

Visualisiert die richtige Schlaflösung

Das Schlafcenter Thun setzt auf ein neues Messinstrument. Der Wirbelscanner macht die Wirbelsäule sichtbar.

Rund einen Drittel seines Lebens verbringt ein Mensch im Durchschnitt liegend oder schlafend in seinem Bett. Wer jedoch falsch liegt, ist morgens meistens nicht ausgeruht, sondern spürt Verspannungen oder Schmerzen. «Die richtige Schlaflösung erlaubt der Schulter und dem Becken einzusinken und stützt die Lendenwirbelsäule optimal ab, sodass die Wirbelsäule eine gerade natürliche Linie bildet und sich die Muskeln in der Nacht entspannen können», sagt Martin Bachmann, langjähriger Liege- und Schlafberater, Inhaber des Schlafcen-

Der Wirbelsäulenscanner ist eine wichtige, neutrale Entscheidungshilfe für die Kunden.

ters Thun und zertifiziertes Mitglied der IG-RLS (Interessengemeinschaft Richtig Liegen und Schlafen). Nur wenn die Wirbelsäule im Liegen in der Seitenlage wie im Stehen den gleichen Verlauf hat, kann man von einer optimalen Lagerung ausgehen. «Ein Schlafsystem, das sich dem Körper anpasst und ihn in einer angenehmen Haltung lagert, hilft Verspannungen zu reduzieren oder sogar auszuschliessen», so der Liegeberater.

Individuelle Bettenlösung

Martin Bachmann hilft Leuten mit Rücken-, Nacken- und Verspannungsschmerzen, die optimale Schlaflösung zu finden. In einer ausführlichen Liege- und Schlafberatung geht er auf die individuellen Bedürfnisse und die besonderen gesundheitlichen und anatomischen Besonderheiten seiner Kunden ein



und führt sie an die Wahl des richtigen Bettsystems heran, bei dem Lattenrost und Matratze aufeinander und den jeweiligen Körper abgestimmt sind. Seit kurzem setzt er bei seinen rund zweistündigen Beratungen (nur auf Termin möglich) sowie bei seinen Kundennachbetreuungen zu Hause zusätzlich ein neues Messgerät ein, den Wirbelscanner. «Dieses Instrument, das ursprünglich für die Medizin entwickelt wurde, visualisiert den Verlauf der Wirbelsäule und zeigt, ob sie im Liegen und Stehen gleich verläuft. Es ist somit eine wichtige Entscheidungshilfe für die Kunden», sagt Martin Bachmann. Der Scanner wird zuerst im Stehen der Wirbelsäule entlang geführt, die Kundin oder der Kunde muss sich dafür nicht ausziehen. Dabei wird die Form und Geometrie der Wirbelsäule vermessen und deren Verlauf auf einem Monitor dargestellt. «Das Bild zeigt aber nicht, im Gegensatz zu einem Röntgenbild, ob die Wirbelsäule oder einzelne Wirbel geschädigt sind, sondern nur, wie die Wirbelsäule verläuft.»

Scanner zeigt optimale Lage

Dieses erste Bild zeigt dem Schlafberater bereits Veränderungen oder «Schwachstellen» der Wirbelsäule auf, anhand derer er bestimmte Bettssysteme ausschliessen kann. Anschliessend lässt Martin Bachmann die Kunden auf einem Bettssystem Probe liegen und scannt dann die Wirbelsäule erneut – diesmal im Liegen. «Die gescannten Bilder zeigen, wie die Wirbelsäule bei einem bestimmten Bettssystem aufliegt. Verläuft sie beim Liegen anders als beim Stehen, wird das Bettssystem angepasst, bis es perfekt ist. Verläuft sie gerade, wird sie optimal gestützt.» Durch diese Darstellung der eigenen Wirbelsäule wird den Kunden veranschaulicht, dass der Schlafberater das richtige Schlafsystem für sie ausgesucht hat. Martin Bachmann: «Der Wirbelscanner unterstreicht das, was ich aufgrund meiner Erfahrung sehe und was der Kunde spürt – nämlich die optimale Schlaflösung.»



Die Auskunftsperson

Martin Bachmann
Zertifizierter Liege- und Schlafberater
Mitglied IG RLS, Geschäftsführer
Schlafcenter Thun

Kontakt:

Schlafcenter Thun
Bernstrasse 136, 3613 Steffisburg
Tel. 033 222 27 27
info@schlafcenter.ch
www.schlafcenter.ch, www.guter-schlaf.ch

Extra:
Link zur Website des
Schlafcenters Thun

