

im • puls

schlafen wie auf wolken

wirkt wie medizin

Kurzinformation & Bedienungsanleitung



Warum ich auf die Idee gekommen bin, ein eigenes **SCHLAF- und THERAPIEBETT-SYSTEM** zu entwickeln?

Im Zuge meiner nun schon langjährigen bau- und wohnbiologischen Analyse- und Beratungsarbeit rund um den „gesunden Schlafplatz“ (Lebens-Raum Analysen) wurde ich immer häufiger nach meiner Meinung in Hinsicht auf spezielle Matratzen und Kopfkissen gefragt.

Da mich die physikalischen Wirkungen von Schlafsystemen auf den menschlichen Körper immer schon besonders interessierten und zusätzlich an mein Fachgebiet (= Reduzierung von Umwelt-Stressfaktoren an Schlaf- und Arbeitsplätzen) grenzt, beschäftigte ich mich noch intensiver mit diesem Thema.

So entstand aus dem Zusammenwirken von Kundenwünschen und medizinischen Anregungen aus den Bereichen Orthopädie, Ergonomie, physikalischer Medizin und Schlafforschung, sowie eigenen Erfahrungen und Ideen jenes Bild eines Liegesystems, das allen heute wissenschaftlich bekannten Gesichtspunkten gerecht wird.

Nicht zuletzt habe ich auch darauf geachtet, dass dieses Liegesystem sich angenehm anfühlt, sowie sehr praktisch und einfach gehandhabt werden kann.

Da es auf dem Markt nichts Vergleichbares gab, entwickelte ich diese Vorstellung bis zur Produktreife, um es unter dem Markennamen im•puls-3D Schlaf- und Therapiebett-Systeme selbst zu produzieren und zu vermarkten.

So kann jeder, der durch seinen Apotheker, Arzt, Therapeuten, Schlafberater, über das Internet oder durch einen zufriedenen Anwender davon erfahren hat, das im•puls-3D Schlafsystem (Gesundheitsmatratzen, Matratzenauflagen, orthopädische Kopfkissen) und das im•puls-3D Therapiebett-System (Massagetisch- und Therapiebettauflagen, Gesichts-, und Sitzauflagen) ausprobieren und erwerben.

Auf Grund seiner vielfältigen therapeutischen Wirkungen und der damit erforderlichen spezifischen Beratung und Anleitung ist das im•puls-3D Liegesystem nicht im Möbelfachhandel erhältlich. Alle Teile des Liegesystems können durch direkten Kauf in meinem Studio, sowie (nach umfassender Information) per Telefon oder E-Mail über mein Büro erworben werden.

Trotz der hohen Produkt- und Beratungsqualität kann das Preis-Leistungs-Verhältnis dadurch sehr günstig gehalten werden.



Alois Mader

***Bau- und Wohnbiologe, Rutengeher,
Experte für gesunde Schlaf- und Therapiesysteme***

Büro gesünder schlafen.at

EINLEITUNG

im•puls
schlafen wie auf wolken

wirkt wie medizin

Stellen Sie sich ein Schlafsystem vor ...

... das alle gesundheitsfördernden Vorzüge in sich vereint, die heute technisch möglich sind!

Vorzüge, die Sie von handelsüblichen Schlafsystemen (Matratzen, Kopfkissen, Lattenrosten, so genannten „Gesundheits-Matratzen“ etc.) oder aus der Werbung vielleicht schon kennen ...

... stellen Sie sich alle diese unterschiedlichen Vorzüge vor – und noch einige mehr – vereint in einem System!

Stellen Sie sich vor, was das für Ihr weiteres Leben bedeuten könnte?!

... mit mehr Freude ins Bett,
mehr Kraft für den nächsten Tag ...

- Durch die wesentlich verbesserte Liegequalität und durch das außergewöhnliche Liegegefühl wird es Ihnen nun erstmals möglich, ein Höchstmaß an nächtlicher Regeneration, dadurch mehr Kraft für den nächsten Tag und auch mehr Behaglichkeit im Bett zu erreichen.

... einen größeren Therapieerfolg ...

- Wenn Sie als Therapeut/in arbeiten und Therapien anwenden, bei denen Ihre Patienten / Klienten liegen, dann dürfen Sie sich – bei der Verwendung der speziellen Massagetisch- oder Therapiebett-Auflage – über einen größeren Therapieerfolg freuen!

