

Gesunder Schlaf mit einer Nackenrolle

20.08.2010, 14:25 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Scheidle-Design*

Presseagentur: *Texter CT*

Um einen ruhigen und gesunden Schlaf zu fördern, kann sich für manche die Anschaffung einer Nackenrolle lohnen. Hier gibt es Unterschiede, die sich ganz dem Schläfer anpassen können. Worauf beim Kauf geachtet werden sollte.

Tussenhausen, 20. August 2010 – Viele Menschen unterschätzen noch immer die wohltuende Wirkung von Schlaf. Gerade in der hetzenden Moderne ist Schlaf Mangelware geworden, da man von Termin zu Termin läuft und auch Nachts kaum Ruhe findet. Dabei ist Schlaf sehr wichtig für den Menschen und oft auch die beste Medizin, wenn sich kleine Krankheiten anbahnen. Doch vielen Menschen ergeht es in der Nacht ganz entgegengesetzt zum Ideal. Man wälzt sich hin und her, kann nicht richtig einschlafen und man scheint nicht die richtige Position im Kopfkissen zu finden. Eine Alternative bietet hier die Nackenrolle, die nicht für jeden geeignet sein und sich an sehr individuelle Ansprüche anpassen muss.

Auf www.nackenrolle.com erfährt man die Unterschiede und die Vorteile, die Nackenrollen haben können. Generell wählen Menschen für sich das falsche Kopfkissen, wachen bereits mit Rücken- und Nackenschmerzen auf. Doch anstatt dagegen anzugehen, gewöhnt man sich daran. Damit tut man dem Körper aber nichts gutes, ständige Schmerzen dieser Art können nicht nur zu chronischen Krankheiten werden, sondern auch Stress fördern und den Körper unter Anspannung halten. Ein Tag im Büro mit Nackenschmerzen verschlimmert noch die Symptome und sorgt für schlechte Stimmung. Der gesamte Tagesablauf wird immer wieder von solch störenden Nackenschmerzen beeinflusst, dabei wäre eine Lösung oft einfach herbeizuführen.

Nackenrollen haben den Vorteil, dass sie sich perfekt der Anatomie anpassen. Der Nacken kann direkt auf der Rolle ruhen und wird dadurch nicht belastet. Das hilft nicht nur beim Einschlafen, sondern kann lang anhaltene Schmerzen innerhalb weniger Tage der Vergangenheit angehören lassen. Unterschiede bestehen vor allem in der Füllung, sodass es auch hier weiche und harte Nackenrollen gibt. Das muss jeder für sich selbst entscheiden, die beste Form wäre demnach noch ein Unikat für jeden Schläfer. Allergiker sollten auf bestimmte Stoffe in der Nackenrolle achten, damit der Schlaf nicht von allergischen Reaktion belästigt wird.

Portrait

Mit visueller Raffinesse widmet sich die Seite Nackenrolle.com einem wichtigen Thema, um das viele Leute aus Bequemlichkeit einen Bogen machen. Dabei geht es genau darum: bequemes Schlafen. Mit hoher Fachkompetenz wurde die Seite von *Scheidle-Design* gestaltet und hebt die Vorteile einer Nackenrolle sinngerecht hervor. Besucher der Seite können dabei von über zehn Jahren praktischer Erfahrung profitieren, die hinter der Arbeit von *Scheidle-Design* stecken. Statt ellenlanger Suche im Internet nach Informationen erhält man hier auf den Punkt alle wichtigen Eckpunkte, die zu diesem Thema wichtig sind.

News-ID: 458625 • Views: 224 (Stand: 12.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/458625/Gesunder-Schlaf-mit-einer-Nackenrolle.html>