

## Приобретая сон или зачем нужны мягкие матрасы?

Автор: Надо.ua  
09.03.2018 12:22

---



Сон. Нет в мире человека, который не знал бы, что это такое. Каждый из нас спит ежедневно, и если случаются бессонные ночи, то мы уже не можем быть в нормальном состоянии на следующий день. А уж если не спать несколько ночей подряд, то жизнь превращается в натуральный ад. Ведь совсем не случайно пытка бессонницей была одной из самых действенных, поскольку буквально за несколько дней человек перестает адекватно воспринимать окружающую действительность и постепенно начинает сходить с ума.

Но реальная жизнь, хотя и далека от фильмов ужасов, но, тем не менее, вполне может создать проблемы с нормальным сном. Десятки и десятки факторов могут повлиять на возможность нормального отдыха самым негативным образом. Рваный график, шум стройки под окном, буйные соседи, плач маленького ребенка, гам оживленной улицы, десятки других причин, имеющих одно следствие — плохой сон.

Однако есть еще один фактор, который может влиять (и влияет!) на нормальный сон. Это, конечно же, неудобная кровать и жесткое ложе. Хочешь-не хочешь, но нормально выспаться на продавленном старом диване довольно проблематично. Тут не только не выспишься как следует, но и заработаешь массу болячек, которые будут аукаться на протяжении долгих лет, напоминая о тех днях, когда глупость или обстоятельства не позволили устроить себе нормальное спальное место.

Без сомнения, правильные [мягкие матрасы](#) решают все эти проблемы, обеспечив нам прекрасную ночь комфортного отдыха, когда организм не просто отдыхает, а буквально наслаждается самим процессом отдыха. Поэтому, оценивая и подбирая вариант матраса, необходимо подходить к вопросу с точки зрения того, что мы подбираем не

## Приобретая сон или зачем нужны мягкие матрасы?

Автор: Надо.ua  
09.03.2018 12:22

---

предмет интерьера, а именно возможность полноценного нормального сна, а значит, приобретаем возможность сохранить свое здоровье и продлить комфортную и полную энергии жизнь на долгие и долгие годы.

Вообще же, даже одна нормальная ночь заметно повышает настроение и тонус, а значит, самым решительным образом влияет на наш взгляд на мир, на наши успехи, и наш вкус жизни.