*„War im vorigen Jahrhundert die Einführung des viskoelastischen Schaumstoffes schon eine Revolution in der Matratzen- und Kopfkissenproduktion, so ist jetzt mit dem **im•puls-3D System** noch einmal ein – von vielen nicht mehr für möglich gehaltener – Quantensprung im Bereich „gesundes Liegen und Schlafen“ gelungen!“*

Dr. med. Charlotte Philipp
(ganzheitliche Therapien bei Halswirbelproblemen)
KFS-Medizin/Wien

„Überlegen, wie etwas sein könnte,
entwickeln, was nicht ist!“

Alois Mader



... mehr darüber auf:

- www.gesunderschlafen.at
- fachliche Hintergrundinformationen
- technische Details
- Kundenerfahrungen

MATRATZEN

Welche Vorzüge bietet Ihnen die **NAWAPUR ENERGIE-MATRATZE** im Einzelnen und wie werden diese erreicht?

... die Vorzüge:

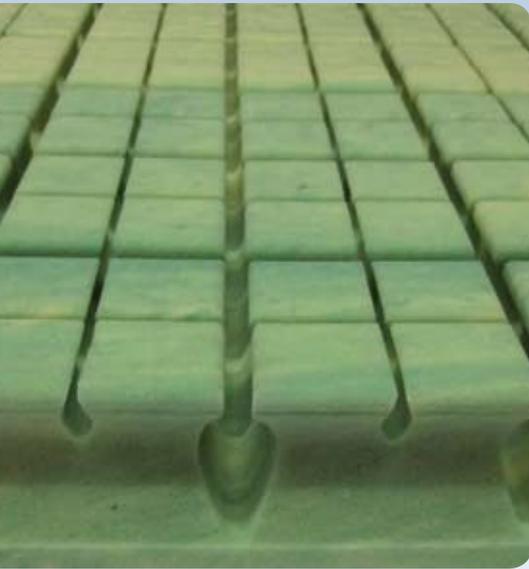
- jederzeit und lebenslang zentimetergenau körpergerecht anpassbar
- punktelastisch, ideale Druckverteilung und ausgezeichnete Stützkraft
 - Anregung von Durchblutung, Lymphfluss und Stoffwechsel
 - leichte Kreislaufunterstützung
 - gute Durchlüftung
 - hautfreundlich und hygienisch
- jederzeit in Härte und Wirkung veränderbare Matratzenoberfläche
- leicht zu transportieren und einfach mitzunehmen (Urlaub, Kur, ...)
- therapeutisch anwendbar • höchste Materialqualität
 - staubmilbenfeindlich und umweltfreundlich
- funktions- und wertbeständig • einfache Handhabung
 - einfacher Lattenrost genügt

... möglich ist das durch:

- die in Würfel geschnittene Oberfläche mit tropfenförmigen Zwischenräumen
- die Verwendung modernster hautfreundlicher Stoffe in einer ganz besonderen Qualität
 - dem 10 plus 8 cm hohen, zweiteiligen Aufbau der Schlaf-Matratze
- die Verwendung von NAWAPUR Energie-Schaumstoff mit dem höchstmöglichen Raumgewicht und dem weltweit höchsten Anteil an Pflanzenöl
 - die optimale Stauchhärte
- die Reduzierung auf jene wesentlichen Bestandteile, die für bestmögliches Liegen von Bedeutung sind
- die umfangreiche persönliche Beratung vor dem Kauf und während der gesamten Verwendungszeit (telefonische Beratung und Hilfestellung am Servicetelefon)

... damit erreichen Sie:

- optimale ergonomisch richtige Lagerung der Wirbelsäule
- tieferen und ruhigeren Schlaf • deutlich weniger Lagewechsel
 - trockenes und warmes Bettklima
 - bessere Erholung • weniger Schmerzen
- keine Druckstellen • einen leichten Massageeffekt
 - weniger Schnarchen • Gefühl von Geborgenheit
 - einfache Handhabung und Transportierbarkeit
- Verbesserung bei Lymph- und Kreislaufproblemen
- positive Wirkungen bei Durchblutungsstörungen, Oranienhaut, kalten Füßen, Entzündungen
 - Unterstützung bei körperlichen und seelischen Heilungsprozessen
- leichte Herz-/Kreislaufunterstützung • bio-psychodynamischen Impuls
 - angenehme und schmerzfreie Urlaube und Kuraufenthalte
- wohliges Liegegefühl • eigenverantwortliche Gesundheitsvorsorge



KOPFKISSEN

Welche Vorzüge und Möglichkeiten bietet Ihnen das ergonomische **KOPFKISSEN** im Einzelnen und wie werden diese erreicht?

