

你家的床垫选对了吗？ 好床垫助力好睡眠

3月21日是第23个世界睡眠日,今年的主题是“良好睡眠,健康同行”。这些年,睡眠健康越来越受到人们的关注,“世界睡眠日”的目的便是要引起人们对睡眠重要性和睡眠质量的关注,提醒人们要关注睡眠健康及质量。

想要睡眠好,床垫少不了。人的一生中有三分之一的时间是在睡眠中度过,舒适贴合的床垫无疑是个提升睡眠质量的有效方法。那么,该如何挑选合适的床垫呢?

四种材质各有特点

“目前市场上有四种常见的床垫,分别是:乳胶床垫、记忆床垫、独立袋弹簧床垫、普通弹簧床垫。”金可儿床垫睡眠顾问李金钟介绍,不同材质的床垫特点不同。

乳胶床垫原料取自橡树树汁,天然环保、支撑力佳、弹性好,乳胶内有数万个透气点,透气度高且不会闷热,相当符合人体工学。乳胶属于快回弹材质,且因为有段数设计,床垫中间密度较高,可使支撑力提升,不易变形。

记忆床垫最主要的特点为释压,对人体的压力点较少,不会压迫身体血液的流通。记忆棉属于慢回弹材质,并会根据室内温度高低调整软硬度,室温低时变硬,室温高时变软。

独立袋弹簧床垫由数个装入不织布袋的弹簧组成,以筒状排列,弹簧个别独立,顺应人体曲线,强力且均匀地将身体各个部位撑住,让人体各部位感受到均匀的支撑与回弹。原本紧绷的肌肉也因此得到纾解,快速进入深沉的熟睡状态,并能有效吸收因睡姿转换带来的震动,减少同床伴侣翻身所带来的干扰,享受整夜不被惊扰的优质睡眠。“独立袋弹簧具独立性,可减少相互摩擦所产生的声音。”李金钟表示。

普通弹簧床垫是将一圈圈弹簧,以网线联结固定,并于上方铺上舒适层。一般传统做法多为普通弹簧床垫,床垫中的弹簧联结在一起,因此只要动到一块弹簧,其他部分也会受影响,而人的臀部与背脊两部分较突出,躺在传统弹簧床垫,容易使腰部的床垫部分一同凹陷,造成腰部悬空。一般来说,普通弹簧床垫偏硬,无法完全贴合身体曲线,单价相对较便宜。

适合自己的最重要

“现在的床垫更多的是一个综合体,综合了多种床垫的优点。比如,里面是独立袋弹簧或普通弹簧结构,外面是乳胶,或椰棕、记忆海绵、山棕等。”李金钟表示,消费者可以根据自身需求选购。

除了挑选材质以外,还要根据自身的身形、体重等进行选择,务必通过试躺来选择适合自己的床垫。

梦百合床垫负责人王杰表示,在进行试躺时,要挑选床垫支撑度好、软硬适中的款式。正躺及侧躺时床垫的贴合度及支撑度都要考虑。经研究报告,人体脊椎成S型,躺在床垫上身体曲线与站立时接近是最好的支撑。床垫太硬,腰部悬空久了会腰酸背痛。床垫太软,身体深陷其中会不舒服。因此,适合身体曲线的床垫款式为最佳选择。

经典设计

家庭装修,设计是重中之重,可以说设计是装修的“灵魂”所在。好的设计方案可以让房子更出彩,也能让房子的功能更齐全。《爱家》版推出《经典设计》栏目,以本地各楼盘户型为样本,聚焦优秀设计方案,力求为装修者与设计师之间搭建一座沟通的桥梁:一方面为读者朋友们提供多种经典设计方案供装修时参考,另一方面也为设计师们提供一个展示才华和个性的平台。

简约风让大平层动线更舒适



设计单位: 华浔品味装饰晋江市标公司
设计师: 柯龙
设计风格: 现代简约风格
楼盘: 骏昇华庭
建筑面积: 183平方米
设计说明: 本方案根据客户的居家需求,墙面采用艺术漆,搭配同色柜体,在增加储物功能的同时,又使整个空间充满温馨的氛围感。沙发后面搭配多功能的长案桌,使空间功能具备多样性,既可以泡茶也可以读书。吊顶采用无主灯设计,衬托空间的整洁舒适。



