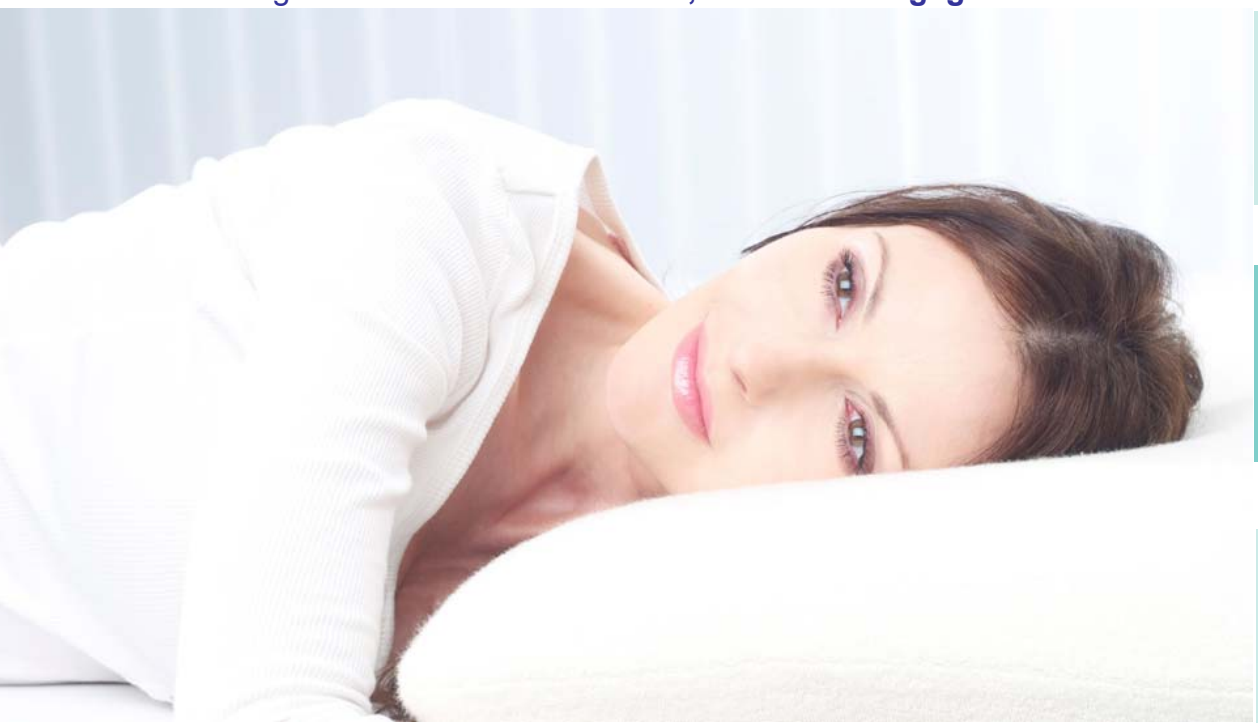
ERHOLT AUFWACHEN

Das Original "Relaxkissen"

nach Dr. Alamouti & Bisanz

- erledigt 3 auf einen Streich: **Falten, schlechte Liegegewohnheiten und Allergien**



Qualität

Handarbeit

Komfort

Bisanz Medizinische Polster GmbH
Max-Planck-Straße 24-26, 55435 Gau-Algesheim
Telefon: 06725-9300-0, Fax: 06725-9300-10, info@bisanz.de, www.bisanz.de

So schlafen Sie richtig!