... die Vorzüge:

- für Seitenlage und Rückenlage individuell anpassbar
- punktelastisch, ideale Druckverteilung und ausgezeichnete Stützkraft
- optimale Stützung des Kopfes auch in Rückenlage
- gute Durchlüftung, staubmilbenfeindlich
- hautfreundlich und hygienisch (waschbar bis 60° C)
- leicht mitzunehmen (Urlaub, Kur, ...)
- therapeutisch anwendbar
- höchste Materialqualität

... möglich ist das durch:

- den getrennt mehrschichtigen Aufbau
- die in Würfel geschnittene Oberfläche
- die Verwendung modernster hautfreundlicher Stoffe in besonderer Qualität
- die Verwendung einer Kombination aus Schaumstoffen mit dem höchstmöglichen Raumgewicht
- die Reduzierung auf jene wesentlichen Bestandteile, die für bestmögliches Liegen von Bedeutung sind
- die umfangreiche persönliche Beratung vor dem Kauf und während der gesamten Verwendungszeit (telefonische Beratung und Hilfestellung am Servicetelefon)

... damit erreichen Sie:

- optimale Lagerung von Kopf und Halswirbelsäule
- tieferen und ruhigeren Schlaf, weniger Schnarchen
- Anregung von Durchblutung, Lymphfluss und Stoffwechsel
- weniger Schmerzen, keine Druckstellen, leichten Massageeffekt
- angenehme und schmerzfreie Urlaube und Kuraufenthalte
- ein wohliges, weiches Liegegefühl (erstes ergonomisch optimiertes Kopfkissen, das sich auch zum Kuscheln eignet)



Welche Vorzüge und Möglichkeiten bietet Ihnen das im•puls-3D SITZKISSEN im Einzelnen und wie werden diese erreicht?

... die Vorzüge:

- jederzeit mit Keilen – für eine aufrechte Sitzhaltung – individuell anpassbar
 - punktelastisch
 - ideale Druckverteilung
- ausgezeichnete Stützkraft
- Durchblutungs- und Lymphflussanregung
 - gut durchlüftend
 - hygienisch
- leicht zu transportieren (Auto, Arbeitsplatz, Urlaub, Kur, ...)
 - höchste Materialqualität
 - staubmilbenfeindlich



... möglich ist das durch:

- die in Würfel geschnittene Oberfläche mit tropfenförmigen Zwischenräumen
 - die getrennt einsetzbaren Keile
- die Verwendung von Kaltschaumstoffen mit höchstmöglichem Raumgewicht und optimaler Stauchhärte
- die Verwendung modernster Stoffe in einer ganz besonderen Qualität
 - die Reduzierung auf jene wesentlichen Bestandteile, die für bestmögliches Sitzen von Bedeutung sind
- die umfangreiche persönliche Beratung vor dem Kauf und über die gesamte Verwendungszeit (telefonische Beratung und Hilfestellung am Servicetelefon)

... damit erreichen Sie:

- Druckentlastung
 - eine aufrechte, dynamische Sitzhaltung
- weniger Schmerzen in den Bereichen Oberschenkel, Gesäß und Steißbein
 - leichten Massageeffekt
- anregende Wirkungen für Durchblutung und Lymphfluss
 - positive Wirkung bei Durchblutungsstörungen, Bein- und Wadenkrämpfen
 - Vorbeugung von Druckstellen für Menschen, die beruflich oder bedingt durch Krankheit viel sitzen
 - Entlastung der Beine bei längeren Autofahrten
- ein angenehmes Sitzgefühl



MASSAGE- & THERAPIEBETT

Welche Vorzüge und Möglichkeiten bietet Ihnen die **MASSAGE- und THERAPIEBETT-AUFLAGE** und wie werden diese erreicht?

