



Viele Nackenschmerzen lassen sich vermeiden!

Kissen-Sprechstunden mit Betten- und Schlafexperte Jürgen Körner bei Bischoff Raumausstattung und Betten in Gerlingen:

Viele Nackenverspannungen lassen sich vermeiden, indem man beim Schlaf ein passendes Nackenstützkissen verwendet. Dauerhaft ergonomisch falsches Liegen führt nicht nur zu Schlafstörungen und Einbußen in der Schlafqualität, sondern auch zu gesundheitlichen Beschwerden.

Neben der Lendenwirbelsäule ist gerade die Halswirbelsäule ein neuralgisches Segment des Stütz- und Bewegungsapparates. Ungeeignete Kissen und damit verbundene Fehllagerungen im Schlaf haben oft erhebliche gesundheitliche Beeinträchtigungen wie beispielsweise Verspannungen, Kopfschmerzen, von der Halswirbelsäule herrührende Migräne- und Schwindelanfälle, eingeschlafene Finger und Arme oder Tinnitus zur Folge.



Nur die wenigsten Kopfkissen werden ihrer Aufgabe gerecht. Eigentlich müsste das Kopfkissen ganz anders heißen, denn seine wirkliche Aufgabe ist nicht die richtige Lagerung des Kopfes, sondern – viel wichtiger – die des Nackens und damit der empfindlichen Halswirbelsäule. Ein individuell eingestelltes Nackenstützkissen bietet eine gleichermaßen gute Unterstützung sowohl in Seiten- als auch in Rückenlage.

Sie haben mehrere Kissen im Bett oder Schrank und keines passt? Betten- und Schlafexperte Jürgen Körner begutachtet und überprüft Ihr Kissen und berät Sie persönlich. Erfahren Sie, mit welchem Nackenstützkissen Sie wieder optimal durch die Nacht kommen.

Die Fachberatung ist kostenfrei und unverbindlich. Bitte planen Sie eine halbe Stunde Zeit ein. Gerne können Sie auch einen Beratungstermin unter Tel. 07156/21336 vereinbaren.