新品推荐

- 品牌:**慕思
产品型号:MCC2-003 世纪梦床垫

这是慕思联合 GUCCI 前印花设计总监打造的,融入了高奢意式高级风格和慕思以舒适为主的风格。床架双靠包分别由床屏带连接过渡,从后向前自然贴合床屏上方,线条流畅,同时选用慕思四个年度色的其中两个人气色——胭脂紫和青苍灰双色设计,极具东方柔和之美,治愈系的浅色调,不仅能适配各种空间,还能营造静谧的睡眠氛围。
- 品牌:**普托米亚
产品型号:倾心珍睡

普托米亚成立于1971年,是意大利销量第一的寝具品牌。这款床垫是欧盟医疗CE认证天丝床垫,意大利原装进口,具有解决久睡肌肉疼痛问题的压力分散系统、冬暖夏凉久睡不闷的微胶囊控温技术、让人舒适入睡的柔软包裹技术等特点。
- 品牌:**金可儿
产品型号:专家系列

专家系列作为金可儿获得ICA国际脊骨神经科学会认证的基础护脊产品,采用的是金可儿专利PRE-ZONE自然分区技术制作的自然七分区独立袋网系统,在床垫不同的七个区域(头部、肩部、腰部、臀部、大腿、小腿、脚部),采用不同软硬、不同弹力的弹簧,产生不同的、互不干扰的支撑力,从而更贴合身体自然曲线,支撑准确而敏锐,分散传导压力,让脊椎可以保持正常水平的状态,完全放松,更快进入睡眠。
- 品牌:**梦百合
产品型号:全球畅销系列-Wellflex 薇尔0压厚垫(国际款)

这款产品由凉感冰丝3D提花层、阻燃防护层、2.5cm凝胶减压记忆绵、5cm高密度加硬减震记忆绵、22.5cm护腰护脊支撑层组成。凉感冰丝面料具有恒温的功能,舒适美观透气,蓝色凝胶减压记忆绵上加硬减震记忆绵,恒温散热、均匀承托,分散压力。适合体感易热,且对生活品质有要求的中青年。

资讯

晋江市室内装饰协会 举行“三八”节主题活动

本报讯 3月3日,在“三八”国际妇女节来临之际,晋江市室内装饰协会与晋江市青阳女企业家联谊会的女会员走进铁观音之乡安溪,举行“巾帼助力乡村振兴 体验茶文化魅力”主题活动,共度节日,增强协会之间的交流。

当天,一行人来到安溪溪禾山茶园进行采茶活动,参观茶王殿,了解铁观音的历史,并观看了茶艺表演,围炉煮茶,体验茶文化的魅力。值得一提的是,协会会员单位宇治防虫还为每个参与活动的人送上玫瑰花,传递节日的祝福。

家装课堂

大家都知道,装修是一件不易的事情,有时候往往花费了不少钱,却还没能装出理想的效果。为了让广大业主在装修过程中更加省心,《爱家》周刊推出《家装课堂》栏目,广大业主如果在装修中遇到困惑或是有装修心得等均可发信息到13505065057咨询分享,我们将找专业人士帮你答疑解惑。

如何挑选浴室柜？

中南和越业主曾女士问:基础装修刚做完,要配置浴室柜,发现市场上浴室柜产品有很多种,看花了眼,不知道如何挑选,请问该如何选择浴室柜呢?