Es gelten – neben den unten angeführten – alle Punkte wie unter Schlaf-Matratze, Kopf- und Sitzkissen beschrieben!

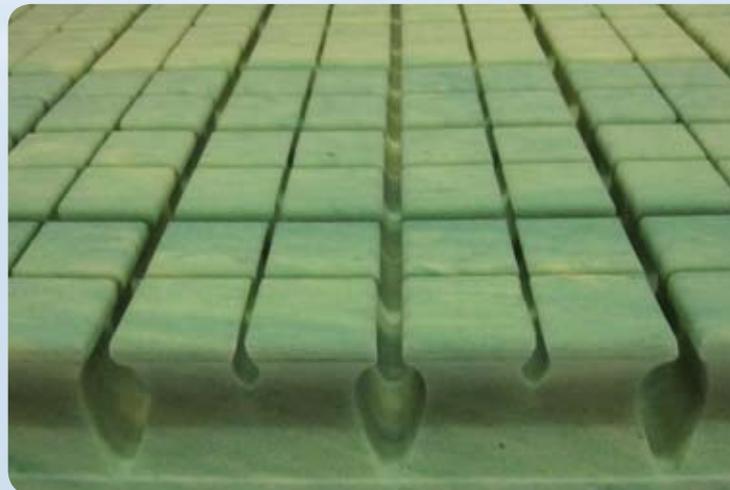
Zwei der Effekte möchte ich auf Grund ihrer besonderen therapeutischen Bedeutung und den in dem Bereich einzigartigen Wirkungen hervorheben:

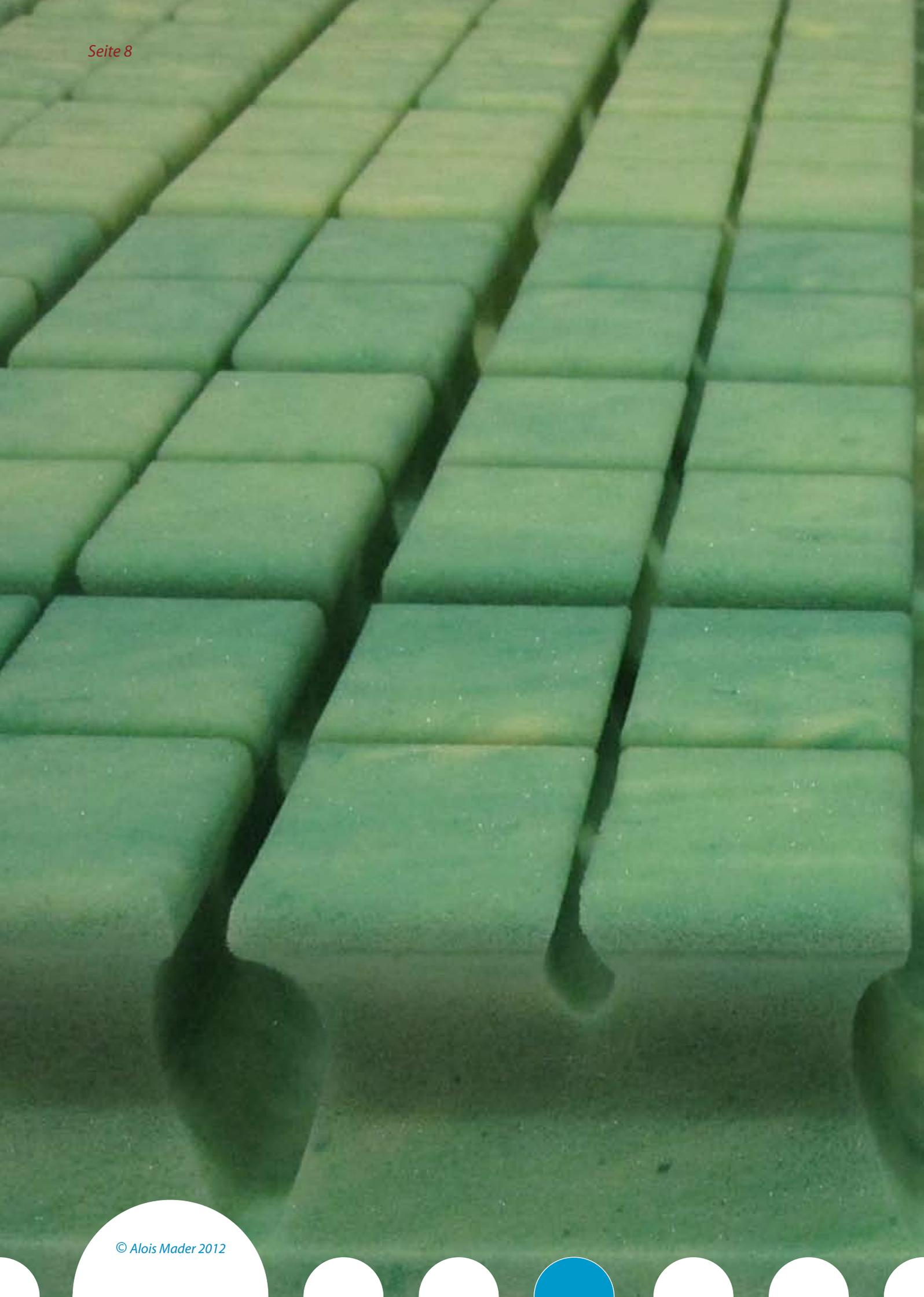
- Die **im•puls-3D Therapiebett-Auflage** führt dazu, dass der Patient während der Behandlung wesentlich entspannter liegen kann. Dadurch wird der **Effekt der Behandlung verstärkt** und die Arbeit des Therapeuten erleichtert.
- Die therapeutisch bedeutendsten Reaktionen entstehen (wie beim Schlafsystem) durch die **gefäßdynamischen Reflexe** (Anregung von Durchblutung, Lymphfluss und Stoffwechsel) und dem **biopsychodynamischen Impuls** während der Anwendung.

