

Le fonctionnement naturel de l'appareil locomoteur humain est la mobilité, même durant le sommeil. Une personne qui dort change jusqu'à 60 fois de position par nuit, même un souffle constitue un mouvement. Idéalement, ces mouvements permettent de relâcher tout naturellement les muscles et les articulations (mobilisation).

Une observation plus approfondie des lits montre toutefois que des oreillers complètement inappropriés sont souvent utilisés. Dans une position de repos non naturelle la colonne vertébrale est soumise à une pression permanente au lieu d'une traction mobilisante. Par conséquent, les vertèbres cervicales sont restreintes dans leur mobilité, ce qui provoque également des douleurs. Les blocages existants sont, par ailleurs, renforcés. Les douleurs sont des signes avant-coureurs alarmants.

Les problèmes suivants révèlent un dysfonctionnement des vertèbres cervicales qui peut être évité voire traité grâce à l'effet support de TriggerSleeping :

- Maux de tête (maux de tête par tension)
- Raideurs du cou avec vertiges
- Insomnies (grincement de dents, ronflement, apnée, névralgie faciale)
- Insomnies et difficultés de s'endormir avec insuffisance respiratoire
- Contractions (contractions musculaires)
- Acouphènes (bourdonnements d'oreille)

Le coussin TriggerSleeping selon le Dr. Lanz

Le coussin orthopédique « TriggerSleeping » a été conçu comme **oreiller** et **cale-nuque** par le Dr. Eduard Lanz, spécialiste en orthopédie et chirurgie orthopédique, spécialiste en orthopédie sportive et médecin sportif ainsi que médecin de plusieurs équipes sportives nationales, actuellement de l'équipe de tennis de la Coupe Davis et précédemment de l'équipe de ski, de hockey sur glace etc.

En se posant sur le coussin TriggerSleeping la tête exerce une légère traction sur les vertèbres cervicales. Chaque souffle, chaque mouvement durant le sommeil est utilisé pour relâcher les vertèbres cervicales et débloquent toute contraction.

Le coussin TriggerSleeping du Dr. Lanz permet d'obtenir voire de renforcer, grâce à sa manière d'agir, un effet de mobilisation normalement possible uniquement sur des supports naturels. Peu importe la position prise au lit. Qu'on soit étiré, courbé, tout droit ou en biais, sur le côté, sur le ventre ou sur le dos : l'effet reste le même !

Ce phénomène de relâchement bienfaisant des vertèbres cervicales par le mouvement, où la pression et la contraction musculaire sont réduites correspond au principe des bains thermaux qui a fait ses preuves. Ainsi, le poids du corps est équilibré par l'eau, pendant que la chaleur et la teneur en sels minéraux de l'eau thermale permettent de réduire la tonicité musculaire (tension musculaire). TriggerSleeping permet de s'offrir toutes les nuits une petite cure, la base idéale pour préserver sa mobilité au maximum jusqu'à un âge avancé.

Qu'est-ce qui distingue TriggerSleeping des oreillers habituels ?

Tandis que les oreillers habituels entravent les mouvements de la tête, la mobilité des vertèbres cervicales est stimulée grâce à TriggerSleeping. Ainsi, le principe de relâchement naturel de la musculature et des articulations (mobilisation) durant le sommeil est favorisé.

TriggerSleeping "déclenche" (de l'anglais to trigger) la mobilité des vertèbres cervicales durant le sommeil !

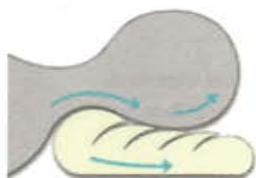
TriggerSleeping convient également aux personnes souffrant d'allergies !

La housse de TriggerSleeping est en fibres hypoallergéniques et capitonnée d'une fibre climatique régulant l'humidité. Elle est amovible et peut être lavée à 40°C. TriggerSleeping est fabriqué en Autriche.

Taille : 38 cm x 53 cm x 9 cm



TriggerSleeping



Das TriggerSleeping Kissen übt eine mobilisierenden Zug auf die Halswirbelsäule aus.

