

## Schwebeschlaf gegen Orangenhaut

### Wasserbetten

(djd). Früher oder später erwischt es (fast) jede: Schon ab 20 ist Cellulite ein Ärgernis für viele Frauen. Nicht nur durch viel Bewegung, Abnehmen und gesunde Ernährung kann man etwas gegen die unschönen Erscheinungen der so genannten Orangenhaut tun. Vorsorgend und unterstützend hilft auch der Schlaf auf Wasserbetten. Die Erklärung ist einfach. Das Liegen auf Wassermatratzen ist äußerst druckentlastend, das haben entsprechende Messungen ergeben. Folge: Das Blut kann ungehindert zirkulieren, Blutgefäße werden nicht mehr abgedrückt und das oft so lästige "Einschlafen" der Gliedmaßen entfällt.

Damit schafft das Wasserbett eine wichtige Voraussetzung, um der Entstehung von Cellulite entgegenzuwirken, nämlich eine gute Durchblutung des Körpers und des Hautgewebes. Bekannt ist inzwischen auch, dass sich das Wasserbett generell prima für den "Schönheitsschlaf" eignet.

Ständiges Drehen und Wenden entfällt, Tiefschlafphasen werden schneller erreicht. Ergebnis: Der Erholungs- und Regenerationseffekt tritt früher ein. Im zertifizierten Fachhandel ([www.fachverband-wasserbett.de](http://www.fachverband-wasserbett.de)) findet man optimale Beratung über kosmetische und gesundheitliche Aspekte des Schwebeschlafs auf Wasser.



Orangenhaut: Dagegen hilft viel Bewegung, eine gesunde Ernährung - und auch der Schlaf auf Wasserbetten!

Foto: djd/Fachverband Wasserbett