Die gefäßdynamischen Reflexe des **im•puls-3D Systems** können (in Verbindung mit der entspannungsfördernden Wirkung) auch als bestmögliche Vorbereitung für eine Behandlung und/oder für einen außergewöhnlich effektiven Behandlungsausklang genutzt werden.

Besonders eignet sich die im•puls-3D Therapiebett-Auflage für:

Physiotherapie, Osteopathie, Cranio Sakraltherapie,
Shiatsu, Massagen (Heilmassage, Lymphdrainage, Reflexzonen...),
Bioresonanztherapie, Akupunktur, Raindrop;
Körperenergiearbeit (Holistic Pulsing, Kinesiologie, Klangschalenmassagen,
Reiki, Bowtech, Pranic Healing, Jin Shin Jyutsu, Polarity, ...),
Magnetfeldtherapie,
aber auch bei vielen anderen im Liegen durchgeführten Wellness- und
Schönheitspflege-Anwendung







95% Baumwolle, 5% Elasthan/Spandex



Erklärungen zur optimalen Verwendung des im•puls-3D Schlaf-, Medical-Wellness- und Therapiesystems

Sie haben sich für ein innovatives, hochwertiges Produkt entschieden, welches bei korrekter Verwendung auf lange Zeit Ihr Wohlbefinden wesentlich steigern kann.

Einige Tipps, damit das im•puls-3D Schlaf-, Medical-Wellness- und Therapiesystem die volle Wirkung entfaltet und Sie viele Jahre Freude damit haben:

- Bitte seien Sie vorsichtig bei der Handhabung und beim Transport! Es besteht die Gefahr, dass man Würfelteile abreißt, wenn man daran zieht. Nehmen Sie bitte das System daher nur großflächig und behutsam in die Hand!
- Aus diesem Grund ersuchen wir auch beim Wechseln der Bezüge um Vorsicht, damit die Segmente nicht beschädigt werden. Sollte doch einmal eine Beschädigung erfolgen, dann können Sie diese mit einem Schaumstoffkleber wieder reparieren.
- So wie jedes neue Produkt hat auch das im•puls System anfangs einen produktionsbedingten Eigengeruch. Deshalb empfehlen wir, es vor der ersten Benützung dahingehend zu überprüfen – und wenn notwendig, in einem gut durchlüfteten Raum (aber nicht in direkter Sonne) so lange wie notwendig ohne Bezüge auszulüften. Weiters empfehlen wir, die Überzüge vor dem ersten Gebrauch (und auch danach) bei einer Temperatur von höchstens 60° zu waschen.
- Bei der im•puls-3D Energie-Matratze ist nur ein einfacher, flacher Roll-Lattenrost oder ein einfacher Federholz-Lattenrost erforderlich. Teure, aufwändig konstruierte Lattenroste sind überflüssig, unter besonderen Umständen sogar kontraproduktiv.
- Der im•puls-3D Liegesystemkern kann bei Bedarf vorsichtig abgesaugt und/oder abgebraust bzw. mit einem Dampfreiniger gesäubert werden. Bewährt hat sich auch, den Würfelteil mit den Würfeln nach unten aufzulegen und wie einen Teppich zu klopfen.
- Durch die entkoppelte Oberfläche (Würfel) ist eine gute Durchlüftung des Liegesystems gegeben, aus diesem Grund sollte sie mindestens 1/3 über den Bettrahmen hinausragen. Somit wird auch ein trockenes, schimmelpilz- und milbenfeindliches Mikroklima gewährleistet. Die Kombination aus gut durchlüftetem Kern und atmungsaktiven Bezügen sowie die Möglichkeit sowohl Kern als auch Bezüge separat zu reinigen, verhindert das Überhandnehmen von Hausstaubmilben.

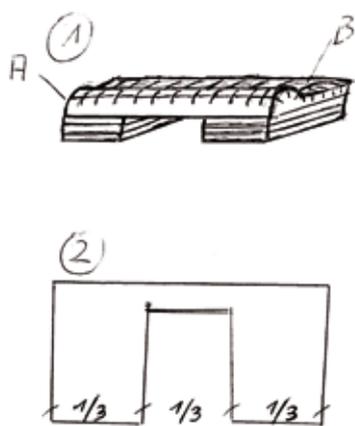
- So wie bei allen Schaumstoffen verändert sich je nach Licht- oder Sonneneinwirkung (UV-Strahlung) mehr oder weniger die Farbe des Liegesystemkerns, was aber nicht die Qualität des Systems vermindert. Setzen Sie aber den Kern trotzdem nicht über längere Zeit ungeschützt der direkten Sonnenbestrahlung aus!
- Bei größeren orthopädischen Problemen können Sie selber oder Ihr Therapeut das im•puls-3D System noch zusätzlich zentimetergenau an Ihre Bedürfnisse anpassen. Geben Sie dazu an jenen Stellen, wo auf Grund Ihrer Körperstruktur (Hohlkreuz, Rundrücken, etc.) Bedarf besteht, zwischen den beiden getrennt ausgeführten Liegeteilen dementsprechende Schaumstoffschichten hinein, so können Sie Erhöhungen und Vertiefungen erreichen.
- Durch die zweischichtig getrennte Ausführung lässt sich das Schlafsystem auch sehr leicht zu anderen Plätzen (Urlaub, Klinik, Kur, ...) mitnehmen. Wenn Sie den Liegesystemkern-Oberteil zusammenrollen (in Richtung Einschnitte biegen), in einen Plastiksack stecken und mit einem Staubsauger die Luft herausaugen und mit einem Band umwickeln (oder noch besser einen Vakuumsack verwenden), dann wird das Paket noch wesentlich kleiner.
- Liegen Sie so oft wie möglich und so lange wie möglich auf dem Rücken! In dieser Position kann das Schlafsystem am schnellsten und besten wirken. Wenn es auch anfangs für Sie noch ungewohnt ist, mit der Zeit gewöhnen Sie sich an die optimierte Liegeposition und nehmen diese immer öfter auch unbewusst ein. Einen wirklich optimalen Tiefschlaf erreicht man generell nur am Rücken liegend!
- Verwenden Sie idealerweise nur die von uns empfohlenen bi-elastischen Bezüge – und wenn Sie nicht nackt schlafen, dann auch ebensolches Schlafgewand (nähere Informationen zu den mit höchstens 60° waschbaren bi-elastischen Stoffen in unserem Büro)!
- Achten Sie darauf, dass keine Zugkräfte auf die Matratze wirken! Schaumstoffe können heute bereits viele Belastungen aushalten, aber nicht wenn sie punktuell mit Kraft auseinandergedehnt werden. Wegen der notwendigen besonderen Beschaffenheit unseres Systems für die außerordentliche Wirkung, kämen diese Kräfte relativ ungedämpft an die Schaumstoffzellen heran. Überprüfen Sie dahingehend Ihre Gewohnheiten!
- Bei einem Kopfkissen muss man viele unterschiedliche Aspekte berücksichtigen, weil es einen der sensibelsten Bereiche des Menschen, die Halswirbelsäule, berührt. So bedarf es oft einiger Experimente, bis man für sich die passende, ergonomisch korrekte Form gefunden hat. Das im•puls Kopfkissen ist individuell anpassbar und zwar separat für Seiten- und Rückenlage getrennt! Wir unterstützen Sie gerne mit unserem Fachwissen.
- Durch die besonderen therapeutischen Wirkungen von im•puls Systemen und dem damit eventuell verbundenen verbesserten Stoffwechsel kann es möglicherweise am Anfang zu körperlichen Reaktionen kommen. Bereits vorhandene starke Verspannungen oder abgekapselte, nicht gelöste alte Verletzungen können zusätzlich „aufgeweckt“ werden. Prinzipiell ist das ein gutes Zeichen (Erstverschlimmerung, wie man sie auch bei anderen wirksamen Therapien kennt, beispielsweise in der Homöopathie). In diesem Fall ersuchen wir Sie aber trotzdem, sofort mit uns Kontakt aufzunehmen, um mit Ihnen die weitere Vorgangsweise zu besprechen und unnötige Probleme zu vermeiden.

