

Große Schlafstudie untersucht Zusammenhang von Schlaf- und Lebensqualität

Rund 200 Testschläfer ab sofort gesucht

„Besserer Schlaf – besserer Tag“: Unter diesem Motto startet das Bremervörder Familienunternehmen Lattoflex in Zusammenarbeit mit dem Fachhandel in Deutschland, Österreich und der Schweiz die dritte Auflage der größten Schlafstudie im deutschsprachigen Raum. Erstmals soll nicht nur der Einfluss des Bettes auf Rückenschmerzen und Schlafqualität, sondern auch auf die Leistungsfähigkeit am Tage untersucht werden.

Schlechter Schlaf macht schlechte Tage. Was das konkret bedeutet, wie es sich verändern lässt und welche Rolle das Bett dabei spielt, möchte Lattoflex, Erfinder des Lattenrosts 1957, herausfinden. Bereits 2009 und 2013 hatte Lattoflex in Zusammenarbeit mit der Aktion Gesunder Rücken (AGR) e.V. und namhaften Wissenschaftlern untersucht, wie sich das Schlafen auf einer hochwertigen Flügelfederung auf Schmerzfreiheit und Schlafqualität auswirkt. Weit über 90 Prozent der Studienteilnehmer meldeten deutliche Verbesserungen.

Die Neuaufgabe richtet sich nach neuesten Erkenntnissen der Schlafforschung. Demzufolge ist Schlaf das wahrscheinlich effektivste Werkzeug zur Steigerung der Leistungsfähigkeit und zur Prävention schwerer Erkrankungen, das wir kennen. Denn im Schlaf finden Prozesse statt, die für unsere Gesundheit ebenso entscheidend sind, wie für unsere Persönlichkeit.

„Schlechter Schlaf macht schlechte Laune“, so die Partner und Fachleute des Netzwerkes **Schlaf Gesundheit Hannover** aus dem Bereich *Bett & Schlafumfeld*. „Schlafmangel führt zu erhöhter Reizbarkeit und Emotionen wie Wut, Angst und Depressivität. Auch das Speichern neuer Informationen im Langzeitgedächtnis wird eingeschränkt. Davon wissen die Teams von Betten **Hohmann, Hotes** Schlafkultur und dem Bettenhaus **Welge** zu berichten.

Die rund 200 Testschläfer bekommen nach Auswahl der richtigen Matratzenhärte beim Fachhändler Ihr Lattoflex-Bett nach Hause geliefert. Ihre Erfahrungen dokumentieren sie vor und nach der 4-wöchigen Testphase auf einem Fragebogen. Die Auswertung der Test-Ergebnisse erfolgt unter Begleitung der Aktion Gesunder Rücken (AGR) e.V.

Der große Anreiz: Bei ordnungsgemäßer Durchführung dürfen die Testschläfer Flügelfederung und Matratze nach dem Test behalten. Ein Vorteil im Wert von rund 1.770 Euro!

Anmelden können sich Interessierte direkt bei unseren drei Netzwerkpartner:

<p>Hotes Schlafkultur Kompetenz-Zentrum Gesunder Schlaf Hannoversche Straße 2 30938 Burgwedel Tel.: 05139 895533 Fax: 05139 89553-4 E-Mail: mail@hotes.info Internet: www.hotes.info</p>	<p>Bettenhaus Welge Inh.: Regina Rosenbaum e.K. Burgdorfer Straße 11 - 15 31275 Lehrte Tel.: 05132 2374 Fax: 05132 5563-2 E-Mail: info@bettenhaus-welge.de Internet: www.bettenhaus-welge.de</p>	<p>Betten Hohmann Kollenrodtstrasse 7–8 30161 Hannover-List Tel.: 0511 - 66 58 64 Fax: 0511 - 62 45 41 E-Mail: info@betten-hohmann.de Internet: www.betten-hohmann.de</p>
--	--	---



Über Lattoflex

Lattoflex ist eine Marke der Thomas Holding und wurde 1957 gegründet. Als Innovationsführer für schmerzfreies Schlafen widmet sich das norddeutsche Familienunternehmen mit Sitz in Bremervörde bereits in dritter Generation gesundem und rückenfreundlichem Liegen und entwickelt Lösungen gegen Rückenschmerzen. 1957 erfand es den Lattenrost und ersetzte ihn Mitte der 1990er Jahre durch die patentierte Lattoflex-Federung. Mit den Lattoflex-Lebenslinien folgt nun der nächste Innovationsschub: Das ultimative Bett für jedes Lebensalter. Die Unternehmen der Thomas Holding beschäftigen zusammen insgesamt 170 Mitarbeiter in Fertigung und Vertrieb. Weitere Informationen gibt es unter www.lattoflex.com