- Bitte nutzen Sie das Kissen nur mit einem **elastischen Überzug**, damit der Kopf in das Material einsinken kann.
- Das Kissen ist so konzipiert, dass es Ihren Kopf und Hals stabilisieren soll. **Optimal liegen Sie in der Seitenlage** mit Unterkiefer und Schläfe auf und das Mittelgesicht schwebt in der Mitte des Kissens
- Beste Schlafposition ist Rücken- oder Seitenlage **mit angezogenen Beinen**.
- Das Kissen wird in den ersten Wochen für Sie eine große Umstellung sein aber es **lohnt sich daran zu gewöhnen**.
- Achten Sie auf **regelmäßige Schlafzeiten**. Gehen Sie immer zur selben Zeit ins Bett und stehen Sie zur selben Zeit morgens auf.
- **Verzichten** Sie auf regelmäßigen Mittagsschlaf oder ,,**Tagesnickerchen" im Sessel**.
- Ihr Schlafraum sollte optimale Schlafbedingungen aufweisen. Ruhig gelegen, abdunkelbar, frisch gelüftet und **14-18 Grad Celsius Raumtemperatur**.
- Sorgen Sie für **bequeme Schlafkleidung**. Sie sollte der Raumtemperatur entsprechend angepasst sein und nicht zu eng anliegend sein, um die Bewegungsfreiheit nicht einzuengen.
- Falls Sie nicht einschlafen können, stehen Sie wieder auf und gehen Sie erst wieder **bei Müdigkeit ins Bett**.
- **Meiden** Sie in den letzten 2 Stunden vor dem Schlafengehen **anregende Getränke** (z.B. Cola, Alkohol, Kaffee, schwarzen und grünen Tee etc.).
- Abendliche **Alkoholeinnahme** sorgt zwar manchmal für ein schnelleres Einschlafen, aber die **Qualität des Schlafes** ist dann erheblich **reduziert**.
- Gehen Sie **nicht mit vollem Magen**, aber auch nicht mit leerem ins Bett. Die letzte größere Mahlzeit sollte wenigstens 3 Stunden zurückliegen.
- Warme Fußbäder oder das Trinken von warmer Milch fördert die **Einschlafneigung**.
- Eventuell können Sie **vor dem Schlafen baden**, saunieren oder ein Dampfbad nehmen.
- Benutzen Sie **keine Schlaf- oder Beruhigungsmittel** über einen längeren Zeitraum.
- Seelische Belastungen und **Probleme sollten nicht mit ins Bett** genommen werden. Versuchen Sie, diese vorher durch Entspannungsübungen abzubauen.
- Seien Sie tagsüber **sportlich aktiv**, oder machen Sie wenigstens einen Abendspaziergang.
- Wenn Sie länger andauernde Schlafprobleme haben, gehen Sie unbedingt zum Hausarzt und schildern Sie ihm diese. Dieser wird Sie beraten und ggf. ins Schlaflabor überweisen.

Bisanz Medizinische Polster GmbH
Max-Planck-Straße 24-26, 55435 Gau-Algesheim
Telefon: 06725-9300-0, Fax: 06725-9300-10, info@bisanz.de, www.bisanz.de

Das Relax-Kissen nach Dr. Alamouti und Bisanz

erledigt **3** auf einen Streich:

Falten, schlechte Liegegewohnheit und Allergien

50 Jahre Wissen der Firma Bisanz im Bereich der Verarbeitung der Schaumstoffe führte in Zusammenarbeit mit Dr. Darius Alamouti zur Entwicklung des Relax-Kissens.
Schlafmedizinische Ergebnisse zeigten verbesserte Schlafrhythmen im Gegensatz zu den üblichen Kopfkissen.
Überraschend ist die Feststellung, dass die gängigen Schlaffalten im Gesicht ebenfalls positiv beeinflusst und somit vermindert werden.
Das Relax-Kissen passt sich Ihrem Kopf an und gibt ihm ein Gefühl von Schwerelosigkeit. Der viscoelastische Effekt des neuartigen Relax-Kissens stammt aus einer Entwicklung aus den USA für die Raumfahrt, dort wurden die Sitze des Spaceshuttle mit einem solchen Material ausgestattet. Das Material ist nach allen Seiten elastisch und vermindert so Scherkräfte, die sich auf die Haut und das Gewebe übertragen könnten. Dies ist einer der Gründe für die Verminderung von Gesichtsfalten. Um diese Eigenschaft nicht einzuschränken, wird ein elastischer Überbezug daher dringend empfohlen. Ihr Kopf kann endlich, in seiner natürlichen, entspannten Lage ruhen. Dieses außergewöhnliche Kissen wird Ihre Schlaf- und Liegegewohnheiten sowie Ihr Lebensgefühl positiv verändern, die physiologische Haltung der Wirbelsäule wird unterstützt und gefördert. Das Kissen ist ebenfalls auch bei kühleren Temperaturen elastisch und fühlt sich nicht kalt an. Das Relax-Kissen verformt sich langsam unter dem Druck des Kopfgewichtes, erzeugt aber keine Druckhöhepunkte. Ohne Belastung, nimmt es wieder seine ursprüngliche Form an.

