

# The Science of Sleep

**SAMINA**



KISSEN UND  
ZUDECKEN



Das Kissen stützt den Nacken und die Wirbelsäule für eine optimale Schlafposition. Die Decke reguliert die Temperatur und sorgt für ein angenehmes Gefühl der Geborgenheit. Zusammen schaffen sie eine behagliche Umgebung, die für einen erholsamen Schlaf unerlässlich ist. Erst die sorgfältige Auswahl von Kissen und Decke macht das Schlafzimmer zu einem Ort der absoluten Erholung.

# Unsere Mission

In unserer schnelllebigen Zeit ist gesunder Schlaf wichtiger denn je. Unser moderner Lebensstil ist geprägt von ständiger Erreichbarkeit, digitaler Vernetzung und einem übervollen Terminkalender. Leider gerät die nächtliche Regeneration dabei oft in den Hintergrund. Dabei ist guter Schlaf für unsere körperliche, geistige und seelische Gesundheit von enormer Bedeutung und unverzichtbar, um dauerhaft mehr Lebensenergie zu gewinnen. Er stärkt unser Immunsystem, erneuert die Zellen und füllt Energievorräte wieder auf. Darüber hinaus ist der Schlaf entscheidend für kognitive Funktionen wie Gedächtnisbildung, Problemlösung und Kreativität.

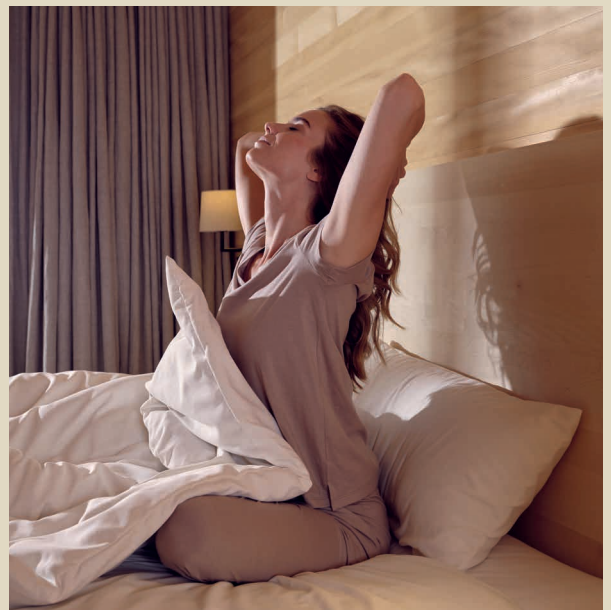
Während des Schlafs durchläuft der Körper verschiedene Schlafphasen, in denen Reparatur- und Wachstumsprozesse stattfinden. Wer ausreichend schläft, ist in der Regel konzentrierter, belastbarer und emotional ausgeglichener. Ein Mangel an Schlaf hingegen kann schwerwiegende Folgen haben. Es erhöht das Risiko für chronische Krankheiten wie Diabetes, Herz-Kreislauf-Probleme und Übergewicht. Zudem beeinträchtigt Schlafmangel die kognitive Leistungsfähigkeit, was zu Fehlern bei der Arbeit, im Straßenverkehr und in anderen Bereichen führen kann. Emotionale Instabilität, Reizbarkeit und ein erhöhtes Risiko für psychische Gesundheitsprobleme können ebenfalls die Folge sein.

In einer Zeit, in der Produktivität oft über das persönliche Wohlbefinden gestellt wird, sollten wir uns daran erinnern, dass ausreichender und erholsamer Schlaf die Grundlage für ein erfülltes und gesundes Leben ist. Es ist an der Zeit, dem Schlaf die Priorität einzuräumen, die er verdient – für unser körperliches Wohlbefinden, unsere geistige Leistungsfähigkeit und unsere emotionale Stabilität. Unsere Mission ist es, möglichst viele schlechte Schläfer zu guten und gute zu noch besseren zu machen.