Le coussin TriggerSleeping exerce une traction mobilisante sur les vertèbres cervicales



Die Einschnitte fördern die Muskelentspannung und Belüftung zur Feuchtigkeitsregulation. Les entailles stimulent le relâchement musculaire et l'aération pour réguler l'humidité.

Die natürliche Funktion des menschlichen Bewegungsapparates ist die Bewegung - auch im Schlaf. Immerhin ändert ein Schlafender bis zu 60 mal pro Nacht seine Position, selbst jeder Atemzug ist Bewegung. Im Idealfall dienen diese Bewegungen der natürlichen Lockerung von Muskulatur und Gelenken (Mobilisation).

Doch der Blick in die Betten zeigt, dass völlig untaugliche Schlafkissen verwendet werden. In einer unnatürlichen Ruhigstellung ist die Wirbelsäule statt einem mobilisierenden Zug einem dauernden Druck ausgesetzt. Dadurch entstehen schmerzhaft eingeschränkte Bewegungen der Halswirbelsäule und bestehende Blockierungen werden noch verstärkt. Als Warnsignal treten Schmerzen auf. Folgende Probleme sind Zeichen einer Funktionsstörung der Halswirbelsäule, welche durch TriggerSleeping unterstützend vermieden und behandelt werden können:

- Kopfschmerzen (Spannungskopfschmerzen)
- Steifer Hals mit Drehschwindel (Vertigo)
- Schlafprobleme (Zähneknirschen, Schnarchen, Apnoe, Trigeminal-Neuralgie)
- Schlafstörungen und Einschlafstörungen mit Atemnot
- Verspannungen (Muskelverspannungen)
- Tinnitus (Ohrensausen)

Das TriggerSleeping Kissen nach Dr. Lanz

Das orthopädische Kissen "TriggerSleeping" wurde als **Schlafkissen** und **Nackenstützkissen** von Dr. Eduard Lanz entwickelt. Er ist Facharzt für Orthopädie und orthopädische Chirurgie, Facharzt für Sportorthopädie und Sportarzt sowie Teamarzt in mehreren Nationalmannschaften - wie z.B. aktuell Teamarzt beim Davis-Cup und ehemals Schi-Alpin, Eishockey, etc.

Über das TriggerSleeping Kissen übt der Kopf einen leichten Zug auf die Halswirbelsäule (HWS) aus. Jeder Atemzug, jede Bewegung im Schlaf wird zur Lockerung der Halswirbelsäule und Lösung der Verspannungen benutzt. Das TriggerSleeping Kissen nach Dr. Lanz erreicht bzw. verstärkt mit dieser Wirkungsweise einen Mobilisationseffekt, der sonst nur auf natürlichen Unterlagen gegeben ist. Dabei ist es völlig gleichgültig, wie man im Bett liegt. Ob gestreckt, gebeugt, ob gerade oder schräg, ob in Seiten-, Bauch- oder Rückenlage: Der Effekt bleibt bestehen!

Dieses Phänomen der wohltuenden Lockerung der Halswirbelsäule durch Bewegung bei reduziertem Druck und verminderter Muskelspannung entspricht dem Erfolgsprinzip der Thermalbäder - dort wird das Gewicht des Körpers vom Wasser übernommen, während durch die Wärme und den Mineralsalzgehalt des Thermalwassers der Muskeltonus (Muskelspannung) gesenkt wird. Mit TriggerSleeping gönnt man sich Nacht für Nacht eine kleine Kur - die ideale Basis, um sich bis ins hohe Alter ein Höchstmaß an Mobilität zu bewahren.

Was unterscheidet TriggerSleeping von herkömmlichen Schlafkissen?

Während herkömmliche Kissen die Bewegung des Kopfes behindern, wird die Beweglichkeit der Halswirbelsäule durch TriggerSleeping gefördert. Damit wird das Prinzip der natürlichen Lockerung von Muskulatur und Gelenken (Mobilisation) im Schlaf erst ermöglicht.

TriggerSleeping "triggert" im Schlaf mit Bewegung die Beweglichkeit der Halswirbelsäule!

TriggerSleeping ist auch für Allergiker geeignet!

