

Сладкий сон

Нефритовая ортопедическая подушка от компании «Витал Райз»

Сон занимает треть всего времени, отпущенного нам Богом. Получается, что человек спит 20–30 лет жизни. И именно в это время наш организм отдыхает, а иммунная и нервная системы восстанавливаются. Во сне также происходят сортировка и закрепление полученной за день информации и приспособление организма к световому дню. Если принадлежности для ночного отдыха выбраны правильно, качество сна значительно повысится. Именно поэтому ортопедическая подушка «Сладкий сон» от компании «Витал Райз» – это не только комфорт, но и здоровье!

Недосыпание опасно!

Специалисты утверждают, что недосыпание очень плохо сказывается на здоровье человека. В среднем взрослому человеку требуется для сна 8 часов, хотя возможны и исключения, но не более чем в пределах одного-двух часов.

Если человек недосыпает, ухудшаются его когнитивные функции: память, внимание, мышление. Также возможно нарушение координации, речи, ориентации, контроля. Регулярное недосыпание приводит к усталому внешнему виду и плохому настроению. Кроме того, иммунитет становится более уязвимым, и повышается риск развития заболеваний сердца и сосудов.

И что поражает больше всего, недостаток сна стимулирует выработку грелина – гормона голода. То есть в результате проблем со сном человек начинает переедать и набирает лишний вес!

Моделируйте здоровый сон

Очень важно не только количество часов, которое Вы отводите на сон, но и его качество. На этот показатель влияет множество факторов.

За несколько часов до сна необходимо отказаться от пищи. Можно позволить себе только небольшой перекус, например, стакан теплого молока с медом. Переедание же приведет к кошмарным сновидениям.

Необходимо соблюдать режим сна и бодрствования. Если лечь спать и встать в одно и то же время, в организме синхронизируются биоритмы, которые помогут Вам моментально засыпать и просыпаться без будильника.

Поможет расслабиться перед сном теплый душ, ароматерапия и чтение книги.

А теперь о спальне. Лучше, чтобы там не было никаких мониторов. Даже телефон положите подальше от себя. Комната должна быть проветрена, по возможности спите с открытой форточкой. Матрас должен быть достаточно упругим, а постельное белье – натуральным и свежим.

«Чудо-подушка»

Все эти рекомендации будут бесполезны, если у Вас неудобная подушка, которая не позволяет Вам как следует отдохнуть.

Ортопедическая подушка с наночастицами нефрита «Сладкий сон» от компании «Витал Райз» отвечает всем необходимым требованиям.

Позвоночник человека имеет изогнутую форму, в том числе и в районе шейного отдела (лордоз). В вертикальном положении его поддерживают мышцы. Но когда мы спим, мышечный аппарат расслабляется, и шейному изгибу необходима дополнительная опора. Поэтому главная задача ортопедической подушки – сохранить правильное положение головы и шеи относительно позвоночника. Подушка «Сладкий сон» имеет неповторимую форму: с одной стороны у нее есть выемка под плечо, с другой – выступающая часть для комфортного сна на спине. Таким образом, какое бы положение Вы ни приняли во время сна, Вам будет очень удобно!

В изготовлении этой подушки используется инновационный пеноматериал с «эффектом памяти», эластичный и упругий, который подстраивается под изгибы Вашего тела и помогает снимать мышечное напряжение. Это очень важно для здоровья, а также для полноценного отдыха! Кроме того, при использовании такой подушки снижается вероятность храпа.

Противоаллергенная наволочка делает ортопедическую подушку от компании «Витал Райз» подходящей всем, даже аллергикам. Это абсолютно безопасный и приятный к телу материал, обладающий охлаждающими и терморегулирующими свойствами.

Царский сон

По-настоящему уникальной ортопедическую подушку «Сладкий сон» делает наличие в пеноматериале наночастиц нефрита – полудрагоценного минерала, обладающего целебными свойствами.

Особенно высоко ценится нефрит на Востоке. В Китае его считают камнем мудрости, вечности неба и земли. Нефриту приписывают пять основных магических свойств, которыми он способен одарить своего владельца: мягкосердечность, умеренность и справедливость, глубокое познание наук, мужество, чистота помыслов. Считается, что нефрит способен помочь человеку понять его истинное предназначение, стабилизировать психику, легко воспринимать окружающий мир и быстро осуществлять задуманное. В Европе нефрит тоже любят за его красоту и целебные свойства. Сегодня это, пожалуй, самый популярный минерал, применяемый в лечебных целях.

Прощайте, сапрофиты!

Сапрофиты – пылевые клещи, незаметные невооруженному глазу насекомые, причиняющие немалый вред людям. Эти маленькие существа боятся света и буквально «прячутся» в пыли. Местом своего обитания сапрофиты выбирают постельные принадлежности человека. Во-первых, они предпочитают влажно-теплые места, во-вторых, они питаются органическими частицами – самым «лакомым» для них является эпидермис человека.

Мелкие фрагменты клещей и продукты их жизнедеятельности способны вызывать аллергию. Поднявшись в воздух, эти аллергены подолгу не оседают и попадают в дыхательные пути человека. Аллергия на клещей – настоящее всемирное бедствие! Она часто не диагностируется, и люди просто не могут понять причину своего плохого самочувствия.

Нефритовая ортопедическая подушка «Сладкий сон» – отличное решение этой проблемы. Материал, из которого она изготовлена, не подходит для жизни сапрофитов, поэтому Ваш сон будет надежно защищен от этих маленьких вредителей.

Мудрец сказал: «Сон, прекраснейшее из наслаждений жизни, в отличие от других, не утомляет и не приедается». Компания «Витал Райз» дарит Вам уникальную возможность сделать свой отдых здоровым и качественным с нефритовой подушкой «Сладкий сон». Не упустите этот шанс!

Нина БАБЮК

На правах рекламы

вставка

СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЛЯ ЧИТАТЕЛЕЙ ГАЗЕТЫ «РАДОСТЬ ЖИЗНИ»

Компания «Витал Райз» дарит Вам скидку 20% на покупку нефритовой ортопедической подушки «Сладкий сон»*

Для приобретения товара по акции обратитесь в ближайший к Вам демонстрационный центр «Витал Райз». Адреса и телефоны всех центров Вы можете узнать на сайте: www.vital-gays.ru или по телефону горячей линии: 8 800 500-88-18 (звонок бесплатный).

*Предложение не является публичной офертой. Подробности уточняйте в демонстрационных центрах «Витал Райз» или по телефону горячей линии.

На правах рекламы