Philipp Amann & Daniel Lederle  
Geschäftsführung

# Inhalt

<b>Unsere Kissen</b>	<b>S. 3</b>
Vorraussetzungen für ein gesundes Kissen Übersicht unseres Sortiments	
<b>Unsere Zudecken</b>	<b>S. 9</b>
Gesundes Bettklima zu jeder Jahreszeit	
<b>Die Füllung</b>	<b>S. 11</b>
Eigenschaften unserer Füllung	
<b>Die Hülle</b>	<b>S. 13</b>
Unsere Bio-Keramik-Baumwolle	



# Gesunder Schlaf beginnt am Kopf.



Die Anforderungen an ein optimales Kissen sind vielfältig. In Zusammenarbeit mit verschiedenen Experten haben wir deshalb eine Kissengeneration geschaffen, die den unterschiedlichsten Wünschen gerecht wird.

**Das richtige Kopfkissen ist die erste Voraussetzung für einen erholsamen Schlaf. Um Verspannungen, Schmerzen, und andere störende Faktoren auszuschließen, muss das Kissen bestimmte gesundheitliche Kriterien erfüllen:**

### **Lagerung**

So verschieden die Schlafgewohnheiten sind, so unterschiedlich kann auch die Wahl des Kopfkissens sein. Die wichtigste Funktion des Kissens ist die optimale Lagerung der Halswirbelsäule, damit diese ihre natürliche S-Form beibehalten kann. Grundsätzlich soll das Kissen dem Kopf also Halt bieten und ein Abknicken der Halswirbelsäule verhindern. Eine dauerhaft falsche Lagerung des Kopfes kann zu Kopfschmerzen, Nackenschmerzen und Verspannungen im Schulterbereich führen. Gerade der Nacken als empfindlichster Teil der Halswirbelsäule braucht eine anatomisch geformte Auflagefläche. Schließlich trägt er die Last des Kopfes. Außerdem ist die Härte des Kissens zu beachten. Ist es zu hart, kann es sich der individuellen Kopfform des Schlafers nicht optimal anpassen. Ist es zu weich, fehlt die nötige Stützfunktion, um die Wirbelsäule in ihrer natürlichen Form zu halten. Dies kann zur Behinderung der Funktionen von Nerven und Blutgefäßen führen.

### **Dermatologie & Bettklima**

Schlafexperten empfehlen organische Schafschurwolle als Bettinhalt, weil sie 30 % ihres Eigengewichtes an Feuchtigkeit aufnehmen kann. Nicht nur die Zudecke, sondern auch das Kissen sollte mit naturbelassener Schafschurwolle gefüllt sein, weil besonders der Nacken bei stark schwitzenden Personen problematisch werden kann. Muskelschmerzen, sogenannte Myalgien und schon vorhandener Muskelhartspann, Myogelose, können sich durch Schwitzanfälle verstärken.

### **Empfohlene Kissengröße**

Das Kopfkissen darf nicht zu breit sein, denn wie der Name schon sagt, ist das Kissen für den Kopf bestimmt. Die Schultern sollten nicht aufliegen. Denn nur so ist garantiert, dass die Schulter optimal in die Schlafunterlage

einsinken kann. Grundsätzlich raten Orthopäden und Schlafexperten von großen Kissen ab.

### **Dein persönliches Kissen finden?**

In Abhängigkeit von Schlafgewohnheiten und bevorzugter Lage auf Seite, Rücken oder Bauch bieten wir eine Kissenauswahl mit unterschiedlichen Formen und Füllungen an. Damit das Kissen nicht wie ein Fremdkörper im Bett wirkt, erfolgt eine sinnvolle Lagerung und Unterstützung der Halswirbelsäule je nach Schlafgewohnheit.



### **Kissen für Seitenschläfer**

Unter allen Schlafpositionen ist der Seitenschlaf der beliebteste. Wichtig ist, dass das Kissen den Bereich Schulter/Hals/Nacken ausfüllt und den Kopf stützt, um ein Abknicken oder Überdehnen der Halswirbelsäule zu vermeiden. Hierbei ist zu beachten, dass zu weiche Kissen oftmals nicht die nötige Stützkraft besitzen, um die Last von der Wirbelsäule zu nehmen.



### **Kissen für Rückenschläfer**

In der Rückenlage sollte das Kissen den Bereich zwischen Hinterkopf und Schulter perfekt ausfüllen, um so eine angenehme Entlastung während der Nacht zu gewährleisten. Das Kissen darf hierbei nicht zu hoch sein.