Keine Falten mehr

Bedingt durch Druck und Fehlhaltung im Schlaf kommt es zu allseits bekannten Druck- und Knitterstellen, welche nach längerer Zeit zu dauerhaften Falten und eingezogenen Dellen im Gesicht führen. Durch die Verminderung der Druck- und Scherkräfte können wir erstmalig eine Verbesserung und Verhinderung von Folgeschäden erzielen.

Der Schlaf

Die Polysomnographie stellt die umfangreichste Untersuchung des Schlafes einer Person dar. Mit dieser Technik werden mehrere unterschiedliche Körperfunktionen kontinuierlich während der ganzen Nacht überwacht. In der Regel geschieht dies stationär in einem Schlaflabor. Mit Hilfe der Aufzeichnungen kann ein individuelles Schlafprofil erstellt werden, das fast immer eine präzise Diagnose von Schlafstörungen ermöglicht. Es gibt Auskunft über Wach- und Schlaftiefe, Weckreize, Lagewechsel und den Verlauf der Schlafrhythmen und Schlafstadien.
Mit dem Relax-Kissen wurde eine positive Verbesserung des Schlafrhythmus und geringere Wachzeiten und Verbesserung der Schlafarchitektur erreicht.

Ohne Allergene

Erstmalig wird ein Kopfkissen gleichzeitig dermatologisch, schlafmedizinisch und ästhetisch sehr gut getestet. Die dermatologischen Untersuchungen zeigten, dass das Kissen offenporig und damit atmungsaktiv sowie schadstoffgeprüft ist.
Ebenfalls enthält es keine Kontaktallergene.

Bisanz Medizinische Polster GmbH
Max-Planck-Straße 24-26, 55435 Gau-Algesheim
Telefon: 06725-9300-0, Fax: 06725-9300-10, info@bisanz.de, www.bisanz.de

Das Material
Das Relax-Kissen nach Dr. Alamouti/Bisanz wird aus einem speziellen, offenporigen und viscoelastischem Kaltschaum auf Polyurethanbasis handgefertigt. Durch ein von BISANZ entwickeltes Fertigungsverfahren und die einzigartige Formgebung werden die besonderen Eigenschaften erreicht.

Allzeit einen guten und erholsamen Schlaf wünschen Ihnen

Ihr

Dr. med. Darius Alamouti und **Helge Bisanz**

Dr. med. Darius Alamouti
Mitglied: Gesellschaft für Ästhetische Chirurgie Deutschland
Facharzt: Dermatologie und Venerologie
Schwerpunkte: operative Dermatologie, Ästhetische Medizin
Haranni-Clinic
Schulstraße 30
44623 Herne
Tel.: 02323 / 9468-110
Fax: 02323 / 9468-122
info@dariusalamouti.de
www.dariusalamouti.de

Bisanz med. Polster GmbH
Max-Planck-Straße 24 - 26
55435 Gau-Algesheim
Telefon: 06725 / 9300-0
Fax: 06725 / 9300-10
info@bisanz.de
www.bisanz.de

und das gesamte Bisanz-Team