

Pflegeanleitung

Außenbezug und Kern: waschbar bis 60 °C.



Gebrauchstipps

Gehen Sie sorgsam mit den Naturmaterialien um. Lüften Sie Ihr Kissen möglichst nach Gebrauch, damit sämtliche Feuchtigkeit abtrocknen kann und Sie immer ein frisches Kissen benutzen können.

Falls Sie den Kissenkern waschen möchten, beachten Sie bitte: Waschen und trocknen Sie den Kern ausschließlich im Bezug! Vermeiden Sie direkte Sonnenstrahlen auf den Kern des Kissens.

WICHTIG

Vor erneuter Benutzung sorgen Sie bitte dafür, dass Bezug UND Kern komplett durchgetrocknet sind.

Care Instructions

Outer cover and core: machine washable up to 60 °C.



Handy tips

Please handle natural materials carefully. If possible, air your pillow after each use, so that all moisture can evaporate and the pillow always feels fresh.

If you want to wash the pillow core, please note: Wash and dry the core exclusively in the cover! Avoid direct sunlight on the core of the pillow.

IMPORTANT

Before reuse, please ensure that the cover AND the core are completely dry.

biber

Anatomisches Formkissen



Anleitung
Instructions

Ein Kopfkissen sollte ein individuelles Produkt sein, denn die Form und der Gebrauch wird von Ihrer Körperform bestimmt. Entscheidende Kriterien ergeben sich aus dem Zusammenspiel von z.B. Ihrer Schulterbreite, Ihrem Gewicht, der Matratze und Ihren Schlafgewohnheiten bzw. -positionen. Die muskelentspannende Wirkung resultiert dann aus der druckfreien Lagerung der Halswirbelsäule. Gerade der Übergang von der Halswirbelsäule zum Thoraxwirbelbereich sollte druckfrei sein, damit sich die Bandscheiben belastungsfrei in der Nacht regenerieren können.

Generell gilt: Ein gutes Kopfkissen sollte Ihre Wirbelsäule im Halsbereich nicht verbiegen, sondern durch eine gerade Liegestellung Ihres Kopfes die Bandscheiben im Halswirbelsäulenbereich möglichst druckfrei lagern. Dafür muss es gut ausgesucht werden, bzw. individuell eingestellt werden können.

- Ideale Anpassung des Kopf- und Halsbereiches
- Größe für Bezüge ca. 40 x 80 cm

Außenbezug

- 100 % Baumwolle (k.b.A.)
- hochgereinigt, vermeidet Schimmelpilzbefall
- daher besonders für Allergiker geeignet

Innenbezug

- 100 % Baumwolle (k.b.A.)
- Füllung: 100 % Naturlatex, Formkern
- Höhe: ca. max. 10 cm

Produktvorteile

- Orthopädisches Stützkissen
- Weiches anpassungsfähiges Kopfkissen
- 100 % Naturlatexkern mit integrierter Kopfmulde
- de
Zwei Stützhöhen durch einfache Drehung
- des Kisses möglich
- Komplet wuschbar
- Allergikergesund
Zusätzlicher, waschbarer Extrabezug aus hochgereinigter Baumwolle

Bedienungsanleitung

Generell gilt: Ein gutes Kopfkissen sollte Ihre Wirbelsäule im Halsbereich nicht verbiegen, sondern durch eine gerade Liegestellung Ihres Kopfes die Bandscheiben im Halswirbelsäulenbereich möglichst druckfrei lagern.

Die Seitenlage

In der Seitenlage drehen Sie das Kissen so, dass die höhere Welle genau in Ihrem Nacken zur Position kommt.

Die Rückenlage

Liegen Sie auf dem Rücken, können Sie die flache Welle zur Nackenstützung nutzen und so eine bessere Muskelentspannung erzielen.

Die Bauchlage

Menschen, die in Bauchlage schlafen, brauchen flache Kissen, hier ist die Seite mit der flacheren Welle erste Wahl.

Your body shape determines the form and use of a pillow, so what makes a 'right' pillow is as individual as the person using it. Crucial criteria when selecting a pillow are a combination of the width of your shoulders, your weight, your mattress type and your sleeping habits and positions. The muscle relaxing effect is a direct consequence of resting the spine free from pressure. All pressure should be avoided, particularly where your neck meets your shoulders and upper back, so that your spine stays aligned and your discs are free to regenerate themselves overnight.

As a general rule: a good pillow should not distort your neck but allow your head to rest straight and level, avoiding pressure to the discs in the neck area. To successfully achieve this the pillow has to be carefully and expertly selected or have the potential to be individually fine-tuned.

- Optimal adapting to the head and neck area
- Size for covers approx. 40 x 80 cm

Outer cover

- 100 % cotton (organic)
- high purity to prevent allergies caused by mould spores

Inner cover

- 100 % cotton (organic)
- Filling: 100 % natural latex, shaped core
- Height: approx. 10 cm

Product Benefits

- Orthopaedically designed neck support pillow
- Soft, responsive pillow
- Core made from 100 % natural latex with integrated head hollow
- Simply turn pillow to alternate between 2 support heights
- Completely washable
- Suitable for people who suffer from allergies
- Additional, machine-washable cover made from high-purity cotton

Directions for Use

As a general rule: a good pillow should not distort your neck but allow your head to rest straight and level, avoiding pressure to the discs in the neck area.

Sleeping on your side

Position the pillow in such a way that the higher curve rests directly under your neck area.

Sleeping on your back

Position the pillow in such a way that the flatter curve is placed under your neck. This way you achieve optimal support and relaxation of your neck and muscles.

Sleeping on your front

People who sleep on their front need flat pillows. Therefore the flat curve should be used to support the neck area.