### **Kissen für Bauchschläfer**

Herkömmliche Kissen bieten Bauchschläfern oftmals nicht den gewünschten Komfort und beeinträchtigen zudem die entspannte Atmung, da diese mit dem Gesicht „im Kissen“ schlafen. Unter Umständen kann es zur Belastung und Überdehnung der Wirbelsäule führen. Deshalb empfiehlt sich bei Bauchschläfern der Einsatz von eher flachen Kopfkissen.

## Unsere Kissen



### Delta EVO

Das beliebte Allrounder-Kissen für alle Schlaftypen: das Kissen Delta Evo. Es verfügt über einen hochelastisch reagierenden Naturkautschuk-Kern, welcher der Hals-Kopf-Linie angepasst ist und dementsprechend orthopädisch wirkt. Durch die einstellbare Höhe ist das Kissen für Seiten- und Rückenschläfer bestens geeignet. Die dünne Einschubplatte des Delta Evo eignet sich bei Bedarf auch für Bauchschläfer. Maße (in cm): 40/60 – 40/80.



### Nature Soft EVO

Ein hochelastischer Softkautschukern bewirkt eine angenehme Anpassung im Hals-Nacken-Bereich. Die ebenfalls aus Naturkautschuk bestehende dünne Einschubplatte ermöglicht ein individuelles Anpassen der Höhe des Kissens. Die dünne Einschubplatte alleine eignet sich bei Bedarf auch für Bauchschläfer. Eine auswechselbare Hülle aus 100 % organischer Schafschurwolle sorgt für ein trocken-warmes Bettklima. Maße: 40/80 cm.



### Delta

Ein hochelastischer Naturkautschukern ist der Hals-Kopf-Linie angepasst, wirkt orthopädisch und verhindert einen Knick im Nacken. Eine auswechselbare Hülle aus organischer Schafschurwolle sorgt für ein angenehmes Schlafen ohne unangenehme Feuchtigkeit. Ideal für Seiten- und Rückenschläfer. Maße: 50/70 cm.



### Kombi-med

Das speziell geformte Kissen ist mit einer schmalen Kautschuklinse und naturbelassener Schafschurwolle gefüllt. Die spezielle Ausnehmung der Schulterlinie ermöglicht eine optimale Anpassung an die Halslordose und die Schulterpartie, ganz besonders in der Rückenlage. Maße: 50/80 cm.



**Anti Aging**

Das SAMINA Anti-Aging Kissen wurde speziell zur Vorbeugung und Verminderung von Liegefalten entwickelt. Durch die weichelastische Füllung aus kleinen Naturkautschukflocken in Kombination mit einer feuchtigkeitsregulierenden, auswechselbaren Schafschurwollhülle wird die empfindliche Gesichtspartie jede Nacht geschont. Die Füllmenge und somit die Höhe des Kissens kann selbst bestimmt werden. Maße (in cm): 40/60 – 40/80 – 50/70.



**Balance**

Das Kissen Balance garantiert eine wirbelsäulengerechte Lagerung von Hals und Kopf. Der innere Aufbau mit einer schmalen Naturkautschuk-Linse im Nackenbereich ermöglicht ein formgleiches Anschmiegen an die Halslordose und garantiert durch den Inhalt aus naturbelassener Schafschurwolle ein angenehmes Schlafen ohne Schwitzen. Vor allem geeignet für lange Hälse und ausgeprägte Halslordosen. Maße (in cm): 40/60 – 40/80 – 50/70.



**Relax**

Eine weichelastische Füllung aus Naturkautschukflocken sorgt für ein angenehm anschmiegsames Kissen. Zudem sorgt die Schafschurwolle für optimales Klima indem sie die Feuchtigkeit und Temperatur reguliert. Im Vergleich zum Anti-Aging Kissen, ist es etwas kompakter, da die Hülle aus Schafschurwolle umschließend vernäht ist. Maße (in cm): 40/60 – 40/80 – 50/70.



**SAMINA Phönix**

Spezielles Flachkissen für Bauchschläfer. Durch zwei großzügige Aussparungen an den Seiten des Kissens muss der Kopf in Bauchlage weniger abgewinkelt werden. Dies bewirkt eine geringere Dehnung der Halswirbel- und oberen Rückenwirbelsäule. Gefüllt mit 100% naturreiner Schafschurwolle. Maße: 40/60 cm.