乐家卫浴顾问陈思荣答:

浴室柜作为卫生间的标配,不仅是卫生间里洗漱、收纳的承载,更是卫生间里的颜值担当。所以,挑选浴室柜时不仅要考虑它的实用性,也要考虑它的美观性。一般来说,贴合整个浴室的装修风格是最重要的一点,然后再考虑材质。

根据浴室风格选择

首先要考虑浴室柜的风格,比如新中式风格、现代简约风格、地中海风格等。

新中式风格并非是中式风格的简单复制,而是将从中式风格中提炼出来的传统元素和现代元素相结合。一般采用这种风格的浴室柜会显得主人比较儒雅。这种风格的浴室柜一般以实木为主要材质,在设计上不会采用复杂又烦琐的花纹,而是选用比较简单的几何线条。

现代简约风格的浴室柜更注重实用性和美观性。因此这种风格的浴室柜一般会采用浅色系为外观色,同时它的收纳功能很强大,可以说是小户型家居的首选。

地中海风格近几年受到不少业主的喜爱,主打白色和蓝色,这两种颜色可以营造出一种舒缓、自由的感觉,因为适合比较年轻小资的业主。

根据构造设计选择

浴室柜根据构造设计可以分为悬挂式和落地式。悬挂式的浴室柜是大部分家庭的首选。由于其底部采用悬空设计,将柜体和地面分隔开来,可以有效将水分和湿气扩散,避免了湿气入侵柜体的可能性。此外,它还拥有增大空间感的好处。因此就算是小户型,装上这种浴室柜再搭配上同系列的镜柜,也不会觉得拥挤。

落地式浴室柜在安装时对墙体没有要求。但是由于浴室长时间都处于潮湿的状态下,如果家里没有进行干湿隔离的话,落地式浴室柜就会经常与水接触,从而对柜体造成损害,影响使用寿命。因此在选购落地式浴室柜时,一定要选择拥有双面防水层的浴室柜,只有这样才能保证落地式浴室柜内部结构不变形,延长使用寿命。

根据柜体材质选择

浴室柜柜体的材质主要有PVC材质、陶瓷材质和实木材质。

PVC材质的防滑耐刮性能很好,可以说是最好保养的浴室柜材质。不过PVC材质也有一个劣势:如果长期在上面放置重物的话容易使其变形,因此一般这种材质的浴室柜尺寸都会稍小一点,更适合三口之家使用。

陶瓷材质的浴室柜可以轻松营造出一个具有现代感的浴室空间,而且清理起来也很方便。不过,在日常使用时一定要注意尖锐物品,以免磕碰造成损坏。

实木材质的浴室柜相对其他材质的浴室柜来说最环保健康,因为一般木制家具都是直接采用各种木头作为原材料。不过由于浴室环境的特殊性,一般都会选用橡胶木来制作浴室柜。这种木头经过蒸馏脱水处理及其他一些防水工艺处理后,可以有效防水防潮。

本版由本报记者黄海莲采写

晋江经济报《爱家》周刊年度合作品牌

晋江市室内装饰协会

Jinjiang Interior Decoration Association

协会地址: 晋江市城镇集体工业联合社一楼
协会电话: 0595-85687145 18065333359
协会网址: www.jjsnzsxh.com

星艺装饰

XINGYI DECORATION

专注装修30年 行业领跑
直营公司 460+
设计升级 施工升级
百万客户 口碑选择
材料厂家直供 专业定制 统一配送
工程品质不合格 原班拆返重做

晋江市世纪大道君悦小区2期5-6号店面
8560-8668

华浔品味装饰

HUAXUN TASTE DECORATION

晋江总部

品味空间·生活无限
地址:晋江市市标旁德辉华庭二楼202号
电话:0595-85617268 85617368

喜盈门

喜盈门

500个建材/家居品牌旗舰店大本营

买好建材家居 晋江喜盈门
地址:晋江市和平中路110号(晋江机场旁) 咨询热线: 8322 3888

居然之家

Easyhome

晋江店

居然之家晋江店一站式
高端建材家居旗舰MALL
地址: 晋江市长兴路601号乔丹中心
电话: 0595-82092222

力高全屋舒适系统

LIGAO

空调热水净水地暖新风

10年专注 50人团队 10000多户案例
地址: 乔丹中心五楼泉州力高
电话: 13799567156

中博装饰集团

CHUNBO DECORATION GROUP

晋江中博装饰

中博24年·专注环保家装一件事
地址: 晋江市迎宾路2号华泉大厦13楼
电话:190 0595 9299

Focus on environmental protection and home decoration for 24 years - achieve a better and healthy life

虚位以待 品牌热线: 13505065057