



ZDRAVÍ A KRÁSA 05. 02. 2020

Nejlepší paměťové matrace pro kvalitní spánek

Při výběru matrace si dejte načas. Sledovat byste měli nejen její cenu, ale hlavně tvrdost, materiál nebo počet zón. Velmi oblíbené jsou dnes matrace...

Správná matrace dokáže ovlivnit nejen kvalitu vašeho spánku, ale také vaši celkovou pohodu. Dobrý spánek určitě nepodceňujte a vyberte si matraci, která vám pomůže s prvním krokem k dobré náladě. Které jsou nejoblíbenější matrace podle recenzentů na Heureka?

Jak vybrat matraci?

Při výběru matrace si dejte načas. Sledovat byste měli nejen její cenu, ale hlavně **tvrdost, materiál nebo počet zón**. Velmi oblíbené jsou dnes [matrace z paměťové pěny](#). Z hlediska tvrdosti jsou

matrace rozděleny na 4 stupně: **měkké, střední, tvrdé a velmi tvrdé**. Každý stupeň se hodí pro někoho jiného.



Měkké matrace jsou vhodné **pro ty, kdo mají problémy s klouby**. Nejčastěji se vyrábějí ze studené pěny, která má skvělé přizpůsobovací vlastnosti.

Středně tvrdé matrace jsou ideální pro spáče na boku a pro ty, kdo se v noci často převalují. Jsou elastické a **přizpůsobí se vašemu tělu**, přičemž drží páteř v rovině.

Tvrdé matrace mají vyšší tuhost a hustotu výplně. To zaručuje, že se neproleží tak snadno. Využijí je zejména ti, kdo rádi spí na břiše.

Velmi tvrdé matrace napomáhají kromě udržení páteře v rovině také **lepšímu prokrvení pokožky**. Ocení je zejména ti, kdo spí nejraději na zádech.

Proč si vybrat matraci z paměťové pěny?

[Matrace z paměťové pěny](#) jsou nejoblíbenější hlavně kvůli své vlastnosti dokonale se přizpůsobit tělu. **Paměťová pěna mění tvar podle působení tělesné teploty**. Jsou ideální volbou pro všechny, kteří mají problémy kloubů a zad. Paměťové matrace rovnoměrně podepírají tělo a nikde netlačí. Proto **nedochází ani k narušení krevního oběhu**.

Nejoblíbenější matrace z paměťové pěny podle recenzentů na Heurece

Pokud se chystáte koupit novou matraci a nevíte si rady, podívejte se, které matrace jsou nejoblíbenější podle hodnocení skutečných lidí na Heurece.

MPO Memory Comfort

Matrace MPO Memory Comfort je skvělá pro oporu páteře a svalů. **Disponuje 7 zónami**, čímž se dokonale přizpůsobí vašemu tělu. Díky výborným ortopedickým vlastnostem je vhodná, pokud vás bolí záda nebo klouby. S **výškou 20 cm** usnadní vstávání i usedání a je tak vhodná i pro seniory. Navíc jsou všechny matrace MPO **vyrobeny z ekologických materiálů** a jsou zdravotně nezávadné.



ECOMATRACE Memory WELL PUR

Paměťová matrace ECOMATRACE Memory WELL PUR se řadí ke středně tvrdým matracím. Vyznačuje se zejména **pevností a skvělou elasticitou**. Je **vhodná i pro alergiky**. Matrace se rychle přizpůsobí tvaru i hmotnosti vašeho těla. Díky tomu vám zaručí **pohodlný a komfortní spánek**. I když se na první pohled může matrace zdát příliš tvrdá, během spánku se vám bude ležet příjemně.

Dřevočal Martina

Středně tvrdou **7zónovou matraci Dřevočal Martina** si zamilují všichni, kdo trpí bolestí kloubů,

zad a svalů. Matrace je **tvořena vrstvou odolné pěny Sanitized**. Rozdílné tuhosti jsou tvarované do **masážních mopů**, které napomáhají ke správnému držení těla a páteře. Navíc také pomohou s lepším prokrvením pokožky.