

JAK VYBRAT SPRÁVNÝ POLŠTÁŘ A JAK HO POUŽÍVAT?



Anatomicky správné podepření krční zakřivení páteře při poloze na zádech a udržení rovné krční páteře v souladu s osou těla na boku, a to bez tlakových bodů, to je role polštáře. Abyste toho docílili, doporučujeme zvážit několik základních faktorů, které mají na výběr správného polštáře zásadní vliv. Je také důležité polštář používat správným způsobem. Na polštáři regeneruje krční páteř a hlava, ramena regenerují na matraci. Polštář proto přiložíme těsně k ramenům, ale ramena na něm neležíme.

1. SPÍM NA ZÁDECH

Uvolněná poloha na zádech s rukama podél těla je lékaři nejdoporučovanější polohou. Páteř je tak ve svém přirozeném zakřivení, svaly jsou uvolněné, není vyvíjen tlak na vnitřní orgány, obličej není nijak deformován a netvoří se vrásky. Vzhledem k tomu, že krkem vede veškeré krevní zásobení potřebné pro oksyličení mozku, je důležité, aby byla krční páteř ve své přirozené poloze a minimalizoval se tlak na nervové kanálky. Toho dosáhnete použitím vhodného anatomického polštáře. Pro spaní na zádech doporučujeme **polštáře ve tvaru STANDARD nebo WAVE**.

2. SPÍM NA BOKU

Odborníci doporučují polohu na boku, ideálně levém, osobám trpícím zažívacími potížemi a těhotným ženám. V poloze na boku si své přirozené zakřivení udržuje páteř sama. Vhodný anatomický polštář zajistí, aby i krční páteř byla ve správné pozici - rovně v souladu s osou těla, a zabrání ohnutí a stlačení. Pro spánek na boku jsou vhodné **polštáře STANDARD nebo WAVE**.

3. SPÍM NA BŘIŠE

Lékaři se shodují, že pozice na bříše není vhodnou spánkovou polohou. Mohou se objevit bolesti krční páteře a je zatěžována oblast hrudníku a břicha. Jedinými výhodami je tlumení chrápání a nižší riziko spánkové apnoe. Pokud je poloha na bříše Vaší oblíbenou spánkovou polohou, je vhodný **nižší polštář**, díky kterému hlava není příliš vysoko a páteř nevybočuje do nepřirozené polohy. Ideální volbou může být 7 cm vysoký polštář SUPERIORE FLAT.

4. MÁM ŠIROKÁ RAMENA

Osoby vyššího vzrůstu a s širokými rameny potřebují **více pod hlavou**, aby jejich krční páteř zůstala ve své přirozené poloze i ve spánku. Vhodnou volbou v těchto případech bývají polštáře MAXI.

5. JSEM ALERGIK

Veškeré materiály použité ve výrobcích Magniflex jsou testované, díky čemuž garantujeme jejich **zdravotní nezávadnost a vhodnost i pro alergiky**.

10. NADMĚRNĚ SE POTÍM

Inovativní **prodyšný materiál MAGNICOOL** díky kombinaci pokročilých technologií dynamicky reguluje teplotu a během spánku poskytuje jedinečný pocit svěžesti. Byl vyvinut pro osoby trpící nadměrným pocením, klimakterickými potížemi a návaly horka.

9. POTŘEBUJI PODPOŘIT TERMOREGULACI

Snímatelné potahy polštářů z kolekce SUPERIORE jsou vyrobené ze speciální patentované **termoregulační textilie Outlast®** původně vyvinuté NASA pro vesmírné skafandry, která spolu s 3D větracím lemem zajišťuje maximální prodyšnost a **stabilní teplotu po celou noc**.

8. PREFERUJI BIO KVALITU

Certifikát GOT'S potvrzuje, že všechny potahové látky polštářů z kolekce GEOMEMORY jsou vyrobeny ze **100% organických materiálů** a při jejich výrobě dochází k maximální ochraně životního prostředí a lidského zdraví. Jsou ideální nejen **pro osoby s velmi citlivou pokožkou**.

7. HLEDÁM POLŠTÁŘ PRO DÍTĚ

Polštář vhodný pro malé dítě by měl odpovídat jeho tělesným proporcím. Měl by být **nižší a pokud možno prodyšný**. Pro malé děti doporučujeme 5 cm vysoký polštář BABY, který je opatřen perforačním systémem Airyform pro maximální prodyšnost. Další volbou může být polštář SUPERIORE FLAT, který je 7 cm vysoký a má potah z patentované termoregulační textilie Outlast®.

6. ZAJÍMAJÍ MĚ CERTIFIKÁTY

Patentované pěny použité v polštářích Magniflex mají prokazatelně prospěšné účinky na lidské zdraví, a díky tomu se mohou pyšnit **nejvyšší zdravotní certifikací v EU - Medical Device Class 1**. Certifikace OEKO TEX® STANDARD 100 zaručuje nepřítomnost alergenních látek a absenci škodlivých látek, které mohou ohrožovat zdraví.



www.magniflex.cz