## Unsere Kissen



### GeoMagnetic®

Der integrierte Wirkträger AlphaPrevent® unseres Kissens GeoMagnetic® besteht aus einem produktveredelten Bio-Keramik-Gewebe welches durch eine Bio-Technologie vorhandene, ungeordnete oder verzerrte Magnetfelder am Schlafplatz stabilisiert. Dieser ist eingebettet in unsere naturbelassene Schafschurwolle, die für ein optimales Bettklima sorgt. Maße (in cm): 40/60 – 40/80 – 50/70.



### Reisekissen

Das ideale und naturkonforme Kissen für gemütliche Stunden auf der Couch, aber auch aufgrund der kompakten Größe perfekt als kleines Reisekissen – für unterwegs oder im Hotelzimmer. Das handliche Kissen besteht aus einer 100% Schafschurwollfüllung sowie einer Hülle aus unserem speziellen Bio-Keramik-Gewebe. Inklusive Kissenbezug aus Bio-Baumwolle. Maße: 40/40 cm.



### Papillon

Das Kissen für unterwegs. Das ideale Reisekissen für Auto, Zug und Flugzeug – gefüllt mit reiner Schafschurwolle – bietet es gerade in halbsitzender Position auch eine seitliche Abstützung des Kopfes. Inkl. Kissenbezug. Maße: ca. 50/30 cm.



### Hörnchen

Unser Hörnchen entlastet die Schulter und stützt dabei angenehm den Kopf – Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich können sich lockern oder gar nicht erst entstehen. Gefüllt mit bio-aktiver Schafschurwolle in Merinoqualität. Inklusive Kissenbezug. Maße: 20/50 cm.





### **Stillkissen**

Das SAMINA Stillkissen und Lagerungskissen eignet sich hervorragend für Schwangerschaft, Geburt, Stillzeit oder einfach zur Entspannung für Mutter und Kind – schadstoffsfrei, stützend, entlastend und antiallergisch. Inkl. Kissenbezug. Maße: 38/200 cm.



## Optimales Bettklima zu jeder Jahreszeit

Unsere Decken sorgen bei jeder Temperatur für das ideale Bettklima. Wir füllen sie händisch mit 100 % organischer Schafschurwolle und verarbeiten sie mit Kreuzstichen. So wird die Füllung fixiert, ohne dass Kältebrücken entstehen, die bei einer Decke mit durchgehenden Nähten zu einer ungleichmäßigen Wärmeverteilung führen und den Schlaf negativ beeinflussen. Die Kombination aus Schafschurwolle und einer Hülle aus Bio-Keramik-Gewebe sorgt für ein trocken-warmes Bettklima, das den Körper zu jeder Jahreszeit auf der richtigen Temperatur hält. Unsere Decken sind in allen Standardmaßen erhältlich.

### Sommernachtstraumdecke

Die perfekte Decke für heiße Sommernächte und Personen die es gerne etwas kühler haben. Füllung: ca. 600g biologisch aktive Schafschurwolle bei 140 x 200cm und 700g bei 160 x 210cm.



### Sommerdecke

Für angenehme Sommernächte sorgt die luftig-leichte Sommerdecke. Füllung: ca. 900g biologisch aktive Schafschurwolle bei 140 x 200cm und 1000g bei 160 x 210cm.

### Frühlings-/Herbstdecke

In der Übergangszeit verwendest du die Frühlings-/Herbstdecke und erhältst so das optimale Bettklima. Füllung: ca. 1900g biologisch aktive Schafschurwolle bei 140 x 200cm und 2200g bei 160 x 210cm.



### Das Vierjahreszeiten-Prinzip

Damit du im Winter keine zusätzliche Decke benötigst, haben wir die Vierjahreszeitendecke entwickelt. Diese setzt sich wahlweise aus der leichten Sommerdecke und der Frühlings-/Herbstdecke oder der Sommerdecke und der Sommernachtstraumdecke zusammen (einfach Schlaufen an den Enden verbinden).



