

## Das Wasserbett aus medizinischer Sicht

### Die Wirbelsäule

Ein gutes Bett erfüllt vor allem eine Funktion: Optimales Abfedern des Rückens. Der Schläfer sollte in der Matratze liegen und nicht auf ihr. Anders als bei einer herkömmlichen Unterlage, bei der ein Großteil des Körpers nur auf einigen Punkten lastet, schmiegt sich die Wassermatratze dem Körper an.

Dadurch können die einzelnen Wirbelkörper in ihrer physiologisch richtigen Lage bleiben und werden nicht gegeneinander verschoben. Durch Verkrümmungen der Wirbelsäule werden die Gelenke und angrenzenden Strukturen belastet. Dies betrifft besonders die sich zwischen den Wirbelkörpern befindlichen Bandscheiben. Die Aufgabe der flüssigkeitsbasierenden Bandscheiben besteht darin, die Wirbelkörper gegeneinander abzapfen, damit die Knochen nicht aufeinander gedrückt werden. Im Schlaf sollten sich die Bandscheiben entlasten und die tagsüber durch den Druck verloren gegangene (herausgequetschte) Flüssigkeit wieder in sich aufnehmen. Hält der Druck auf die Bandscheiben auch nachts an, ist die Flüssigkeitszufuhr gehemmt und der Regenerationszyklus unterbrochen. Im Wasserbett hingegen kann sich die Wirbelsäule und die Bandscheibe in ihrer natürlichen Form entlasten. Der gesamte Körper wird druckfrei vom Wasser unterstützt.



### Dekubitusprophylaxe

Der Druck einer herkömmlichen Matratze auf Teile des Körpers presst das Gewebe zusammen und vermindert die Blutzufuhr. Bei Menschen, die längere Zeit im Bett verbringen, führt die Mikrozirkulation zum Dekubitus, der auf einer Matratze auch durch häufiges Umlagern nur unzureichend verhindert werden kann. Demgegenüber bietet das Wasserbett die besten Voraussetzungen zur Dekubitusvermeidung, da ein Wundliegen im Wasserbett aufgrund der nicht vorhandenen Druckbelastung gar nicht möglich ist.



### Tiefschlafphasen und Regeneration

Das durch die Druckbelastung auf einer Matratze entstehende Sauerstoffdefizit zwingt den Schlafenden, sich immer wieder zu drehen, um die Durchblutung wiederherzustellen und die Wirbelsäule zu entlasten. Auf einer herkömmlichen Matratze wechselt der Schläfer bis zu 60 mal pro Nacht seine Position. Diese ständige Kompensation wechselnder Druckbelastung ist im Wasserbett von vornherein ausgeschlossen und so dreht sich der im Wasserbett „schwebende“ Mensch im Durchschnitt nur sechs bis acht Mal pro Nacht. Dieses ruhige Liegen führt zu intensiveren Tiefschlafphasen. Nur in den eigentlichen Tiefschlafphasen produziert der Körper in ausreichender Menge Hormone wie das STH, die für die Regenerationsprozesse im Stoffwechsel von Nöten sind. Je besser die Versorgung des Körpers mit diesen Botenstoffen, desto besser ist auch der Heilungsverlauf bestehender Krankheiten. Ein entspannter Schlaf im Wasserbett mit langen Tiefschlafphasen kann somit die ärztliche und krankengymnastische Therapie optimal unterstützen.

### Hygiene und Sicherheit

Anders als bei einer herkömmlichen Matratze sammeln sich im Wasserbett keine Fremdstoffe wie Schweiß und Exkremente der Hausmilben an, die in zunehmendem Maße als allergieauslösend eingestuft werden. Durch die perfekte Feuchtigkeitsregulierung der waschbaren Tencel® Auflage (60°C, trocknergeeignet, allergikergerecht) ist eine bestmögliche Hygiene gegeben. Die jährliche Zugabe eines Wasserkonditionierers hält die Wasserkernmatratze absolut keimfrei. Die Keramik-Heizelemente sind TÜV-geprüft, strahlungsfrei, energiesparend und bieten durch ihre stufenlos einstellbare Temperatur bestmöglichen Schlafkomfort und ein gesundes Schlafklima zu jeder Jahreszeit.