

Un sommeil sain et suffisant contribue à réduire le stress. Se réveiller frais et dispos dépend souvent bien moins de la position de sommeil que du support adéquat, c'est-à-dire d'un bon matelas.

Sommeil profond

Déterminant en cas de stress



Les personnes stressées souffrent souvent de troubles et de manque de sommeil. Or, un repos suffisamment long et réparateur est particulièrement important pour elles. Il permet en effet à notre corps de se régénérer, mais aussi, durant les phases de sommeil profond et de rêve, à notre esprit de récupérer.

Comme on fait son lit...

Les personnes atteintes de problèmes de colonne vertébrale, alitées ou convales-

centes sont particulièrement sensibles aux supports de couchage inappropriés. Parce que le corps allongé s'y enfonce de manière variable, il tente de compenser les différences de pression par un travail musculaire et articulaire, source de contractures. Les personnes sensibles réagissent en outre par des douleurs qui affectent la qualité du sommeil, voire provoquent des réveils intempestifs. Pour un sommeil réparateur, déstressant, le support de couchage doit donc compenser les inégalités de pression.

Le matelas à air AIRLUX® est idéal pour cela, puisque l'air s'adapte parfaitement à toutes les morphologies, indépendamment de la taille et du poids. La pression sur le corps est uniformément répartie, ce qui favorise la détente de la colonne vertébrale fatiguée et évite les points de pression et les tensions musculaires. Le matelas AIRLUX® a des propriétés amortissantes et sa capacité de

soutien ne diminue jamais. L'utilisateur peut régler lui-même la pression de l'air et ainsi l'adapter rapidement et sans effort lorsque ses besoins personnels changent. Un bon sommeil est synonyme de qualité de vie et de stress réduit.

Sites de conseil et de vente

AIRLUX INTERNATIONAL SA

8951 Fahrweid, Brunaustrasse 185,
tél. 043 5000 200

3011 Berne, Gerechtigkeitsgasse 55,
tél. 043 5000 222

4052 Bâle, Dufourstrasse 9,
tél. 043 5000 221

1870 Monthey, avenue du Simplon 23,
tél. 021 533 28 28

Production

8951 Fahrweid, Brunaustrasse 185

Plus de sources d'approvisionnement et d'informations sur www.airlux.ch.