Der Bezug von TriggerSleeping ist aus hautfreundlicher Faser und mit einer feuchtigkeitsregulierenden Klimafaser versteppt. Er ist abnehmbar und waschbar bis 40°C. TriggerSleeping wird in Österreich hergestellt.

Größe: 38 cm x 53 cm x 9 cm



Dr. Eduard Lanz

Descripción breve:

La almohada ortopédica "TriggerSleeping" fue desarrollada por Dr. Eduard Lanz como **almohada para dormir y cojín reposacabezas para la nuca**. El médico es un especialista en ortopedia, cirugía ortopédica y ortopedia deportiva. También es médico deportivo y médico de varios equipos deportivos. Gracias a la almohada TriggerSleeping, la cabeza ejerce una leve tracción a la columna cervical. Cada movimiento respiratorio y cada movimiento durante el sueño es aprovechado para relajar la columna cervical y para eliminar tensiones musculares.

Tamaño: 38 cm x 53 cm x 9 cm

La almohada TriggerSleeping de Dr. Lanz moviliza el cuerpo de una manera que normalmente sólo se encuentra en suelos naturales. ¡Sea como sea la postura en la cama (estirada, doblada, recta, inclinada, boca arriba o abajo o posición de lado), el efecto sigue siendo el mismo!

Los siguientes problemas son síntomas de un trastorno funcional de la columna cervical. La almohada TriggerSleeping previene esos problemas y complementa su tratamiento:

- dolores de cabeza (por tensión)
- cuello entumecido y vértigo
- problemas al dormir como roncar, crujir de dientes, apnea, neuralgia del trigémino
- insomnio y perturbaciones en la conciliación del sueño con sensación de asfixia
- tensión/ agarrotamiento muscular
- tinnitus

¿En qué se distingue la almohada TriggerSleeping de almohadas comunes?

Mientras que las almohadas comunes dificultan los movimientos de la cabeza, la almohada de TriggerSleeping aumenta la movilidad de la columna cervical, lo cual relaja los músculos y articulaciones durante el sueño.

Trigger Sleeping permite y provoca (inglés: "to trigger") la movilidad de la columna cervical durante el sueño!

TriggerSleeping también es apto para alérgicos!

La funda de TriggerSleeping es un tejido agradable a la piel y regula la humedad. Se puede quitar y lavar a 40°C. TriggerSleeping se produce en Austria.

TriggerSleeping Mobility Pillow

ENG

Description:

The "TriggerSleeping" orthopaedic pillow was developed by Dr. Eduard Lanz; it's an improvement on the everyday sleeping pillow and moreover functions as a neck support pillow. Dr. Lanz is a specialist in orthopaedics and orthopaedic surgery. He's also a sports physician and the team doctor for a number of national teams.

TriggerSleeping is a special pillow that causes a gentle pull on the cervical spine, i.e. the vertebrae in the neck. With every breath and every movement while sleeping, the neck becomes more relaxed and free of tension.

Dimensions: 38 cm x 53 cm x 9 cm

The TriggerSeating pillow from Dr. Lanz achieves a mobilising effect that's normally only possible on natural surfaces. It's absolutely irrelevant how you sleep – the mobilising effect is the same whether you sleep on your side, on your belly or on your back.

The following symptoms can be signs of functional problems in the vertebrae in the neck. These can be prevented or helped through the use of TriggerSleeping.

Headache (tension headache)

Stiff neck with dizziness (vertigo)

Trouble sleeping (teeth grinding, snoring, apnea, trigeminal neuralgia)

Shortness of breath causing sleep disturbances or difficulty falling asleep

Tension (tight muscles)

Tinnitus (ringing or buzzing in the ears)

How is trigger seating different from a normal pillow for sleeping?

While common sleeping pillows limit the movement of the neck, TriggerSleeping encourages neck flexibility. This encourages the ideal natural effect: relaxation of muscles and reduction in the strain on joints (mobilisation) when sleeping.

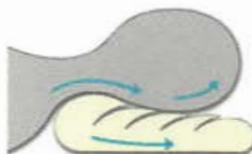
TriggerSleeping "triggers" flexibility through movement in the cervical vertebrae while sleeping!

TriggerSleeping is also suitable for people with allergies!

