

Fragen zu Schlafsystemen

- **Was ist ein Schlafsystem?**

Es ist insbesondere bei der Unterfederung (Lattenrost) und der Matratze sinnvoll, dass sie sich in ihren Qualitätsmerkmalen und Liegeeigenschaften ergänzen. Ein mit Motor verstellbares Lattenrost beispielsweise benötigt eine Matratze, die die entsprechenden Bewegungen mitmachen kann. Eine Matratze benötigt zur guten Belüftung eine Unterfederung, die bei entsprechender Luftzufuhr von unten dennoch entsprechend stützt. Kurzum: Von einem Schlafsystem spricht man bei allen aufeinander abgestimmten Produkten, die zum guten Schlafen beitragen.

- **Macht es Sinn, Matratze und Lattenrost zusammen zu kaufen?**

Ja, unbedingt. Da viele Kunden die Liegeeigenschaften der Matratze bzw. des Lattenrostes nicht so genau kennen, macht es Sinn, beides zusammen und aufeinander abgestimmt zu kaufen. Passen Matratze und Lattenrost nicht zueinander, besteht die Gefahr, dass der Liegekomfort hierdurch beeinträchtigt wird.

- **Warum werden Lattenroste heutzutage als Unterfederungen bezeichnet?**

Es gibt nicht nur das Lattenrost, das in einem Schlafsystem der Matratze die entsprechende Stützung gibt. Der Sammel- und Oberbegriff ist Unterfederungen, der alle Arten und Formen von Lattenrosten umfasst, auch solchen, die nicht mehr aus "Latten" bestehen.

- **Warum haben Matratzen Liegezonen?**

Wir sind an unterschiedlichen Körperzonen unterschiedlich schwer. Im Beckenbereich sind wir beispielsweise besonders schwer, im Kopf- und Fußbereich eher leicht. Die Schultern sollen in die Matratze, ebenso wie das Becken etwas einsinken, damit die Wirbelsäule während des Liegens in eine gerade Lage kommt. Mittels Liegezonen kann man das Liegen feiner justieren. Die Liegezonen unterscheiden sich dabei im Wesentlichen durch unterschiedliche Stützkraft, sowie unterschiedliche Elastizität und Dämpfung. Die Liegezonen dienen zudem einer an die jeweiligen Körperpartien angepassten Luftzirkulation zur Abfuhr von Feuchtigkeit.

- **Wieviele Liegezonen sind sinnvoll?**

Die meisten Matratzen haben 5, 7 oder 9 Liegezonen. Wichtiger als die Anzahl der Liegezonen ist, dass der eigene Körper gut eingepasst auf den Zonen der Matratzen liegt. Der schwere Beckenbereich bildet immer eine mittlere Zone, von der aus sich die anderen ableiten. Alle anderen Zonen haben immer einen "Gegenspieler" z.B. entspricht der Kopf- auch dem Fußbereich. Daher kann man die Matratze problemlos drehen, ohne dass sich die Zonen verschieben. Somit ist auch erklärt, warum 6 oder 8 Liegezonen nicht sinnvoll sind.

- **Wie werden Liegezonen hergestellt?**

Bei Federkernmatratzen verwendet man unterschiedlich reagierende Federn, die z.B. im Beckenbereich stärker stützen und dennoch ein entsprechend richtiges Einsinken ermöglichen. Bei Latexmatratzen entstehen im Herstellungsprozess Zonen durch das Schaffen unterschiedliche gestalteter Hohlräume in der Matratze. Durch Schnitte in das Material erhalten Schaumstoffmatratzen Liegezonen. Somit reagiert die Matratze in den einzelnen Zonen unterschiedlich auf den Körper.

- **Je mehr Liegezonen, desto hochwertiger die Matratze?**

Nein. Die Liegezonen müssen zum Körper desjenigen passen, der auf ihr liegt. Zu viele Liegezonen machen gar keinen Sinn. Die Qualität einer Matratze hängt von der Verarbeitung und den verwendeten Materialien ab, nicht aber von der Anzahl der Liegezonen.