# Gesundes Bettklima mit der Kraft der Natur



klimaregulierend



anti-bakteriell



100 % natürlich



100 % Handarbeit

**Seit Jahrtausenden bewährt – Schafschurwolle ist eine Naturfaser, die die Menschen schon seit jeher vor Wind, Wetter und Kälte schützt und sogar bei Hitze temperatenausgleichend wirkt.**

Auch als Füllung von Kissen und Bettdecken ist reine Schafschurwolle das Nonplusultra. Sie ist eine der besten Klimafasern überhaupt – im Winter wohlig wärmend und im Sommer angenehm kühlend. Naturbelassene Schafschurwolle sorgt auf vollkommen natürliche Weise für ein harmonisches und trocken-warmes Bettklima, ist atmungsaktiv, kreislauffördernd und muskelentspannend. Die außerordentliche Fähigkeit, ca. 30 % des Eigengewichts an Feuchtigkeit aufzunehmen und rasch an die Raumluft abzugeben, macht Schafschurwolle zum idealen Material für unsere Umgebung am Schlafplatz.



#### **Herkunft unserer Schafschurwolle**

Für unsere Produkte verwenden wir naturbelassene Schafschurwolle von frei lebenden Schafen aus dem Lechtal (Allgäu). Im Frühsommer, kurz bevor die Schafe von Natur aus ihr dichtes Winterfell ablegen, werden sie geschoren. Diese Wolle ist besonders widerstandsfähig und sauber, sodass eine mechanische Waschung ausreicht, um sie zu verwenden.

#### **Weiterverarbeitung**

Nur so behält das Schafwollhaar seine einzigartigen Eigenschaften. Die gewaschene und getrocknete Schafschurwolle wird anschließend in eine Richtung gekämmt,

so dass ein feines Wollvlies entsteht. In unserer Manufaktur werden die handgenähten, naturbelassenen Stoffhüllen sorgfältig mit dem Wollvlies gefüllt. Dabei wird jedes Stück einzeln mit Nadel, Faden, Schere und Nähmaschine gefertigt. Besonderheiten, wie die Kreuzstich-Fixierung der Wollvliese, führen zu einem nachhaltigen Nutzen, da starre Steppnähte und daraus resultierende Kältebrücken vermieden werden. Dank der manuellen Herstellung können wir auf jegliche chemischen Hilfsmittel verzichten, welche bei einer industriell-maschinellen Fertigung zwangsläufig zum Einsatz kommen. Jedes SAMINA Produkt ist also ein liebevoll, in vielen Stunden Handarbeit gefertigtes Unikat, welches dank höchster Material- und Verarbeitungsqualität wesentlich zu einem gesunden Schlaf mit maximaler nächtlicher Regeneration beiträgt.



#### **Optimales Bettklima**

Für einen erholsamen, gesunden Schlaf ist ein harmonisches Bettklima von grundlegender Bedeutung. Es wird von vielen Faktoren beeinflusst: Raumtemperatur, Luftfeuchtigkeit sowie Be- und Entlüftung des Bettinhalts. Und natürlich von den Schläfer:innen selbst - durch ihre Wärmeproduktion und Transpiration. Gerade die Regulierung von Wärme und Feuchtigkeit hat einen großen Einfluss auf die Schlafqualität.

Deshalb ist es wichtig, mit den verwendeten Materialien ein trocken-warmes Bettklima zu erzeugen, das deinem Körper stets eine optimale Umgebung bietet.

# Vom Kern bis zur Hülle optimiert für den gesunden Schlaf.

In Zusammenarbeit mit Spezialisten ist es uns gelungen, die besonderen Kräfte verschiedener Mineralien in einem Bio-Baumwoll-Keramik-Gewebe zu bündeln. Dadurch wird der Wärme- und Feuchtigkeitshaushalt im Schlaf optimal ausgeglichen. Unsere Bio-Keramik-Bettwaren fördern die Entgiftung und Entstressung des Körpers und verleihen ihm somit mehr Energie.

## Auf die Hülle kommt es an

Eine spezielle Kombination aus 60% Bio-Baumwollgarn und 40% Bio-Keramik-Garn ist die Basis für eine unserer Innovationen. Mit diesem natürlichen Stoffgewebe wird die reine, organische Schafschurwolle umhüllt. Es entstehen weiche und anschmiegsame Auflagen, Kissen und Zudecken, die zu einem unvergleichlichen Schlafgefühl führen.