The outer covering of TriggerSeating is made from skin-friendly fibres – it also contains climate regulating fibres to regulate moisture. The cover is removable and can be washed at up to 40°C. TriggerSleeping is made in Austria.



TriggerSleeping



Il guanciale ortopedico TriggerSleeping esercita una leggera trazione sulla colonna cervicale



La particolare conformazione del cuscino favorisce il rilassamento muscolare e la naturale traspirazione



Dr. Eduard Lanz

La funzione naturale dell'apparato locomotore dell'uomo è il movimento, anche durante il sonno. Si calcola che durante la notte si cambi posizione fino a 60 volte, e anche un semplice respiro rappresenta un movimento. Tutti questi movimenti notturni dovrebbero idealmente servire al rilassamento di muscoli e articolazioni (mobilità) durante il sonno.

Ma basta dare un'occhiata ai letti in cui si dorme per capire come troppo spesso si utilizzino guanciali del tutto inadeguati. Anziché una trazione che favorisce la mobilità, infatti, una posizione di riposo innaturale esercita una pressione continua sulla colonna vertebrale. Questa pressione dà luogo a dolorose limitazioni di movimento della colonna cervicale, mentre i blocchi già esistenti diventano ancora più forti. La spia di questi disturbi è rappresentata dal dolore.

I seguenti disturbi sono sintomo di una disfunzione della colonna cervicale, che può essere evitata e curata il cuscino ortopedico TriggerSleeping:

- Cefalee (mal di testa da tensioni)
- Collo rigido con giramenti di testa (vertigini)
- Problemi durante il sonno (digrignare i denti, russare, apnee notturne, nevralgia del trigemino)
- Disturbi del sonno e insonnia con affanno
- Tensioni (contrazioni muscolari)
- Acufeni (ronzio nelle orecchie)

Il cuscino ortopedico TriggerSleeping del dr. Lanz

Il cuscino ortopedico "TriggerSleeping" è stato concepito come **guanciale** e come **cuscino anatomico** dal dr. Eduard Lanz, illustre specialista in ortopedia e chirurgia ortopedica, esperto di ortopedia sportiva e medicina dello sport nonché attuale medico della squadra austriaca di Coppa Davis e in passato anche delle nazionali di sci alpino, hockey su ghiaccio ecc.

Grazie al cuscino ortopedico TriggerSleeping, la testa esercita una leggera trazione sulla colonna vertebrale. Di conseguenza durante il sonno ogni respiro e ogni movimento contribuiscono al rilassamento delle vertebre cervicali ed allo scioglimento delle tensioni.

Il guanciale TriggerSleeping del dr. Lanz, grazie alla sua conformazione, assicura alla colonna cervicale quella mobilità che solo i supporti naturali sono in grado di offrire. Non dovrete più fare attenzione a come dormire; distesi o accovacciati, dritti o di traverso, sul fianco, sulla pancia o supini: il cuscino farà sempre effetto!

Questo fenomeno di rilassamento benefico della colonna cervicale tramite il movimento, in presenza di una pressione ridotta e di una minima tensione muscolare, si basa sul principio dei bagni termali: il peso del corpo viene assorbito dall'acqua, mentre il calore e i sali minerali contenuti nelle acque termali riducono il tono muscolare (la tensione dei muscoli). Con il guanciale TriggerSleeping seguirete notte dopo notte una piccola cura, che costituisce la base ideale per mantenere fino in età avanzata un elevato grado di mobilità.

Qual è la differenza tra TriggerSleeping e i normali guanciali?

A differenza dei comuni guanciali che limitano i movimenti della testa, TriggerSleeping favorisce la mobilità delle vertebre cervicali. Solo grazie al suo principio è possibile mantenere anche durante il sonno la naturale mobilità di muscoli e articolazioni.

Mentre voi dormite, TriggerSleeping si prende cura della vostra mobilità cervicale!

TriggerSleeping è adatto anche a chi soffre di allergie!

Il guanciale TriggerSleeping è rivestito da una fibra che non irrita la pelle ed è imbottito con una fibra termica traspirante. È sfoderabile e lavabile a 40°C. TriggerSleeping è prodotto in Austria

Dimensioni: 38 cm x 53 cm x 9 cm