingten Rückenschmerzen.
- Immer wenn die Matratze ersetzt wird, sollte grundsätzlich auch die Unterfederung ersetzt werden. Eine Unterfederung sollte auf dem technisch gleichen Stand sein wie die Matratze.
- Ausnahmen von der Regel sind möglich z.B. bei gepolsterten Untermatratzen oder bei hochwertigen Unterfederungen, an denen Ersatzteile gewechselt werden können.

3. Warum sollte eine Unterfederung ersetzt werden?

- Schutz der Matratze: Eine neue Matratze nutzt sich auf einer alten Unterfederung schneller ab und muss dadurch wieder früher ersetzt werden.
- Garantie: Wird eine neue Matratze auf eine alte (durchgelegene) Unterfederung gelegt, passt sich die Matratze immer mehr der Unterfederung (statt dem Rücken) an. Es kann eine «Kuhle» (Mulde) entstehen, wodurch die Matratze im schlimmsten Fall beschädigt wird und beim Menschen über längere Zeit sogar zu Haltungsschäden führen kann. Die Hersteller schränken ihre Matratzen-Garantie ein, wenn eine alte Unterfederung verwendet wird.
- Mechanische Abnutzung: Eine zehnjährige Unterfederung hat ungefähr 3600 Nächte hinter sich. Bei einer Schlafdauer von 7 Stunden hat die Unterfederung 25'000 Stunden «Nachtdienst» geleistet. Ein Auto hätte in dieser Zeit (bei 50km/h) ca. 1'250'000 Kilometer zurückgelegt.
- Verschleiss: Typischerweise sieht die Unterfederung auch nach 10 Jahren noch «gut» aus. Bei genauerer Untersuchung sind aber meist defekte Federelemente (z.B. spröder Gummi) und flache statt gebogene Latten feststellbar. Der Grund liegt auch in der natürlichen Alterung und ist auch hygienisch bedingt. Ein Mensch schwitzt pro Jahr im Bett rund 200 Liter. Der Schweiß entweicht auch über (oder durch) die Unterfederung und nutzt sie ab. Das heisst Leim im Holz trocknet aus, Gummi wird spröde, Kunststoffteile verlieren an Spannkraft. Insgesamt nimmt die Anpassungsfähigkeit der Unterfederung ab und der Mensch ist weniger gut gebettet.
- Technischer Fortschritt: Dank grosser Investitionen in Forschung und Entwicklung werden Unterfederungen ständig verbessert und bieten für jeden den passenden Liegekomfort.
- Sorglos: Wenn Sie Unterfederung und Matratze gleichzeitig ersetzen, können Sie das Thema für die nächsten 10 Jahre «abhaken». Andernfalls besteht die Gefahr, alle paar Jahre wieder etwas ersetzen zu müssen und einzelne Komponenten mit unterschiedlichem Stand der Technik zu verwenden.

4. Was sollte ich sonst noch beachten?

- Neue Unterfederungen weisen oft eine höhere Bauhöhe auf als frühere. Zusammen mit einer neuen Matratze kann das Schlafsystem gut und gerne eine Gesamthöhe von 35 cm erreichen und die Optik eines Bettes stark verändern. Wir beraten Sie gerne und messen auch gerne zuhause aus.
- Da eine neue Unterfederung eine Investition für das nächste Jahrzehnt ist, empfehlen wir Ihnen, sich Gedanken zu machen, ob Sie heute oder in Zukunft den Komfort eines Bettautomaten geniessen möchten.
- Das Angewöhnen an ein neues Schlafsystem braucht (manchmal) Zeit und Geduld. Ähnlich einer bisher nie ausgeübten Sportart, kann es zu «Muskelkater» oder Schmerzen kommen. Häufig merkt der Mensch, dass der Körper anders liegt und die Muskulatur anders gelagert wird. Dies kann teilweise zu Rückenschmerzen führen. Nach der Eingewöhnung von einigen Wochen tritt aber bald eine tiefe Entspannung ein.

Drucktest

Machen Sie den Drucktest und vergleichen Sie die Spannkraft der Unterfederung im Kopf- und Fussbereich mit der Spannkraft im Hauptliegebereich. Sie können auch einen Doppelmeter oder Besenstiel in Liegerichtung auf die Unterfederung legen. Ist ein Abstand zwischen Stiel und Unterfederung sichtbar? Wenn ja, dann hat die Unterfederung ihre Spannkraft durch Feuchtigkeit und jahrelange mechanische Beanspruchung verloren.

Haben Sie Fragen?

Rufen Sie uns bitte an:

041 240 86 46