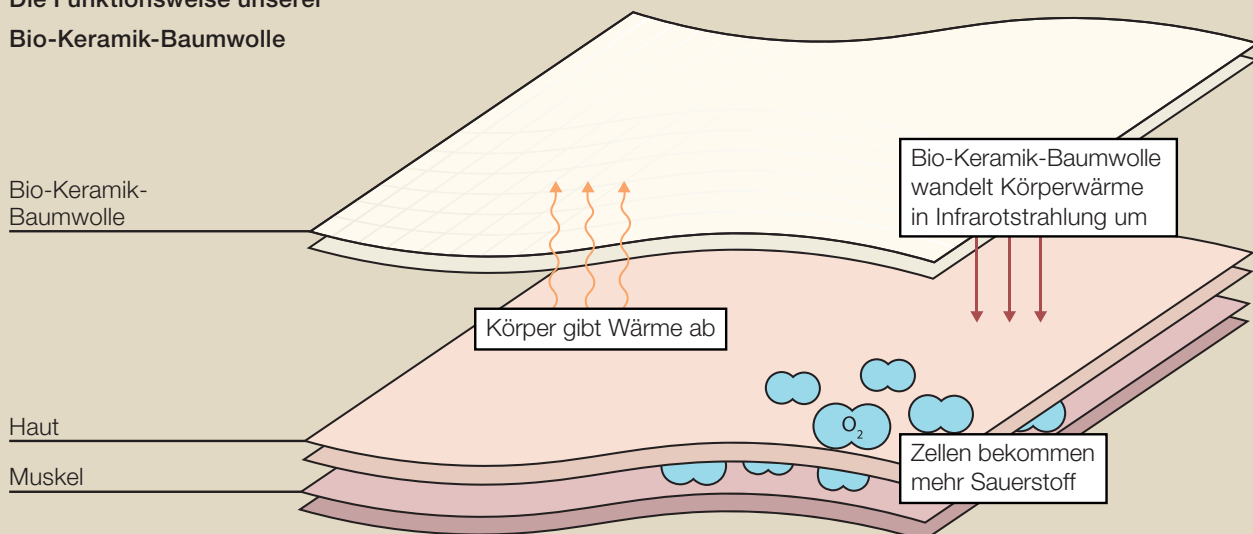
## Gesunde Infrarot-Strahlung

Die Verschmelzung von verschiedenen Mineralien verleiht dem Bio-Keramik-Stoffgewebe die Fähigkeit, die Infrarotstrahlung des Körpers zu reflektieren. Infrarotstrahlen haben eine nachgewiesene positive Wirkung auf den menschlichen Körper. Sie fördern die wichtige Mikrozirkulation und sorgen so für eine optimale Balance deiner natürlichen Körperenergien.

## Negative Ionen fördern den Schlaf

Die verwendeten pyroelektrischen Mineralien sind sogar in der Lage, aufgenommene Wärme in elektrische Ladungen umzuwandeln. Dadurch entstehen negative Ionen, die eine schlaffördernde Wirkung haben. Aufgrund der Wellenlänge im Fern-Infrarot-Bereich wird der Körper natürlich erwärmt, ohne dabei die Umgebungstemperatur zu erhöhen. Diese positiven Eigenschaften der Bio-Keramik-Fasern wirken sich auf die Regeneration und auf eine Verbesserung des Schlafprozesses aus. So kannst du jede Nacht „Wellness im Schlaf“ genießen, was sich positiv auf deine Tagesverfassung auswirkt und dir nachhaltig mehr Energie verleiht.

## Die Funktionsweise unserer Bio-Keramik-Baumwolle





atmungsaktiv



feuchtigkeitsaufnahmefähig



hautfreundlich



widerstandsfähig



ohne chemische Ausrüstung



Weitere Informationen über uns,  
unsere Produkte und das Thema  
Regeneration findest du auf un-  
serer Website: [www.samina.com](http://www.samina.com)

## Dein Fachgeschäft für nächtliche Regeneration



**SAMINA**

SAMINA Prod.- und Handels GmbH  
Obere Lände 7, 6820 Frastanz  
+43 (0) 5522 53500  
samina@samina.com



**Unsere Kissen im Online-Shop**  
Entdecke unser Sortiment online  
und informiere dich über deinen  
Favoriten.