im•puls Kopfkissen

Wie verwenden Sie das Kissen richtig?

Das Kissen gliedert sich in einen höheren Nackenteil (A) und einen flachen Kopfteil (B). Es ist so gebaut, dass es nicht nur punktelastisch reagiert und einen positiven Effekt auf Durchblutung und Lymphfluss hat, sondern auch eine sanfte Streckung der Halswirbelsäule bewirkt. Weiters verhindert es das „Ganz-zur-Seite-fallen“ des Kopfes in der Rückenlage.

Dazu müssen Sie das Kissen auf Ihre Körperstruktur anpassen! Wenn Sie am Rücken liegen, liegt der Kopf im mittleren Drittel des Kissens, und wenn Sie sich zur Seite drehen, liegen Sie auf einem der beiden äußeren Dritteln, was im Schlaf ohnedies automatisch geschieht.



Anleitung zur Anpassung:

Geben Sie, nachdem Sie die richtige Höhe fürs Rückenliegen ermittelt haben, wie in der Zeichnung 1 beschrieben, so viele Lagen Schaumstoff in den Bereich der beiden äußeren Drittel des Kissens bis die Halswirbelsäule beim seitlichen Liegen optimal ruht. Das ist – wenn keine massiven orthopädischen Probleme vorliegen – dann gegeben, wenn Brustwirbelsäule, Halswirbelsäule und Kopf eine gerade, waagrechte Linie bilden. Wie viele Schaumstoffschichten dazu notwendig sind, ist abhängig von Ihrem Körperbau und von der Einsinktiefe der Schulter in Ihre Matratze.

Wenn Sie das Gefühl haben der Nackenteil (A) ist zu niedrig, dann schneiden Sie sich eine oder mehrere der großen Schaumstoffplatten (66 x 30 cm) so zu, dass der Nackenbereich ebenfalls erhöht wird (Bild 2).

Sofern das ganze Kissen höher sein soll, dann legen Sie noch eine oder mehrere große Schaumstoffplatten im Ganzen ein.

Tipp:

Wenn Sie das Kissen verändern, versuchen Sie bitte immer einige Tage (Nächte) die neue Situation. Es könnte sein, dass Sie sich auch an eine Verbesserung erst gewöhnen müssen, oder dass sogar ein Erstverschlimmerungseffekt auftritt.

Für weitere Fragen stehen wir natürlich gerne zu Ihrer Verfügung: 0664 63 89 288

Guten Schlaf und optimale Entspannung auf allen Ebenen wünscht Ihnen

Alois Mader

im • puls

schlafen wie auf wolken

wirkt wie medizin

www.schlaf-impuls.at

- Schmerzreduzierung
 - Durchblutungs- / Lymphflussanregung
 - Therapieunterstützung ...
- ... ohne Medikamente

Alois Mader
Impulse fürs Leben

2345 Brunn am Gebirge
Franz Kerbgasse 6
optimal-liegen@aloismader.at
0664 63 89 288

